

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CAMPUS JOÃO PESSOA
CENTRO DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES
DOUTORADO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES**

ANA CAROLINE CABRAL CRISTINO

**A ESPIRITUALIDADE ATRAVÉS DO SENTIDO DE VIDA: UM FATOR DE
PROTEÇÃO PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO**

JOÃO PESSOA - PB

2024

ANA CAROLINE CABRAL CRISTINO

**A ESPIRITUALIDADE ATRAVÉS DO SENTIDO DE VIDA: UM FATOR DE
PROTEÇÃO PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO**

Tese apresentada ao Programa de Pós-graduação em Ciências das Religiões da Universidade Federal da Paraíba, como requisito parcial para a obtenção do título de Doutora em Ciências das Religiões.

Área de Concentração: Ciências Sociais das Religiões, Educação e Saúde.

Linha de Pesquisa: Espiritualidade e Saúde.

Orientador: Prof. Dr. Thiago Antonio Avellar de Aquino.

JOÃO PESSOA - PB

2024

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

C933e Cristino, Ana Caroline Cabral.

A espiritualidade através do sentido de vida : um fator de proteção para estudantes do Ensino Médio / Ana Caroline Cabral Cristino. - João Pessoa, 2024.
151 f. : il.

Orientação: Thiago Antonio Avellar de Aquino.
Tese (Doutorado) - UFPB/CE.

1. Ciências das Religiões. 2. Educação - Espiritualidade. 3. Educação - Adolescentes - Saúde mental. 4. Adolescentes - Sentido de vida. I. Aquino, Thiago Antonio Avellar de. II. Título.

UFPB/BC

CDU 279.224(043)

UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DAS RELIGIÕES

*A ESPIRITUALIDADE ATRAVÉS DO SENTIDO DE VIDA: UM FATOR DE PROTEÇÃO PARA
ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO*

ANA CAROLINE CABRAL CRISTINO

Tese apresentada à banca examinadora formada pelos seguintes especialistas.

Documento assinado digitalmente
 **THIAGO ANTONIO AVELLAR DE AQUINO**
Data: 04/06/2024 17:40:34-0300
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Thiago Antonio Avellar de Aquino
(orientador)

Documento assinado digitalmente
 **CRISTIANE BORGES BRAGA**
Data: 04/06/2024 21:07:22-0300
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Cristiane Borges Braga
(membro-externo/IFCE)

Documento assinado digitalmente
 **MARINA LEMOS SILVEIRA FREITAS**
Data: 04/06/2024 22:46:21-0300
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Marina Lemos Silveira Freitas
(membro-externo/USP)

Documento assinado digitalmente
 **JOSILENE SILVA DA CRUZ**
Data: 05/06/2024 10:11:26-0300
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Josilene Silva da Cruz
(membro-externo/UERN)

Documento assinado digitalmente
 **ANA PAULA FERNANDES RODRIGUES**
Data: 05/06/2024 12:27:12-0300
Verifique em <https://validar.itl.gov.br>

Ana Paula Fernandes Rodrigues
(membro-interno)

Aprovada em 04 de junho de 2024.

AGRADECIMENTOS

À vida por me conceder o precioso dom de existir, viver e sonhar.

Ao meu orientador, professor Thiago Aquino, cujo apoio, benevolência e sabedoria guiaram meus passos ao longo dessa jornada acadêmica. Gratidão também pela confiança, isso mostra muito sobre seu coração grandioso.

Ao meu marido por ser meu porto seguro, estando ao meu lado, compartilhando alegrias e desafios. Sem o incentivo dele, o doutorado ainda seria um sonho distante.

À minha querida Ana Clara, que se fez tão presente com sua generosidade, ajudando na concretização do doutorado, com conselhos, ideias e calma.

Ao professor Antonio Sánchez Cabaco por ter me acolhido como estudante e compartilhado seus conhecimentos comigo.

À banca do doutorado, minha alegria por aceitarem o convite para fazer parte desse momento especial.

Ao IFCE, por ser minha casa de saberes, aprendizados e crescimento, materializado na forma de pessoas e experiências. Sou grata por conhecer tanta gente competente e comprometida em sonhar junto uma educação mais integral.

Aos estudantes, que diariamente me ensinam a ser uma melhor educadora, psicóloga e ser humano.

À minha família, por serem fontes inesgotáveis de apoio.

Às mulheres amigas maravilhosas que fazem parte da minha vida, formando uma egrégora feminina de amor, abraços, risadas e acalento.

Desejo que a vida continue nos presenteando com novas experiências e aprendizados. Obrigada, do fundo do meu coração.

RESUMO

A espiritualidade, pelo caminho do sentido de vida, é um aspecto importante para o desenvolvimento humano. Desse modo, é necessário realizar um diálogo cada vez mais consistente entre a área de Ciências da Religião Aplicada com a abordagem da Logoterapia e Análise Existencial de Viktor Frankl no contexto educacional. A inclusão da espiritualidade em instituições de ensino contribui na promoção do bem-estar psíquico de estudantes adolescentes, já que o campo espiritual faz parte da compreensão de saúde. O presente estudo realizou, inicialmente, discussões teóricas por meio de revisões de literatura no âmbito da espiritualidade, sentido de vida, educação na adolescência e saúde mental. Em seguida, foram realizados dois estudos empíricos. O primeiro, a partir de uma intervenção exploratória sequencial, analisou associações entre espiritualidade, sentido de vida, depressão, ansiedade e estresse em uma amostra de 152 estudantes, por meio de um questionário sociodemográfico e dos seguintes instrumentos: Questionário de Sentido de Vida (QSV), Instrumento de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde – Módulo Espiritualidade, Religiosidade e Crenças Pessoais abreviado (WHOQOL-SRPB BREF) e Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse para Adolescentes (EDAE-A). O segundo avaliou, quantitativamente, um projeto vivencial para o encontro com o sentido de vida, comparando resultados do QSV, WHOQOL-SRPB BREF e EDAE-A entre um grupo experimental (n=15) e um grupo controle (n=15). Além disso, foi realizada análise qualitativa de registros escritos dos estudantes do grupo experimental pelo *software* Iramuteq. Os resultados quantitativos apontaram: associação positiva entre espiritualidade e sentido de vida pelo fator presença de sentido; associação negativa entre espiritualidade e depressão e estresse; e associação negativa entre busca de sentido e depressão e estresse. Além disso, também indicaram associação positiva entre o nível de crença espiritual/religiosa com a espiritualidade. Os resultados qualitativos mostraram que os seis encontros do projeto vivencial guiaram o movimento humano para a transcendência em direção ao encontro com o sentido de vida, a realização de valores vivenciais, atitudinais e criativos da Logoterapia e Análise Existencial e auxiliaram a regulação de estados emocionais negativos.

Palavras-chave: Espiritualidade; Sentido de vida; Saúde mental; Educação; Adolescentes.

ABSTRACT

Spirituality, through the path of meaning in life, is an important aspect for human development. Therefore, it is necessary to carry out an increasingly consistent dialogue between the area of Applied Study of Religion with the approach of Viktor Frankl's Logotherapy and Existential Analysis in the educational context. The inclusion of spirituality in educational institutions contributes to promoting the psychological well-being of adolescent students, as the spiritual field is part of the understanding of health. The present study initially carried out theoretical discussions through literature reviews in the context of spirituality, meaning in life, education in adolescence and mental health. Then, two empirical studies were carried out. The first, based on a sequential exploratory intervention, analyzed associations between spirituality, meaning of life, depression, anxiety and stress in a sample of 152 students, using a sociodemographic questionnaire and the following instruments (Brazilian versions): Meaning of Life Questionnaire (MLQ), World Health Organization Quality of Life Instrument – Abbreviated Spirituality, Religiosity and Personal Beliefs Module (WHOQOL-SRPB BREF) and Depression, Anxiety and Stress Scale for Adolescents (DASS-21). The second quantitatively evaluated an experiential project to find the meaning of life, comparing results from the MLQ, WHOQOL-SRPB BREF and DASS-21 between an experimental group (n=15) and a control group (n=15). In addition, qualitative analysis of written records of students in the experimental group was carried out using the Iramuteq software. The quantitative results showed: positive association between spirituality and meaning in life through the presence of meaning factor; negative association between spirituality and depression and stress; and negative association between the search for meaning and depression and stress. Furthermore, they also indicated a positive association between the level of spiritual/religious belief and spirituality. The qualitative results showed that the six meetings of the experiential project guided the human movement towards transcendence towards the encounter with the meaning of life, the realization of experiential, attitudinal and creative values of Logotherapy and Existential Analysis and helped to regulate negative emotional states.

Keywords: Spirituality; Meaning of life; Mental health; Education; Adolescents.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Artigo V

Figura 1 - Nuvem de palavras.....	118
Figura 2 - Análise de similitude.....	119
Figura 3 - Classificação Hierárquica Descendente.....	123

Artigo I

Quadro 1 - Os sem religião nas revistas da ANPTECRE.....	39
Quadro 2 – Novos da CAPES.....	40

Artigo II

Quadro 1 - Artigos gerais.....	58
Quadro 2 - Resultados gerais ANPTECRE.....	59
Quadro 3 – Artigos elegíveis.....	59

Artigo III

Quadro 1 - Resultados pesquisas artigos.....	77
--	----

Artigo IV

Quadro 1 - Virtudes e forças de caráter.....	90
Quadro 2 - Resumo comparativo.....	97

Artigo V

Quadro 1 - Caracterização da amostra.....	106
---	-----

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Médias e medianas.....	107
Tabela 2 – WHOQOL-SRPB BREF e importância crença.....	108
Tabela 3 - WHOQOL-SRPB BREF e QSV Ajustado.....	109
Tabela 4 - WHOQOL-SRPB BREF, QSV e EDAE-A depressão.....	111
Tabela 5 - WHOQOL-SRPB BREF, QSV e EDAE-A estresse.....	111

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	10
2 OBJETIVOS	20
3 METODOLOGIA.....	21
3.1 Estudo 1	22
3.2 Estudo 2	24
REFERÊNCIAS.....	27
ARTIGO I: UMA PERSPECTIVA HUMANA DE ESPIRITUALIDADE	31
1 INTRODUÇÃO.....	31
2 CIÊNCIAS DA RELIGIÃO, PSICOLOGIA DA RELIGIÃO E LOGOTERAPIA	34
3 ESTUDOS PRÉVIOS: O QUE ELES CONTAM?	38
4 POR UMA ESPIRITUALIDADE PELO SENTIDO DE VIDA	41
CONCLUSÕES.....	47
REFERÊNCIAS.....	48
ARTIGO II: O SENTIDO DE VIDA COMO CAMINHO PARA A	
ESPIRITUALIDADE	52
1 INTRODUÇÃO.....	52
2 A CONFIANÇA NO SENTIDO	54
3 O SENTIDO DE VIDA E A ESPIRITUALIDADE.....	56
4 UM DIÁLOFO ENTRE INVESTIGAÇÕES.....	61
CONCLUSÕES.....	64
REFERÊNCIAS.....	65
ARTIGO III: A LOGOEDUCAÇÃO NA PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL	69
1 INTRODUÇÃO.....	69
2 LOGOEDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL	73
3 PERCURSO METODOLÓGICO E DISCUSSÕES.....	76
CONCLUSÕES.....	82
REFERÊNCIAS.....	83
ARTIGO IV: APROXIMAÇÕES ENTRE A PSICOLOGIA POSITIVA E A	
LOGOTERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL	86
1 INTRODUÇÃO.....	86
2 DIÁLOGO ENTRE A PSICOLOGIA POSITIVA E A LOGOTERAPIA E ANÁLISE	
EXISTENCIAL.....	88

3 A BUSCA POR ESTUDOS E SEU DEBATE.....	93
4 UNINDO A LOGOTERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL COM A PSICOLOGIA POSITIVA.....	95
CONCLUSÕES.....	98
REFERÊNCIAS.....	99
ARTIGO V: EMOÇÕES POSITIVAS PARA O ENCONTRO COM A ESPIRITUALIDADE ATRAVÉS DO SENTIDO DE VIDA EM ADOLESCENTES ..	101
1 INTRODUÇÃO.....	101
2 O DIAGNÓSTICO: ESTUDO 1.....	105
3 A INTERVENÇÃO: ESTUDO 2.....	112
3.1 Conhecendo o projeto vivencial “Encontrando sentido de vida”	112
3.2 Análise qualitativa e quantitativa do projeto vivencial “Encontrando sentido de vida”	117
CONCLUSÕES.....	125
REFERÊNCIAS.....	126
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	129
APÊNDICES	134
APÊNDICE A: TERMOS DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)	134
APÊNDICE B: TERMOS DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TALE)	138
APÊNDICE C: QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO	142
APÊNDICE D: ROTEIRO “ENCONTRANDO SENTIDO DE VIDA.....	143
ANEXOS.....	148
ANEXO A: WHOQOL-SRPB BREF	148
ANEXO B: QUESTIONÁRIO SENTIDO DE VIDA.....	150
ANEXO C: ESCALA DE DEPRESSÃO, ANSIEDADE E ESTRESSE	151

1 INTRODUÇÃO

Ao longo de mais de uma década como psicóloga em uma instituição pública de ensino, tenho testemunhado um aumento no número de estudantes adolescentes que buscam auxílio para lidar com uma variedade de questões de saúde mental. Essa realidade é marcada por queixas relacionadas a sentimentos de tristeza, ansiedade, medo e angústia, corroborando para um estado de mal-estar emocional generalizado. Além disso, fazem-se presentes manifestações físicas do sofrimento psíquico, como cansaço persistente, agitação desproporcional e até violência autoprovocada.

Outra percepção é a crescente dificuldade em ter a consciência do que é significativo em suas experiências cotidianas. A ausência dessa capacidade se faz perceptível na automatização do pensamento e da ação. Assim, os estudantes mais reagem e reproduzem comportamentos, o que os afasta de um engajamento consciente com as circunstâncias e suas possibilidades de escolha.

A observação das constantes dificuldades emocionais de estudantes adolescentes despertou a inquietação de contribuir para o bem-estar psíquico desses jovens. Essa inquietação levou à reflexão sobre a importância da espiritualidade, não necessariamente ligada a uma religião específica, para a saúde mental daquele público. Nessa esteira, a decisão da temática da tese foi motivada para contribuir no campo educativo, de modo a oportunizar a formação não apenas nos aspectos acadêmicos e profissionais, mas também nos existenciais.

De acordo com o neuropsiquiatra vienense Viktor Emil Frankl, o encontro primordial da existência humana é com o sentido de vida. Frankl ganhou notoriedade ao desenvolver teoria e prática relevantes sobre as questões existenciais humanas. Sobrevivente do terror dos campos de concentração da Segunda Guerra Mundial, ele testemunhou a capacidade do ser humano de encontrar o sentido de vida, mesmo nas circunstâncias mais adversas. Encontrar sentidos é então necessário para a resiliência e a superação de desafios, pois permite suplantar as limitações da realidade concreta e vincular-se a algo maior. Um de seus livros mais conhecidos - *Em Busca de Sentido: um psicólogo no campo de concentração* - expõe tanto uma narrativa autobiográfica quanto sua abordagem, a Logoterapia e Análise Existencial.

Em seus estudos para a compreensão da natureza humana, o neuropsiquiatra defendeu ser o sentido de vida um elemento central para o bem-estar psíquico e o florescimento humano. O autor, durante sua trajetória, constatou que, quando o fluxo da consciência não transcende, o caminho para as potencialidades fica bloqueado, trazendo prejuízos para a saúde mental.

Destarte, a abordagem frankliana evoca a máxima de que, mesmo diante das situações mais dramáticas, o indivíduo pode não se conformar e ir além dela, trazendo significado e esperança. Ligada à percepção de sentido, a espiritualidade suscita um movimento que transpõe o imediato da percepção humana. Ela se manifesta de diferentes maneiras, incluindo crenças religiosas, filosofias de vida e conexões com a natureza, justamente pelo anseio universal e primário da humanidade de um relacionamento com algo maior do que ela própria.

A espiritualidade, quando vista dentro do contexto mais amplo do sentido de vida, emerge como um dos elementos essenciais na formação da subjetividade das pessoas, incluindo especialmente os adolescentes, cujo período é marcado por uma série de desafios e complexidades inerentes à fase de desenvolvimento. Considerando o papel desempenhado pela espiritualidade na busca por significados, sua inclusão no ambiente educacional é necessária justamente por reconhecê-la como fundamental ao desenvolvimento e bem-estar humano.

Espiritualidade e sentido de vida estão interligados, havendo uma estreita relação entre esses dois conceitos, posto que, nas suas essências referem-se ao anseio do ser humano a questionar constantemente sobre a razão de sua existência e a ir além do que se apresenta concretamente. De acordo Medeiros e Barreto (2016), a espiritualidade, apesar das mais variadas conceituações existentes na literatura, é compreendida, de uma maneira geral, como a busca espontânea do homem pelo transcendente.

Mesmo sendo frequentemente vinculada à religião, a espiritualidade não depende dela. Mais ampla e sem caráter doutrinário, relaciona-se ao significado da existência, possibilitando e aprofundando a procura por si, a reflexão acerca da vida e a abertura para o outro e para o mundo (Medeiros; Barreto, 2016). Além disso, a espiritualidade por tratar questões do mistério da vida, perpassa toda a humanidade, no que Viktor Frankl chamou de fé no sentido último.

Essa onipresença da fé, mesmo que seja apenas no inconsciente e na aceção de uma fé no sentido último, parece tomar claro porque, conforme foi provado empiricamente, os ateístas declarados não são menos capazes de encontrar um sentido em sua vida do que as pessoas que conscientemente se consideram religiosas (Frankl, 2021a, p. 113).

Desde os períodos remotos, a espiritualidade associa-se à saúde, tendo, inclusive, a história das duas ligada com a narrativa das religiões. Essa associação se justifica porque, em todas as épocas, o homem empenhou-se em procurar tratamentos e curas em prol da saúde por meio de ideias e práticas que vão além do mundo tangível. Uma indicação da ligação entre espiritualidade e saúde é a mesma origem semântica das palavras saúde e salvação, evidenciando a aproximação entre cura e religião e entre salvação e sagrado (Aquino, 2016).

No decorrer dos tempos, observa-se nas civilizações o interesse em encontrar explicações acerca da vida e morte, pois: “Como tentativa de transcender à mera existência é que o homem se entrega ao espiritual” (Medeiros; Barreto, 2016, p. 57). Desde a época da mesopotâmica e, posteriormente, em sociedades gregas e babilônicas, as questões de saúde e doenças eram compreendidas como resultado de ações do sobrenatural. Na Idade Média e Renascença, seguiu a manutenção da crença do sobre-humano no domínio sobre a adoecer, porém mais massivamente sob a perspectiva cristã. Já no final do período renascentista e no início da Idade Moderna, o cientificismo, evidenciado nos movimentos iluministas e positivistas, começavam a se sobressair e a ganhar força, trazendo a necessidade de prever, controlar e determinar os fenômenos; desagregando corpo e mente; e relegando o espiritual ao plano secundário. Esses acontecimentos fragmentaram a integralidade humana e colocaram o diálogo entre espiritualidade e saúde nos bastidores. No entanto, a espiritualidade, independente do espaço colocado pela sociedade, continuou afetando a saúde por ser esfera constitutiva dos indivíduos (Medeiros; Barreto, 2016).

A abordagem da temática existencial, trazida pela Logoterapia e Análise Existencial, linha teórica e prática desenvolvida pelo neuropsiquiatra Viktor Frankl, é a que mais se aprofunda acerca do sentido de vida (Aquino *et al.*, 2015). De acordo com Aquino (2014), o sentido na Logoterapia e Análise Existencial tem três perspectivas: sentido na vida, sentido da vida e sentido do mundo. O sentido na vida, que faz parte deste objetivo geral, representa o sentido latente a ser descoberto em cada experiência que se apresenta, variando de pessoa a pessoa e por situação. Os outros, sentido da vida e sentido do mundo, são, respectivamente, o sentido global da vida e o questionamento acerca da razão de existir do universo.

Frankl (2021b) defendeu haver uma característica básica humana parte da dimensão espiritual/noológica: a autotranscendência. Na dinâmica da dimensão, a noodinâmica (processo entre onde se está e onde se pode vir-a-ser), quando se muda a percepção de uma realidade, constitui-se um novo caminho, um novo sentido, proporcionado a partir dos três grupos de valores presentes nas experiências: valores criativos (gerar algo novo para o mundo), relacionais (amar algo ou alguém) e atitudinais (sofrer com perspectiva distinta da não entrega ao sofrimento). Nas experiências, sempre há a possibilidade de decidir (liberdade de vontade) e uma força motriz impelindo para o sentido de vida (vontade de sentido).

Para Aquino e Oliveira (2020), o percurso para a saúde se apoia na tríade constituída na dimensão espiritual/noológica: liberdade de vontade, vontade de sentido e sentido da vida. A existência precisa ainda do ingrediente transcendente, que é o que impulsiona extrapolar o eu e

significar a existência. O ser em consciência, mesmo diante de uma tragédia, descobre sentidos, pois não há uma circunstância de vida sem sentido.

Como movimento ordenador da vida, a busca por sentidos a realizar é central para a subjetividade do homem (Frankl, 2021b). Portanto, a pergunta por sentido faz parte de toda a humanidade e a espiritualidade, em seu cerne, anseia por encontrar significados à existência. Desse modo, pode-se hipotetizar que a espiritualidade se associa ao sentido de vida e isso coaduna com a saúde mental, sendo a presença de um sentido como aspecto de favorecimento à saúde (Aquino; Simeão; Rodrigues, 2021).

Quando o homem está distante da consciência de sua atuação perante valores e sentidos, situação comum atualmente, ele não sabe o que anseia e termina por agir como o outro age (conformismo) ou como o outro quer (totalitarismo). Essa realidade pode causar o vazio existencial que se traduz em um estado emotivo negativo e se apresenta materialmente na dimensão psicológica (Miguez, 2015).

O vazio existencial desnorteia o indivíduo quanto ao que quer e o que pode fazer (Luz; Murta; Aquino, 2017), desencadeando comportamentos de tédio, angústia, ócio ou drogadição, agressão, depressão e suicídio (Frankl, 2021a). Outro sinal do vazio existencial na contemporaneidade é a necessidade de ter ou viver tudo de imediato, cujo cerne é a procura constante por prazeres efêmeros (Miguez, 2015). Mesmo com boas condições financeiras, sociais e laborais, não se evita o vazio existencial.

A Logoterapia e Análise Existencial evidencia que a saúde mental está na capacidade das pessoas vivenciarem sua motivação primária: a vontade de sentido. Logo, a falta de percepção de sentido interfere no viver e, conseqüentemente, no bem-estar psíquico, particularmente para a população adolescente.

De acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), a adolescência é um período único e crucial para a fase adulta. Diversas mudanças ocorridas nos adolescentes no campo biológico, emocional e social podem contribuir para as suas vulnerabilidades. Atuar com fatores de proteção é salutar para a saúde mental daquele público, porém a maioria dos casos não é detectada nem tratada. Negligenciar adoecimento pode comprometer não somente o presente, mas o futuro.

Estresse, depressão e ansiedade são estados negativos psicológicos que afetam a saúde mental e, apesar de possuírem aspectos distintos, partilham características comuns, estando associados, influenciando-se entre si e se sobrepondo. Quando a ansiedade está acentuada, gera angústia e preocupação (Dalgalarondo, 2018), ocasionando um quadro de tensão propício ao estresse patológico. Na depressão, sintomas afetivos como: irritabilidade aumentada, desespero

e alterações de atenção, de concentração e de sono (Dalgallarrondo, 2018) também despertam um maior estresse.

A OPAS aponta a depressão e a ansiedade como um dos principais diagnósticos e causas de incapacidades no mundo. O suicídio está no terceiro lugar de fatores de morte para jovens entre 15 a 19 anos e 50% dos problemas em saúde mental iniciam aos 14 anos - idade na qual geralmente se cursa o Ensino Médio no Brasil. Em 2019, a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), feita pelo Instituto Brasileiro de Geografia Estatística (IBGE) com 11,8 milhões de estudantes entre 13 e 17 anos, mostrou que 17,7% dos alunos fizeram uma autoavaliação negativa a respeito de sua saúde mental; 31,4% sentiam-se tristes na maioria das vezes ou sempre; 40,9% se sentiam irritados, nervosos ou mal-humorados; 21,4% acreditavam que a vida não valia a pena ser vivida.

Tanto a ansiedade quanto a depressão podem surgir antes da vida adulta e permanecer em ciclos posteriores (Mangolini; Andrade; Wang, 2019). Martins *et al.* (2019) ratificam a importância da identificação prematura e precisa para cuidar do sofrimento mental e alegam a possibilidade do aparecimento conjunto de sintomas de depressão, ansiedade e estresse.

Na sociedade brasileira, há um predomínio considerável para transtornos de ansiedade e depressão e, muitas vezes, as duas estão associadas, sendo os mais jovens com mais chance de desenvolvê-las (Mangolini; Andrade; Wang, 2019). Nas três sintomatologias para depressão, ansiedade e estresse “[...] é comum a perda de energia, apatia, desinteresse, sentimentos de desesperança e culpa, perturbações do sono, isolamento e dificuldade de concentração” (Martins *et al.*, 2019, p. 460).

Um elemento a ser considerado para a saúde mental dos jovens são as emoções positivas. Elas guiam e direcionam à vida e estão sempre relacionadas a alguém ou algo (Mendes; Greenberg, 2022). Vaillant (2010) descreve sete emoções com tais características e que englobam a espiritualidade, que denomino aqui de emoções de transcendência: amor, esperança, alegria, perdão, compaixão, fé e reverência, defendendo que elas direcionam para a espiritualidade. Essas emoções estão presentes nos valores experienciados no encontro com o sentido de vida, realizando um papel relevante para orientar comportamentos atualizados, flexíveis e compatíveis à responsabilidade de ser no mundo.

Não basta não estar doente, precisa haver uma expansão criativa na vida, a partir de emoções aprazíveis, engajamento, sentido, bons relacionamentos e realização e pela atuação das denominadas forças de caráter, características positivas em uso cotidiano das pessoas. “O estado de saúde mental não é apenas estar livre de transtornos; antes, é a presença do florescimento” (Seligman, 2012, p. 82).

Depreende-se, então, que o sentido de vida pode ser facilitado pela vivência de valores relacionais, criativos e atitudinais que, por sua vez, são perpassados por emoções de transcendência. Mendes e Greenberg (2022) lembram que as emoções estão presentes em todas as experiências e estão relacionadas a algo a alguém, demonstrando um caráter transcendental. Embora tenham um lado biológico, perfazendo processos automáticos de ação e reação, as emoções são impactadas por processos reflexivos, de consciência, e participam de decisões: “[...] os processos reflexivos mais detalhados podem auxiliar a dar contorno na regulação afetiva, guiando-nos, também, na construção de sentido a partir das experiências” (Mendes; Greenberg, 2022, p. 18).

Desse modo, o sentimento de esperança, por exemplo, estimula a resiliência frente ao sofrimento e questionam a resignação passiva pela consciência da liberdade em fazer escolhas e da responsabilidade em decidir uma postura específica. Destarte, sempre há a possibilidade de transcender uma limitação do mundo objetivo e descobrir um sentido latente em vez de sucumbir à situação adversa (valores atitudinais). Já o amor, o perdão e a compaixão são combustíveis para as relações, o que está na experiência com valores relacionais.

Como exemplo último, mas não final, por haver outras inúmeras correspondências, apresenta-se no sentimento de esperança que pode incentivar a criação de um projeto para contribuir com o mundo, o que remete aos valores criativos. Outra associação da esperança está com a vontade de sentido. Isso porque a vontade de sentido, sendo a força motriz de uma pessoa em prol do descobrimento do sentido de vida (Frankl, 2021a), é responsável por vivificar a esperança em avançar e contrapor-se às dificuldades, superando problemas e frustrações com chances de se transformarem em uma patologia psíquica (Aquino, Damásio e Silva, 2010).

A educação é um dos âmbitos sociais que mais interfere na constituição de pessoas, pois ela é um sistema dedicado ao outro, para seu crescimento e mudança (Antudes; Silva, 2015). Dito isso, é necessário permitir a abertura para a tensão do vir-a-ser, por meio de experiências valorativas com as emoções de transcendência, já que a Lei nº 13.415/2017 delimita que os currículos do Ensino Médio devem abranger aspectos integrais dos sujeitos, isto é, não somente físicos e cognitivos, mas socioemocionais. Portanto, uma das transformações que precisa ocorrer na área educacional é deter o foco apenas no intelecto e no conteúdo.

Um estudo realizado por Luz, Murta e Aquino (2017) com 47 adolescentes usando um grupo experimental e outro de controle sugere que o trabalho com o sentido de vida aumenta a sua percepção, redução da vivência patológica de afetos negativos, fortalecimento da esperança frente ao futuro e diminuição do risco do vazio existencial. Logo, a dimensão espiritual/noológica é basilar para o bem-estar psíquico, por isso, é prioritário educar para a

existência porque, quando não se cria lugar para autotranscender, pode-se estar condenar adolescentes a uma vida sem sentido e, portanto, sem o elemento substancial para a espiritualidade (Del Río, 2019).

Os Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia (IFs), criados pela Lei 11.892/08, são responsáveis pela oferta de um tipo de educação: profissional e tecnológica. A origem do ensino profissionalizante foi no ano de 1909 com a criação de Escolas de Aprendizizes e Artífices. Depois, as escolas passaram a ser Liceus Profissionais; em 1942, nas Escolas Industriais e Técnicas; e, em 1949, nas Escolas Técnicas Federais. No ano de 1978, mudaram para os Centros Federais de Educação Tecnológica, os CEFETs e, em 2008, transformaram-se nos Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia (Figueiredo; Salles, 2017).

Nesses cem anos de trajetória, as escolas de formação profissional receberam diversas denominações e passaram por muitas mudanças no que diz respeito aos seus objetivos e focos de atuação educacional. Essas transformações estão relacionadas ao contexto histórico e socioeconômico brasileiro e mesmo a imposições feitas pelo capital em contexto global (Souza; Medeiros Neta, 2021, p. 110-111).

Os IFs surgiram a partir da junção de outras instituições federais profissionalizantes já existentes, como os CEFETs e as Escolas Agrotécnicas Federais (EAFs). Embora sejam avaliadas no mesmo patamar de universidades, oferecendo cursos de graduação, licenciatura e pós-graduação, atividades de pesquisa e extensão, os IFs têm a peculiaridade de precisar garantir o mínimo de 50% para educação profissional técnica de nível médio (Brasil, 2008).

Atualmente, a Rede Federal não mais se restringe à oferta de cursos técnicos de nível médio, como na maior parte de sua existência, mas também de cursos de nível superior de tecnologia, de licenciaturas e pós-graduações lato e stricto sensu. Isso se deve, em grande medida, à transformação dessas instituições em Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia que se expandiram territorialmente desde princípios do século XXI até meados da segunda década (Souza; Medeiros Neta, 2021, p. 111).

Devido à sua vinculação ao atendimento das demandas do mercado de trabalho e necessidade de suprir mão de obra técnica estratégica para crescimento da economia brasileira, a educação profissional tecnológica tem sido cada vez mais o alvo de atenções do governo e empresários. Fato comprovado por sua grande expansão iniciada no ano de 2003 (Figueiredo; Salles, 2017).

Assim, os IFs com um currículo plural devido às diversas modalidades de ensino unem saberes técnicos e tecnológicos, além de práticas pedagógicas (Brasil, 2008), apresentando um papel de relevância na transformação social e não somente no atendimento das demandas mercadológicas. Por isso, a missão do IFCE é “produzir, disseminar e aplicar os conhecimentos

científicos e tecnológicos na busca de participar integralmente da formação do cidadão” (IFCE, 2019). Contudo, apesar de ter em sua missão a formação integral, a observação diária aponta para uma associação maior com a questão tecnicista e de conteúdo, deixando mais de lado a integralidade do ser.

Faz-se mister a educação tomar posse e ser facilitadora para aquilo que torna a humanidade realmente humana, que é a dimensão espiritual/noológica/noética. Porém, a atuação da educação - e no IFCE não é diferente - está mais voltada para as dimensões psicofísicas.

Falar no papel da educação na humanização é falar no papel fundamental da educação no desenvolvimento dos indivíduos e das sociedades, não só como transmissora de conhecimentos como meio para alcançar um fim, mas como formadora de um ser humano que responda aos seus anseios de profundidade com sentido (Souza; Gomes, 2013, p. 216).

A educação formal precisa movimentar-se para instalar uma cultura do ser, pois a escola é um lugar de referência e de construção da identidade e do sentimento de pertença (Del Río, 2019). De acordo com Souza e Gomes (2013), precisa privilegiar tanto a formação intelectual como questionamentos responsáveis, livres, profundos e éticos acerca de como cada pessoa, no ato de decidir quem é, encontre uma vida com significado, que transcenda a sua própria existência. O próprio ato de educar é transcendente, pois como disse Antudes e Silva (2015, p. 41):

Com efeito, educar – proveniente de *educare*, orientar, nutrir, decidir num sentido externo, levando o indivíduo de um ponto onde ele se encontra para outro que se deseja alcançar; e de *educere*, que se refere a promover o surgimento de dentro para fora das potencialidades que o indivíduo possui – e a ação que se exerce sobre alguém com vista a que essa pessoa se transforme, através da aquisição de um conhecimento, comportamento, ou habilidade permanente, estável e que não possuía anteriormente. E, por outro lado, que atualize o seu potencial.

A espiritualidade existe independente de religião ou religiosidade e pode ser acionada e mantida pelo sentido de vida, posto que a humanidade é a única espécie da Terra que se pergunta sobre os sentidos que perpassam a vida. Tal dinâmica acontece justamente porque ela possui uma espiritualidade noológica, configurada na capacidade de sempre poder transcender e procurar valores que são considerados significantes para o viver (Vieira; Aquino, 2016). E um caminho para isso são as emoções de transcendência, pois, segundo Mendes e Greenberg (2022) elas apontam para o que realmente importa: o desenvolvimento do ser (Antudes; Silva, 2015).

Ora, se o sentido de vida é uma via para a espiritualidade (Aquino, 2016) e se a ela se justapõe emoções positivas transcendentais (Vaillant, 2010), essas últimas participam da noodinâmica dos encontros com os sentidos ao longo da existência. Então, quando a educação envolve a espiritualidade por meio do sentido de vida, ela dá a oportunidade para expressar valores, integrando a dimensão espiritual/noológica, o que possibilita escolher dentre as possibilidades do vir-a-ser (Del Río, 2019).

O anseio por sentido é indicativo de saúde mental (Aquino; Damásio; Silva, 2010). Aquino, Simeão e Rodrigues (2021) apontam que o debate acerca do sentido da vida é preventivo e protetivo principalmente na juventude, pois sua busca permite o movimento da transcendência. Antunes e Silva (2015) descrevem uma espiritualidade responsável por projetar o futuro, alcançar significados profundos, encontrar sentidos para a vida.

Existe saúde onde há lugar para experienciar o sentido de vida, sendo preciso espaços para instigar a dimensão espiritual/noológica. A educação uma área estratégica para tal condução por ser o âmbito onde também a vida acontece. Seu alcance de ir além da transmissão de conteúdo conduz o indivíduo à pessoa espiritual, logo ao encontro daquilo que lhe é significativo.

Portanto, o tema central da tese em tela defende que a espiritualidade, por meio de emoções positivas de transcendência, atua para o encontro com o sentido de vida, contribuindo para a proteção psíquica contra depressão, ansiedade e estresse em estudantes adolescentes. Acredita-se que estudantes adolescentes com espiritualidade apresentam presença de sentido de vida e experimentam níveis mais baixos de depressão, ansiedade e estresse. Por isso, pressupõe-se que: há uma associação entre espiritualidade e sentidos de vida e de quanto maior a busca de sentido, maiores sintomas de depressão, ansiedade e estresse e quanto maior presença de sentido, menor sintomas de depressão, ansiedade e estresse; e ao se trabalhar as emoções que representam a espiritualidade há uma maior percepção da presença de sentido e redução de sintomas de depressão, ansiedade e estresse na vida em estudantes adolescentes.

Para tanto, a tese foi organizada em cinco artigos, sendo quatro manuscritos de revisões de literatura abordando, respectivamente: a espiritualidade para além das religiões institucionalizadas, as relações entre espiritualidade e sentido de vida, as contribuições da Logoterapia para a saúde mental na adolescência e o diálogo entre Logoterapia e Análise Existencial e Psicologia Positiva. O quinto artigo se constituiu nas análises da dinâmica da espiritualidade, sentido de vida e sintomas de depressão, ansiedade e estresse e de uma intervenção, denominada “Encontrando sentido de vida”, realizada em um grupo experimental

de estudantes adolescentes do Ensino Médio em um *campus* do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE).

Se a espiritualidade, pautada na educação para o sentido, pode promover saúde mental e reduzir sintomas de depressão, ansiedade e estresse, é preciso propor e testar ações que possam ser promissoras para serem integradas à dinâmica educacional, considerando principalmente que a adolescência é crítica para o desenvolvimento humano. Ademais, há a necessidade de oferecer experiências para enfrentar desafios e construir um futuro com mais significado.

2 OBJETIVOS

O objetivo geral da tese foi possibilitar a experiência com a espiritualidade a partir do sentido de vida por meio de emoções positivas que conduzem a transcendência em adolescentes estudantes de um campus do Ensino Médio Integrado do IFCE e, assim, favorecer a saúde mental. Para tanto, foram realizados dois estudos empíricos. O primeiro estudo conduziu uma análise da saúde mental, modelando as relações entre variáveis para prever: até que ponto a espiritualidade influencia a presença e a busca de sentido, e como a espiritualidade e o sentido de vida afetam os níveis de depressão, ansiedade e estresse. Analisar essas associações é essencial, pois “[...] a percepção do sentido na vida e a espiritualidade desempenham um papel importante na manutenção da vitalidade subjetiva” (Vieira; Aquino, 2016, p. 484).

O segundo estudo, compreendendo a necessidade de prevenir o vazio existencial, manifestado em sintomas de depressão, ansiedade e estresse na população jovem no ambiente escolar, trouxe uma proposta experimental fundamentada na Logoterapia e Análise Existencial, em articulação com a Psicologia Positiva. Para atingir esse propósito, foi elaborado um projeto vivencial focado nas emoções positivas de transcendência, que são caminhos para a espiritualidade através do sentido de vida, em estudantes adolescentes. A realização do projeto vivencial aconteceu em um grupo experimental de estudantes adolescentes cujos resultados foram posteriormente avaliados, comparando com um grupo controle.

A pesquisa visou, assim, aprofundar o entendimento sobre espiritualidade e sentido de vida para contribuir para o bem-estar psíquico dos adolescentes no contexto educacional. Os desfechos descobertos podem apoiar intervenções futuras, contribuindo no desenvolvimento de práticas mais integrais que tragam a dimensão espiritual/noológica nas instituições de ensino.

3 METODOLOGIA

O estudo atual inicia com quatro manuscritos de revisão de literatura de artigos acadêmicas nacionais, coletados entre os anos de 2018 e 2023. De acordo com Von Hohendorff (2014), as revisões de literaturas colaboram para fornecer uma visão geral de descobertas anteriores, teorias, debates e lacunas ainda existentes.

A primeira revisão examinou pesquisas que consideram uma espiritualidade mais ampla, isto é, independente de uma tradição religiosa, descritas nas terminologias de espiritualidade não religiosa, espiritualidade sem religião e espiritualidade laica e se elas tecem uma discussão com a perspectiva de Viktor Frankl. A segunda procurou estudos que identificassem a interseção entre o sentido de vida, conforme proposto pela Logoterapia e Análise Existencial, e a espiritualidade. O foco se caracterizou em trabalhos que abordassem os temas de maneira simultânea, trazendo a interação entre elas.

A terceira revisão buscou apresentar o panorama da Logoeducação brasileira para adolescentes, já que esse campo de atuação tem potencial para contribuir no desenvolvimento de habilidades socioemocionais, crescimento pessoal, construção de valores e resiliência. E a última revisão verificou ensaios que estabelecessem uma associação entre a Logoterapia e Análise Existencial e a Psicologia Positiva, visto que as abordagens apresentam similaridades na compreensão de sentido de vida e podem juntas colaborar para a saúde mental de jovens estudantes.

Após as revisões de literatura constituídas, o quinto estudo realizou duas investigações distintas. A estratégia de investigação de toda a parte empírica foi exploratória sequencial: iniciando com a pesquisa quantitativa para depois seguir para a qualitativa e finalizar com a quantitativa.

O estudo 1 explorou as relações entre espiritualidade, sentido de vida e sintomas de depressão, ansiedade e estresse em 152 adolescentes do Ensino Médio em um *campus* de uma instituição de ensino pública. Essa parte da pesquisa envolveu a análise quantitativa de dados para examinar possíveis associações entre essas variáveis e compreender seu impacto na saúde mental dos adolescentes.

O estudo 2 consistiu na concepção e avaliação de uma proposta vivencial em um grupo experimental (n=15) destinada a facilitar o reconhecimento dos adolescentes da espiritualidade, por meio do encontro com o sentido de vida, utilizando emoções positivas como catalisadoras para a transcendência. Essa parte do estudo adotou uma abordagem mista, combinando métodos

quantitativos e qualitativos para examinar tanto os efeitos objetivos da intervenção quanto a experiência subjetiva dos participantes.

O projeto vivencial nos campos da espiritualidade, sentido de vida, saúde mental e educação no Ensino Médio baseou-se em quatro perguntas norteadoras: a espiritualidade se associa ao sentido na vida? A espiritualidade se associa à ansiedade, ao estresse e à depressão em adolescentes? O sentido de vida se associa à ansiedade, ao estresse e à depressão em adolescentes? Qual efeito de um projeto vivencial acerca do sentido de vida a partir de emoções positivas de transcendência na espiritualidade, sentido de vida e na depressão, no estresse e na ansiedade em estudantes adolescentes?

O público-alvo foi adolescentes estudantes do *campus* Caucaia do Ensino Médio Integrado do Instituto Federal de Ciência, Educação e Tecnologia do Ceará (IFCE), situado na região metropolitana da capital Fortaleza. O *campus* foi escolhido, após análise da plataforma *on-line* Em Números¹, criada pelo IFCE para visualização de dados institucionais. Na época da pesquisa, Caucaia foi o *campus* que melhor atendeu, dentre os da região metropolitana, os percentuais legais da Lei 11.892/2008, a saber: mínimo de 50% (cinquenta por cento) de suas vagas para formação técnica de nível médio, prioritariamente em cursos integrados e o mínimo de 20% cursos de licenciatura para formação de professores de educação básica, principalmente em ciências e matemática (Brasil, 2008). Além disso, por ser o primeiro *campus* a ter a modalidade de Ensino Integrado em três anos.

3.1 Estudo 1

O estudo 1 teve abordagem quantitativa e alcance exploratório, descritivo e correlacional, com uma amostragem não probabilística por conveniência; o seu desenho foi não experimental e transversal (Sampieri; Collado; Lucio, 2006). “Em pesquisas correlacionais ou transversais, observamos o que acontece naturalmente no mundo sem interferir diretamente nele [...]” (Field, 2020, p. 16).

Para a coleta de dados, foram utilizados um questionário sociodemográfico (APÊNDICE A) e três instrumentos validados. O primeiro foi a versão brasileira abreviada do *World Health Organization's of Life Instrument – Spirituality Religion and Personal Beliefs module*, o Instrumento de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde - Módulo Espiritualidade, Religiosidade e Crenças Pessoais, WHOQOL-SRPB BREF (ANEXO A). Esse instrumento

¹ Endereço eletrônico: <https://emnumeros.ifce.edu.br/>

apresenta nove itens, sendo oito que espelham cada uma das facetas do WHOQOL-SRPB: conexão com ser ou força espiritual, sentido na vida, admiração, totalidade e integração, força espiritual, paz interior, esperança e otimismo e fé. O último item é considerado genérico e representa a religiosidade, a espiritualidade e as crenças pessoais do WHOQOL-BREF. Todos os itens, em escala Likert, variam a pontuação de 1 a 5 (Zimpel *et al.*, 2019).

O outro instrumento foi o Questionário de Sentido de vida - QSV (ANEXO B) oriundo do *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ), traduzido para o português e validado para o contexto brasileiro por Aquino *et al.* (2015). O instrumento é composto por 10 itens que são agrupados em duas dimensões: Busca de Sentido (BS) e Presença de Sentido (PS) em uma escala Likert que variava de totalmente falso (1) até totalmente verdadeiro (7). E, por fim, a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse – EDAE (ANEXO C) voltada para a adolescência, adaptada e validada do instrumento *Depression, Anxiety and Stress Scale – Short Form* (DASS-21) cuja intenção é mapear sintomas de depressão, ansiedade e estresse (Patias *et al.*, 2016).

O número total de estudantes no Ensino Integrado do *campus* Caucaia durante a primeira parte da pesquisa, era de 315 discentes, que foi realizada no início do segundo semestre, de forma específica em agosto do ano de 2023. A partir do intervalo de confiança 95% e erro amostral 5%, seriam necessários 140 sujeitos, tendo sido atingida uma amostra de 152 estudantes.

Os critérios de inclusão para o estudo foram estudantes do Ensino Integrado com idade entre 14 anos e 18 anos incompletos que concordaram em participar por meio do Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE B), juntamente com a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE C) dos seus responsáveis legais.

Portanto, a meta do primeiro estudo consistiu em analisar a predição de associações para os seguintes modelos de regressão: o quanto a espiritualidade (variável independente) estima a presença de sentido (variável dependente) e a busca de sentido (variável dependente); o quanto a espiritualidade (variável independente) estima a depressão, o estresse e a ansiedade (variáveis dependentes); o quanto a presença de sentido (variável independente) e a busca de sentido (variável independente) estima a depressão, o estresse e a ansiedade (variáveis dependentes). Além disso, foram realizadas associações com as covariáveis importância da crença espiritual/religiosa e o sexo.

Inicialmente, os dados foram descritos através de frequências absolutas e percentuais (variáveis qualitativas) e por meio de medidas como média, desvio-padrão, mínimo, mediana e máximo (variáveis quantitativas). A análise da relação das variáveis de interesse com os escores do WHOQOL-SRPB BREF e do QSV foi feita através do modelo de regressão linear, bruto e

ajustado. Esses modelos têm como pressuposto que seus resíduos têm distribuição normal com média 0 e variância σ^2 constante, e estes foram analisados por meio de gráficos pertinentes como histograma, quantil-quantil e dispersão. Foi utilizado o pós-teste de Tukey para as comparações múltiplas envolvendo variáveis independentes qualitativas com mais de dois níveis.

Para analisar a associação das variáveis de interesse com os escores do EDAE-A foi utilizado o modelo de regressão com distribuição binomial-negativa e função de ligação logarítmica, bruto e ajustado (Cameron; Trivedi, 2013), dado que esses desfechos são variáveis quantitativas discretas e não contínuas. A partir das estimativas do modelo, foram calculadas o aumento (ou a redução) relativo na média a partir da expressão $AR(\beta) = [\exp(\beta) - 1] * 100\%$. Para todas as análises adotou-se um nível de significância de 5%.

3.2 Estudo 2

O estudo 2 caracterizou-se por enfoque misto (qualitativo e quantitativo) com alcance correlacional, desenho do tipo quase experimental em uma amostra não probabilística. Por se tratar de uma pesquisa de método misto, houve coleta e análise de dados quantitativos e qualitativos (Sampieri; Collado; Lucio, 2006).

O principal objetivo deste estudo foi criar oportunidades vivenciais para o encontro com o sentido de vida em estudantes do Ensino Médio Integrado, a partir de experiências com emoções de valência positivas. Para atingir o objetivo do estudo 2, delineou-se um projeto vivencial centrado em sete emoções que Vaillant (2010) defende corroborar com a espiritualidade: alegria, fé, perdão, compaixão, amor, esperança e reverência. Se elas são um caminho para a espiritualidade, também podem ser para o sentido de vida, posto que, de acordo com Esperandio e Hefti (2020), no cerne de toda espiritualidade há o encontro com o sentido de vida.

Nessa esteira, a manipulação experimental aconteceu em dois grupos, experimental e controle, compreendendo acerca da interação entre emoções positivas, espiritualidade e sentido de vida. O projeto “Encontrando Sentido de Vida” (APÊNDICE D) foi elaborado a partir de leituras das teorias da Logoterapia e Análise Existencial com a contribuição da Psicologia Positiva. Ele aconteceu em seis encontros, com duração de 1h30 cada, em uma sala de aula do *campus* Caucaia com um grupo experimental de 15 estudantes. O grupo controle contou com a mesma quantidade de estudantes.

Durante os encontros, os participantes do grupo de intervenção fizeram registros das suas reflexões sobre as atividades desenvolvidas. A cada final de um encontro, também ocorreu uma avaliação específica e, no último encontro, foi realizada uma avaliação geral do programa. Entre um encontro e outro foi solicitado para que os participantes fizessem exercícios em temáticas direcionadas, consoante o roteiro do projeto (APÊNDICE D).

A coleta de dados da parte quantitativa da pesquisa foi pelo pré-teste, realizado no estudo 1; e pós-teste realizado no sexto encontro, após a avaliação final do programa. Vale ressaltar que a aplicação dos dois pós-testes foi coletiva e feita pela pesquisadora em tela que ficou disponível para dúvidas quanto às instruções de respostas e qualquer outra necessidade que surgisse.

Para a parte quantitativa, inicialmente, os dados foram descritos através de frequências absolutas e percentuais (variáveis qualitativas) e por meio de medidas como média, desvio-padrão, mínimo, mediana e máximo (variáveis quantitativas), de acordo com cada grupo e tempo. Para as comparações entre os grupos e tempos quanto aos escores do WHOQOL-SRPB BREF e do QSV foi proposta a análise de variância (ANOVA) com medidas repetidas (Winer *et al.*, 1971). Esse modelo tem como pressuposto que seus resíduos têm distribuição normal com média 0 e variância σ^2 constante, e foram analisados por meio de gráficos pertinentes como histograma, quantil-quantil e dispersão. Para as comparações quanto aos escores do EDAE-A foi utilizado o modelo de regressão com distribuição binomial-negativa com medidas repetidas e função de ligação logarítmica (Cameron; Trivedi, 2013), dado que esses desfechos são variáveis quantitativas discretas e não contínuas. A partir das estimativas do modelo, foram calculadas o aumento (ou a redução) relativo na média a partir da expressão $AR(\beta) = [\exp(\beta) - 1] * 100\%$. Para todas as comparações adotou-se um nível de significância de 5%.

Na parte qualitativa do estudo 2, os registros de atividades realizadas durante os encontros e os diários de campo dos participantes foram compilados e analisados pelo Iramuteq (Interface de R *pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires*) por nuvem de palavras, análise de similitude e Classificação Hierárquica Descendente (CHD).

A nuvem de palavras representa uma forma visual de distinguir palavras mais frequentes em um *corpus* textual. Nela, é possível observar os vocabulários mais comuns pelo tamanho e centralidade na imagem resultante. A análise de similitude realiza a construção de uma matriz de proximidade entre as palavras, apresentando-as graficamente em forma de uma árvore de ocorrências para dar *insight* de temáticas e a associação entre os termos. E a CHD é uma ferramenta estatística que reúne os termos por semelhança em categorias hierárquicas, tendo

como pressuposto a frequência e proximidade. A função da CHD é fornecer uma compreensão mais aprofundada da estrutura e do conteúdo do *corpus* textual examinado (Salviati, 2017).

REFERÊNCIAS

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. **A presença não ignorada de Deus na obra de Viktor Frankl**: articulações entre logoterapia e religião. São Paulo: Paulus, 2014.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. **Espiritualidade e saúde ou mente são em um corpo são?** In: AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; CALDAS, Marcus Tulio; PONTES, Alisson de Meneses (Org.). *Espiritualidade e saúde: Teoria e pesquisa*. 1ed. Curitiba: Editora CRV, 2016, v. 1, p. 35-46.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; DAMÁSIO, Bruno Figueiredo; SILVA, Joilson Pereira da. **Logoterapia e educação: Fundamentos e prática**. São Paulo: Paulus, 2010.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de *et al.* Questionário de Sentido de Vida: Evidências de sua validade fatorial e consistência interna. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 35, p. 4-19, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/3WxTzqk8H6KjdGkD4KSdttR/>. Acesso em: 04 maio 2024.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; LUZ, José Marcelo Oliveira da; SILVA, Lorena Bandeira da. Promoção do sentido da vida: diretrizes e aplicações. In: RODRIGUES, Miriam; PEREIRA, Douglas da Silveira. **Psicologia positiva: dos conceitos à aplicação**. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2021, p. 457-472.

AQUINO, Thiago Avellar de; OLIVEIRA, Karen Guedes. Religiosidade e espiritualidade no contexto da saúde: uma perspectiva noopsicossomática. In: ALMINHANA, Letícia Oliveira; FREITAS, Marta Helena; AQUINO, Thiago Avellar de (Orgs.). **Experiências religiosas, espirituais e anômalas: desafios para a saúde mental**. João Pessoa: Editora UFPB, 2020, p. 53-74.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; SIMEÃO, Shirley de Souza Silva; RODRIGUES, Ludmila Xavier. O sentido na vida como prevenção do vazio existencial. In: RODRIGUES, Miriam; PEREIRA, Douglas da Silveira. **Psicologia positiva: dos conceitos à aplicação**. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2021, p. 49-67.

ANTUDES, Roque Rodrigues; SILVA, Ana Paula. Inteligência espiritual: Um bem educativo. **EduSer**, v. 7, n. 1, 2015. Disponível em: <https://www.eduser.ipb.pt/index.php/eduser/article/view/62/63>. Acesso em: 25 set. 2022.

BRASIL. **Lei nº 11.892**, de 29 de dezembro de 2008. Institui a Rede Federal de Educação Profissional, Científica e Tecnológica, cria os Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia, e dá outras providências. D.O.U. Seção 1, de 30 de dezembro de 2008. Brasília, DF, 2008. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2008/lei/11892.htm. Acesso em: 11 jan. 2023.

BRASIL. **Lei nº 13.415**, de 16 de fevereiro de 2017. Brasília, DF, 2017. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/13415.htm. Acesso em: 11 jan. 2023.

CAMERON, A. Colin; TRIVEDI, Pravin K. **Regression analysis of count data**. Cambridge university press, 2013.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. Artmed Editora, 2018.

DEL RÍO, Gastón. **De la cultura del bien-estar a la cultura del bien-ser**. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Bonum, 2019.

FIELD, Andy. **Descobrimdo a estatística usando o SPSS-5**. Penso Editora, 2020.

FIGUEIREDO, Natália Gomes da Dilva; SALLES, Denise Medeiros Ribeiro. Educação profissional e evasão escolar em contexto: motivos e reflexões. **Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 95, p. 356-392, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ensaio/a/Bw8WKpzdP3w8qn5zL68C3sq/?lang=pt>. Acesso: 20 ago. 2022.

FRANKL, Viktor Emil. **A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia**. São Paulo: Paulus, 2021a.

FRANKL, Viktor Emil. **A presença ignorada de deus**. Petrópolis: Vozes, 2021b.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa nacional de saúde do escolar**: 2019. Rio de Janeiro: IBGE, 2021. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101852.pdf>. Acesso em: 22 maio 2023.

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO CEARÁ. **Em números**. Disponível em: <https://ifceemnumeros.ifce.edu.br/>. Acesso em: 11 maio 2023.

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO CEARÁ. **Missão, visão e valores**. Fortaleza: IFCE, 2019. Disponível em: <https://ifce.edu.br/acesso-ainformacao/Institucional/missao-visao-e-valores>. Acesso em: 20 ago. 2022.

LUZ, José Marcelo Oliveira da; MURTA, Sheila Giardini; AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Avaliação de resultados e processo de uma intervenção para promoção de sentido da vida em adolescentes. **Trends in Psychology**, v. 25, p. 1795-1811, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tpsya/SXfpQh9R6CfvFnTBjClyNjP/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 10 maio 2023.

MANGOLINI, Vitor Iglesias; ANDRADE, Laura Helena; WANG, Yuan-Pang. Epidemiologia dos transtornos de ansiedade em regiões do Brasil: uma revisão de literatura. **Revista de Medicina**, v. 98, n. 6, p. 415-422, 2019. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/144226>. Acesso em: 11 maio 2023.

MARTINS, Bianca Gonzalez *et al.* Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 68, p. 32-41, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/SZ4xmWDdkxwzPbSYJfdyV5c/?format=html>. Acesso em: 20 ago. 2022.

MEDEIROS, Waleska de Carvalho Marroquim; BARRETO, Carmem Lúcia Brito Tavares. (Re) Integrando a espiritualidade na saúde: caminho em construção. In: AQUINO, Thiago Antônio Avellar de; CALDAS, Marcus Túlio; PONTES, Alisson de Meneses (Org.). **Espiritualidade e saúde: teoria e pesquisa**. Curitiba: CRV, 2016, p. 17-33

MENDES, Marco Aurélio; GREENBERG, Leslie. **A clínica das emoções: teoria e prática focada nas emoções**. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2022.

MIGUEZ, Eloisa Marques. **Educação em Viktor Frankl: entre o vazio existencial e o sentido da vida**. 2015. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS) (s.d.). **Saúde Mental dos Adolescentes**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>. Acesso em: 04 fev. 2024.

PATIAS, Naiana Dapieve *et al.* Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) -short form: adaptação e validação para adolescentes brasileiros. **Psico-usf**, v. 21, p. 459-469, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/CtJv6LTmfYxKfXzmP4j6q5g/?lang=pt>. Acesso em: 10 fev. 2024.

SALVIATI, Maria Elisabeth. **Manual do Aplicativo Iramuteq** (versão 0.7 Alpha 2 e R Versão 3.2.3). Planaltina, 2017.

SAMPIERI, Roberto Hernández; COLLADO, Carlos Fernández; LUCIO, Maria Del Pilar Baptista. **Metodologia de pesquisa**. 3.ed. São Paulo: McGraw-Hill. 2006

SELIGMAN, Martin Elias Pete. **Florescer: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.

SOUZA, Emiliana Aparecida de; GOMES, Eliseudo Salvino. Educação, um processo de humanização na visão frankliana. **Foro de Educación**, v. 11, n. 15, p. 215-228, 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4475/447544540011.pdf>. Acesso em: 23 abril 2022.

SOUZA, Francisco das Chagas Silva; MEDEIROS NETA, Olivia Moraes de. Educação Profissional e Tecnológica no Brasil no século XXI: expansão e limites. **Educação Profissional e Tecnológica em Revista**, v. 5, n. 2, p. 109-125, 2021. Disponível: <https://ojs.ifes.edu.br/index.php/ept/article/view/1222>. Acesso: 20 ago. 2022.

SUNG, Jung Mo. **Educar para reencantar a vida: pedagogia e espiritualidade**. São Paulo: Editora Reflexão, 2012.

VAILLANT, George. **Fé: evidências científicas**. Barueri, São Paulo, 2010.

VIEIRA, Danielly Costa Roque; AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Vitalidade subjetiva, sentido na vida e religiosidade em idosos: um estudo correlacional. **Temas em Psicologia**, v. 24, n. 2, p. 483-494, 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2016000200005. Acesso em: 25 nov. 2023.

VON HIHENDORFF, Jean. Como escrever um artigo de revisão de literatura. *In*: KOLLER, Sílvia Helena; PAULA COUTO, Maria Clara Pinheiro de; VON HOHENDORFF, Jean. **Manual de produção científica**. Porto Alegre: Penso, 2014.

ZIMPEL, Rogério Ricardo *et al.* Psychometric properties of the WHOQOL-SRPB BREF, Brazilian Portuguese version. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 41, p. 411-418, 2019.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbp/a/tDwTcqQ8tsTGSPpPp5KWsCr/?lang=en&format=html>. Acesso em: 23 mar. 2024.

ARTIGO I

Uma perspectiva humana de espiritualidade

Resumo: O questionamento sobre a existência é uma característica intrínseca do ser humano, uma vez que está constantemente a procura por significados para a vida. Assim como as expressões religiosas buscam responder às perguntas existenciais, a Logoterapia e Análise Existencial do neuropsiquiatra Viktor Emil Frankl também o faz. A abordagem de Frankl apresenta em seu arcabouço a necessidade humana fundante de encontrar os sentidos de vida, que se configura como uma pergunta fundamental de uma religiosidade mais ampla: a espiritualidade. Desse modo, compreendendo que toda busca por sentido é uma manifestação de espiritualidade, independentemente de ser religiosa ou não, a pesquisa investigou produções científicas, entre os anos de 2018 e 2023, associadas a uma espiritualidade expandida, envolvendo termos “sem religião”, “espiritualidade não religiosa” e “espiritualidade laica”, a luz da abordagem frankliana. Concluiu-se, com base na investigação realizada, que não há estudos anteriores que estabeleçam uma relação entre as denominações que engloba essa espiritualidade ampliada e a Logoterapia e Análise Existencial de Viktor Frankl.

Palavras-chave: Espiritualidade; Sem religião; Espiritualidade não religiosa; Espiritualidade laica; Logoterapia e Análise Existencial.

1 INTRODUÇÃO

Todo ser humano tem em si a espiritualidade, justamente por sua capacidade de autotranscender. Frankl (2015) definiu a autotranscendência como uma direção para fora: um sentido a se cumprir em algo ou alguém. Por isso, o ensaio investigou produções científicas, na forma de artigos, que estabeleçam um diálogo entre espiritualidade não vinculada à religião e a perspectiva da Logoterapia e Análise Existencial. Tal diálogo é relevante porque toda espiritualidade pode ser entendida, em última instância, como uma procura pelo sentido de vida. “Dizer que o ser humano precisa de significação é dizer que ele constrói uma fé” (Amatuzzi, 2005).

A área denominada pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) no Brasil como Ciências da Religião e Teologia (Área 44) existe formalmente desde 2016, porém os debates e o desenvolvimento de programas de pós-graduação já aconteciam há

pouco mais de cinco décadas. Uma das características constitutivas da Área 44 é a interdisciplinaridade (Brasil, 2019), que faz com que a subárea Ciência da Religião Aplicada possa contribuir de maneira teórica e prática em confluência com abordagens, métodos e perspectivas de diferentes áreas do conhecimento

No que tange às aproximações das Ciências da Religião com a Psicologia, Oliveira e Aquino (2014) acreditaram que a religião, na interface com o estudo da mente humana, debruça-se mais nos impactos daquela na psique. A Psicologia, como parte integrada ao estudo das religiões, contribui para conhecer o processo religioso do homem. Logo, o que foi intitulado de Psicologia da Religião somou-se à área de Ciências da Religião e Teologia (Jaruzo; Barcellos, 2020).

Abrigando fenômenos da religião e do psiquismo humano, a Psicologia da Religião está distante de ser precisa e ter um consenso, estando aberta para muitas interpretações. Uma quantidade considerável de estudiosos questionou até se a Psicologia da Religião pode ser vista como científica pela obscuridade quando se trata de desvendar os fatos religiosos na humanidade. Embora existam pesquisadores que vejam esse obscurantismo, a Psicologia da Religião é inteligível em si mesma. E, desde o fim do século XIX, voltou a ter atenção, apesar de continuar pouco conhecida (Belzen, 2013).

No desenrolar das sociedades humanas, a Psicologia da Religião despontou formalmente na década de 1880, visando aplicar a psicologia ao estudo da religião. Desde o seu surgimento, traz consigo controvérsias: por um lado, acredita-se na sua irreligiosidade e, portanto, não pode investigar a religião; e, por outro, há a crença da necessidade de vínculo da disciplina a instituições religiosas em um tom confessional, daí a denominação “psicologia religiosa”. Desse modo, o que nasceu com o intuito de investigar o fato religioso ampliou-se para outros ramos, como a já citada “psicologia religiosa”, a “psicologia como religião” e a “psicologia pastoral” (Ávila, 2007).

A Psicologia da Religião sempre se empenhou em delimitar o religioso pela racionalidade científica, no intuito de analisar e medir objetivamente e com neutralidade a experiência dos seres humanos. Porém, aos poucos, foi se desligando tanto da presunção da objetividade completa como de estar associada a uma religião específica (Valle, 2019), justamente por abrigar fenômenos subjetivos, sociais e plurais (Jaruzo; Barcellos, 2020).

De acordo com Valle (2019), continua o esforço, por meio de compêndios, em organizar os espaços de atuação e as diferenças da área e de sistematizar materiais, mas ainda faltam pesquisas e dados. De um modo geral, a proposta da Psicologia da Religião é evidenciar e esclarecer os alicerces e a natureza psicológica do fenômeno religioso. Portanto, colabora para

a compreensão dos comportamentos religiosos que integram as experiências dos indivíduos em contextos psicossociais e psicossociológicos, contribuindo para a elaboração de visões de mundo e pessoais.

Ávila (2007) entendia que a Psicologia da Religião estabelece uma relação entre Psicologia e Religião para perceber como a última qualifica os processos psíquicos. Nesse escopo, é um campo fundamentalmente psicológico que atenta para a experiência religiosa daqueles que confessam uma crença e daqueles que se intitulam incrédulos ou indiferentes religiosamente.

A ausência de clareza quanto ao objeto da Psicologia da Religião se insere nos dois campos com que dialoga: Psicologia e Religião. Por isso, a necessidade de não somente o pesquisador apontar o caminho escolhido – o seu pressuposto teórico – como distinguir qual referência de religião está tomando como base: substantiva ou funcional. O caráter substantivo irá reconhecer religião como tudo aquilo que se liga ao sagrado, ao transcendente; já o caráter funcional identifica a religião por seu papel diferenciado na vivência humana, exatamente por versar sobre os problemas últimos da vida (Ávila, 2007).

Existe uma vivência espiritual anterior às diferentes manifestações religiosas, extrapolando as demarcações de religiosidades institucionalizadas (Amatuzzi, 2005). A explicação para tal afirmação é porque essa vivência é parte intrínseca da condição humana, posto que, mesmo não desvelada, ela habita o inconsciente das pessoas (Frankl; Lapide, 2014). Acrescentam os autores que: “O homem é em seu inconsciente muito mais religioso do que supõe o seu consciente” (p. 59).

A religião pode ser um dos caminhos para expressar a espiritualidade, mas não é o único, pois quem não acredita em alguma forma de divindade, também vivencia a espiritualidade. Se por um lado a religião requer uma estrutura delimitada, por outro a espiritualidade não tem formas (Guerra *et al.*, 2021), já que não se enquadra nem muito menos se limita aos segmentos religiosos institucionalizados (Assis, 2019). Com esse entendimento, a espiritualidade está diretamente relacionada com a autotranscendência, isto é, com a percepção de que o “eu” se liga com algo maior que ele, que direciona a se engajar e ter propósitos (Guerra *et al.*, 2021). O lançar-se ao outro ou a algo é justamente elemento intrínseco ao ser humano de não se centrar apenas em si (Frankl; Lapide, 2014).

O sentido de vida, no olhar filosófico da Análise Existencial, é interpretado como incondicional e pode ser distinguido de três maneiras. A primeira é o sentido na vida, presente no cotidiano e caracterizado por seu aspecto concreto, é revelado a depender da pessoa e da situação pelo órgão do sentido - a consciência - no momento da experiência. Por outro lado, o

sentido da vida corresponde à totalidade de todo o vivido, por isso só é mais visível nos anos finais de vida. E o sentido do mundo, ou seja, o suprasentido se constitui nas questões metafísicas ou crenças em um ser divino (Aquino, 2014).

A espiritualidade ocupa a dimensão humana, um fenômeno próprio da sua natureza (Frankl; Lapide, 2014; Helminiak, 2019). E, devido a isso, a espiritualidade precisa ser estudada também desvinculada do caráter religioso, pelo olhar do suprasentido. Para tanto, a literatura acadêmica tem se debruçado nas seguintes categorias: sem religião, espiritualidade laica, espiritualidade não religiosa. As três, de maneira geral, mostram que a essência da espiritualidade está além das verdades absolutas e infalíveis tradicionalmente associadas à religião. Martins Filho e Ecco (2021) inclusive interpretam que o próprio Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE escolheu utilizar a nomenclatura “sem religião” para esse lugar de pluralidade não institucionalizada.

A desvinculação da espiritualidade da religião é importante para entender a primeira como um fenômeno anterior à religião, pois, independente dessa última, a humanidade é capaz de constituir ideias, significados e valores (Helminiak, 2019) e transcender a existência, sem a presença de uma divindade ou de instituições religiosas. Indivíduos que não participam de nenhuma instituição ou não creem em deuses ainda podem construir crenças de transcendência, de acordo com estilos próprios de pensar e de viver. A esse processo de individualização da fé, materializada na busca por sentido, Frankl (2015) cunhou de religiosidade pessoal, acreditando ser a tendência natural da humanidade.

2 CIÊNCIAS DA RELIGIÃO, PSICOLOGIA DA RELIGIÃO E LOGOTERAPIA

Viktor Frankl nasceu no ano de 1905 em Viena e morreu aos 92 anos. Com pais judeus, sua criação foi na cultura judaica. Formado em Medicina, especializou-se em Psiquiatria e Neurologia, escrevendo 43 livros. O interesse pela temática do sentido começou aos quatro anos, quando indagou se a finitude do homem não poderia retirar o significado da vida. Outro momento emblemático foi aos treze anos, quando questionou ao seu professor de ciências naturais uma afirmação deste de que a vida não passava de um processo de oxidação e combustão (Aquino, 2014). E, por volta dos quinze anos, fez uma conferência sobre o sentido de vida. Nos anos de 1929 e 1930, já refletia acerca dos valores vivenciais, criativos e atitudinais e do vazio existencial (Aquino, 2020).

A história dele foi marcada fortemente pela Segunda Guerra Mundial, vivenciando a realidade dos campos de concentração desde 1942, juntamente com toda sua família. Durante

o holocausto, perdeu seus pais, sua esposa e seu irmão (Aquino, 2014; Aquino, 2020). A experiência nesse período consolidou suas ideias quanto ao sentido da vida como primordial para a sobrevivência do homem, inclusive vistas ao sofrimento inevitável (Aquino, 2014).

Indubitavelmente, a história de vida deste autor está vinculada com os grandes temas do seu existencialismo, a exemplo da tríade trágica: sofrimento, culpa e morte, que vivenciou durante a Segunda Guerra, quando foi deportado de sua terra natal para campos de concentração. Como prisioneiro, foi encaminhado para os campos de trabalho forçado, sabendo que, para o sistema nazista, o valor de uma vida estava vinculado a sua utilidade. Durante o seu internamento nos campos de trabalho, questionou acerca do sentido de tantas mortes e sofrimentos e, após a guerra, constatou que quase toda a sua família estava dizimada (Aquino, 2020, p. 233).

Aquilo vivido por Viktor Frankl nos campos de concentração gerou a percepção de que os prisioneiros que perdiam a esperança no futuro sucumbiam (Guerra *et al.*, 2021), independentemente de estarem condenados à morte. Além disso, notou a força da religiosidade naquela circunstância, que compreendia ser um fenômeno puramente humano, originado do sentido incondicional da vida (Aquino, 2014). Em suas investigações, considerou o homem religioso aquele confiante em uma “providência”, a qual denominou de suprasentido.

O homem religioso e o não religioso escutam a voz da consciência (*Gewissen*). No entanto, para o homem religioso essa voz é transcendente, entretanto, para o homem não religioso, é imanente (Frankl, 2021a). Então, o homem não religioso tem espiritualidade e ela acontece por meio da voz imanente no ato de encontrar o sentido pelo rastreo de possibilidades futuras feita pela consciência. Em nenhuma situação, de acordo com Frankl (2015; 2021a), há ausência de espiritualidade no ser humano, apenas a ignorância da transcendência da consciência, uma vez que não se questiona qual o sentido que é responsável para cumprir.

Quer ele o queira ou não, quer ele o admita ou não, o homem crê num sentido até seu derradeiro suspiro. O suicida também crê num sentido, ainda que não de vida, de continuação da vida, mas ao menos no sentido da morte. Se não acreditasse realmente em nenhum sentido, não teria forças sequer para mover um dedo e, portanto, cometer suicídio (Frankl, 2015, p. 88).

É pelo suprasentido que há a convicção da incondicionalidade da vida e de que cada momento dela, dentre eles o sofrimento, abarca um sentido (Oliveira; Aquino, 2014). “O suprasentido pode ser uma cosmovisão, um sistema filosófico ou religioso. Seja ateu ou religioso, o ser humano tem essa busca por sentido, essa motivação universal” (Guerra *et al.*, 2021, p. 14).

Os sem religião podem ter envolvimento com a religiosidade, mas não são ligados a um modelo de religião. Por isso, não necessariamente é possível associá-los a ateus ou agnósticos,

não sendo um grupo que desacredita no transcendente ou no final das religiões, mas sim mais uma maneira distinta de se relacionar com o divino (Martins Filho; Ecco, 2021; Assis, 2019).

Na esteira desse argumento, a realidade observada aponta um momento propício para a busca do sagrado, independente da religião (ou falta desta) a ser adotada. Ainda que desprovida de vinculação institucional, parece manter-se o entendimento de que a crença sobrenatural contribui na qualidade de vida das pessoas, como fonte de sentido ou coesão. Com origens remotas, o cenário religioso brasileiro continua a afirmar-se como um verdadeiro mosaico de experiências e vivências de “espiritualidades” que absorvem e moldam elementos próprios de umas e outras tradições (Martins Filho; Ecco, 2021, p. 322).

Apesar de os cristãos continuarem como a maioria entre a população brasileira, identificam-se outras demonstrações de fé, evidenciando o pluralismo de ideias (Martins Filho; Ecco, 2021), até porque, como dizia Corbí (2010, p. 165): “Há tantas formas de se apresentarem os fatos espirituais quanto há culturas”. Se por um lado tem-se a espiritualidade, por outro, quando se fixa em uma tradição religiosa, entra-se em um contexto estático de imposição, obrigação, domínio e controle do sentir e do pensar procedentes de programas coletivos de sociedades pré-industriais (Corbí, 2010).

Ao se reprimir ou sufocar a capacidade de discernir da consciência, o homem se sustenta no conformismo ou totalitarismo, em consonância com valores resignados e instituídos, isto é, incumbido pela sociedade (Frankl, 2019). Além disso, a religião pode cair no perigo que Frankl (2021a) chamou à atenção: a era dos especialistas. Nessa era, há duas tendências: a de reduzir o campo de visão e a de fazer um julgamento generalizante de uma realidade a partir de uma visão específica.

Talvez em uma dinâmica para alcançar uma fé mais universal e diversificada, surge a categoria dos sem religião. No Brasil, ela começou a aparecer em censo dos anos 2000. Contudo, tornou-se foco de pesquisas mesmo em 2010. É nesse mesmo ano que o censo brasileiro do IBGE mostra que 8% de brasileiros, a maioria jovens, se declaram sem religião ou ateus, correspondendo um aumento significativo, pois em 1960 o percentual era de 0,6% (Martins Filho; Ecco, 2021).

O aumento do contingente dos sem religião no país não atesta que a religião enfraqueceu. A leitura correta é de que as explicações a respeito dos sem religião ou com religião não abarcam toda a diversidade de fé contemporânea (Assis, 2019).

Fala-se cada vez mais no grande número de pessoas que deixaram de encontrar nas religiões tradicionais narrativas plausíveis a fim de responderem às suas demandas de sentido, passando a ter uma experiência do sagrado sem a mediação da instituição (Martins Filho; Ecco, 2021, p. 323).

Enquanto outrora à modernidade, o sagrado era quem regulava a sociedade, agora ele passa a andar lado a lado com outras instâncias sociais (Pieper, 2019). Então, o legado da modernidade foi o protagonismo do homem, posto que Deus saiu da titularidade da cena, o prenúncio de que a religião não teria lugar na vida social e particular do homem moderno não se efetivou. Para aqueles que abandonaram instituições religiosas, foram estabelecidos rearranjos nos quais a própria pessoa é o seu norte e pode transitar em diferentes credos, passando a determinar as características de suas convicções (Martins Filho; Ecco, 2021).

Sai-se, então, de representações exclusivas e excludentes de poder ideológico de um grupo para uma proposta renovada, chamada de “espiritualidade”. Isso porque, caso coloque-se tudo na acepção de religião, passa a sugestão de que espiritualidade, como a religião, é fixa e restringe a vida para um molde. Nessa visão, a espiritualidade é uma rebeldia a um sistema estabelecido hierarquicamente que se esforça para mitigar a diversidade e instituir uma verdade. Ela é liberdade total e autonomia, alimentada no interior do indivíduo (Corbí, 2010).

O movimento daqueles que possuem ou não possuem uma fé ligada a um dogma específico aproxima a humanidade da sua dimensão especificamente humana, aquela que a abordagem logoterápica de Viktor Frankl denomina de dimensão noológica. Essa dimensão se apresenta quando, segundo Frankl (2021b), o homem expressa a consciência de si, distanciando-se dele mesmo para observar o todo.

Afastados dessa dimensão, o homem está reduzido a viver definido por suas condicionalidades biológicas e psicológicas. No entanto, ele é potencialmente muito mais que elas, porque tem uma vontade primária, que é a vontade de sentido. A vontade de sentido é “o esforço básico do homem na direção de encontrar e realizar sentidos e propósitos” (Frankl, 2021b, p. 50). Assim, ele só se realiza quando, consciente de sua responsabilidade no mundo, liberta-se dos ditames das contingências, superando o pandeterminismo, e decide por encontrar sentidos, motivado pela vontade de sentido, nas perguntas postas pelas experiências.

A vontade de sentido também abrange a vontade de um sentido último. Desse modo, o homem religioso não necessariamente professa uma fé confessional e, mesmo sendo, não pode ser algo obrigado, imposto ou exigido, pois se for, uma das consequências é a hostilidade para com outras religiões. Se algum grupo acredita que sua fé é superior à do outro, o caminho é o conflito. Por outro lado, o pensamento de que cada um tem um idioma religioso diferente, porém com a mesma finalidade, que é a autotranscendência, coloca o amor e a vida como protagonistas (Frankl, 2015).

Embora existam religiões que objetivam ser absolutas e declaram - e, muitas vezes, lutam violentamente - uma verdade ser universal, o mais saudável para a humanidade é estabelecer uma identidade religiosa pessoal. A trajetória da religiosidade pessoal se configura pelo usufruto da liberdade do sujeito em criar uma maneira própria de relação com o transcendente (Frankl, 2015).

3 ESTUDOS PRÉVIOS: O QUE ELES CONTAM?

Com o intuito de identificar e analisar o conhecimento já produzido sobre uma espiritualidade não vinculada à religião, foi realizada revisão de literatura (ARL) proposta por Von Honendorff (2014). As revisões de literatura são importantes para reunir os estudos anteriores, comunicando aos leitores a posição acadêmica em que está a área de investigação delimitada. Também são relevantes para avaliar criticamente tudo já produzido e, assim, poder apontar necessidades e novas propostas. As etapas dessa metodologia qualitativa são: estabelecer e delimitar a temática, escolher palavras-chave para busca em bancos de dados definidos, organizar os materiais encontrados (Von Honendorff, 2014).

O estado da arte teve como marco de busca produções científicas de artigos desde 2018 até 2023 nas bases de dados de periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), nas plataformas *Web of Science*, SciELO e SCOPUS; e nos periódicos de Ciências da Religião e Teologia elencados pela Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Teologia e Ciências da Religião (ANPTECRE), a partir das seguintes palavras-chave: sem religião, espiritualidade não religiosa e espiritualidade laica. O operador booleano utilizado foi o OR, já que precisava apenas ter uma das três palavras.

Para a pesquisa em tela, além do período, palavras-chave e bancos de dados acima apresentados, foram utilizados os seguintes critérios de inclusão para os estudos: discussão central nas temáticas das palavras-chaves, fazendo um diálogo com a Logoterapia e Análise Existencial; idioma português, disponíveis eletronicamente de forma completa e com acesso aberto. O olhar específico para a literatura brasileira é justamente para analisar como o assunto tem se desenvolvido no país. Por outro lado, como critérios de exclusão teve-se: produções duplicadas, resenhas e editoriais.

Considerando que os artigos pesquisados trouxeram o assunto das palavras-chaves, mas não fizeram associação com a Logoterapia e Análise Existencial, o estudo em tela vai fazer um apanhado dos trabalhos encontrados em um dos assuntos: sem religião, espiritualidade não religiosa ou espiritualidade laica. A SciELO retornou 274 artigos, sendo cinco de revisão. Do

total, somente dois trouxeram a discussão dos sem religião: Dos Censos à literatura acadêmica: os “sem religião” e o campo religioso brasileiro (Antunes, 2022) e Revoluções no campo religioso (Soares, 2019). A Scopus só retornou um artigo, também o de Antunes (2022) e a *Web of Science* não apresentou resultados. Nenhum dos periódicos desses artigos está nos indicados pela ANPTECRE.

Soares (2019) debruçou-se acerca das mudanças no contexto das religiões que se ligam intimamente com transformações na sociedade. Dentre elas, indica o aumento daqueles sem religião, não apenas dos sem religião ateus, mas dos que buscam crenças religiosas. Destes últimos, enquadram-se como um grupo que não adere mais a um sistema religioso completo e específico.

Antunes (2022) refletiu o surgimento de grupo sem religião no meio acadêmico, evidenciando o trajeto histórico dessa construção, especialmente a partir da década de 80 e como a criação de uma classificação afetou a maneira como estudiosos passaram a se preocupar em tecer interpretações para a nova categoria definida pelo censo do IBGE. Assim, na proporção em que o grupo dos sem religião ganha visibilidade, às produções científicas começam a adotá-la na literatura acadêmica para realizar análises, alcançando cada vez mais destaque nas pesquisas. Prova disso é que, desde 2018, nas revistas publicizadas pela ANPTECRE (Quadro 1), houve 12 artigos cuja temática central foi pessoas sem afiliação religiosa institucional, porém sem trazer a discussão com a perspectiva frankliana. Mesmo Lemos e Ecco (2022) inserindo o debate do sentido, a abordagem foi pelo teólogo e filósofo Marià Corbí.

Quadro 1 - Os sem religião nas revistas da ANPTECRE

(início)

	Título/Autor/Ano	Revista ANPTECRE
1	Pessoas sem religião com crença: a urbanização e a fragilização da herança religiosa (Ritz, 2023a).	Rever
2	A emergência do conceito de “espiritualidade não religiosa”: contribuições de obras de referência terminológica (Lira; Adam, 2023).	Rever
3	Os sem religião no Brasil: um estudo sobre o crescimento dos irreligiosos no país de 1940 a 2010 e possível cenário para 2050 (Vieira, 2022).	Cultura Teológica
4	O rock e a espiritualidade não religiosa na socialização dos/das roqueiros/as sem religião (Rodrigues, 2023).	Reflexus
5	Contribuições de pessoas sem religião com crença sobre espiritualidade e religião (Ritz, 2023b).	Reflexus
6	A alteridade como expressão de uma espiritualidade não religiosa na arte dos séculos XX e XXI (Cordovil, 2022).	Caminhos

Quadro 1 - Os sem religião nas revistas da ANPTECRE

(continuação)

	Título/Autor/Ano	Revista ANPTECRE
7	A cidade e a memória na construção da espiritualidade não religiosa dos/as roqueiros/as sem religião (Rodrigues, 2023).	Caminhos
8	Agnósticos, ateus e sem religião com crença: a ausência da religião e a predileção pela arte como traços identitários (Ritz, 2023).	Caminhos
9	Pessoas sem religião com crenças: considerações sobre o fenômeno religioso dos sem religião (Ritz; Senra, 2023).	Caminhos
10	Os crentes sem religião e a busca de sentido (Lemos; Ecco, 2022).	Caminhos
11	Novos odres para o sagrado vinho: Marià Corbí e os sem religião (Martins Filhos; Ecco, 2018).	Estudos de Religião
12	Os “sem religião” e a cultura pós-moderna (Lima; Vasconcelos, 2021).	Paralellus

Fonte: Da autora (2024).

No Portal de Periódicos da CAPES foram retornados 14 artigos, considerando a centralidade da discussão a espiritualidade não religiosa, espiritualidade laica ou os sem religião e retirando a duplicidade de artigos. Acerca dos retornados: um já foi mencionado na busca da SciELO e da Scopus, o de Antunes (2022); sete estão no Quadro 1 por estarem nos periódicos da ANPTECRE; dois são da ANPTECRE, mas não estão no Quadro 1; e quatro não são da ANPTECRE, mas debatem o assunto das palavras-chaves. O Quadro 2 apresenta os artigos que ainda não foram mencionados anteriormente, encontrados na busca da CAPES.

Quadro 2 – Novos da CAPES

	Título/Autor/Ano	Revista
1	Diversidade religiosa: uma breve análise das influências sociológicas e psicológicas na sociedade (Tostes, 2020).	Reflexus
2	"Sem religião" ou pluralismo religioso? Uma leitura introdutória (Martins Filho; Ecco, 2021).	Horizonte
3	Entre o religioso e o secular: a espiritualidade em um mundo sem religião (Assis, 2019).	CSONline
4	Espiritualidade sem-religião: o cultivo da qualidade humana (Vieira; Senra, 2020).	Síntese
5	Os sem-religião: espacialização e vozes de uma transformação (Senra; Carvalho; Vieira, 2020).	Caderno de Geografia
6	A diversidade religiosa e não religiosa nas categorias censitárias do IBGE e suas leituras na mídia e produção acadêmica (Montero; Antunes, 2020).	Debates do NER

Fonte: Da autora (2024).

A ausência de debates entre as palavras-chave pesquisadas e a Logoterapia e Análise Existencial nos artigos examinados destaca a lacuna existente na literatura em relação a esses temas específicos. Diante desse cenário, é preciso realizar uma análise pioneira para a compreensão das relações entre os termos que desvinculam a espiritualidade à religião e que permitem inserir ateus e agnóstico como pessoas dotadas de fé com os princípios da Logoterapia e Análise Existencial.

4 POR UMA ESPIRITUALIDADE PELO SENTIDO DE VIDA

A religião é uma criação da humanidade, enquanto a espiritualidade é algo da sua natureza, uma força vital a qual não precisa de outros vínculos, desenrolando-se autonomamente conforme preceitos de uma pessoa (Vieira; Senra, 2020). Além disso, embora haja o anseio de tornar a definição da religião homogênea e estruturada, a sua descrição é incapaz de abarcar a amplitude e complexidade do que é religião (Assis, 2019).

Um dos aspectos relevantes é sua origem ocidental, posto que não é possível encontrar a palavra em muitas línguas. Dito isso, ela é um conceito inventado para elucidar certos acontecimentos frutos de processos históricos, portanto, algo não inerente ao ser humano. No entanto, embora seja uma noção criada, essas ideias também compõem a história (Pieper, 2019).

De um modo geral, a vivência religiosa é uma experiência relevante, porque manifesta traços culturais, fortalece vínculos sociais e permite o autoconhecimento por meio de crenças (Martins Filho; Ecco, 2021). A interpretação das formas de religião acontece de três modos: caminho para compreender perspectivas mais amplas da cultura e da sociedade, como a abordagem crítica que pretende desmascarar interesses ocultos de uma fé; função que desempenha na trama social; e reconhecimento de sua distinção como posição singular (Pieper, 2019). Nesse enredo, a religião e, subsequentemente, o religioso são termos ao mesmo tempo limitados e circunscritos a tradições específicas.

A inserção da categoria dos sem religião ocorreu a partir de 1940 e o interesse em estudá-los nas últimas décadas (Antunes, 2022). Indivíduos categorizados como sem religião são aqueles sem uma crença específica, pessoas ateias ou agnósticas (Assis, 2019; Vieira, 2022). Já Antunes (2022) e Lima e Vasconcelos (2021) consideram nesse grupo apenas aqueles que, embora não tenham uma religião particular formal, percebem-se como religiosos, que seria o que Vieira e Senra (2020) também designam como uma espiritualidade não religiosa.

O crescimento no Brasil do quantitativo de pessoas que se denominam sem religião - indivíduos com fé, mas não institucionalizados; ateus e agnósticos (Vieira, 2022) - reforça a

força intrínseca humana por uma espiritualidade livre e responsável. A ampliação dessa parcela da população não implica o enfraquecimento da religião, mas sim que: é um aspecto da pós-modernidade (Lima; Vasconcelos, 2021); as categorias até então criadas não abarcam as expressões atuais (Assis, 2019); a existência de um contexto de desafeição e desfiliação com a instituição religiosa; o anseio por uma liberdade subjetiva para construção de credos mais individualizados e, conseqüentemente, não aceitação de imposição para uma crença; a diversificação do campo religioso por meio de outras maneiras de vinculações, condutas e manifestações religiosas, por isso os movimentos de desinstitucionalização e destradicionalização; a autopermissão para transitar entre credos sem julgamentos (Antunes, 2022; Vieira, 2022)

As denominações sem religião, espiritualidade não religiosa e espiritualidade laica anunciam o protagonismo da busca por sentido e transcendência desvinculada de qualquer religião tradicional. As três enaltecem a importância dos valores, do crescimento pessoal na vida terrena, a conexão com pessoas, mundo e mistérios da existência sem precisar estar ligado a um dogma religioso.

Nessa esteira, a abordagem frankliana coloca a espiritualidade, a partir do sentido de vida, em um lugar humano, independentemente de religião, ampliando para as questões existenciais em uma conexão profunda com a vida. Se muito já se fala sobre o desligamento com religiões tradicionalistas, urge trazer a Logoterapia e Análise Existencial para o debate.

Quando Viktor Frankl dissertou sobre a aproximação cada vez maior de uma religiosidade pessoal, isto é, de uma religião baseada nas escolhas dos indivíduos por valores e sentidos coerentes com a sua relação consigo e com o mundo, pode-se traçar um paralelo com a compreensão de indivíduos sem religião, espiritualidade não religiosa e espiritualidade laica.

Para Vieira e Senra (2020), há um chamado para nutrir a qualidade humana que, aqui, pode-se fazer uma associação com os valores criadores – o agir no enriquecimento do mundo, vivenciais; os relacionamentos cultivados e atitudinais; e a resiliência nos momentos difíceis (Frankl, 2019). O significado de se constituir como ser humano se faz nos sentidos a preencherem e nos valores a realizar, em uma presença de uma certa tensão entre o concreto e aquilo com possibilidade de se tornar realidade. Essa tensão até certa medida é indispensável para a saúde, porque ocasiona movimento (Frankl, 2021b).

“O homem vive por seus ideias e valores” (Frankl, 2021b, p. 69), logo vive para uma qualidade profunda: a de responder acerca de seu sentido. Por isso, precisa vivenciar e escolher os valores, pois, mesmo mudando a cultura e a época, essa busca perdura, posto que é intrínseca, atemporal e ilimitada (Vieira; Senra, 2020).

Frankl (2021a) defendia que a existência do homem é espiritual, posto que sua integralidade humana somente se dá quando vive o processo dialético da noodinâmica entre o ser e o vir-a-ser, que acontece na dimensão espiritual/noológica. O que caracteriza essa dimensão é o vínculo com a liberdade e responsabilidade, ou seja, um “de quê” e um “diante de quê” precisa ser livre e uma razão para compor o “para quê”. Nela, junto com mais duas dimensões (dimensão psicológica e física) está a unidade na multiplicidade do homem.

Pelo fato de o ser humano está centrado como indivíduo em uma pessoa determinada (como centro espiritual existencial), somente por isso, o ser humano é também um ser integrado: somente a pessoa espiritual estabelece a unidade e a totalidade do ente humano. Ela forma essa totalidade como sendo biopsicoespiritual (Frankl, 2021a, p. 23).

O convite da dimensão espiritual/noológica é o convite da espiritualidade, que, de acordo com Corbí (2010), não é para se submeter a uma crença, mas para ser feita uma verificação pessoal do que se apresenta. Além disso, caracteriza-se por uma disposição autêntica para uma “dimensão absoluta e profunda da existência” (Corbí, 2010, p. 168).

A força da espiritualidade nasce no interior do indivíduo e permite autonomia e libertação de submissões internas e externas (Frankl, 2019). Caso a espiritualidade seja coibida ou contida por algo, o resultado é um comportamento baseado no que Frankl (2021a) chamou de conformismo ou totalitarismo, no qual apenas há a presença de valores universais, sem passar pelo crivo da distinção da consciência – órgão de sentido que procura e descobre sentidos únicos escondidos nas circunstâncias. No conformismo ou totalitarismo, o sentido não desempenha sua capacidade singular de ser distinto para cada pessoa e situação: *ad situationem* e *ad personam*.

A existência é mobilizada pela responsabilidade livre, aportada na vontade de sentido, que se contrapõe aos condicionamentos físicos e psíquicos. E isso acontece ao haver consciência da prerrogativa de escolhas, porque “a consciência pertence incondicionalmente ao ser humano como “ser que decide” (Frankl, 2021a, p. 29).

A religião poderia ser positiva, por permitir o encontro com os sentidos na vida (Aquino, 2014). Além disso, contribui para a saúde mental, já que funciona como apoio, proteção e segurança (Frankl, 2021a). Nesse aspecto, a religião é uma forma de vivenciar a dimensão espiritual/noológica. É pela autotranscendência – essência da existência – dessa dimensão que o homem se dirige para algo além de si. E ele transcende pelo amor (na busca por outro ser humano) e pela consciência (na busca por sentido).

Quando a religiosidade é legítima, ela é de natureza decisória. Por isso que a visão frankliana acreditava em uma transformação para uma religiosidade pessoal na qual é possível o encontro, por meio de uma linguagem própria e personalizada, com o ser último (Frankl, 2021a). Essa ideia afasta-se da atitude proselitista.

Outra questão importante levantada por Frankl (2021a) é acerca do aspecto inconsciente da espiritualidade. E é na espiritualidade inconsciente que aparece a religiosidade inconsciente: “[...] a confiança no sentido e a fé no ser, por mais latentes que sejam, são transcendentais e, portanto, indispensáveis” (Frankl, 2021b, p. 187).

A despeito se há religião ou não, os sentidos sempre compõem as pessoas, já que é fundamento de qualquer ser humano o questionamento da sua existência e do mundo (Vieira; Senra, 2020). A fé no sentido é transcendental e nasce da vontade de sentido, inclui-se aqui a vontade de sentido último que impele para o sentido último.

Eu diria que o sentido último – ou, como prefiro chamar, o “suprassentido” – não diz respeito a uma questão de conhecimento intelectual, mas de fé. Não conseguimos relacionar-nos com esse suprassentido em solo puramente racional, mas, apenas, em solo existencial, através do todo nosso ser, isto é, por meio da fé (Frankl, 2021b, p. 181).

Não existe vida sem o encontro com o sentido, e esse encontro acontece por meio dos valores vivenciais (o relacionamento com algo ou alguém), atitudinais (a mudança de postura mesmo diante de um destino irreversível) e criativos (a ação, obra ou serviço de concepção de algo) (Frankl, 2021b). Confiar nele é um movimento muito íntimo do ser e transcendental e, sem essa confiança, “o homem sequer respiraria” (Frankl, 2021b, p. 187), o que demonstra a relevância do sentido de vida para a sobrevivência (Aquino, 2014).

Existe uma correspondência entre uma espiritualidade religiosa e não religiosa com a busca de sentido. Consequentemente, toda a humanidade teria alguma religiosidade, mesmo negando-a (Aquino, 2014). A espiritualidade associada com o âmbito antropológico não precisa estar filiada a um preceito religioso. Ela está fora de delimitações, podendo conter componentes de uma tradição ou de várias. Quem administra isso é a pessoa, longe de uma lógica religiosa institucionalizada e segundo aspirações, gostos, avaliações e preferências particulares. Assim, sujeitos sem religião exercem sua autonomia de acordo com escolhas conscientes, isto é, baseada naquilo que condiz com os sentidos encontrados nas experiências com valores.

Nesse sentido, afirmamos que a espiritualidade sem religião pode ser definida neste contexto como uma especialidade individual e individualizada, ou seja, ela não aponta apenas para a exclusividade individual da experiência espiritual, mas inclui, ademais,

a individualização. Em outras palavras, o que se observa é que os indivíduos sem religião, além de não participarem de alguma instituição religiosa, ressignificam as crenças que mantêm e rejeitam aquelas que não têm mais sentido segundo os seus modos de pensar e de viver (Vieira; Senra, 2020, p. 611).

Tomando como base o inconsciente espiritual, todas as pessoas têm fé porque são capazes de encontrar um sentido para a vida (Frankl, 2021a). Então, a compreensão de Viktor Frankl sobre religiosidade também inclui o agnosticismo e o ateísmo (Aquino, 2014), pois a vontade de sentido último, integrante da vontade de sentido, é inerente a qualquer indivíduo, mesmo quando não consciente.

O homem tem o desejo originário de se autotranscender e faz isso por um processo volitivo de autocriação, no qual está em constante possibilidade de se transformar pela sua ação no mundo, sempre se aprimorando na sua posição de ser-no-mundo. Nessa perspectiva, os sentidos não estão nos sujeitos nem no mundo, mas na relação que se estabelece entre eles.

Segundo a Logoterapia e Análise Existencial, a religião é mais um aspecto vinculado ao mundo humano. A religião se torna seu objeto de atenção justamente por seu interesse no *logos*, ou seja, no espírito. O espírito, por ser também especificamente humano, remete aos sentidos e comporta a autotranscendência da existência. Por isso, o *logos*/espírito direciona para o mundo supra-humano que, por sua vez, aponta para o cumprimento de um sentido, em um processo motivado pela vontade de sentido (Frankl, 2015).

Fundamentada na dimensão espiritual/noológica/noética, a noção de pessoa da terceira escola vienense considera-o livre e responsável para dirigir a vida, em qualquer contexto. Além disso, há uma motivação primeira, superior ao desejo de poder ou ao prazer, caracterizada para o encontro e a realização de sentidos de vida. Assim, a Logoterapia se direciona aos sentidos de vida concretos de circunstâncias cotidianas e a Análise Existencial ao sentido último ou suprassentido (Oliveira; Aquino, 2014). “Portanto, quando se pensa na finalidade do mundo, como um todo, se refere ao suprassentido, o sentido do todo que não é apreensível. Tudo gira em torno de indagações pelo sentido desse todo [...]” (Oliveira; Aquino, 2014, p. 237).

A vivência do suprassentido, no âmbito da descrição de religião funcional de Ávila (2007), é uma vivência religiosa, pois confronta-se com a realidade última (sentido último), que é, por conseguinte, consequência da busca por sentido para a vida (Ávila, 2007). Tomando a referência do sentido último, Frankl (2021a) concebeu a pessoa religiosa como alguém que atribui à vida um propósito a ser empreendido. “Diante da pergunta se tudo teria um sentido, mesmo encoberto, ou se o mundo seria desprovido de sentido, o conhecimento não nos dará a resposta, mas é a fé que deve decidi-lo” (Frankl, 2021a, p. 116).

A ideia de homem religioso se insere em um lugar mais abrangente que não se dá no conhecimento, mas na fé. A fé do homem no sentido significa que ele é um homem religioso, pois, admitindo ou não, crê em sentido enquanto estiver vivo, já que, se não houvesse essa confiança, não teria motivação para mover nada. Então, a força motriz advinda da vontade de sentido também leva outra força: a vontade de um sentido último (Frankl, 2015).

Viktor Frankl enxergava duas predisposições no homem religioso moderno: afastamento de proselitismos e proximidade do divino em uma linguagem bem pessoal (Aquino, 2014). Por isso, defendeu a existência de uma linguagem intrapessoal: um diálogo interno solitário, honesto e íntimo. Esse diálogo é uma conversa profunda e alheia à compreensão intelectual com uma parte de um eu que pode ser entendido como uma divindade ou não (Frankl, 2021a).

Para Valle (2019), a religiosidade é relacional, comportando sempre o encontro com o outro. Amatuzzi (2005) também já dizia que a experiência espiritual, embora ocorra internamente, transpõe o exílio do eu e coloca o indivíduo na experiência para fora. O pensamento de Frankl (2015) também apontava para um lugar maior que a esfera biopsíquica – a dinâmica noológica, isto é, para um lugar que sobrepuja a si mesmo.

Destarte, o sentido existencial sempre estará no mundo, quando o homem se relaciona com aquele: amando uma pessoa (valores vivenciais), realizando uma obra (valores criativos) ou tomando uma atitude (valores atitudinais) (Frankl, 2021b). Nesse último, Viktor Frankl (2019) mostra que, mesmo diante do imutável, ainda há a possibilidade de mudar a si próprio.

Diante dessa compreensão mais ampla da vivência espiritual sempre estar à disposição das pessoas, bastando elas dirigirem sua atenção aos sentidos de vida, a vontade de sentido precisa estar atuante, e isso é possível na presença de uma saúde existencial dentro do panorama do bem-estar. De acordo com Guerra *et al.* (2021), o sentido de vida é a base da existência, “marca-passo da existência”, fruto de uma inquietação (vontade de sentido) que traz movimento, pois é preciso ter razões (sentidos na vida concretos) e a razão (sentido da vida – sentido último) para justificar o viver.

A Logoterapia e Análise Existencial busca responder à pergunta do sentido dando uma resposta além da dualidade que coloca a concepção teísta de mundo de um lado e de ateuísta do outro. Compreende o fenômeno da fé não como um fenômeno em uma fé em um Deus específico, mas uma fé no sentido mais amplo (Frankl, 2015). Todo ser humano, em algum momento, se alinha com o anseio de se unir à convergência de todos os sentidos, que está acima de tudo e toda compreensão.

É possível, então, tratar o fenômeno religioso como Frankl (2015) pressupunha a mudança para uma religiosidade pessoal, na qual cada indivíduo acharia seu próprio idioma ao

se dirigir ao transcendente. E essa proposta de religiosidade pessoal é a própria espiritualidade, sem amarras, respeitosa e responsável por o que cria no mundo. À luz do conhecimento frankliano, pode-se complementar os estudos para a espiritualidade laica, sem religião ou espiritualidade não religiosa.

CONCLUSÕES

O questionamento acerca do sentido de vida, mais especificamente o sentido no mundo, responde para além do credo confessional, não confessional ou ateu porque relaciona-se a fé incondicional no suprasentido (Frankl, 2015). A espiritualidade não religiosa pode englobar desde pessoas sem religião, mas com crenças religiosas, pessoas com religião, ateus e agnósticos. Por isso, é preciso a realização de mais estudos dentro da Ciências da Religião e Teologia (Área 44) que dialoguem com a espiritualidade, para além das religiões, usando a perspectiva da dimensão espiritual/noológica da Logoterapia e Análise Existencial, como suporte para as análises dos movimentos dos sem religião, da espiritualidade laica e espiritualidade não religiosa.

A religiosidade do homem não está ligada a nenhuma instituição e o homem não nasce com uma religião. O seu caminho religioso, independentemente de ser uma escolha consciente ou não, faz-se no processo de socialização. No entanto, ele nasce com uma predisposição natural e imaterial para buscar coisas e relações que permitam sair de si mesmo e constituir encontros.

O impulso para se autotranscender está na espiritualidade, a partir da vontade de sentido. Assim, é possível estabelecer uma espiritualidade sem religião e até mesmo ter uma espiritualidade atea, já que as questões existenciais pousam na procura pelo sentido da vida, movido pela vontade de sentido. Enquanto a humanidade estiver alheia à sua espiritualidade mais autêntica, a da dimensão espiritual/noológica, não experienciará valores que a levem à descoberta de sentidos, não interagindo, então, com a sua força base: a vontade de sentido. A dinâmica noética é fonte de espiritualidade constitui âmbito essencial para a realização da integralidade humana.

Sem a espiritualidade, presente na dimensão espiritual/noológica, não haveria a indagação por sentido de vida, base da condição incondicional do homem. Portanto, a necessidade de trazer cada vez mais para a área de Ciências de Religião e Teologia o debate com a Logoterapia e Análise Existencial, já que a espiritualidade, orientada pelo sentido de vida, é própria de qualquer ser humano.

Embora se tenha iniciado um diálogo pioneiro, ainda há muito a se desenvolver a nível de reflexões e articulações teóricas entre aqueles sem religião, de espiritualidade não religiosa e de espiritualidade laica, a luz da abordagem frankliana. Essas elucubrações irão contribuir para uma sociedade que se situe em uma religiosidade pessoal e não universal, imersa na espiritualidade humana, aberta à diversidade de expressões religiosas e que têm o sentido de vida como uma pergunta constante que aponta para escolhas livres e responsáveis e fazem o viver ter um propósito. Além disso, uma compreensão cada vez mais firmada para uma espiritualidade pela via do sentido de vida pode abrir caminhos para futuras pesquisas nesse campo.

REFERÊNCIAS

ALVARENGA, Leonardo Gonçalves de; ALMEIDA, Fabio Py Murta de. Combustível da fé: mudança socioeconômica e rearranjo religioso em Macaé–RJ. **Horizonte**, p. 389-413, 2019. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/horizonte/article/view/P.2175-5841.2019v17n52p389>. Acesso em: 25 mar. 2024.

AMATUZZI, Mauro Martins. **Psicologia e espiritualidade**. São Paulo: Paulus, 2005.

ANTUNES, Henrique Fernandes. Dos Censos à literatura acadêmica: os “sem religião” e o campo religioso brasileiro. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 37, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbcsoc/a/fxN8jnYZXRLScs4g5TDC9pz/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 07 jun. 2023.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. **A presença não ignorada de Deus na obra de Viktor Frankl**: articulações entre logoterapia e religião. São Paulo: Paulus, 2014.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Viktor Frankl: para além de suas memórias. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, v. 24, n. 3, p. 232-240, 2020. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rag/v26n2/v26n2a11.pdf>. Acesso em: 03 jul. 2022.

ASSIS, Thaís Silva de. Entre o religioso e o secular: a espiritualidade em um mundo sem religião. **CSONline - Revista Eletrônica de Ciências Sociais**, n. 29, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/csonline/article/view/17569>. Acesso em: 16 mar. 2023.

ÁVILA, Antônio. **Para conhecer a Psicologia da Religião**. São Paulo: Loyola, 2007.

BELZEN, Jacob. Constituição histórica da psicologia científica da religião. In: PASSOS, João Décio; USARSKI, Frank. **Compêndio de ciência da religião**. São Paulo: Paulinas, 2013.

BRASIL. Ministério da Educação - MEC. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - CAPES. Diretoria de Avaliação - DAV. Documento de Área. **Área 44: Ciências da Religião e Teologia**. 2019. Disponível em: <https://www.gov.br/capes/pt-br/centrais-de-conteudo/ciencia-religiao-teologia->

pdf#:~:text=A%20%C3%81rea%20Ci%C3%AAncias%20da%20Religi%C3%A3o,Especial%20n%C2%BA%201%20%E2%80%93%20abril%202017. Acesso em: 10 abr. 2022.

CORDOVIL, Daniela. A alteridade como expressão de uma espiritualidade não religiosa na arte dos séculos XX e XXI. **Caminhos**, v. 20, n. 3, p. 407-425, 2022. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/caminhos/article/view/12579>. Acesso em: 25 mar. 2024.

CORBÍ, Marià. **Para uma espiritualidade leiga**: sem crenças, sem religiões, sem deuses. São Paulo: Paulus, 2010.

ECCO, Clóvis; LEMOS, Carolina Teles. Os crentes sem religião e a busca de sentido. **Caminhos**, v. 20, n. 3, p. 335-353, 2022. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/caminhos/article/view/12678>. Acesso em: 25 mar. 2024.

FARIA, Fabiana de. Enfermidade e vivência da espiritualidade. **Interações**, v. 16, n. 50, p. 812-844, 2023. Disponível: <https://smtpgw.pucminas.br/index.php/interacoes/article/view/30385>. Acesso em: 25 mar. 2024.

FRANKL, Viktor Emil. **O sofrimento de uma vida sem sentido**: caminhos para encontrar a razão de viver. São Paulo: É realizações, 2015.

FRANKL, Viktor Emil. **Psicoterapia e sentido da vida**: fundamentos da logoterapia e análise existencial. São Paulo: Quadrante, 2019.

FRANKL, Viktor Emil. **A presença ignorada de Deus**. Petrópolis: Vozes, 2021a.

FRANKL, Viktor Emil. **A vontade de sentido**: fundamentos e aplicações da logoterapia. São Paulo: Paulus, 2021b.

FRANKL, Viktor Emil; LAPIDE, Pinchas. **A busca de Deus e questionamentos sobre o sentido**. Petrópolis: Vozes, 2014.

GUERRA, Valeschka Martins *et al.* **Espiritualidade e sentido de vida**. Cartilha do Curso de Extensão Psicologia da Felicidade e do Bem-estar. 2. ed. Vitória-ES: Universidade Federal do Espírito Santo, 2021.

HELMINIAK, Daniel A. The spiritualization of secular society: The challenge of peace in a world of diversity. **Journal of Humanistic Psychology**, v. 59, n. 6, p. 796-823, 2019. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/share/XAZVQI32KJE65JIMZ7YZ?target=10.1177/0022167816641852>. Acesso em: 15 nov. 2022.

JARUZO, Carla Jaciara; BARCELLOS, Lusival Antonio. A psicologia da religião no contexto das ciências das religiões: desafios e contribuições. **Caminhos**, v. 18, n. 1, p. 31-43, 2020. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/caminhos/article/view/7655>. Acesso em: 29 jun. 2022.

LIMA, Sebastião Hugo Brandão; VASCONCELOS, Sergio Sezino Douets. Os “sem religião” e a cultura pós-moderna. **Paralellus**, v. 12, n. 29, p. 239-255, 2021. Disponível em: <https://www1.unicap.br/ojs/index.php/paralellus/article/view/1777>. Acesso em: 08 jun. 2023.

LIRA, André Augusto Diniz; ADAM, Júlio César. A emergência do conceito de “espiritualidade não religiosa”: contribuições de obras de referência terminológica. **Rever**, v. 23, n. 2, p. 367-379, 2023. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/rever/article/view/62573>. Acesso em: 25 mar. 2024.

MARTINS FILHO, José Reinaldo Felipe; ECCO, Clóvis. Novos odres para o sagrado vinho: Marià Corbí e os sem religião. **Estudos de Religião**, v. 32, n. 2, p. 29-50, 2018. Disponível: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/ER/article/view/7626>. Acesso em: 25 mar. 2024.

MARTINS FILHO, José Reinaldo Felipe; ECCO, Clóvis. “Sem religião” ou pluralismo religioso? Uma leitura introdutória. **Horizonte**, p. 305-305, 2021. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/horizonte/article/view/20624/18595>. Acesso em: 28 jun. 2022.

MONTERO, Paula; ANTUNES, Henrique Fernandes. A diversidade religiosa e não religiosa nas categorias censitárias do IBGE e suas leituras na mídia e produção acadêmica. **Debates do NER**, p. 339-373, 2020. Disponível em: <https://seer.ufg.br/index.php/debatesdoner/article/view/105752>. Acesso em: 09 jun. 2024.

OLIVEIRA, Karen Guedes; AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. A logoterapia no contexto da psicologia da religião. **Interações**, v. 9, n. 16, p. 225-242, 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3130/313037815004.pdf>. Acesso em: 11 abr. 2022.

PIEPER, Frederico. Religião: limites e horizontes de um conceito. **Estudos de religião**, v. 33, n. 1, p. 5-35, 2019. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7433569>. Acesso em: 07 jul. 2022.

RITZ, Claudia Danielle de Andrade. Contribuições de pessoas sem religião com crença sobre espiritualidade e religião. **Reflexus**, v. 17, n. 2, p. 321-336, 2023b. Disponível em: <https://revista.fuv.edu.br/index.php/reflexus/article/view/2791>. Acesso em: 25 mar. 2024.

RITZ, Claudia Danielle de Andrade. Agnósticos, ateus e sem religião com crença: a ausência da religião e a predileção pela arte como traços identitários. **Caminhos**, v. 21, n. 2, p. 360-379, 2023c. Disponível: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/caminhos/article/view/13426>. Acesso em: 25 mar. 2024.

RITZ, Claudia Danielle Andrade; SENRA, Flávio. Pessoas sem religião com crenças: considerações sobre o fenômeno religioso dos sem religião. **Caminhos**, v. 20, n. 3, p. 316-334, 2022. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/caminhos/article/view/12778>. Acesso em: 25 mar. 2023.

RODRIGUES, Flávio Lages. A cidade e a memória na construção da espiritualidade não religiosa dos/as roqueiros/as sem religião. **Caminhos**, v. 21, n. 2, p. 405-429, 2023.

Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/caminhos/article/view/13342>. Acesso em: 25 mar. 2024.

RODRIGUES, Flávio Lages. O rock e a espiritualidade não religiosa na socialização dos/das roqueiros/as sem religião. **Reflexus**, v. 17, n. 2, p. 337-352, 2023. Disponível: <https://revista.fuv.edu.br/index.php/reflexus/article/view/2789>. Acesso em: 25 mar. 2024.

SENRA, Flávio; FARIA, Izabella; CAMPOS, José. Os sem-religião: espacialização e vozes de uma transformação. **Caderno de Geografia**, v. 30, n. 61, p. 480-498, 2020. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/geografia/article/view/22583>. Acesso em: 09 jun. 2024.

TOSTES, Patrícia da Silva Gouvêa. Diversidade religiosa: uma breve análise das influências sociológicas e psicológicas na sociedade. **Reflexus**, v. 14, n. 2, p. 789-809, 2020. Disponível em: <https://revista.fuv.edu.br/index.php/reflexus/article/view/2265>. Acesso em: 25 mar. 2024.

VALLE, Edênio. A psicologia da religião. In: USARSKI, Frank. **O espectro disciplinar da ciência da religião**. São Paulo: Paulinas, 2007, p. 123-167.

VIEIRA, Anderson Nunes de Carvalho. Os sem religião no Brasil: um estudo sobre o crescimento dos irreligiosos no país de 1940 a 2010 e possível cenário para 2050. **Revista de Cultura Teológica**, n. 102, p. 170-192, 2022. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/culturateo/article/view/58554>. Acesso em: 15 maio 2023.

VIEIRA, José Álvaro Campos; SENRA, Flávio. Espiritualidade sem-religião: o cultivo da qualidade humana. **Síntese: Revista de Filosofia**, v. 47, n. 149, p. 605-605, 2020. Disponível em: <https://www.faje.edu.br/periodicos/index.php/Sintese/article/view/4614>. Acesso em: 07 jul. 2022.

VON HIHENDORFF, Jean. Como escrever um artigo de revisão de literatura. In: KOLLER, Sílvia Helena; DE PAULA COUTO, Maria Clara Pinheiro; VON HOHENDORFF, Jean. **Manual de produção científica**. Porto Alegre: Penso, 2014.

ARTIGO II

A sentido de vida como caminho para espiritualidade

Resumo: O presente estudo teve como objetivo investigar a produção científica brasileira que pesquisa o sentido de vida como um caminho para a espiritualidade, utilizando a abordagem da Logoterapia e Análise Existencial. Para tanto, a partir de uma revisão de literatura (ARL), foi realizada uma busca na base de dados da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), SciELO, Scopus, *Web of Science* e das revistas elencadas pela Associação de Pós-graduação e Pesquisa em Teologia e Ciências da Religião (ANPTECRE), entre os anos de 2018 e 2023 com os descritores: logoterapia e espiritualidade. Do total de trabalhos encontrados, apenas quatro apresentaram pertinência, no que diz respeito aos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Constatou-se a necessidade de mais estudos atualizados que possam aprofundar a discussão acerca da convergência entre espiritualidade e sentido de vida na visão frankliana, inseridos na área de Ciências da Religião.

Palavras-chave: Logoterapia; Sentido da vida; Espiritualidade; Ciências da Religião.

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo teve como objetivo investigar a produção científica brasileira que pesquisa o sentido de vida atrelado à espiritualidade, utilizando a abordagem da Logoterapia e Análise Existencial para a discussão, posto que, de acordo com Aquino (2020), o atributo inerente à humanidade é a busca de sentidos para sua existência. “A Logoterapia e Análise Existencial descreve a estrutura originária da vivência e realização do sentido da vida; parte da inquietação acerca de quem é o ser e qual o seu sentido” (Aquino; Cruz, 2020a, p. 352). A abordagem, criada por Viktor Emil Frankl, destaca a dimensão espiritual/noológica, uma dimensão especificamente humana (Aquino, 2020), caracterizada pela autotranscendência e pelo autodistanciamento (Cruz, 2020). Considerando que a área das Ciências da Religião e Teologia aborda assuntos como transcendência, consciência, liberdade, sentido de vida e religiosidade (Aquino; Cruz, 2021), há um vasto espaço para o diálogo com os estudos de Viktor Frankl.

Vaillant (2010) entendeu a espiritualidade como uma conexão com algo que transcende o eu, seja uma divindade definida ou qualquer outra experiência que extrapola a esfera da

individualidade. Ademais, na perspectiva do autor, a experiência da espiritualidade ocorre por meio de determinadas emoções: reverência, gratidão, amor, compaixão e perdão. Ainda para o professor de Harvard, a religião surge da cultura; no entanto, a espiritualidade é inerente à humanidade, não muda de acordo com a cultura, estando presente em todos os seres humanos.

Outra diferença marcante para Vaillant (2010) é que a religião envolve crenças concretas legitimadas por uma instituição socialmente estruturada. Já a espiritualidade é explorada pelo psiquiatra e pesquisador como parte integrante e natural do desenvolvimento humano e do bem-estar emocional. Ele propõe a ideia de uma "fé universal" que vai além das religiões organizadas, caracterizada na capacidade de confiar em algo maior do que a si mesmo.

A certeza não dogmática independente de afiliações religiosas específicas é uma confiança mais ampla e parte constitutiva da pessoa (Vaillant, 2010), que se aproxima da descrição de Frankl (2015) como algo não acessível à lógica. O aspecto não racional da consciência está na capacidade humana de acessar um entendimento mais profundo e subjetivo da existência, presente no suprasentido. Essa compreensão que transcende os limites da lógica faz parte da experiência da busca de sentido (Frankl, 2015).

A ideia de "fé universal" de Vaillant (2010) e a de "religiosidade pessoal" de Frankl (2015) reconhecem a transcendência, ou seja, de uma conexão com algo maior do que o eu. Vaillant (2010) sugere uma fé que ultrapassa as barreiras religiosas organizadas e Frankl (2015) enfatiza a importância da conexão individual e única com o sentido da vida, mas não necessariamente a fé em Deus.

A Logoterapia e Análise Existencial entende haver uma força que impele a pessoa a ir além de si. O espiritual, na visão de Viktor Frankl, ultrapassa a concepção religiosa e envolve uma compreensão biopsicoespiritual (Aquino; Cruz, 2020a). É na dimensão espiritual/noológica em que a humanidade se diferencia dos animais (Aquino, 2020). Nessa perspectiva, Frankl (2015) defendeu que, para haver uma completude humana, não é o bastante a unidade psicofísica (corpo-mente).

[...] somente a pessoa espiritual estabelece a unidade e totalidade do ente humano. Ela forma essa totalidade como sendo biopsicoespiritual. Não será demais enfatizar que somente essa totalidade tripla torna o ser humano completo. Portanto não se justifica, como frequentemente ocorre, falar do ser humano como uma "totalidade corpo-mente"; corpo e mente podem constituir uma "unidade", por exemplo a unidade psicofísica, porém essa unidade jamais seria capaz de representar a totalidade humana. a essa totalidade ao ser humano total hipertenso espiritual [...] (Frankl, 2021, p. 23).

A totalidade do ser humano se constituiu então quando entra em cena a pessoa espiritual (Frankl, 2021), já que "a espiritualidade condensa os questionamentos mais profundos sobre o

sentido da existência humana e suas ações perante a mesma” (Cruz, 2020, p. 60). Embora não haja uma hierarquia entre as dimensões biológica, psicológica e espiritual, essa última perpassa as dimensões biológica e psicológica.

Portanto, considerando haver a necessidade do homem de sair de si e ir ao encontro de algo ou alguém, esse ensaio pretende discorrer sobre como o sentido da vida, constructo pertencente à dimensão noológica/espiritual, descrita por Viktor Frankl, está entrelaçado com a espiritualidade.

2 A CONFIANÇA NO SENTIDO

O sentido supera as demarcações que separam o entendimento teísta ou ateu do mundo, pois o fenômeno da fé engloba não somente a fé em divindade(s), mas também uma fé em um sentido (Frankl, 2015). A crença em algo maior ao indivíduo alimenta o viver: “Se não acreditasse realmente em nenhum sentido, não teria forças sequer para mover um dedo (...)” (Frankl, 2015, p. 88).

Frankl (2021) defendia que todas as pessoas têm fé mesmo a nível de inconsciente. A partir dessa visão, “um indivíduo pode ser religioso independente de sua própria percepção” (Frankl, 2021, p. 29), posto que:

Essa onipresença da fé, mesmo que seja apenas no inconsciente e na aceção de uma fé no sentido último, parece tornar claro porque, conforme foi provado empiricamente, os ateístas declarados não são menos capazes de encontrar um sentido em sua vida do que as pessoas que conscientemente se consideram religiosas (Frankl, 2021, p. 113).

O trabalho frankliano delineou uma filosofia da existência na qual empenhou-se na compreensão do espírito humano em sua dinâmica por sentidos. Assim, a confiança no sentido se justifica por uma força transcendente que habita o homem (Aquino; Cruz, 2020a). Nessa perspectiva, quando se enaltece somente aspectos orgânicos ou psíquicos, reduz-se a potencialidade do ser humano e incorre-se para uma realidade limitante, instintiva e determinista. Por outro lado, a unidade e integração entre biológico, psíquico e espiritual constitui a existencialidade noética, que conferirá o caráter transcendental. E quem está incumbido de tecer a ligação e o diálogo entre as dimensões do ser é a dimensão noológica/espiritual (Meireles, 2018).

A tríade que constitui a dimensão noológica/espiritual é liberdade da vontade, vontade de sentido e sentido de vida, sendo a liberdade de vontade a capacidade de superar

condicionantes presentes e a vontade de sentido a motivação basilar que vai impelir o indivíduo a encontrar os sentidos indagados pelas situações de vida (Frankl, 1994). Miguez (2014) reafirmou que, para a Análise Existencial, há uma compreensão primeira de que o homem em sua origem é incondicionado.

O homem é livre para tomar posição perante qualquer circunstância, como também perante si mesmo, em função justamente dessa capacidade de distanciar-se da situação sem diluir-se nela, ou distanciar-se do psicofísico sem identificar-se com ele (Miguez, 2014, p. 39).

Nada nem ninguém, segundo Frankl (1994), pode retirar a liberdade interior (*geistig*) do ser humano, sendo facultado a ele optar por diferentes comportamentos, mesmo diante do sofrimento inevitável. Logo: “Não se trata de estar livre de fatores condicionantes, mas sim da liberdade de tomar uma posição frente aos condicionantes” (Frankl, 1994, p. 85), sendo “uma das principais características da existência humana está na capacidade de se elevar acima dessas condições, de crescer para além delas” (Frankl, 1994, p. 86).

Miguez (2014, p. 24) mostrou a importância de achar um sentido embora haja dor: “o homem está sempre diante de sua liberdade para assumir uma posição quando a vida interpela, ainda que nas situações mais trágicas”. Por isso, a postura escolhida é a chave para lidar com as dificuldades.

A liberdade de vontade não pode estar sozinha, necessitando da responsabilidade. O indivíduo, imerso no cotidiano, é livre para decidir ao mesmo tempo em que tem compromisso perante suas escolhas. Qualquer liberdade pressupõe algo a ser libertado bem como o discernimento para a libertação. Assim, a existência humana tem como elemento o ser-responsável (Frankl, 2021).

A vontade de sentido é o ímpeto de abertura para encontrar sentidos de vida nas mais variadas experiências. Isso se dá porque, a priori, o homem está envolto em valores (Aquino; Cruz, 2021) e tem uma consciência para eleger quais valores melhor se enquadram a cada situação (Aquino; Cruz, 2020a). A consciência é um órgão de sentido - não sensorial -, que ultrapassa a condição concreta e racional humana. Isso revela a sua profundidade como fenômeno humano e a encarrega de apontar um sentido único e singular para cada momento e cada pessoa (Frankl, 2021).

Ao dedicar a atenção para a tomada de consciência, pode-se distinguir quais valores são mais pertinentes para um sujeito, havendo valores mais elevados em comparação a outros. Ainda nessa relação entre sentidos e valores, quanto mais um valor estiver de forma genérica,

mais distanciado estará do contexto tangível. Logo, embora existam valores universais mais afinados com o sentido total da existência, é no contato concreto com a experiência que os sentidos únicos se constituirão (Aquino; Cruz, 2020a).

Há três direções de valores com potencial para dar sentido à vida. A primeira aparece através dos valores criativos, definidos por seu atributo de realizar algo concreto, isto é, criar uma obra por meio de uma ação praticada. O segundo caminho é movido pelos valores vivenciais que corresponde a capacidade de contemplação de algo no mundo e de ser no mundo nas relações interpessoais. E os valores atitudinais são comportamentos intencionais de não resignação diante de um sofrimento (Frankl, 2021).

A coragem de existir advém do sentido que motiva o ser humano a continuar a responder à vida, enquanto ela o “embrulha”. Diante disso, o ser humano responde aos questionamentos da existência de diversas formas, seja criando, amando, vivenciando e tomando uma atitude perante algo ou alguém, ou, por vezes, perante a si mesmo (...) (Meyeres, 2018, p. 107).

Portanto, o protagonismo da tríade espiritual/noológica é devido justamente porque a sua não consideração faz com que não haja motivos consistentes para manter a vida, deixando o indivíduo perdido ou esmorecido para continuar. Por outro lado, a sua presença orienta conforto e esperança para os próximos passos (Míguez, 2014), daquilo que ainda pode ser constituído.

A dimensão espiritual/noológica tem potencial para criar formas diversas de interpretar a realidade e atua a partir da liberdade e da responsabilidade. Um homem a que se atribui espiritualidade é livre para escolher, apesar das circunstâncias, e pode superar qualquer limitação. E, mesmo quando há sofrimento e desamparo, há um convite para um significado cuja percepção supera um condicionante físico ou psicológico (Frankl, 2015) porque o sentido de vida é incondicional.

3 UM DIÁLOGO ENTRE INVESTIGAÇÕES

O presente trabalho constitui-se por meio da revisão de literatura (ARL). Esse tipo de revisão corresponde a uma avaliação crítica de estudos publicados, realizando um compilado do que já foi produzido e como está o avanço até o presente momento naquela temática. Acrescido a isso, tece correlações, mostra lacunas, contradições e/ou inconsistência e indica sugestões de possíveis problemas. Portanto, “objetiva organizar, integrar e avaliar estudos relevantes sobre determinado tema” (Von Hohendorff, 2014, p. 41).

Considerando que o tema do artigo em tela é o sentido da vida como uma forma de vivenciar a espiritualidade e seguindo o direcionamento de Von Hohendorff (2014), o processo metodológico foi escolher as palavras-chave e, depois da definição dos descritores, foi determinar quais bases de dados aconteceriam as consultas.

Os descritores usados foram definidos conforme o Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) para descritores em saúde (DeCS/MeSH): logoterapia e espiritualidade. O operador booleano utilizado foi o AND, já que se precisava ter as duas palavras-chaves simultaneamente; e foi realizada na modalidade busca por assunto. Embora o termo sentido de vida tenha uma amplitude conceitual maior do que a palavra *logoterapia*, entendeu-se que se um artigo trazia a temática da Logoterapia, o sentido de vida seria abordado e se garantiria que a acepção sentido de vida teria o significado esperado.

Na primeira parte da revisão de literatura, para a seleção de artigos, a base de dados utilizada foi a Biblioteca Virtual dos Periódicos CAPES, por ser uma plataforma com grande abrangência de artigos e de grande visibilidade. Costa e Zoltowski (2014) consideram a Biblioteca Virtual dos Periódicos CAPES uma plataforma relevante para acessar a produção acadêmica. Outras três bases de dados também foram utilizadas para a pesquisa: SciELO, SCOPUS e *Web of Science*, já que, de acordo com Costa e Zoltowski (2014), são bases multidisciplinares. A escolha de um total de quatro bases de dados foi para ter mais achados na temática escolhida, “pois as bases de dados utilizam algoritmos de busca distintos” (Pinto; Pedroso, 2021, p. 247).

Desta forma, é possível que a busca a partir de um mesmo unitermo retorne diferentes resultados entre as bases de dados, sendo possível que um artigo que esteja presente em 2 bases distintas apareçam apenas uma das bases pesquisadas (Pinto; Pedroso, 2021, p. 247).

Além disso, foram pesquisados artigos publicados em revistas apontadas pela ANPTECRE, que é uma associação de destaque nacional na pesquisa, ensino e extensão em Ciências da Religião e Teologia. Portanto, os critérios de inclusão foram: artigos com o acesso aberto, no idioma português e estar publicado entre os anos de 2018 e 2023. A decisão de ser o idioma português se deu para expor como está a extensão de pesquisas brasileiras atuais que articulam sentido da vida e espiritualidade. Utilizou-se ainda os seguintes critérios de exclusão: não ter as duas temáticas concomitantes (espiritualidade e logoterapia), característica impressa da revista, artigos duplicados, resenhas e editoriais.

A partir da pesquisa e dos critérios de inclusão e exclusão, foram retornados um total de sete artigos, desconsiderando repetições. A CAPES retornou sete artigos; a SciELO, um; a *Web of Science*, dois; e Scopus, um. Ainda sobre a caracterização, três dos artigos encontrados são de um periódico listado pela ANPTECRE: a revista *Interações*. Abaixo, o Quadro 1 mostra os resultados já descritos.

Quadro 1 – Artigos gerais

	Título/Autor/Ano	Revista	Base de Dados	Ano
1	Religião, espiritualidade e saúde: um olhar da logoterapia (Aquino, 2021b).	Revista Brasileira de Enfermagem	CAPES <i>Web of Science</i>	2021
2	Espiritualidade e religiosidade na saúde de pacientes oncológicos sob a ótica das ciências das religiões (Patrício; Cristino; Aquino, 2023).	<i>Interações</i>	CAPES	2023
3	Espiritualidade e transcendência na perspectiva de Viktor Frankl (Aquino, 2020).	<i>Aufklärung</i>	CAPES	2020
4	Apontamentos acerca da cura médica de almas na perspectiva de Viktor Frankl (Aquino, 2023).	<i>Interações</i>	CAPES	2023
5	Fé e espiritualidade no sentido da vida do idoso com insuficiência renal crônica (Moura <i>et al.</i> , 2020).	Revista Brasileira de Enfermagem	CAPES SciELO <i>Web of Science</i> Scopus	2020
6	Dimensão espiritual e psicologia: a busca pela inteireza (Nascimento; Caldas, 2020).	Revista da Abordagem Gestáltica	CAPES	2020
7	Espiritualidade e arte: o homem em busca de sentido (Aquino, 2021a).	<i>Interações</i>	CAPES	2021

Fonte: Da autora (2024).

Das revistas apontadas pela ANPTECRE, seis apresentaram artigos na temática pesquisada, conforme é possível observar no Quadro 2. Destaca-se ainda dois artigos que também apareceram na busca anterior, mostrada no Quadro 1: “Espiritualidade e arte: o homem em busca de sentido” (Aquino, 2021a) e “Religião, espiritualidade e saúde: um olhar da logoterapia” (Aquino, 2021b).

Quadro 2 – Resultados gerais ANPTECRE

	Título/Autor	Revista	Ano
1	Semelhanças e aproximações da mística judaica na obra de Viktor Frankl (Aquino; Cruz, 2020b).	Caminhos	2020
2	Espiritualidade, escola e cultura de paz: um caminho de desafios, encontros e sentidos (Marinho <i>et al.</i> , 2021).	Fragmentos de Cultura	2021
3	Religião, espiritualidade e saúde: um olhar da logoterapia (Aquino, 2021b).	Horizonte	2021
4	Espiritualidade e arte: o homem em busca de sentido (Aquino, 2021a).	Interações	2021
5	A terapêutica do religioso na pandemia: uma leitura sociofilosófica da questão (Hahn; Vianna; Mendonça, 2022).	Estudos de Religião	2022
6	A influência da espiritualidade e da religiosidade no sentido de vida de pacientes oncológicos (Patrício; Athayde; Aquino, 2022).	Rever	2022

Fonte: Da autora (2024).

Por fim, foi realizado o processo de elegibilidade, a partir dos resumos, e quatro artigos foram separados para discussão, justamente por somente eles trazerem como debate central a espiritualidade e sentido de vida. Destaca-se, dentre eles, o principal pesquisador, o professor Thiago Antonio Avellar de Aquino, sendo autor principal ou fazendo parte dos artigos elegíveis.

Quadro 3 – Artigos elegíveis

	Título/Autor/Ano	Revista	Ano	Autor(es)
1	Espiritualidade e arte: o homem em busca de sentido (Aquino, 2021a).	Interações	2021	Thiago Antonio Avellar de Aquino.
2	Espiritualidade e transcendência na perspectiva de Viktor Frankl (Aquino, 2020).	Aufklärung	2020	Thiago Antonio Avellar de Aquino.
3	Religião, espiritualidade e saúde: um olhar da logoterapia (Aquino, 2021b).	Horizonte	2021	Thiago Antonio Avellar de Aquino.
4	Espiritualidade, escola e cultura de paz: um caminho de desafios, encontros e sentidos (Marinho <i>et al.</i> , 2021).	Fragmentos de Cultura	2021	Thayana Maria Olimpio Marinho <i>et al.</i>

Fonte: Da autora (2024)

É possível perceber que, nos últimos anos, a partir da revisão de literatura, os estudos brasileiros revelam uma correspondência tímida entre sentido de vida da Logoterapia e Análise Existencial e espiritualidade. Essa constatação é corroborada por uma investigação da área de Psicologia - e não na de Ciências da Religião - entre sentido de vida e espiritualidade na América Latina entre os anos de 2007 e 2017 nas plataformas eletrônicas DOAJ, SciELO e Redalyc (Silva *et al.*, 2020).

A investigação de Silva *et al.* (2020) demonstrou que no rol, não extenso, dos artigos escolhidos, a maioria utilizava a Logoterapia e Análise Existencial. Apesar desse estudo se resumir à área de Psicologia, usou uma margem de tempo maior (2007 a 2017), realizando a pesquisa em duas outras plataformas não vinculadas na metodologia do artigo em tela e a incluiu periódicos internacionais. Mesmo assim, somente 19 produções demonstraram pertinência com a investigação. Isso levou à conclusão de que, apesar de serem construtos cuja interseção tem lastro para explorar e contribuir tanto com conhecimento teórico como com intervenções, há um baixo número de publicações.

No caso dessa investigação, dos elegíveis, o artigo de Aquino (2020) visou elucidar a ideia de Viktor Frankl acerca do significado da espiritualidade, a partir da revisão de literatura de livros basilares do autor em relação ao assunto. O resultado da análise foi o entendimento de que a espiritualidade está na dinâmica do espírito humano na busca de sentido e na própria realização da sua existência. Essa compreensão provém da Filosofia, particularmente de Max Scheler, filósofo alemão de influência determinante no pensamento de Viktor Frankl.

Percebe-se que, na discussão de Aquino (2020), está a elucidação da dimensão espiritual/noológica de Viktor Frankl e sua tríade noológica/espiritual (liberdade de vontade, vontade de sentido e sentido de vida). Embora a investigação tenha sido concentrada em livros e não em artigos publicados, o autor concluiu que uma espiritualidade autêntica está constituída em “uma fé incondicional no sentido oculto” (Aquino, 2020, p.71).

Em Aquino (2021b) é feita uma discussão, a partir de uma revisão de literatura das obras centrais de Viktor Frankl, sobre o papel da religiosidade e da espiritualidade no âmbito da saúde. À proporção que o ser humano experiencia valores e sentidos da dimensão espiritual/noológica (núcleo saudável), favorece a saúde dimensão psicofísica. Nessa esteira, o sentido da vida é fundamental também para aqueles que estão em situação de sofrimento e enfermidade, já que a espiritualidade é movimento salvífico, pois permite a vivência dos valores atitudinais: “[...] precisamente na atitude com que a pessoa se coloca face à restrição forçada de fora sobre seu ser” (Frankl, 1994, p. 42). A desumanização em contextos da saúde aponta para uma missão da Logoterapia no qual seria reumanizá-la, proporcionando a expressão do espiritual e permitindo que questões existenciais e religiosas emergjam de forma espontânea para cuidar de maneira integral da totalidade do ser humano (Aquino, 2021b).

Outro artigo de Aquino (2021a) perfez o vínculo entre arte e espiritualidade, já que ambos são fenômenos pertinentes e peculiares ao homem. O autor defendeu que, pela arte, é possível cumprir os sentidos de vida da dimensão espiritual/noológica frankliana, pois ela permeia os valores criativos na ação de se criar, os valores vivenciais na ação de apreciar e o valores

atitudinais na ação de expressar um sofrimento. Para observar a dinâmica da arte em consonância com a dimensão espiritual/noológica, o artigo analisou e debateu onze pinturas presentes no livro “Em busca de sentido” de Viktor Frankl.

O manuscrito compreendeu que, por meio da arte, o ser humano pode libertar-se dos automatismos e condicionamentos das dimensões psicológica e física e então acontecer a reumanização. “A arte manifesta o humano no ser humano, dessa forma, a arte poderia ser uma via de acesso à dimensão espiritual” (Aquino, 2021a, p. 39). Como no artigo anterior, o estudo não usou revistas como referência para a análise realizada, sendo o livro como fonte de dados e limitou-se ao campo das artes.

A produção de Marinho *et al.* (2022) procurou entender os obstáculos escolares e como a espiritualidade pode ser um caminho para lidar com conflitos educacionais, por meio do diálogo com a cultura de paz. Assim, os autores pincelam a relação entre espiritualidade e o sentido de vida, defendendo que a primeira favorece o encontro com um sentido de vida, ocasionando uma à outra. No entanto, não refletiram mais detalhadamente a possibilidade de os dois conceitos estarem em justaposição e não em causa-consequência, ou seja, onde há sentido de vida, há espiritualidade.

Diante das quatro publicações científicas selecionadas, somente uma estabeleceu, em sua discussão central, a vinculação entre espiritualidade e a teoria frankliana: “Espiritualidade e transcendência na perspectiva de Viktor Frankl” de Aquino (2020). Logo, existe um vasto campo a ser explorado na atualidade na área de Ciências da Religião na temática espiritualidade e Logoterapia e Análise Existencial, como já sinalizado por Cruz e Aquino (2018).

4 O SENTIDO DE VIDA E A ESPIRITUALIDADE

O sentido de vida estabelece relação com valores em um processo dinâmico e dialógico que acontece durante toda a vida. Apesar de sentido e valores se relacionarem, eles são diferentes. O sentido está associado a um indivíduo e contexto específicos, portanto, é um valor extrínseco aquele sujeito em particular. Enquanto o valor abriga sentidos universais que foram sendo partilhados por uma comunidade inteira no decorrer da história (Aquino; Cruz, 2020a).

Qualquer acontecimento conduz a uma pergunta que requer uma resposta. As respostas, isto é, os sentidos serão descobertos pelo indivíduo por meio da ação nas experiências com o outro ou com as circunstâncias (Frankl, 2021). Contudo, o que acontecerá nesse meio do eu e do tu para o encontro com o sentido se torna único e particular em cada pessoa.

Ao vivenciar uma dor, por exemplo, pode se ter um ponto de vista mais abrangente, sustentando-se em um sentido maior. O psiquiatra austríaco preferiu denominar *homo patiens* ao invés de *homo sapiens* para indicar o valor atitudinal, característico do humano, para superar adversidades. Essa qualidade não se apoia na intelectualidade, já que existem realidades que não podem ser compreendidas racionalmente (Frankl, 2021).

Na visão frankliana, a dimensão espiritual/noológica ocupa um lugar de destaque e amplitude, havendo uma confiança pré-reflexiva em um sentido oculto que pode vir-a-ser desvelado (Aquino, 2020). A aproximação com essa dimensão é enriquecedora por conceder o desprendimento de si e a fluidez da entrega. O movimento inerente à vida coloca-se disponível para uma pessoa, opondo-se à inércia frente aos condicionantes do meio e abrindo-se para o transcendente.

A consciência transcendente da dimensão noológica/espiritual é premissa incondicional a toda humanidade. O ponto fundamental é a compreensão de que o encontro com o sentido corresponde à espiritualidade, sem necessariamente se ter vínculo com uma crença religiosa (Aquino; Cruz, 2020a). Aquino (2020) destaca que a espiritualidade, dissertada por Viktor Frankl, não deve ser restringida nem confundida com uma ideia de religião ou religiosidade.

Na verdade, Frankl (2021) considera um homem irreligioso como aquele que ignora a transcendência da consciência e não se pergunta ou não se importa a respeito da sua liberdade e responsabilidade. Contudo, o fato de não prestar atenção na consciência não significa que ela desapareça, apenas que sua presença foi ignorada. Permanecendo a consciência latente com seu convite para a transcendência.

A concepção de transcendência perfaz o homem como aberto, livre e dinâmico, indo na contramão de uma visão de um ser já finalizado e acabado (Miguez, 2014). O debate religioso realizado por Viktor Frankl ultrapassa a dicotomia entre religião e não religioso. Seu embasamento se alicerça em uma noção suprarreligiosa cujo entendimento inclui qualquer pessoa porque “a fé religiosa é uma fé no suprasentido, uma confiança no suprasentido” (Frankl, 2021, p. 78).

O homem religioso encontra no suprasentido explicações até para as piores circunstâncias, como o envelhecimento e a morte, pois, não existe circunstância de vida que não tenha sentido (Frankl, 2021). O sentido último e o supersentido ou suprasentido, sobrepuja a finitude humana na medida em que apreende um olhar incondicional, mais profundo e não captado pela lógica a respeito da vida (Frankl, 1994). A vida espiritual se fundamenta no transcendente que não precisamente é algo divino, mas que pede o exercício da consciência de

encontrar sentido de vida no universo de valores, para responder as perguntas constantes de experiências concretas e da existência como um todo.

As qualidades de liberdade e responsabilidade permitem ir além dos entraves contextuais quando o sofrimento não pode ir embora e não há nada que possa ser feito. A todo tempo há alternativas entre aceitar ou rejeitar um condicionante pela fé em um suprasentido, que se apresenta na consciência de si, do que se faz e do que acontece ao seu redor (Meireles, 2018). Assim, a dimensão espiritual/noológica de Viktor Frankl é um nível de realidade superior ao humano, mas que se abriga no mundo humano. Apesar de transcendente, não precisa ser sobrenatural, justamente por poder se basear na necessidade humana na busca de sentido.

Sob a ótica de não associação da espiritualidade a uma religião, pessoas reformulam e/ou rejeitam crenças para se alinhar ao seu estilo de pensamento e de vida, não dependendo mais de modelo determinado a não ser as convicções e significações próprias (Vieira; Senra, 2020).

No horizonte da espiritualidade sem religião, tanto a experiência espiritual quanto as crenças que sustentam essa mesma experiência, se processam sob a medida de cada indivíduo. Dessa forma, podemos demarcar que a espiritualidade sem religião se desenvolve de acordo com os sentidos atribuídos, com o gosto e com as preferências de cada pessoa (Vieira; Senra, 2020, p. 8).

No Brasil, houve um aumento do quantitativo do número de pessoas que não se enquadram em um credo específico, acompanhando uma tendência mundial, observados na Europa, América do Norte e América Latina. Nesse grupo, incluindo adolescentes e jovens adultos, estão uma variedade de identificações, como aqueles que não se consideram afiliados a nenhuma religião tradicional; que se identificam com várias religiões, procurando ideias que considere corretas; que não possuem uma crença imanente, porém acreditam em uma sociedade eticamente evoluída; que são não praticantes, principalmente católicos e evangélicos; ateus e agnósticos (Azevedo, 2023). Contudo essas categorizações, para o autor (p. 163), podem ser fluidas: “Nada impede que autodeclarados ateus vivenciem alguma forma de transcendência e que crentes tenham alguma dose de agnosticismo em sua fé.”.

A grande maioria, pouco mais de 14 milhões de brasileiros, que se autodeclararam, por exemplo, sem religião, nutrem uma crença religiosa não institucionalizada. Em jovens entre 16 a 24 anos, o percentual daqueles sem religião é de 25% (BBC News Brasil, 2022). Um dos argumentos para tal constatação a ausência de necessidade de frequentar uma igreja para acessar conteúdos religiosos, como, por exemplo, a internet como “[...] um poderoso instrumento de presentificação da religião.” (Azevedo, 2023, p. 147). Outra justificativa é haver um distanciamento cada vez maior de modelos cuja centralidade é a submissão e o controle, não

aceitando qualquer tipo de coerção. São indivíduos que vislumbram a sua emancipação quanto ao seu caminho a ser traçado nas inclinações da esfera religiosa (Senra; Carvalho; Vieira, 2020).

[...] o protagonismo do indivíduo, com total liberdade quanto ao direcionamento do seu senso religioso, ou seja, da sua sensibilidade para com os conteúdos de uma fé, da sua relação com o que compreende como Deus e, ademais com o que chega a compreender o que é sua vivência religiosa (Senra; Carvalho; Vieira, 2020, p. 494-495).

A definição de uma espiritualidade conforme o discernimento e a vontade do indivíduo e não a uma imposição religiosa (Vieira; Senra, 2020) conversa com a fé no sentido de vida. Para Frankl (2021), a religiosidade autêntica é quando se há a decisão por ela e não uma obrigação de escolha, seja por um tu transcendente de outro mundo ou por valores e sentidos desse mundo (Aquino, 2021b).

CONCLUSÕES

O estudo propôs investigar se havia em produções científicas brasileiras pesquisas em que o sentido da vida da Logoterapia e Análise Existencial e a espiritualidade estão associados. A investigação da interseção entre os dois conceitos revela-se fundamental para a compreensão da essência humana. Encontrou-se nas bases de dados elegidas, um pequeno número de resultados, sendo necessários mais ensaios que versem sobre o aprofundamento na concepção de espiritualidade ligada ao lugar dos sentidos. Também é preciso discutir como se pode fazer uma sociedade na qual o homem religioso se constitui por decisão consciente do indivíduo e não uma reprodução sem significados, conformista e totalitária.

Forçado ou coagido, por meio de sentimento de culpa, medo ou vergonha, a uma determinada crença, principalmente em religiões institucionalizadas, a espiritualidade se pulveriza. Desse modo, ela precisa ser antes de tudo uma decisão pessoal, devendo partir de uma vontade do indivíduo (vontade de sentido) para o seu crescimento e aperfeiçoamento, em um movimento dialógico entre voltar-se para si e para além de si.

A espiritualidade surge sem demandar uma religiosidade, pois ocupa um lugar maior do que as religiões institucionalizadas e formalmente reconhecidas. Nesse pensamento, um agnóstico ou ateu pode ser um ser espiritual, pois a espiritualidade não está reservada meramente para religiosos. Ela é da transcendência, transbordando para fora do indivíduo pelo amor seja a um outro humano ou um ser vivo, à natureza, a um serviço.

A vida do homem não se faz na busca por prazer, poder ou autorrealização. A sua inclinação por completude não pode achar-se em gratificações ocasionadas por alguma satisfação de desejos, descarga de tensões ou no ajustamento ao ambiente. Na verdade, o viver centrado somente em si impede estar na dimensão espiritual/noológica e, portanto, de estar em contato com a espiritualidade.

A Logoterapia e Análise Existencial desvenda o anseio, alojado no íntimo do ser, que fundamenta a procura por sentidos de vida a serem cumpridos. A fé nos sentidos encontrados nas diversas circunstâncias de vida é uma abertura para a fé no sentido eterno – suprassentido. A aproximação do homem ao absoluto se dá pelo sentido no qual, em cada sentido concreto, há um vislumbre da totalidade.

Viver a espiritualidade é estar “em casa”, pois é nela que habita e se desenvolve todo o potencial humano. Também é estar na fonte de vida, realizando o fluxo existencial entre o ser o poder-se, nesse processo contínuo de busca e encontro de sentidos.

Portanto, a relevância do entendimento acerca da espiritualidade trazida por Viktor Frankl é a compreensão de que viver é um ato contínuo de confiança incondicional no encontro com os sentidos de vida, o que é condição fundante para o viver humano. Esse olhar é salutar porque não é, não defende nenhuma cosmovisão como especial, dedicando-se ao que é importante para a pessoa e, ao mesmo tempo, aproxima ela das demais.

REFERÊNCIAS

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Espiritualidade e transcendência na perspectiva de Viktor Frankl. **Aufklärung**: revista de filosofia, v. 7, n. 1, p. 65-72, 2020. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8107866>. Acesso em: 19 nov. 2022.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Espiritualidade e arte: o homem em busca de sentido. **Interações**, 2021a, vol. 16, n. 1, p. 33-52. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/interacoes/article/view/22112>. Acesso em: 19 nov. 2022.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Religião, espiritualidade e saúde: um olhar da logoterapia. **Horizonte**, p. 1041-1041, 2021b. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/horizonte/article/view/21060>. Acesso em: 07 mar. 2023.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Apontamentos acerca da cura médica de almas na perspectiva de Viktor Frankl. **Interações**, v. 18, n. 1, p. 1-16, 2023. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/interacoes/article/view/28452>. Acesso em: 28 mar. 2024.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; CRUZ, Josilene Silva da. A questão da transcendência dos valores e do sentido da vida na análise existencial de Viktor Frankl. **Estudos de Religião**, v. 34, n. 2, p. 351-367, 2020a. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/ER/article/view/10532/7351>. Acesso em: 20 nov. 2022.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; CRUZ, Josilene Silva da. Semelhanças e aproximações da mística judaica na obra de Viktor Frankl. **Caminhos-Revista de Ciências da Religião**, v. 18, p. 980-1000, 2020b.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; CRUZ, Josilene Silva da. A fenomenologia do homem religioso segundo Viktor Frankl. **Relegens Thréskeia**, v. 10, n. 1, p. 15-35, 2021. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/relegens/article/view/79462>. Acesso em: 20 nov. 2022.

AZEVEDO, Sílvia Murilo de. Os sem igreja, sem religião e os quase-religiosos no Brasil contemporâneo. **Ad Aeternum**, v. 1, n. 5, p. 144-171, 2023. Disponível em: <https://revistas.ulusofona.pt/index.php/adaeternum/article/view/8593>. Acesso em: 10 jun. 2024.

CARRANÇA, Thais. Jovens sem religião superam católicos e evangélicos em SP e Rio. BBC News, 2022. Disponível em: <https://bbc.com/portuguese/brasil-61329257>. Acesso em: 10 jun. 2024

COSTA, Angelo Brandelli; ZOLTOWSKI, Ana Paula Couto. Como escrever um artigo de revisão sistemática. In: KOLLER, Sílvia Helena; PAULA COUTO, Maria Clara Pinheiro de; VON HOHENDORFF, Jean. **Manual de produção científica**. Porto Alegre: Penso, 2014.

CRUZ, Josilene Silva da; AQUINO, Thiago Antonio Avellar. A questão do ateísmo para o entendimento do homem no pensamento de Viktor Frankl. **Numen**, v. 21, n. 2, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/numen/article/view/22152>. Acesso em: 01 jul. 2023.

CRUZ, Josilene Silva da. **Espiritualidade, Resiliência e Logo-educação: os fundamentos noológicos para o ensino religioso**. 2020. 233 p. Tese. Doutorado em Ciências das Religiões. UFPB - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2020.

NASCIMENTO, Ananda Kenney da Cunha; CALDAS, Marcus Túlio. Dimensão espiritual e psicologia: a busca pela inteireza. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, v. 26, n. 1, p. 74-89, 2020. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7863740>. Acesso em: 28 mar. 2024.

FERNANDES, Ferreira Laura *et al.* A influência da espiritualidade e da religiosidade na aceitação da doença e no tratamento de pacientes oncológicos: revisão integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Cancerologia**, v. 66, n. 2, 2020. Disponível em: <https://rbc.inca.gov.br/index.php/revista/article/view/422/630>. Acesso em: 28 mar. 2024.

FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido**. Petrópolis: Vozes, 1994.

FRANKL, Viktor Emil. **O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver**. São Paulo: É Realizações, 2015.

FRANKL, Viktor Emil. **A presença ignorada de Deus**. Petrópolis: Vozes, 2021.

HAHN, Noli Bernardo; VIANNA, Lucas Oliveira; MENDONÇA, Matheus Thiago Carvalho. A terapêutica do religioso na pandemia: uma leitura sociofilosófica da questão. **Estudos de religião**, v. 36, n. 2, p. 73-100, 2022. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8926354>. Acesso em: 28 mar. 2024.

MARINHO, Thayana Maria Olimpio *et al.* Espiritualidade, escola e cultura de paz: um caminho de desafios, encontros e sentidos. **Fragmentos de Cultura**, 2022, v. 31, no 3, p. 597-607. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/fragmentos/article/view/9058>. Acesso em: 07 mar. 2023.

MARTINS, Marco Aurélio Corrêa. O que é espiritualidade e como podemos abordá-la no ambiente escolar. **Educação e Filosofia**, v. 36, n. 78, p. 1257-1276, 2022. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/EducacaoFilosofia/article/view/65830/35279>. Acesso em: 07 jun. 2023.

MEIRELES, Marcos Vinicius da Costa. Antropologia religiosa de Viktor Frankl? À guisa da perspectiva religiosa do fundador da Logoterapia. **Numen**, v. 21, n. 2, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/numen/article/view/22165>. Acesso em: 03 nov. 2022.

MIGUEZ, Eloisa Marques. **Educação em busca de sentido: pedagogia inspirada em Viktor Frankl**. São Paulo: Paulus, 2014.

MOURA, Halanna Carneiro Guimarães Bastos *et al.* Fé e espiritualidade no sentido da vida do idoso com insuficiência renal crônica. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, p.1-8, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/wph5TxmPsM7MNH936fm9GrF/?lang=pt>. Acesso em: 28 mar. 2024.

PATRÍCIO, Ana Clara de Andrade; CRISTINO, Ana Caroline Cabral; AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Espiritualidade e religiosidade na saúde de pacientes oncológicos sob a ótica das ciências das religiões. **Interações**, v. 18, n. 2, p. e182d02-e182d02, 2023. Disponível em: <https://smtpgw.pucminas.br/index.php/interacoes/article/view/29631>. Acesso em: 28 mar. 2024.

PINTO, Guilherme Moreira Caetano; PEDROSO, Bruno. Produção científica de bolsistas de produtividade: uma revisão de literatura nas bases de dados contempladas pelo Portal de Periódicos Capes. **Em Questão**, p. 243-271, 2021. Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/EmQuestao/article/view/105592>. Acesso em: 07 abril 2023.

SENRA, Flávio; CARVALHO, Izabella Faria de; VIEIRA, José Álvaro Campos. Os sem-religião. Espacialização e vozes de uma transformação. **Caderno de Geografia**, v.30, n.61, p. 480-498, 2020. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/geografia/article/view/22583/16638>. Acesso em: 20 nov. 2022.

SILVA, Andreia Barbosa *et al.* Relação entre sentido de vida e espiritualidade na América Latina: uma revisão integrativa da literatura. **Interação em Psicologia**, v. 24, n. 2, 2020. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/66020>. Acesso em: 01 jul. 2023.

SUÁREZ, Larissa de Araújo Batista.; SOUSA, Milena Nunes Alves de; CALDAS, Marcus Túlio. Entre flores e sepultura: a maternidade e o processo de perda de um filho. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, v. 10, n. 3, p. 23-30, 2020. Disponível em: <https://www.gvaa.com.br/revista/index.php/REBES/article/view/8008/7735>. Acesso em: 28 mar. 2024.

VAILLANT, George. **Fé: evidências científicas**. Barueri: Manole, 2010.

VIEIRA, José Álvaro Campos; SENRA, Flávio. Espiritualidade sem-religião: o cultivo da qualidade humana. **Síntese: Revista de Filosofia**, v. 47, n. 149, p. 605-605, 2020. Disponível em: <https://www.faje.edu.br/periodicos/index.php/Sintese/article/view/4614>. Acesso em: 19 nov. 2022.

VON HOHENDORFF, Jean. Como escrever um artigo de revisão de literatura. *In*: KOLLER, Sílvia Helena; DE PAULA COUTO, Maria Clara Pinheiro de; VON HOHENDORFF, Jean. **Manual de produção científica**. Porto Alegre: Penso, 2014.

ARTIGO III

A Logoeducação na promoção de saúde mental

Resumo: A plenitude humana é vivenciada por meio do encontro com a sua unidade múltipla tridimensional: biopsicoespiritual. A educação tem um papel importante não somente na transmissão de conteúdo e no engajamento acadêmico como também para um crescimento psíquico saudável. Assim, esse ensaio objetivou demonstrar como o trabalho com a espiritualidade, a partir do sentido de vida de Viktor Frankl, é salutar para a formação de estudantes conscientes, livres e responsáveis, permitindo, portanto, a atuação da dimensão espiritual/noológica para promover saúde mental. Por meio de uma revisão integrativa da literatura (ARL), foram buscados estudos, entre os anos 2018 e 2023, que discutissem sobre a Logoterapia e Análise Existencial na educação brasileira para adolescentes: a Logoeducação. Percebeu-se, a partir da pesquisa, a necessidade de realizar mais estudos que alinhem os campos de sentido de vida, educação e saúde mental, de modo a trazerem reflexões teóricas e práticas na interface entre a espiritualidade por meio do sentido de vida para adolescentes no contexto educacional.

Palavras-chave: Logoeducação; Estudantes; Saúde Mental; Adolescência.

1 INTRODUÇÃO

Na organização da sociedade, a educação tem o compromisso com o desenvolvimento humano. Para tanto, essa atribuição vai além do aspecto intelectual, abrigando também o emocional e o existencial. A inserção da Logoterapia e Análise Existencial nas instituições de ensino, por meio da Logoeducação, pode criar um ambiente mais significativo, envolvente e acolhedor, já que enfoca a busca por sentido de vida, contribuindo para que a educação privilegie também aspectos humanos durante a jornada educacional, assegurando a saúde do ser.

Considerando a premissa do desenvolvimento humano como uma tônica, a educação precisa olhar, cuidar e nutrir potencialidades, inclusive as não descobertas ou ainda não valorizadas; preservar o que é saudável e benéfico para o florescimento e fortalecimento dos estudantes; e impedir o que seria danoso para o indivíduo e para sociedade amplifique (Freitas, 2017).

Assim, ajudar estudantes do Ensino Médio no encontro do sentido de vida, prepará-los-á melhor para desafios da vida, principalmente porque a adolescência concentra um conjunto de importantes mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais. As inúmeras alterações e descobertas dessa fase a tornam crucial para a formação da identidade dos jovens que, por sua vez, impactará na fase adulta.

Questionamentos a respeito da existência humana suscitam a compreensão mais profunda sobre si mesmo, a reflexão acerca de valores e de aspirações, no enfrentamento de dificuldades e na disposição de seguir em frente. Por isso, a necessidade desse artigo em situar o momento atual da pesquisa academicista brasileira na área da Logoeducação para adolescentes.

A Logoeducação guia o adolescente para descobrir no vivido concreto diário a realização de sentidos latentes. Nessa esteira, ela participa da instrumentalização cognitiva, operacional, técnica e emocional para que, diante de dificuldades, saiba direcionar suas ações para encontrar o sentido que o aguarda, sendo assim um convite à mudança de postura (Freitas, 2017).

O desenvolvimento humano abarca elementos culturais, sociais, ambientais, psíquicos e biológicos e acontece em fases. Essas fases se organizam em oito estágios que, embora tenham marcadores biológicos universais, também são construções sociais e influenciadas pelo ambiente. Para fases distintas, há diferentes padrões e habilidades cognitivas, emocionais e comportamentais bem como a capacidade de sustentar as variadas mudanças que vão influenciar o bem-estar psicológico. A ocorrência de perturbações nas fases pode desencadear patologias (Papalia; Feldman, 2013).

A adolescência, considerada uma dessas etapas, mesmo sendo um período criado nas sociedades modernas, traz importantes marcos de mudanças biológicas, cognitivas e relacionais (Papalia; Feldman, 2013). A base de referência para considerar a adolescência nesse ensaio é o interstício de tempo preconizado pelo Estatuto da Criança e do Adolescente (Brasil, 1990) entre 12 e 18 anos incompletos.

Por ser um período de alterações significativas, os adolescentes estão mais propensos a comportamentos impulsivos até mesmo pela imaturidade do cérebro (Papalia; Feldman, 2013). As perturbações podem se manifestar por sintomas de depressão, frequentemente presente na adolescência (Murta; Günther; Guzzo, 2015), de ansiedade (Grolli; Wagner; Dalbosco, 2017) e de estresse. Atuar em condições mais propícias ao adoecimento psíquico é agir para promover saúde.

A depressão é uma perda do interesse ou prazer em atividades diárias, acompanhada de tristeza em grande parte do dia (Papalia; Feldman, 2013). A pessoa deprimida se desvaloriza, percebendo-se como alguém não desejável, sem importância e com defeitos; compreende o

ambiente e acontecimentos presentes e o futuro de forma pessimista (Grolli; Wagner; Dalbosco, 2017). Já a ansiedade patológica é um entendimento desajustado de que algo negativo ocorrerá no futuro, advinda de uma ideia de perigo, ameaça e medo desproporcionais (Papalia; Feldman, 2013). Grolli, Wagner e Dalbosco (2017) acrescentam a característica de estar constantemente antecipando um porvir ameaçador.

No Brasil, é frequente que a avaliação dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse seja conduzida de maneira separada e não de forma integrada (Patias *et al.*, 2016). No entanto, sintomas de ansiedade, depressão e estresse, muitas vezes, estão interligados e podem influenciar-se mutuamente. Por exemplo, altos níveis de estresse podem desencadear sintomas de ansiedade e depressão, enquanto sintomas de depressão e ansiedade podem aumentar os níveis de estresse percebido. Da mesma forma, a ansiedade patológica pode contribuir para sentimentos de desesperança e tristeza, características da tristeza patológica; por outro lado, uma síndrome depressiva pode levar a preocupações excessivas e antecipação de eventos futuros, que são características de uma ansiedade exarcebada.

Portanto, as indefinições, dúvidas e inseguranças que acompanham as transformações da vida, inclusive na adolescência, podem trazer sintomas de estresse, tristeza e ansiedade elevados. Devido a isso, fomentar ações que contribuam com a diminuição de ameaças é ampliar a preservação da saúde mental (Papalia; Feldman, 2013 e Murta; Günther; Guzzo, 2015). Essas ações precisam ofertar experiências com comportamentos que, perante contextos somáticos e psíquicos, elevem a dimensão noética (Frankl, 2011). Frankl (p.28) reflete que: “De fato, ser consciente pressupõe a exclusiva capacidade humana de elevar-se sobre si, de julgar e avaliar as próprias ações e a própria realidade em termos morais e éticos.”

É imperioso, ainda, investir cada vez mais em pesquisas e projetos interventivos para a saúde mental não somente pela essencialidade da temática em si, mas também porque o sofrimento psíquico tem-se elevado entre adolescentes (Souza *et al.*, 2021). Ações promotoras de saúde procuram impedir ou reduzir chances de adoecimentos, atuando em intervenções para habilidades e recursos a fim de que os fatores de risco sejam reduzidos: [...] a promoção almeja fortalecer o bem-estar e outros desfechos positivos (isto feito, provavelmente resulta na provençal de males [...]) (Abreu; Barletta; Murta, 2015, p. 69).

O olhar integral para saúde só se consolida quando se articula com diversos espaços nos quais o homem transita e vai além de uma visão individualizada. Por ser a vida humano um processo interativo constante intra e interpessoal e da pessoa com seus contextos, os ambientes podem ser palco para as intervenções, pois eles também têm força de afetar positiva ou negativamente, trazendo risco ou proteção (Abreu; Barletta; Murta, 2015).

O desenvolvimento humano acontece em múltiplos contextos e cada um deles tem o poder de sensibilizar o indivíduo inserido nele. Ações protetivas em saúde mental, embora necessárias em qualquer período, serão fundamentais para adolescentes nos espaços onde circulam (Murta; Günther; Guzzo, 2015). Apesar da relevância, há uma escassez de práticas e suas respectivas produções acadêmicas, não somente no Brasil, mas em toda América Latina (Souza *et al.*, 2021).

Espera-se elevar ao máximo a capacidade saudável em cada ambiente, como o ambiente da educação (Abreu; Barletta; Murta, 2015). Para isso, Frankl (2021) apontou ser o fundamento da saúde a dinâmica do indivíduo em prol do sentido de vida (Frankl, 2021). Inserida em instituições de ensino, uma educação voltada para o sentido deve incorporar a ação de abertura a si, ao outro e ao mundo por meio de uma tarefa, uma missão, um relacionamento, direcionada a trazer, ao mesmo tempo, um bem para o indivíduo e para o coletivo (Freitas, 2017).

A Logoterapia e Análise Existencial aplicada ao ensino por meio da Logoeducação, favorece a resiliência, o combate ao vazio existencial e a experiência dos valores e sentido de vida (Cruz, 2020): sentidos concretos e suprasentido. A crença no suprasentido, sustentada pela fé incondicional de que tudo é nutrido por um significado, inclusive o próprio propósito da existência, é eminentemente terapêutico (Oliveira; Aquino, 2014). Isso corrobora para a saúde mental, “uma vez que esta fé é um aspecto saudável da dimensão especificamente humana” (Oliveira; Aquino, 2014, p. 237).

A educação auxilia o ser humano a se constituir, tendo como pressupostos primordiais formar cidadãos para a vida em comunidade (Souza; Gomes, 2013). A escola é, por essência, uma vivência estruturadora para os adolescentes, porque, dentre outros pontos, traz conhecimentos, propicia o aprendizado de novas habilidades e aperfeiçoamento de antigas e cria vínculos interpessoais (Papalia; Feldman, 2013).

Escolas acolhedoras têm maiores níveis de desenvolvimento, melhor expressividade emocional, vínculos sociais saudáveis, pois são espaços que cuidam. Esses tipos de lugares se retroalimentam, buscando prosperar e se manter ao longo do tempo porque envolvem o ser humano em sua totalidade, criando uma atmosfera de respeito, compreensão e encorajamento (Del Río, 2019).

Em todo o percurso educativo formal, Del Río (2019) aponta a urgência em construir uma cultura que chamou de “bem-ser”. A cultura do bem-ser destaca o cumprimento do sentido para a integralidade da existência, a partir da dinâmica entre recursos pessoais cognitivos, emocionais e espirituais/noológicos. Esse tipo de cultura entende a pessoa como agente ativo

da saúde, logo capaz de atuar no ambiente, buscando não somente o seu bem como também do entorno.

Aos educandos devem ser oportunizadas experiências em prol da transcendência, ou seja, para o movimento extrínseco para algo ou alguém. Além disso, de exercer a liberdade e a responsabilidade, na tensão noodinâmica, percorrida por Viktor Frankl, entre o ser e o poder-ser de sentidos e valores. Sem a tensão para o sentido, são comuns comportamentos de procurar por tensões perigosas e de riscos, como: uso de drogas; baixa tolerância à frustração; tédio e apatia; e reduzida alegria de viver e capacidade de lidar com o sofrimento (Freitas, 2017).

Por isso, deve-se elaborar e testar projetos para fortalecer fatores de proteção na escola, tanto para enfrentar estresses provocados por adversidades como para desenvolver todo potencial do estudante. A educação entrelaçada com o sentido de vida prima pela incorporação e pelo incentivo a questionamentos acerca do que pode vir-a-ser de potencialidades da existência, avaliando as possibilidades com responsabilidade e liberdade.

“Não há educação sem encontro humano!” (Freitas, 2017, p. 51). Por isso, o exercício da postura noética ajuda a criar relacionamentos mais significativos, emoções de valência positiva, um ambiente de conexão intra e interpessoal, a lidar com os desafios da vida e do cultivo de uma mentalidade de crescimento diante das adversidades.

2 LOGOEDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL

A saúde é considerada uma condição de bem-estar na qual o indivíduo consegue exercer suas atividades de maneira favorável e produtiva, lida normalmente com o estresse corriqueiro do dia a dia e colaborar para o seu entorno social (Organização Mundial da Saúde - OMS, 2013). No ano de 2019, 14% do quantitativo de quase um bilhão da população mundial diagnosticada com algum transtorno mental no mundo eram adolescentes, estando os transtornos na principal razão de incapacidades (Organização Pan-Americana de Saúde, 2022).

Papalia e Feldman (2013) afirmaram que os índices de depressão aumentam na adolescência e que os sintomas não são somente aqueles relacionados à tristeza, mas envolvem irritabilidade, tendo dificuldade em sentir satisfação. Pessoas com sua saúde mental abalada são mais vulneráveis a ter outros acometimentos, inclusive em sua saúde física, e podem ter mais chances de mortalidade precoce.

A educação, ao desfocar de déficits e problemas, passa a trabalhar na descoberta de potenciais, talentos, capacidades de superação e resiliência de cada estudante e fomenta relações de confiança que fortalecem o eu (Miguez, 2015). “Nessa perspectiva, a educação para o sentido

na juventude poderá ajudar o jovem a proteger-se ou a atravessar uma crise existencial e humanizá-lo contra situações, atitudes e posturas que conduzam ao vazio” (Aquino; Damásio; Silva, 2010, p. 89).

A palavra educação se origina na acepção de conduzir para o exterior, já demonstrando, desde o início, para a sua essência em guiar o educando para a transcendência. Em sua origem semântica, já traz o propósito humanitário de formar pessoas para a inteireza e isso somente é possível quando a escola introduz a temática do sentido da vida (Aquino, 2015).

A Logoterapia e Análise Existencial é uma concepção libertadora frente aos determinismos e uma prática preventiva porque traz o protagonismo da dimensão espiritual/noológica do ser humano (Aquino; Damásio; Silva, 2010). Isso implica abertura ao convite para o sentido a ser captado pela consciência (Freitas, 2020) pelo princípio de transcendência. Por essa qualidade humana de se elevar perante ela mesma e os limites, a pessoa se abre ao mundo, inclusive ao suprasentido (Oliveira; Aquino, 2014).

O papel da educação não é somente transmitir conteúdo, mas acurar a percepção para os significados de cada situação de vida (Frankl, 2021). Por isso, ela precisa ter cuidado para não ser reducionista e mecanicista, dando ênfase maior as dimensões somática e/ou psíquica e esquecendo da dimensão espiritual/noológica. O que mais se observa nos espaços educacionais atuais é estímulo ao psicofísico e uma prática que trabalha como depositária de conhecimentos, beneficiando a opressão e a massificação e, portanto, a reprodução, a não criação e a não espontaneidade. Viktor Frankl defendia que o preponderante para o conhecimento é o sentido da vida, já que este direciona o homem para sua responsabilidade para com a vida (Aquino; Damásio; Silva, 2010).

O homem não se resume a fenômenos biológicos, físico-químicos e psicológicos, ele é uma unidade biopsicoespiritual. Cada dimensão tem suas características e necessidades e não há uma que seja mais importante e nem que opere sozinha, sendo todas presentes nas condutas humanas. As dimensões psicofísicas são instâncias nas quais a dimensão espiritual/noológica pode atuar. Nessa última, originam-se os seguintes fenômenos: liberdade, responsabilidade, consciência, autodistanciamento e autotranscendência. Além disso, é onde nasce a mais profunda força do indivíduo: a vontade de sentido. E a vontade de sentido motiva a busca para o encontro com sentido.

Como a consciência tem como fonte o inconsciente, ou seja, o intuitivo, anterior a qualquer lógica, o indivíduo, logo o estudante, já leva consigo a capacidade de captar o que é valioso, conseqüentemente, captando o sentido. A demanda por uma educação voltada para o existencial se justifica pela disposição constitutiva para sentidos e valores, abarcando a

completude humana: “[...] o fato de ser completo é o que possibilita a ela vir-a-ser o que é - um ser responsável, consciente e que aspira valores” (Miguez, 2015, p. 88). Além disso, “somente uma consciência desperta é o que o torna ‘resistente’ ao conformismo e ao totalitarismo” (Frankl, 2021, p. 88).

Um sujeito que se afasta da coisificação deixa de reagir para agir, pois para a análise existencial, a consciência não está subordinada ao resultado causal das funções psíquicas. Destarte, a educação carece de ter o compromisso de corroborar contra a estagnação provocada pelos processos de adaptação e padronização evocados pela sociedade, entre o egoísmo individual e jugo dos ditames de um grupo (Miguez, 2015).

É no intuito de trazer a perspectiva da Logoterapia e Análise Existencial para a educação, que surge a área da Logoeducação, um neologismo criado para tratar a respeito da prática dos princípios franklianos em espaços educativos. Ainda que Viktor Frankl tenha feito críticas acerca do surgimento de novas palavras, é cada dia mais comum o emprego da palavra Logoeducação. Por sua vez, a Logoeducação se diferencia da Logoterapia porque essa última se refere à terapia voltada para a clínica (Cruz, 2020).

Considerando que a captação de sentidos é por meio de três grupos de valores, as três maneiras que eles se apresentam na experiência humana são: valores criativos, valores vivenciais e valores atitudinais. A primeira categoria acontece quando o indivíduo entrega algo seu para o mundo, seja uma ação que será pelo trabalho ou tarefa. Em seu caráter último, os valores criativos convidam, a partir da percepção da transitoriedade da vida, à percepção da missão da existência. Então, uma educação que não conduz ao existencial não finaliza o processo de criação, pois “só tem valor educativo se modifica o interior da pessoa e enriquece seu entorno” (Miguez, 2015, p. 134).

Assim como os valores de criação fazem um caminho ativo, de construção no mundo; os valores vivenciais, um caminho de receptividade, de receber do mundo. Portanto, o segundo grupo corresponde a chegada de algo interpretado como valioso pela subjetividade nas trocas relacionais: vivência com a natureza, com uma expressão artística, com uma outra pessoa. Por fim, a categoria dos valores atitudinais é a ação frente a situações imutáveis ou inevitáveis que restringem os dois outros valores. Ainda em contextos adversos, o posicionamento interno ainda é uma opção para deixá-los menos sofríveis. Realizando um paralelo com a educação, o aprendizado da convivência também se inclui no processo formativo bem como da superação e/ou aceitação dos desafios para o crescimento e o fortalecimento pessoal pela resiliência (Miguez, 2015).

Devido a sociedade estar repleta de estímulos sensoriais, evidenciar bens materiais e ter uma enxurrada de informações, a educação precisa assumir seu lugar de uma educação para a responsabilidade (Frankl, 2021). A reinvestida na capacidade de decidir, inserida no processo educativo, coloca o sujeito novamente em posse de sua responsabilidade pela existência (Miguez, 2015).

Sintomas de apatia, desinteresse e falta de iniciativa, observados em estudantes, têm origem no vazio existencial, frutos de uma educação que exclui o atributo humano de driblar condicionamentos e não aceitar ser mero acaso do destino social, cultural ou econômico: pandeterminismo. Há um outro agravante que se associa ao pandeterminismo, a predominância do incentivo escolar pelo sucesso, êxito e competição. Todo esse contexto não se vincula à vontade de sentido e, portanto, não constitui a verdadeira motivação (Miguez, 2015).

A Logoeducação é um exercício que traz o cuidado com o ser humano por meio do sentido da vida (Cruz, 2020). A pessoa, orientado pela dimensão espiritual/noológica que lhe constitui, é direcionado para o que lhe é significativo. Por isso, qualquer outra maneira de educar é incompleta. Como possibilidades pedagógicas, têm-se então três direções atuando conjuntamente: educar para a criatividade no intuito de dar algo de si para outrem, educar para convivência para promover valores e relações recíprocas de solidariedade e de colaboração e educar para resiliência, visando superar dificuldades (Miguez, 2015).

Educar é antes de tudo constituir pessoas que saibam: usarem a sua liberdade para escolher com responsabilidade; serem autônomas, não se conformando ou se submetendo aos ditames externos; e serem realizadoras de sentidos e valores (Del Río, 2019). Apesar da importância de a Logoeducação ser evidente, ainda se há pouco conhecimento e práticas sobre ela. Permitir o desvelamento do noético na educação é trazer a saúde, posto que está se trazendo o que há de mais genuíno no ser humano.

Compreendendo que a realização de sentido é pressuposto necessário para uma sociedade saudável, a proposição da Logoeducação apoia-se na pauta de valores e de sentidos para o educando (Aquino, 2015), pois pessoas que não tem consciência deles, permanecem na busca por prazer ou poder (Lukas, 2002).

3 PERCURSO METODOLÓGICO E DISCUSSÕES

O ensaio utilizou a revisão de literatura (ARL), um método que realiza uma análise crítica de publicações científicas para mostrar a evolução de determinado campo de pesquisa. Além dessa análise, a ARL tece relações, apresenta necessidades e caminhos futuros. Portanto,

é uma revisão que organiza e avalia o que se tem produzido, sem deixar de fazer considerações sobre os horizontes que podem se direcionar às próximas pesquisas (Von Hohendorff, 2014). A revisão de literatura posiciona uma pesquisa dentro do contexto mais amplo e contribui para a qualidade, relevância e originalidade do trabalho, fornecendo arcabouço para novas ideias e abordagens.

A primeira etapa se configurou na escolha de plataformas que seriam utilizadas como fonte para a busca de trabalhos. Em seguida, foram escolhidas as palavras-chave da pesquisa, fundamentada pela Descritores em Saúde (DeCS/MeSH) do Portal Regional da Biblioteca em Saúde (BVS): logoterapia e educação. Assim, as fontes de dados para artigos científicos ficaram sendo: SciELO, SCOPUS, *Web of Science* e Periódicos da CAPES, por serem plataformas de ampla visibilidade e abrigarem pesquisas nacionais.

O foco foram artigos brasileiros, disponíveis em plataformas eletrônicas. A razão dessa delimitação foi fornecer dados e discutir o panorama dos últimos anos da pesquisa no Brasil de práticas educativas para o sentido de vida em adolescentes. Por isso, a revisão de literatura usou o período de referência de publicação de 2018 a 2023 e uma busca por assunto com o operador booleano AND. Foram excluídos artigos duplicados na mesma ou distintas plataformas, editoriais e resenhas.

A princípio, foram retornados cinco trabalhos na CAPES, um na SciELO, um na Scopus e nenhum na base de dados *Web of Science* e na SCOPUS. Dentro da temática - logoterapia e educação -, quatro foram elegíveis.

Quadro 1 - Resultado pesquisa artigos

	Título/Autor/Ano	Revista	Ano	Base de Dados
1	Síndrome de burnout e sentido de vida em professores: um estudo correlacional (Almeida; Santos; Silva, 2023).	Interações	2023	CAPES
2	Velhice, sofrimento e violência autoinfligida: reflexões a partir dos preditores do suicídio (Souza <i>et al.</i> , 2023).	Subjetividades	2023	CAPES
3	Monotropismo e movimento para a paz no pensamento de Viktor Frankl (Aquino; Cruz; Gomes, 2019).	Interações	2019	CAPES
4	Educação para sentido na vida e valores: percepção de universitários a partir do livro “Em busca de sentido”, de Viktor Frankl (Santos, 2019).	Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos	2019	CAPES e SciELO

Fonte: Da autora (2024).

Almeida, Santos e Silva (2023) exploraram o nexos entre a síndrome de burnout, um adoecimento associado ao esgotamento emocional e físico em virtude do trabalho, em uma

amostra de 243 professores da rede pública das cidades de Aracaju e do interior da Bahia, e o sentido de vida. A investigação utilizou uma abordagem correlacional, revelando pela análise de correlação de Spearman, uma relação negativa entre sentido de vida e a síndrome de burnout.

Dentre as conclusões de Almeida, Santos e Silva (2023), considerando que o aumento do sentido de vida diminui o nível de burnout, evidenciou-se a necessidade de usar a Logoterapia como estratégia para trabalhar as questões existenciais. A finalidade de tal medida está na possibilidade de afastar a exaustão de docentes no fazer educativo e promover saúde mental para eles no ambiente escolar. Como uma das limitações, tem-se o fato de não incluir a investigação sobre saúde mental no público discente.

Aquino, Cruz e Gomes (2019), assim como Almeida, Santos e Silva (2023), mesmo não trazendo também a expressão Logoeducação, estabeleceram um diálogo teórico e amplo sobre a cultura de paz e a educação, a partir do monantropismo de Viktor Frankl. A educação tem uma atribuição salutar em romper com as diversas violências quando a consciência desperta para o encontro com o sentido de vida, nas experiências com valores como tolerância e perdão. São com esses valores e outros associados à solidariedade e respeito que se compreende que toda a humanidade está unida mesmo na diversidade.

O Monantropismo, na perspectiva de uma humanidade única, requer a compreensão de que todo ser humano, independentemente da sua condição, tem um valor incondicional para a sua comunidade. Logo, é preciso desde cedo inserir o debate na vida dos educandos, pois estamos conectados em uma teia de relações formando uma unidade apesar da diversidade. A paz requer a descoberta de sentidos ou valores hierarquicamente mais elevados na comunidade humana, que brilhem na consciência a tal ponto que ofusquem as diferenças e rivalidades entre os grupos e pessoas (Aquino; Cruz; Gomes, 2019, p. 308).

O monantropismo se comunica com o movimento pela paz e pode influenciar positivamente o esforço coletivo para conciliação e harmonia. As ideias de Aquino, Cruz e Gomes (2019), discutem sobre a importância dos conceitos de Viktor Frankl, dentre elas o sentido de vida e a responsabilidade individual na busca pela compreensão mútua, respeito e cooperação. Infere-se ainda que o descobrimento do potencial estudantil para a paz se dá na experimentação dos seus recursos noéticos de transcendência, liberdade e responsabilidade. Esses possibilitam a preferência por ações que negam todo tipo de violência.

Embora o debate teórico trazido por Aquino, Cruz e Gomes (2019) seja relevante para realizar um diálogo complementar entre duas temáticas, Logoterapia e Análise Existencial e cultura de paz, e para indicar caminhos para a última, é preciso construir também estudos empíricos de inserção da abordagem de Viktor Frankl em instituições de ensino.

Já o artigo "Velhice, sofrimento e violência autoinfligida: reflexões a partir dos preditores do suicídio" aborda reflexões sobre fatores de risco para o suicídio em outro público: idosos. O trabalho reflete acerca de sofrimentos experienciados na velhice desencadeados por diversas razões, como ausência de relacionamentos sociais e espaços de escuta, questões financeiras, sedentarismo, doenças, dentre outros.

Ao examinar preditores e características psicossociais para o aumento da violência autoinfligida, Souza *et al.* (2023) contribuíram para melhor entendimento de tal violência e na construção de estratégias psicoeducativas para o sentido de vida em idosos. O intuito foi de fortalecer aspectos protetivos para o envelhecimento na abordagem frankliana. No entanto, ela não se situa em ambiente de ensino. Além disso, a argumentação do artigo é teórica, demandando também a criação e a avaliação de ações bem como análises quantitativas de dados levantados na população em tela.

Por fim, Santos (2019), compreendendo a existência acentuada do vazio existencial na sociedade atual, particularmente na juventude, perscruta, a partir do livro 'Em busca de sentido', de Viktor Frankl, a perspectiva de um grupo de estudantes universitários do curso de engenharia de computação em relação ao conteúdo do manuscrito. O objetivo então foi criar em 177 jovens, matriculados em cinco turmas, entre os anos de 2015 e 2017, uma educação que promova o sentido de vida, já que é a motivação primária da humanidade, através do uso da expressão literária.

Em geral, os resultados obtidos - pela análise de conteúdo de relatórios produzidos pelos estudantes - revelaram o reconhecimento da importância do sentido de vida no cotidiano e na superação de desafios, além de compreenderem a liberdade e a responsabilidade que possuem na tomada contínua de decisões. Os estudantes demonstraram ainda satisfação com a atividade proposta a partir do livro (Santos, 2019).

Diante do exposto, nota-se que é preciso haver mais estudos que construam reflexões teóricas e realizem propostas de atuação na interface entre a espiritualidade por meio do sentido de vida em adolescentes, posto que nenhuma das pesquisas trouxe uma investigação empírica para essa fase. Assim, o Ensino Médio, tendo, concomitantemente com as disciplinas formais, também requer a educação para o sentido de vida por meio da Logoeducação. Somente dessa maneira, tem-se pessoas saudáveis, capazes de discernir o que anseiam sem se adequar ou aceitar desígnios externos.

O papel primário do logoeeducador é refletir, junto ao educando, sobre escolhas que podem ser feitas, na relação noodinâmica entre ser e poder-ser, para oportunizar um confronto e, conseqüentemente, dar consciência ao que orienta seu mundo existencial (Aquino, 2015). A

escola deve ajudar o jovem na descoberta do seu projeto existencial, dando-lhe as condições e habilidades necessárias para a sua execução, bem como para a constituição do seu “ser no mundo”. Destarte, o ambiente escolar além de prover uma educação para o intelecto, necessita ser também um papel de profilaxia do vazio existencial, educando para os valores mais elevados da existência humana que estão relacionados ao encontro com o sentido (Aquino, 2015, p. 20).

Na perspectiva frankliana, a vontade de sentido é a força motriz para o bem-estar (Luz; Murta; Aquino, 2017) e o bem-ser (Del Río, 2019). A concretização da vontade de sentido, manifestada pelo sentido da vida, vem justamente do desejo “de ir além de onde se está, de crescer em algum âmbito da vida pessoal, de fazer a vida valer a pena, vem da vontade de sentido” (Aquino; Damásio; Silva, 2010, p. 140).

O termo bem-estar tem sido bastante usado, por isso, tornou-se polissêmico, aparecendo em distintos âmbitos de pesquisas com acepções diferentes. No campo da saúde, o bem-estar surge relacionado na própria definição daquela área no conceito da OMS (1946), associando-se a um estado físico, mental e social. Em 1998, a OMS acrescentou na dinâmica o bem-estar espiritual, pois a percepção de um sentido transcendente é uma premissa para a saúde (Rodrigues; Pereira, 2021).

Siqueira e Padovam (1980, apud Rodrigues e Pereira, 2021) diferenciam o bem-estar subjetivo do bem-estar psicológico. O primeiro corresponde a uma avaliação, que somente pode ser realizada pelo indivíduo, acerca de todos os seus afetos e pensamentos. Desse modo, refere-se ao autoconceito que uma pessoa tem a respeito de sua própria vida em termos de satisfação e ausência ou presença de afetos positivos e negativos. Já o bem-estar psicológico, baseia-se em todo o desenrolar da vida, em um olhar menos momentâneo e mais existencial e significativo. Por isso, é uma medida mais abrangente de aspectos do funcionamento psicológico e emocional que contribuem para uma vida plena e significativa.

Del Río (2019) inaugura a terminologia do bem-ser, tratando sobre a necessidade de criar espaços nos quais as pessoas podem ser como são, não procurando somente a autorrealização, mas possam transcender para os sentidos de vida. Para o autor, o que a Terceira Escola Vienense propõe é a cultura do bem-ser, posto que se abre para uma outra proposta de vida: pautada constantemente na consciência para a descoberta de valores e os sentidos de vida. Destarte, o bem-ser incorpora uma perspectiva holística para o bem-estar que vai além dos aspectos psicológicos, estabelecendo a dimensão espiritual/noológica da existência humana.

A ênfase dada pela educação em conteúdos e tarefas repetidas associada ao aceleração e mecanização de rotinas, afasta os sujeitos do contato com sua inteireza e pode adocê-los. Frankl (1994) se referiu às neuroses relacionadas à dimensão espiritual/noológica como

neuroses noogênicas: problemas existenciais ligados à frustração da vontade e de sentido, isto é, do fracasso em ter um significado para a vida. O psiquiatra reforçou que a frustração existencial não é em si patológica nem patogênica, podendo, inclusive, criar uma tensão interior substancial para o bem-ser.

As instituições de ensino como palco das experiências precisam atentar para não serem reprodutoras de padrões, muitas vezes, adoecedores da sociedade que testemunha, especialmente nos séculos XX e XXI, o não cuidado com o vazio existencial (Frankl, 1994), aumentando a probabilidade da manifestação de uma ansiedade patológica.

A escola é um ambiente social por ser um espaço de convivência e de engajamento, de construção de objetivos e de propósitos e de experiências emocionais. Ao conhecer e experimentar novas formas de viver, pode-se construir formas de pensar e agir mais conscientes, flexíveis, adaptativas e criativas, em consonância com estados de saúde.

A educação é humanizadora e voltada para saúde ao agregar saberes que envolvem a compreensão do significado de estar no mundo. No entanto, o que muito se observa são sistemas escolares contribuindo para o vazio existencial e, portanto, com a falta de sentido pelo modo reducionista, mecanicista e doutrinário (Frankl, 2011).

Promoção de saúde, na perspectiva frankliana, aumenta recursos pessoais de enfrentamento aos acontecimentos da vida, principalmente para a juventude, uma etapa da vida intermediária após a infância e preparatória para a fase adulta (Luz; Murta; Aquino, 2017). Daí o esforço da Logoeducação em trazer para cena a dimensão espiritual/noológica, já que é uma dimensão sadia do homem. Em uma vida com sentido, a pessoa tem consciência do “para quê” de sua existência e busca viver de acordo com ele.

Portanto, a aplicação da Logoterapia e Análise Existencial na educação contribui para a maior missão educativa das instituições de ensino: formar para ser humano. E esse tipo de formação desperta para a dimensão necessária para uma vida saudável e direcionada para valores: a dimensão espiritual/noológica. Mesmo que Viktor Frankl não tenha discorrido muito sobre essa área de atuação, em seus escritos aponta a importância desse campo no desenvolvimento de pessoas conscientes de si e de seu papel no mundo, o que permite o encontro com sentidos.

Há uma espiritualidade latente, inconsciente, em todo ser humano, justamente por sua vontade primária de querer responder perguntas existenciais acerca das situações que se apresenta (Frankl, 2021). A escola é lugar de sentido de vida e não somente de estímulo intelectual. Ao privilegiar apenas a cognição e a técnica, não se dá voz a única dimensão

totalmente humana e fonte de saúde, a espiritual. O contrário, a inserção da dinâmica noética na educação, traz impactos positivos para o alunado.

CONCLUSÕES

As instituições de ensino são espaços sociais onde também acontece a vida e, por tanto, locus basilar para desenvolvimento de pessoas. Nela, adolescentes vivenciam muitas experiências que repercutirão em quem são e no seu olhar, fazer e agir no mundo. Assim, o papel da educação jamais pode ser reduzido, como é ainda hoje, preferencialmente, na propagação de conteúdo.

Os resultados da revisão de literatura apontaram a necessidade ainda de avançar em estudos que tragam interconexões entre Logoeducação e saúde mental para a adolescência. Se há necessidade de fortalecimento de uma maneira ampla na promoção da saúde na educação, há mais ainda para a Logoterapia e Análise Existencial.

É estratégico destacar a importância de implementar ações nas instituições de ensino que abordem a temática do sentido de vida para adolescentes. Essas intervenções podem atuar na redução de sintomas de ansiedade, depressão e estresse, contribuindo assim para melhorar a saúde mental dos jovens. Ao introduzir o tema do sentido de vida nas escolas, os adolescentes são incentivados a refletir sobre seus valores e orientá-los para a realização de uma vida significativa, mesmo em meio a desafios e dificuldades.

Ao investir em propostas educacionais que visam desenvolver o sentido de vida dos adolescentes, as instituições de ensino não apenas fornecem ferramentas para o bem-estar psíquico dos alunos, mas também contribuem para o bem-ser, isto é, para a cultura do sentido de vida. Nessa cultura, a tríade da dimensão espiritual/noológica - liberdade da vontade, vontade de sentido e sentido de vida (Frankl, 1994) - contribui para a cultura em prol dos princípios franklianos para refletir e agir no mundo.

O cuidado com uma fase de vida implica em reverberações em fases seguintes. E esse cuidado deve ocorrer também na educação, já que são ambientes de convivência e socialização e os estudantes permanecem uma boa parte de suas vidas neles. Portanto, a educação não pode se limitar a ser um depósito de saberes e tarefas, pois, tal modo, colabora com a fragmentação do estudante. Um ensino que se restringe a conteúdos e privilegia a formação intelectual ofusca a dimensão espiritual/noológica que, quando ocultada, alimenta o vazio existencial e traz adoecimento mental.

Trabalhar a consciência para o seu chamado do sentido, inclusive da fé incondicional nos sentidos de vida, é trazer para a cena a existência noológica. A busca por sentido é um ato espiritual (Lukas, 2002) e somente quando as pessoas estão com ela iluminada é que confiam em si para entrar em contato com o vir-a-ser e fazer suas escolhas para propósitos e missão de vida.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Samia; BARLETTA, Janaína Bianca; MURTA, Sheila Giardini. Prevenção e promoção em saúde mental: pressupostos teóricos e marcos conceituais. *In*: MURTA, Sheila Giardini *et al.* **Prevenção e promoção em saúde mental: fundamentos, planejamento e estratégias de intervenção**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2015.
- ALMEIDA, Emile Santos de; SANTOS, Karine David Andrade; SILVA, Joilson Pereira da. Síndrome de burnout e sentido de vida em professores. **Interações**, v. 18, n. 1, p. 1-20. Disponível em: <https://smtpgw.pucminas.br/index.php/interacoes/article/view/29100>. Acesso em: 31 mar. 2024.
- AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. **Sentido da vida e valores no contexto da educação: uma proposta de intervenção à luz do pensamento de Viktor Frankl**. São Paulo: Paulinas, 2015.
- AQUINO, Thiago Antonio Avellar; CRUZ, Josilene Silva; GOMES, Eliseudo Salvino. Monantropismo e movimento para a paz no pensamento de Viktor Frankl. **Interações**, v. 14, n. 26, p. 297-314, 2019. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/interacoes/article/view/18226/16351>>. Acesso em: 16 maio 2023.
- AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; DAMÁSIO, Bruno Figueiredo; SILVA, Joilson Pereira da. **Logoterapia e educação: fundamentos e prática**. São Paulo: Paulus, 2010.
- BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Estatuto da Criança e do Adolescente. Brasília: Diário Oficial da União, 1990. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 16 maio 2023.
- CRUZ, Josilene Silva. **Espiritualidade, resiliência e logo-educação: fundamentos noológicos para o ensino religioso**. Tese (Doutorado em Ciências das Religiões), Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, p. 234. 2020.
- DEL RÍO, Gastón. **De la cultura del bien-estar a la cultura del bien-ser**. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Bonum, 2019.
- FREITAS, Marina Lemos Silveira. **Pedagogia do Sentido: contribuições de Viktor Frankl para a educação**. 2. ed. Ribeirão Preto: Instituto de Educação e Cult IECVF, 2017. 212 p.
- FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido**. Petrópolis: Vozes, 1994.

FRANKL, Viktor Emil. **A presença ignorada de Deus**. Editora Sinodal, 2021.

FRANKL, Viktor Emil. **A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia**. Paulus Editora, 2011.

GROLI, Verônica; WAGNER, Marcia Fortes; DALBOSCO, Simone Nenê Portela. Sintomas depressivos e de ansiedade em adolescentes do ensino médio. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 9, n. 1, p. 87-103, 2017. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6185316>. Acesso em: 17 maio 2023.

LUKAS, Elisabeth. **Psicologia espiritual: fontes de uma vida plena de sentido**. Paulus, 2002.

LUZ, José Marcelo Oliveira da; MURTA, Sheila Giardini; AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Avaliação de resultados e processo de uma intervenção para promoção de sentido da vida em adolescentes. **Trends in Psychology**, v. 25, p. 1795-1811, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tpsy/a/SXfpQh9R6CfvFnTBjClyNjP/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 02 maio 2023.

MIGUEZ, Eloisa Marques. **Educação em Viktor Frankl: entre o vazio existencial e o sentido da vida**. 2015. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo.

MURTA, Sheila Giardini; GÜNTHER, Isolda de Araújo; GUZZO, Raquel Souza Lobo. Prevenção e promoção em saúde mental no curso de vida: indicadores para a ação. In: MURTA, Sheila Giardini *et al.* **Prevenção e promoção em saúde mental: fundamentos, planejamento e estratégias de intervenção**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2015.

OLIVEIRA, Karen Guedes; AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. A logoterapia no contexto da psicologia da religião. **Interações**, v. 9, n. 16, p. 225-242, 2014. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3130/313037815004.pdf>. Acesso em: 15 de maio de 2022.

OMS - Organização Mundial da Saúde. **Plan de acción integral sobre salud mental 2013-2030**. Genebra: OMS, 2013. Disponível em: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240031029>. Acesso em: 17 maio 2023.

OMS - Organização Mundial da Saúde. **Constituição da Organização Mundial da Saúde**. Genebra: OMS, 1946.

OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde. **OMS destaca necessidade urgente de transformar saúde mental e atenção**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/17-6-2022-oms-destaca-necessidade-urgente-transformar-saude-mental-e-atencao>. Acesso em: 17 maio 2023.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth Duskin. **Desenvolvimento humano**. Porto Alegre: Artmed, 2013.

PATIAS, Naiana Dapieve *et al.* Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) - short form: adaptação e validação para adolescentes brasileiros. **Psico-usf**, v. 21, p. 459-469, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/CtJv6LTmfYxKfXzmP4j6q5g/?lang=pt>. Acesso em: 10 fev. 2024.

RODRIGUES, Miriam; PEREIRA, Douglas da Silveira. **Psicologia positiva: dos conceitos à aplicação**. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2021.

SANTOS, David Moises Barreto dos. Educação para sentido na vida e valores: percepção de universitários a partir do livro “Em busca de sentido”, de Viktor Frankl. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, v. 100, n. 254, p. 230-252, 2019. Disponível em: http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S2176-66812019000100230&script=sci_arttext. Acesso em: 31 mar. 2024.

SOUZA, Emiliana Aparecida de; GOMES, Eliseudo Salvino. Educação, um processo de humanização na visão frankliana. **Foro de Educación**, v. 11, n. 15, p. 215-228, 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4475/447544540011.pdf>. Acesso em: 16 mai 2022.

SOUZA, Francisco Vitor Soldá *et al.* Velhice, sofrimento e violência autoinfligida: reflexões a partir dos preditores do suicídio. **Revista Subjetividades**, v. 23, n. 2, p. 1-13, 2023. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/rmes/article/view/12961>. Acesso em: 31 mar. 2024.

SOUZA, Thaís Thaler *et al.* Promoção em saúde mental de adolescentes em países da América Latina: uma revisão integrativa da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 2575-2586, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2021.v26n7/2575-2586/>. Acesso em: 04 abril 2023.

VON HIHENDORFF, Jean. Como escrever um artigo de revisão de literatura. In: KOLLER, Sílvia Helena; DE PAULA COUTO, Maria Clara Pinheiro; VON HOHENDORFF, Jean. **Manual de produção científica**. Porto Alegre: Penso, 2014.

ARTIGO IV

Aproximações entre a Psicologia Positiva e a Logoterapia e Análise Existencial

Resumo: O presente artigo realiza um diálogo entre os modelos teóricos da Psicologia Positiva e da Logoterapia e Análise Existencial. A perspectiva do sentido da vida tratada pelas duas abordagens, em períodos distintos, possui convergências e divergências. Os dois modelos se aproximam, uma vez que envidam esforços para uma existência humana mais integrada e saudável. No entanto, também se diferenciam, já que a Logoterapia e Análise Existencial destaca o sofrimento, por meio do conceito tríade trágica positiva, como parte inevitável da condição humana, além de trazer o conceito de vazio existencial, o que não está presente na Psicologia Positiva. Com o objetivo de analisar a interlocução entre as duas teorias nas produções científicas brasileiras, foi realizada uma revisão de literatura (ARL), proposta por Von Honendorff (2014). A revisão desvelou a escassez de estudos brasileiros que conectem as visões das abordagens.

Palavras-chave: Psicologia Positiva; Logoterapia e Análise Existencial; Bem-estar.

1 INTRODUÇÃO

A Logoterapia e Análise Existencial de Viktor Frankl e a Psicologia Positiva, cujo seu maior expoente é Martin Seligman, trazem importantes aproximações em suas concepções de homem e de mundo e podem se complementar enquanto abordagens, principalmente porque, de acordo com Chavéz (2024) trazem para a ciência o desenvolvimento do potencial humano. Por isso, faz-se mister investigar se e como a literatura científica no Brasil tem correlacionado esses dois campos.

A preocupação com o bem-estar psíquico, mais popularmente chamado de felicidade, remonta a Grécia Antiga Aristóteles (Vieira; Dias, 2021) com o conceito de Eudaimonia, uma vida plena a partir de escolhas mais elevadas (Chávez, 2024). Apesar de ser um tema observado desde aquela época, somente retoma sua primazia no século XX nas discussões da terceira escola de psicoterapia vienense, das teorias humanistas da Psicologia em geral, da Organização Mundial de Saúde (OMS) sobre a definição de saúde e na Psicologia Positiva. Ressalta-se que a escola de Viktor Frankl influenciou a inserção, em 1998, do domínio espiritual-transcendental

no conceito de saúde da OMS, quando já existiam os domínios físico, psicológico e social; bem como também contribuiu para as ideias da Psicologia Positiva (Chávez, 2024).

O avanço da Psicologia Positiva - movimento científico iniciado no final da década de 90 do século XX nos Estados Unidos – vem ampliando estudos empíricos voltados para definir o que influencia a saúde mental, em uma perspectiva multifatorial e não reducionista ou simplista (Rodrigues; Pereira, 2021). Nessa esteira, aquela corrente fortalece a oposição à tendência da Psicologia em focar em emoções que causam sofrimento e adoecimento mental, esmiuçar problemas, corrigir disfunções e mitigar doenças. Embora o número de pesquisas voltadas para o bem-estar psíquico tenha aumentado, ainda é incipiente em comparação aos estudos sobre patologias (Niemic, 2019).

O aumento pelo interesse pela promoção da saúde mental foi reforçado com a entrada, em 1998, do psicólogo Martin Seligman, maior expoente da Psicologia Positiva, na presidência da Associação Americana de Psicologia (APA). Isso porque que definiu, como sua missão no cargo, o estudo de processos, condições e mecanismos de saúde mental para além das doenças do interesse pela compreensão da inteligência humana (Chávez, 2024).

Tempos antes, no ano de 1926, Viktor Frankl utilizou, pela primeira vez, o termo Logoterapia em uma conferência acadêmica. O autor entendia que a relevância do viver estava na presença da dimensão espiritual/noológica, cultivada por valores que levariam ao sentido de vida, e, conseqüentemente, ao bem-estar psíquico (Chávez, 2024).

Victor Frankl(1963), um pioneiro no estudo do significado, enfatizou que a felicidade não pode ser atingida simplesmente desejando felicidade. Em vez disso, ela deve acontecer como a consequência não intencional de trabalhar para um objetivo maior do que nós mesmos (Rashid; Seligman, 2019, p. 22).

A dimensão espiritual/noológica é o âmbito dos fenômenos especificamente humanos. É devido a duas características dela - transcendência e distanciamento - que o ser humano consegue sobrepujar e afastar-se das esferas biológicas e psicológicas. Embora seja uma dimensão específica daquela espécie, as outras - físicas e mentais - também são necessárias para evitar a unilateralidade de apenas uma perspectiva, o monismo (Frankl, 2021).

Cada vez há uma maior defesa da saúde integrada com variados aspectos da vida, sejam eles individuais ou coletivos. Contudo, seguem expressivas ideias que concebem o indivíduo em partes separadas, como a divisão entre razão e emoção e entre mente e corpo.

Portanto, a Logoterapia e a Análise Existencial e a Psicologia Positiva rejeitam uma visão fragmentada de pessoa e compreendem o bem-estar psíquico como uma mescla de fatores. A

primeira entende o ser humano como uma unidade na tridimensionalidade biopsicoespiritual (Frankl, 2021) e a segunda, pela constituição de forças de caráter e presença de cinco pilares, a saber: emoções positivas, relacionamentos positivos, engajamento, realizações e propósito. Esses cinco se agrupam na sigla em inglês PERMA (Seligman, 2012).

As duas teorias se interessam em dar ênfase ao que torna uma pessoa saudável para viver todo o seu potencial e o que pode ser feito para evitar acometimentos psíquicos. Viktor Frankl insere, ainda, em sua concepção do potencial humano, a relevância do sofrimento, diferentemente da Psicologia Positiva que, continuamente, aponta para a saúde psíquica relacionada ao desenvolvimento de aspectos positivos intra e inter-humanos. A seguir, serão debatidas, mais detalhadamente, semelhanças e discrepâncias entre as duas abordagens.

2 DIÁLOGO ENTRE A LOGOTERAPIA E A ANÁLISE EXISTENCIAL E PSICOLOGIA POSITIVA

O entendimento de saúde mental da Psicologia Positiva deve englobar características de crescimento de uma pessoa, como os aspectos psicossociais a partir da percepção de emoções positivas (esperança e entusiasmo) e de uma vida aprazível. O interesse pela vida, redes interpessoais de apoio e o senso de propósito trazem o bem-estar (Abreu; Barletta; Murta, 2015). Portanto, a abordagem insere a complexidade humana nos elementos do PERMA e em forças de caráter.

Coerente com a psicologia positiva e com os conceitos de saúde mental e de prevenção recentes, a diminuição de estressores e de fatores de risco ambientais não é o suficiente para evitar o desenvolvimento de psicopatologias, sendo necessário o desenvolvimento de competências e de suporte social (Abreu; Barletta; Murta, 2015, p. 60).

A teoria do bem-estar de Martin Seligman se configurou, em um primeiro momento, em torno de três instâncias: vida prazerosa (emoções positivas percebidas acerca do passado, presente e futuro), vida comprometida (qualidades do indivíduo usados no cotidiano, inclusive nos desafios) e vida significativa (interesse pelo bem comum) (Chávez, 2024). Depois, atualizou-se para o PERMA e para as forças de caráter (Seligman, 2012b). Uma vida em contentamento condiz com a construção de boas relações sociais; com a compreensão que a vida vai além da esfera individual, tendo um propósito maior; com a realização de objetivos e sonhos; com o cultivo de bons sentimentos e de se estar atento ao momento presente (Seligman,

2012a). Desse modo, fatores de saúde envolvem questões como: otimismo, resiliência, emoções, espiritualidade e forças pessoais.

Enquanto a primeira teoria concentra a atenção para o equilíbrio e harmonia em aspectos positivos para a saúde mental, a segunda é uma filosofia de vida com um encadeamento de ideias que se ligam em três premissas: liberdade para decidir mesmo diante do inevitável; o movimento em busca de um sentido - vontade de sentido; e encontro com o sentido de vida. Nessa esteira, Viktor Frankl rejeita a ideia de homeostase para o conceito de noodinâmica, enfatizando que a saúde mental está, justamente, em ter um certo nível tensional entre aquilo já atingido e aquilo a ser alcançado. Essa dinâmica acontece em uma das três dimensões, aquela restrita à humanidade: a dimensão espiritual/noológica, que abriga valores e sentido de vida (Frankl, 2021).

O encontro com o sentido de vida, inexaurível e presente em tudo, acontece a partir do órgão do sentido (consciência) e por sua característica de transcendência. As outras duas dimensões carregam aspectos físicos e fisiológicos (dimensão biológica) e aspectos cognitivos, emocionais, comportamentais e de processos mentais (dimensão psicológica) (Frankl, 2015).

Na verdade, a busca do homem por um sentido pode provocar uma tensão interna em vez de equilíbrio. No entanto, essa tensão é pré-requisito indispensável para a saúde mental. Atrevo-me a dizer que nada no mundo ajuda tanto à sobrevivência, mesmo nas piores circunstâncias, quanto o conhecimento de que a vida tem um sentido (Frankl, 2021, p. 59).

Ademais, Martin Seligman e Viktor Frankl acreditavam sempre na possibilidade de gerir do homem diante da existência. Assim, o aspecto da interpretação subjetiva é a prova de que o determinismo pode ser questionado. Eles creditam ao ser humano a faculdade de superar uma condição pré-existente por meio de atitudes, tendo, portanto, a incondicionalidade como característica fundante. Por isso, uma pessoa pode ressignificar até as situações mais difíceis (Gomes, 2009).

O estilo explicativo do sujeito é a maneira como cada um interpreta os acontecimentos diários e enxerga o lugar que ocupa no mundo, impactando no comportamento e sentimentos. Um estilo tem o poder de ampliar ou limitar as percepções, sendo a realidade parcial por depender do olhar que é dado nas diversas individualidades (Seligman, 2012b).

Na visão de Viktor Frankl e Martin Seligman, transformações no curso da história individual acontecem por comportamentos deliberados a eventos ocorridos. Em um paralelo com Frankl (2021), essas transformações se concretizam por uma ação geradora de um resultado no mundo (valores criativos), o relacionamento com algo ou alguém (valores

relacionais) ou lidando de maneira não determinista com uma circunstância nefasta (valores atitudinais). Pelos três grupos de valores, é possível implicar-se com o que se faz, comprometer-se perante à vida e manter-se firme frente às revezes das circunstâncias, pois encontram-se sentidos de vida. Nessa medida, valores permitem que o ser humano seja uma outra versão dele mesmo (Aquino; Cruz, 2020), melhor do que já foi.

Seis virtudes da Psicologia Positiva, assim como a dimensão espiritual/noológica, representam o mais nobre e positivo da natureza humana. Conforme Niemiec (2019, p. 34), a estrutura das virtudes, decomposta em 24 forças de caráter “[...] sugere forças cognitivas (sabedoria), forças emocionais (coragem), forças sociais e comunitárias (humanidade e justiça), forças protetoras (temperança), e forças espirituais (transcendência)”. Essas forças de caráter permitem chegar nas virtudes.

Quadro 1 – Virtudes e forças de caráter

Virtudes					
Sabedoria	Humanidade	Justiça	Temperança	Coragem	Transcendência
Criatividade	Generosidade	Justiça	Humildade	Bravura	Admiração da beleza e excelência
Curiosidade	Amor	Liderança	Prudência	Integridade	Gratidão
Amor ao aprendizado	Inteligência emocional	Trabalho em equipe	Perdão	Perseverança	Esperança
Mente aberta			Autocontrole	Vitalidade	Humor
Perspectiva					Espiritualidade

Fonte: Niemiec (2019)

As forças de caráter são traços psicológicos da identidade da pessoa que, para serem alcançadas e propiciar um bem coletivo, precisam de ações concretas individuais. Já os valores franklianos (criativos, relacionais e atitudinais), apesar de dependerem da experiência do indivíduo, são universais, que se tornam particulares e únicos no processo de cada pessoa em dar um sentido a eles.

Como ratificado por Gomes (2009), na teoria do bem-estar da Psicologia Positiva, os valores da Logoterapia e Análise Existencial são abordados a partir de virtudes, manifestadas nas forças de caráter. O autor defende que as duas abordagens convergem porque, por exemplo, pela abordagem frankliana, quando se coloca algo novo no mundo, vivencia-se a realização de valores criativos e, pela Psicologia Positiva, tem-se a atuação da virtude da sabedoria, pelas forças de caráter criatividade, curiosidade, amor ao aprendizado, mente aberta e perspectiva. Outra similaridade está nos valores atitudinais e na virtude da coragem, já que, pelas duas, age-se com resiliência frente a situações paralisantes. Também pode-se estabelecer uma semelhança

entre os valores relacionais e as virtudes de humildade e temperança, pois, no relacionamento com o outro, está a força de caráter amor e outras, como: perdão, humildade e generosidade.

Uma questão esmiuçada pela Logoterapia e Análise Existencial é o ímpeto por dar significados à existência. Ele está presente desde os primórdios da civilização e é componente fundante para as religiões - pois também buscam responder o sentido da vida – e em áreas como a filosofia, a psicologia e a arte, que procuraram descobrir razões do caminhar humano (Vieira; Dias, 2021). Tanto a Logoterapia e Análise Existencial como a Psicologia Positiva apontam uma relação entre o sentido de vida e o bem-estar psíquico, estando ambos relacionados à capacidade de autotranscender; e coadunam com a ideia de uma felicidade não hedonista (Gomes, 2009).

O sentido de vida, questão central na obra de Viktor Frankl e essencial para a felicidade (Chávez, 2024; Lázaro *et al.*, 2015), participa como um dos elementos do bem-estar psíquico na Psicologia Positiva (Chávez, 2024). No entanto, a Psicologia Positiva tem auxiliado com propostas de estudos mais operacionais para descobrir dados empíricos sobre o bem-estar psíquico, incluindo estudos com o sentido de vida (Lázaro *et al.*, 2015).

As duas perspectivas abordam a transcendência, a consciência e o humor. Na Logoterapia e Análise Existencial, as três estão intimamente interligadas. A transcendência é uma característica básica da humanidade, já que ela está orientada a sempre se relacionar com algo ou alguém além dela mesma. Na dinâmica da transcendência, há uma busca por sentido a ser cumprido e quem conduz essa busca ao encontro do sentido é a consciência. “A consciência pode ser definida como um meio de descobrir sentido”, “farejá-los, por assim dizer” (Frankl, 2021, p. 43). A pessoa consciente sabe e emprega a responsabilidade perante a vida, dando respostas de acordo com a sua liberdade de se posicionar (Chávez, 2024). O humor, por sua vez, favorece transcender, pois cria distâncias necessárias (autodistanciamento) frente a sentenças de condições físicas ou psíquicas (Frankl, 1994).

Para a Psicologia Positiva, a consciência é capacidade de observar e estar ciente de emoções, pensamentos e experiências existentes (Chávez, 2024), não tendo o lugar de órgão do sentido. Já a transcendência é uma das seis virtudes e tem o humor como umas das forças de caráter. O humor faz parte daquela virtude porque garante leveza ao trazer o riso e a graça para as vivências diárias (Niemic, 2019). Assim, como para a perspectiva frankliana, a transcendência é a qualidade de ir em direção ao que está fora do âmbito individual. No entanto, ela não tem a abrangência da Logoterapia e Análise Existencial, sendo somente, na Psicologia Positiva, uma parte das qualidades individuais. Além disso, nem ao humor nem à coragem

(heroísmo), é dada a ideia do autodistanciamento, outro aspecto central em Viktor Frankl, junto com a transcendência, para enfrentamento às adversidades.

Na parte em que a Logoterapia e Análise Existencial discorre sobre o trágico, distingue-se da Psicologia Positiva. Para a primeira, o sofrimento é característica inerente ao ser humano e tem a função de transformar uma dor em possibilidade de crescimento.

Ao cumprir um sentido, o homem realiza a si mesmo. Se cumprimos o sentido do sofrimento, realizamos então o que de mais humano o homem tem; amadurecemos, crescemos - crescemos para além de nós mesmos. Precisamente aí, onde nos encontramos desamparados e desesperados, quando enfrentamos situações que não se podem mudar, precisamente aí é que somos chamados, e nos é exigido, a mudar a nós mesmos (Frankl, 2015, p. 30).

A Psicologia Positiva reconhece a presença de aflições, desgostos, angústias, ansiedade, tristeza e demais sentimentos pesados, porém tenta abrandá-los. A saúde não é somente a inexistência de transtornos mentais, mas a faculdade de alcançar o florescimento (Seligman, 2012a).

Já a Logoterapia e Análise Existencial, embora não os glorifique, justifica sua atuação e pertinência para processos de reflexão sobre a vida e valores; descoberta de sentidos mais profundos; resiliência, recuperação e superação; fortalecimento perante desafios; e valorização da liberdade de vontade ao escolher atitudes perante situações limitantes. Inclusive, o sofrimento aparece pelo valor atitudinal. O único sofrimento a ser combatido, de acordo com Frankl (2015), é o de uma vida sem sentido.

Culpa, sofrimento e morte compõem o que Viktor Frankl denominou de tríade trágica positiva e são consideradas aspectos intrínsecos da experiência humana. Esses três processos são importantes porque oferecem uma estrutura para entender as diferentes fontes de dores humanas e, ao mesmo tempo, caminhos de mudança em direção à saúde por meio da liberdade e responsabilidade (Frankl, 1994; 2015). A culpa, quando baseada em expectativas externas e normas sociais, transforma-se em arrependimento irreparável, porém ao criar a mentalidade de aprender com os erros e da autocompaixão, deixa-se de ser consumido por aquela.

Do mesmo modo, a morte é uma parte inevitável da vida humana, restando, apenas, escolher como lidar com ela. E o sofrimento de uma vida sem sentido ocasiona desesperança, desespero e até o vazio existencial pela separação da vontade de sentido. No entanto, é possível desenvolver a consciência de que “Não há nenhuma situação de vida que seja realmente sem sentido”, podendo “plasmar-se em algo positivo” mediante “atitude e firmeza adequadas” (Frankl, 2015, p. 28). A liberdade e a responsabilidade se manifestam na escolha por um

comportamento que confirme a incondicionalidade da vida. Na perspectiva da incondicionalidade, até mesmo o trágico pode ser olhado diferente.

A resiliência contraria as imposições físicas e psíquicas e age em prol da transformação, nem que seja a interior (Rodrigues; Pereira, 2021). Qualquer situação demanda uma resposta, podendo ser no intuito de cumprir um destino ou a chance de aprender ou aprimorar valores ou acolher tudo o que a vida trouxe, incluindo tragédias.

Enquanto a Psicologia Positiva enfatiza aspectos que englobam o bem-estar psíquico e de adaptabilidade, a tríade trágica positiva da Logoterapia e Análise Existencial também se coloca como elemento para a saúde mental. “Assim, em relação ao sofrimento, mais importante do que negá-lo por meio de uma atitude positiva distinta da realidade é necessário reafirmá-lo e transformá-lo em conquista interior” (Oliveira *et al.*, 2022, p. 186). Nos campos de concentração aos quais passou, Frankl (1994) constatou que aqueles prisioneiros que, apesar de todo sofrimento, conseguiam significar o que viviam, enfrentando até a morte de maneira diferente.

A liberdade interior (*geistig*) do ser humano, a qual não se lhe pode tirar, permite-lhe até o último suspiro configurar a sua vida de modo que tenha sentido. Pois não somente uma vida ativa tem sentido, em dando à pessoa a oportunidade de concretizar valores de forma criativa. Não há sentido apenas no gozo da vida, que permite à pessoa a realização na experiência do que é belo, na experiência da arte ou da natureza. Também há sentido naquela vida que - como no campo de concentração - dificilmente oferece uma chance de se realizar criativamente e em termos de experiência, mas que lhe reserva apenas uma possibilidade de configurar o sentido da existência, precisamente na atitude com que a pessoa se coloca face à restrição forçada de fora sobre seu ser (Frankl, 1994, p. 49)

A Logoterapia e Análise Existencial e a Psicologia Positiva contribuem para a promoção da saúde mental porque, de acordo com Chávez (2024), anseiam por despertar o empoderamento humano do seu potencial a partir de aspectos saudáveis. A primeira postula a dimensão noética como fonte de saúde e, segundo Aquino (2013, p. 45), “[...] o núcleo integrado do ser humano”. Já para a segunda, a saúde não estaria nesse núcleo, mas em atitudes e ambientes que promovam a presença, em maior proporção diária, do PERMA com a atuação das forças de caráter.

3 A BUSCA POR ESTUDOS

Ao realizar uma revisão de literatura em artigos disponíveis eletronicamente e de acesso aberto nas bases de dados de periódicos SciELO, SCOPUS, *Web of Science* e Biblioteca Virtual

dos Periódicos da CAPES, com os descritores em saúde (DeCS) psicologia positiva e logoterapia, com operador booleano AND, entre os anos de 2018 e 2023, somente retornaram as plataformas SciELO, SCOPUS e Periódicos da CAPES. No entanto, todas encontraram o mesmo artigo: “Sentido de vida: compreendendo este desafiador campo de estudo” de Vieira e Dias (2021). Vale ressaltar que essa pesquisa não englobou a duplicidade de artigos, resenha e editoriais. Ademais, o foco foram as publicações em português, de modo a acessar as pesquisas nacionais.

No artigo de Vieira e Dias (2021), explorou-se a complexidade do termo sentido de vida, desde como se tem desenhado o seu entendimento ao longo do tempo nas diversas áreas de estudos: na filosofia, desde o filósofo grego Aristóteles; na religião; e na psicologia, dando destaque para Viktor Frankl, posto que suas construções teóricas e práticas que fizeram a Psicologia dar maior atenção ao termo. Aquino (2013) vai mais além quando afirmou que Viktor Frankl deve ser considerado o autor mais marcante do século XX em suas tratativas sobre o sentido de vida, porque publicou 32 livros na temática.

O artigo também explanou acerca das questões ao se trabalhar com o conceito, tais como: desconsiderar sua complexidade e tratar como unidimensional, sendo o multidimensional o mais apropriado; os problemas semânticos na linguagem coloquial com suas diversas acepções; as ambiguidades de conceituação do termo na literatura científica. Assim, no construto sentido de vida, destacam-se alguns pressupostos teóricos: descoberta de sentido de vida (como se dá constituição e reconstituição do sentido de vida para circunstâncias estressoras, principalmente as graves), manutenção de sentido de vida (a realização do sentido a partir da troca nas relações interpessoais e com o mundo), teoria de gerenciamento do terror (explicações de como se dá o sentido de vida com a consciência da morte iminente), presença e busca de sentido (as estratégias individuais para o encontro com o sentido de vida) e modelo tripartite de sentido de vida, que é uma atualização mais complexa da concepção de presença e busca de sentido, ambos oriundos do pesquisador Steger (Vieira; Dias, 2021).

Vieira e Dias (2021) concluíram a necessidade de estudos teóricos que discorrem sobre o sentido da vida no contexto do Brasil, justamente pela sua enorme relevância para a saúde mental. Apontaram a importância de sua mensuração e de analisar o percurso do construto sentido de vida mais especificamente nos últimos dez anos no país, a partir de influências culturais e sociais, posto ser uma variável que acompanha o movimento dialético histórico-cultural.

Embora traga outras áreas de estudo, o foco do artigo de Vieira e Dias (2021) é no campo da Psicologia, o que reforça a carência por pesquisas que coloquem para conversar a

Logoterapia e Análise Existencial e a Psicologia Positiva, inclusive nas Ciências da Religião. O diálogo entre abordagens pode proporcionar contribuições valiosas para as Ciências da Religião ao reunir duas áreas de conhecimentos para conversarem entre si em prol de como a espiritualidade, ligando-se ao sentido de vida, pode contribuir no bem-estar psíquico do ser humano.

4 UNINDO A LOGOTERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL COM A PSICOLOGIA POSITIVA

A existência por meio de virtudes (Psicologia Positiva) e valores (Logoterapia e Análise Existencial), propicia uma conexão com algo maior ao individual. Somente se atinge a totalidade humana por meio de uma vida significativa (Psicologia Positiva) e prescrutada por sentidos (Logoterapia e Análise Existencial). Essa completude habita a espiritualidade e faz-se presente quando a dimensão noológica/espiritual é protagonista, independente da religião. Logo, o eu, na dinâmica própria da dimensão espiritual/noológica, iniciado pela vontade de sentido (força motriz humana), orienta-se para o sentido de vida, a bússola interna que guia, motiva e auxilia nas dificuldades.

O noético, ou espiritual, na concepção de Frankl, está para além da perspectiva religiosa – é a dimensão constitutiva única e mais elevada da visão tripartite de homem como um ser bio-psico-espiritual. Nela se torna possível a busca pelo sentido, além de estar diretamente relacionada com a consciência [...] (Aquino; Cruz, 2020, p. 363).

Diante do nascedouro da existência - a dimensão espiritual/noológica, cada pessoa tem a oportunidade de se deparar com perguntas ao experimentar as mais distintas situações. É na tensão gerada por perguntas advindas da prática de um trabalho ou ação criativa ou do ato de relacionar-se com outrem ou da mudança de postura frente a um destino inevitável que é possível encontrar sentido de vida (Frankl, 2021).

O fluxo entre o ser e o poder-ser emerge da necessidade de tornar-se melhor do que aquilo que já se é, atualizando-se para uma nova versão de si. Essa dinâmica é uma abertura para possibilidades e o encontro com a dimensão noológica/espiritual. As características dessa dimensão que levam para a transcendência são a liberdade, a responsabilidade e a consciência (Aquino; Cruz, 2020). E o sofrimento é a expressão máxima destas três características, pois “[...] quando não é mais possível moldar o destino, então se faz necessário ir ao encontro deste destino com a atitude certa” (Frankl, 2015, p. 74); e onde se experiencia profundamente o sentido de vida.

Frankl (1994) defendia que uma pessoa é capaz de criar tudo, inclusive campos de concentração. Um campo de concentração possui todo um contexto físico e psicológico para desistir de si, pois se constitui por controle externo, privações, violências. Todavia, existe um lugar que ninguém pode acessar, o decisório. Esta é a liberdade que advém da postura pessoal e possibilita transcender o que está posto. A decisão contra a subjugação exterior se traduz, por exemplo, pela contemplação amorosa e pela atitude perante um sofrimento inevitável. Por mais que uma circunstância seja extrema, ainda se pode se render ao amor a lembrar alguém que se ama.

De fato, não é só criar (relativo a capacidade de trabalho) que pode dar sentido à existência - falo nesse caso da realização de valores criativos -, nem somente a experiência, o encontro e o amor (relativa à capacidade de desfrutar da vida) - falo de valores vivenciais que podem fazer com que a vida tenha sentido -; mas também o sofrimento. Não se trata aqui só de uma possibilidade de qualquer, senão da possibilidade de realizar o valor supremo, da oportunidade de realizar o mais alto valor, da ocasião de fazer cumprir o sentido mais profundo (Frankl, 2015, p. 72).

O interesse genuíno para viver vem não do prazer ou do anseio pelo poder, mas da vontade de sentido. Na medida em que acontecem experiências significativas, a vontade de sentido se aguça e o indivíduo é atraído espontaneamente pelo que tem valor e sentido. Então, no espectro de valores, os sentidos podem ser encontrados. Valores são abrangentes e antecedem a experiência; quando escolhidos, transformam-se em um sentido, pois se individualizam na experiência única daquela circunstância para o sujeito (Aquino; Cruz, 2020).

A Logoterapia e Análise Existencial estabeleceu a centralidade do sentido de vida. A Psicologia Positiva estendeu - e retirou da centralidade - o conceito de uma vida com significados, trazendo para a discussão outros elementos (emoções, engajamento, relacionamento, realização e propósito) e como fortalecê-los pelo desempenho das forças de caráter.

As 24 forças de caráter são características positivas expressas ao longo da vida e que se constituem como capacidades enriquecedoras, universais e valorizadas em todas as culturas, sendo as melhores qualidades que integram os seres humanos. O seu estudo é fruto de um projeto realizado por três anos com a colaboração de 55 cientistas, que fizeram uma revisão histórica e análise de estudos em áreas como a filosofia, a ética das virtudes, a psicologia, a teologia dos últimos 2500 anos (Niemić, 2019).

As forças de caráter sustentam os cinco pilares da teoria do bem-estar (Niemić, 2019). Um exemplo se dá com as emoções: quando o sentimento de amor pode aumentar a força de caráter generosidade; e o sentimento de alegria, a força humor. Para Frankl (1994), o humor

propicia uma ferramenta poderosa para enfrentar a tragédia e encontrar sentido, mesmo nas situações mais sombrias. Ele observou que, mesmo em campos de concentração, onde a desesperança e o sofrimento eram generalizados, algumas pessoas conseguiam manter um senso de humor, o que as ajudava a suportar as dificuldades e a preservar sua humanidade. Já o sentido de vida, é o centro do modelo frankliano e ponto nevrálgico para uma existência promissora, já que seu objetivo final é conduzir as pessoas para uma vida significativa.

Os valores da Logoterapia e Análise Existencial que permitem o encontro de sentidos são preados pelas virtudes da Psicologia Positiva. Em cada força de caráter, pode-se observar valores vivenciais, relacionais e atitudinais, como por exemplo: o valor vivencial na criatividade; o valor relacional no amor; e o valor atitudinal na perspectiva.

Além disso, emoções de valência positiva se associam a comportamentos pró-sociais (valor relacional) e resolução alternativa de problemas (valor atitudinal). O que Frankl (2021) denomina dimensão espiritual/noológica, a Psicologia Positiva chama de virtude transcendência, definida como crenças sobre um propósito maior e significado do universo. Essas crenças contribuem para compreender o papel do indivíduo na dinâmica do todo, influenciam atitudes, dão conforto para as situações que aparecem no decorrer da existência (Niemiec, 2019) e auxiliam a aparição da resiliência (Rashid; Seligman, 2019).

Quadro 2- Resumo comparativo		
Características	Logoterapia e Análise Existencial	Psicologia Positiva
Fundador	Viktor Frankl	Martin Seligman
Aspecto central	Encontro com o sentido de vida por experiência com três categorias de valores.	Florescimento humano e bem-estar pelo PERMA e forças de caráter.
Visão de ser humano	Orientado para o vir-a-ser pela autotranscendência e autodistanciamento.	Orientado para o funcionamento ótimo no. presente
Objetivo principal	Busca e encontro com o sentido de vida.	Aumento do bem-estar e da qualidade de vida.
Sofrimento	Encontrar sentido para lidar com as adversidades.	Desenvolver resiliência para superar as adversidades.

Fonte: da autora (2024).

Ambos os teóricos escolheram a esperança em contraposição ao desespero, reconhecendo que a felicidade não é um estado passageiro, mas sim uma maneira de viver. Contudo, essa maneira não é um objetivo a ser cumprido com protocolos e receitas prontas e sim um processo atitudinal consciente, contínuo e que precisa de ajustes constantes.

A Logoterapia e Análise Existencial e Psicologia Positiva, unidas, tornam o terreno mais fértil para o florescimento e bem-estar psíquico das pessoas por meio do sentido de vida. Interessadas por questões de transcendência, podem também, em confluências, colaborar na Ciências da Religião Aplicada, de modo a cooperar em investigações que contribuam para uma vida significativa com crescimento espiritual. Assim, exploram implicações teóricas e práticas para enriquecer a compreensão sobre a natureza humana.

CONCLUSÕES

Em um contexto mais amplo, vive-se em uma sociedade que desaprendeu a pausar e privilegia a pressa, o fugaz, o fútil e consumismo, destituindo o sentido e valores e sobrepondo vazios que podem desencadear psicopatologias como síndromes ansiosas e depressivas e estresse patológico. Por isso, é preciso guiar as pessoas para o encontro com as razões que pautam a vida, o florescimento da esperança a partir da dinâmica espiritual/noológica entre o ser e o poder-ser e a consciência para o sentido de vida.

A Psicologia Positiva e a Logoterapia e Análise Existencial trazem o sentido de vida como uma fonte fundamental para uma existência significativa e resiliente. No entanto, de acordo com Aquino (2013), a perspectiva humana e de mundo de Viktor Frankl envolve filosofia, teologia, psicologia, sociologia e educação, o que difere de Psicologia Positiva que se insere nas ciências do comportamento.

Mesmo assim, as duas se complementam e podem permanecer cada vez mais unidas, estando a Psicologia Positiva como um apoio também metodológico com vistas à integralidade humana e ao enfrentamento do sentimento do vazio existencial. Isso porque ambas agem com fatores de proteção, interessando-se por compreender o que faz as pessoas serem saudáveis, independente de tudo que gera sofrimentos. Elas também não acreditam na primazia dos condicionamentos e direcionam sua visão para a consciência da autonomia para ações voltadas a mudanças no presente que trarão um vir-a-ser (futuro) mais favorável.

A junção do conhecimento delas pode permitir uma oportunidade para realizar estudos teóricos significativos na aplicação das Ciências da Religião intersetorial de espiritualidade, saúde e educação. Isso porque na área de Ciências da Religião está a espiritualidade e essa é fonte protetiva para a saúde. As duas perspectivas unidas se fortalecem, posto que reforçam que existe saúde ao sair do centro do eu, vivendo em coerência com o movimento gerado pela vontade de sentido.

Da espiritualidade provém o âmbito do espaço comum entre teísta e ateu, justamente porque ela é inerente a qualquer indivíduo pela presença do sentido de vida. Portanto, é mister haver pesquisas que promovam a integração da Psicologia Positiva, Logoterapia e Análise Existencial e Ciências da Religião, já que esse campo interdisciplinar enriquece a compreensão da natureza humana e pode ser ponte para a saúde mental em diversas populações e contextos.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Samia; BARLETTA, Janaína Bianca; MURTA, Sheila Giardini. Prevenção e promoção em saúde mental: pressupostos teóricos e marcos conceituais. *In: LEANDRO-FRANÇA, Cristineide; SANTOS, Karine Brito dos; POLEJACK, Larissa. **Prevenção e promoção em saúde mental: fundamentos, planejamento e estratégias de intervenção**. Novo Hamburgo: Sinopsys, 2015.*
- AMATUZZI, Mauro Martins. **Psicologia e espiritualidade**. São Paulo: Paulus, 2005.
- AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. **Logoterapia e análise existencial: uma introdução ao pensamento de Viktor Frankl**. São Paulo: Paulus, 2013.
- AQUINO, Thiago Antonio Avellar; CRUZ, Josilene Silva da. A questão da transcendência dos valores e do sentido da vida na análise existencial de Viktor Frankl. **Estudos de Religião**, v. 34, n. 2, p. 351-367, 2020. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/ER/article/view/10532>. Acesso em: 23 abril 2023.
- CHÁVEZ, María Elena Garassini. **Psicología positiva y Logoterapia: acompañando el bienestar y el sufrimiento humano**. Editorial El Manual Moderno, 2024.
- GOMES, Eliseudo Salvino. **Evidencias teóricas y empíricas entre la psicología positiva de "Seligman" y la psicología humanista-existencial de "Frankl"**. 2009. 466 p. Tese (Doutorado) -. Universidad Pontificia de Salamanca, Salamanca, 2009.
- FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido**. Petrópolis: Vozes, 1994.
- FRANKL, Viktor Emil. **O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver. É realizações**, 2015.
- FRANKL, Viktor Emil. **A falta de sentido: um desafio para a psicoterapia e a filosofia**. Campinas: Auster, 2021.
- LÁZARO, Ana Risco *et al.* Logoterapia y Psicología Positiva para mejorar el sentido vital en jóvenes. **Revista De Psicología (Trujillo)**, v. 17, n. 1, p. 55-65, 2015. Disponível em: <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/revpsi/article/view/320>. Acesso em: 13 abril 2024.
- NIEMIEC, Ryan. **Intervenções com forças de caráter: um guia de campo para praticantes**. São Paulo: Hogrefe, 2019.

SELIGMAN, Martin Elias Pete. **Florescer**: uma nova compreensão sobre a natureza da felicidade e do bem-estar. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012a.

SELIGMAN, Martin Elias Pete. **Aprenda a ser otimista**: como mudar sua mente e sua vida. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012b.

RASHID, Tayyab; SELIGMAN, Martin Elias Pete. **Psicoterapia positiva**: manual do terapeuta. Porto Alegre: Artmed Editora, 2019.

RODRIGUES, Miriam; PEREIRA, Douglas da Silveira. **Psicologia positiva**: dos conceitos à aplicação. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2021.

SÁ, Lorena Bandeira Melo de; AQUINO, Thiago Antônio Avellar de. A espiritualidade e o sentido de vida a partir do discurso do sujeito coletivo ateu. **Revista Pistis & Praxis**, v. 9, n. 1, p. 221-241, 2017.

OLIVEIRA, Livia Rinco *et al.* Espiritualidade e otimismo trágico no enfrentamento da pandemia à luz do pensamento de Viktor Frankl. **Interações**, v. 17, n. 1, p. 183-194, 2022. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/interacoes/article/view/26513/19690>. Acesso em: 12 fev. 2024.

VIEIRA, Grazielli Padilha; DIAS, Ana Cristina Garcia. Sentido de vida: compreendendo este desafiador campo de estudo. **Psicologia USP**, v. 32, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusp/a/VwNSjZkzfSzFtfrk6CRzfyn/abstract/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 06 ago. 2022.

VON HOHENDORFF, Jean. Como escrever um artigo de revisão de literatura. *In*: KOLLER, Sílvia Helena; PAULA COUTO, Maria Clara Pinheiro de; VON HOHENDORFF, Jean. **Manual de produção científica**. Porto Alegre: Penso, 2014.

ARTIGO V

Emoções positivas para o encontro com a espiritualidade através do sentido de vida em adolescentes do Ensino Médio

Resumo: Este artigo apresenta uma proposta de intervenção para abordar a espiritualidade via sentido de vida da Logoterapia e Análise Existencial, por meio do trabalho com emoções de valência positivas, descritas por George Vaillant. Assim, a partir da subárea Ciência da Religião Aplicada, realizando a interdisciplinaridade entre espiritualidade, saúde e educação na adolescência, no primeiro estudo, o ensaio analisou de modo quantitativo as associações entre espiritualidade, sentido de vida e sintomas de depressão, ansiedade e estresse. No segundo estudo, de maneira qualitativa e quantitativa, avaliou o projeto vivencial denominado “Encontrando sentido de vida”. O público-alvo foi em ambos os estudos foi estudantes do Ensino Médio de uma instituição de ensino da rede federal de educação profissional, científica e tecnológica. Os resultados apontaram associações entre espiritualidade e sentido de vida, entre espiritualidade e depressão e estresse e entre sentido de vida e depressão e estresse. Além disso, o estudo 2 indicou, pelo software Iramuteq, um impacto qualitativo positivo, destacando a importância da inserção do aspecto existencial no âmbito educativo.

Palavras-chave: Espiritualidade; Sentido de vida; Emoções positivas; Adolescentes. Educação.

1 INTRODUÇÃO

As questões existenciais remetidas ao sentido de vida estão sempre presentes em qualquer ser humano. Isso porque, de acordo com a terceira escola vienense de psicoterapia, a Logoterapia e Análise Existencial, criada pelo psiquiatra e neurologista austríaco Viktor Frankl, a vontade de sentido é a força fundamental que visa encontrar, nas experiências, sentidos para a vida.

Frankl (2021) afirmou que cada ser humano é um ser único em meio a multiplicidade biopsicoespiritual. Essa unidade é indivisível e reside na dimensão espiritual/noológica, pois é, apenas na esfera espiritual, que se alcança a plenitude que, por sua vez, prescinde da vivência de três pilares que evocam a autotranscendência e o autodistanciamento.

O primeiro pilar é a liberdade de vontade (ato de posicionar-se frente a condicionamentos do mundo material), depois a vontade de sentido (movimento básico para a busca de sentido) e, por fim, o sentido de vida (confiança no sentido potencial diante de uma tarefa, um vínculo ou uma escolha). A culminância cíclica do encontro com o sentido de vida fundamenta a saúde mental e acontece por três categorias de vivências: valores criativos (capacidade de criar e contribuir no mundo por meio de realizações), valores vivenciais/relacionais (vivências de conexão com algo ou alguém) e valores atitudinais (posturas não deterministas diante de sofrimentos e adversidades) (Freitas, 2017).

A espiritualidade é um fenômeno independente da religião que se origina na dimensão espiritual/noológica. Ela é própria e exclusiva da experiência humana, já que a humanidade continuamente procura significado por sua característica de transcendência (Esperandio; Hefti, 2020). Nessa esteira, pode-se hipotetizar que a espiritualidade é, em última instância, o encontro com os sentidos de vida. Oliveira e Aquino (2020) inclusive se depararam com achados indicativos de que a espiritualidade/religiosidade interfere na percepção de sentido de vida que, por sua vez, influencia em afetos positivos.

De acordo com Vaillant (2010), a espiritualidade é composta por vivências psíquicas emocionais positivas que afloram a transcendência, isto é, a possibilidade de ir além de si. Na Psicologia Positiva, emoções positivas formam um dos cinco componentes para o bem-estar juntamente com os sentidos construídos pelas pessoas. Embora o bem-estar tenha outros componentes (relacionamentos, engajamentos e realizações), as emoções têm um lugar primordial para a consciência, na tomada de decisões e na construção de significados (Damásio, 2018).

Se na espiritualidade está abrigado o movimento da autotranscendência que leva ao encontro com o sentido de vida (Esperandio; Hefti, 2020) e existem emoções que levam à espiritualidade - amor, esperança, alegria, perdão, compaixão, fé e reverência (Vaillant, 2010), tais emoções podem potencializar o processo de descoberta de sentidos e ter um papel relevante. Esse papel se justifica por não existe experiência humana sem emoções (Damásio, 2015), estando elas incluídas nas experiências de valores. Alegria e fé podem corresponder a vivências psíquicas emocionais que aparecem em valores atitudinais a partir do autodistanciamento de contextos sofríveis. Amor, compaixão, perdão e reverência se manifestam em valores relacionais quando há: cuidado e apoio nas interações sociais, superação de ressentimentos ou admiração a algo ou alguém. E esperança está presente em valores criativos, pois os indivíduos ficam mais propensos a gerar novas ideias, já que acreditam na solução de desafios.

Os primeiros períodos constituem momentos preciosos e importantes para o desenvolvimento humano (Simões; Carvalho; Aquino, 2022). Portanto, a adolescência sendo uma fase de transição com mudanças físicas, emocionais, cognitivas e sociais relevantes na vida de um indivíduo, representa um período de aprendizado de novos comportamentos essenciais para lidar com uma ampla gama de desafios, ainda desconhecidos, no âmbito social, acadêmico e profissional. Nesse estágio, também surge, pela primeira vez, uma série de complicações, incluindo sintomas de ansiedade, depressão e outras questões de adoecimento mental (Menezes; Miranda, 2015). Programas para lidar com fatores de risco a fim de reduzir problemas não são suficientes para criar mudanças, sendo complementar a realização do crescimento positivo. Dentre as características para reduzir aqueles fatores, estão a espiritualidade, a resiliência e a crença no futuro (Aquino; Luz; Silva, 2015).

Prevenir que crianças e adolescentes se engajem em comportamentos de risco não é suficiente, o objetivo deve ser criar condições para que eles prosperem e floresçam. Dessa forma, a ênfase dada às atitudes, aos valores e aos comportamentos que os jovens devem evitar precisa ser similar a atribuir da aqueles que os jovens devem cultivar (Menezes; Miranda, 2015, p. 425).

A promoção da saúde mental no âmbito de instituições de ensino para adolescentes precisa, cada vez mais ser expandida e aperfeiçoada, pois está em jogo a formação da identidade, elemento crítico para os próximos ciclos da vida posteriores. Sendo espiritualidade aspecto constituinte da identidade humana, ligada ao sentido e precedente à religiosidade e à religião (Esperandio; Hefti, 2020), emerge na dimensão espiritual/noológica, que é essencial para o bem-estar psíquico.

A educação centrada apenas em alcançar metas acadêmicas ou profissionais e com reforço de ideias como competitividade estimula os discentes a um caminho preconcebido, vinculado à dimensão psicofísica. Quando, na verdade, “[...] deveria ajudar a refinar a consciência e a expandir os campos de percepção dos educandos [...]” (Aquino; Luz; Silva, 2015, p. 459). Assim, movimentos pautados no que Frankl (2021) denominou de conformismo (agir imitando um outro agir) e totalitarismo (agir de acordo com o ditame de alguém) causam inércia e ausência de autenticidade, alimentando e reforçando o vazio existencial. Por outro lado, uma educação pautada no sentido de vida ilumina a consciência, permitindo ao educando exercer seu atributo para as escolhas, dirigir sua vida de maneira responsável para o seu bem e o de todos e ser cômico da liberdade frente às condicionalidades (Freitas, 2017).

Emoções de valência positiva dão informações valiosas sobre nosso mundo interno, nossas necessidades, desejos e valores. Podem ainda se vincular a uma compreensão mais

profunda da vida, levando ao contato com a transcendência. Quando são aquelas descritas por Vaillant (2010), seu cultivo nutre uma jornada existencial de maneira mais plena, autêntica e significativa. Bem direcionadas, corroboram para a percepção por diferentes ângulos de problemas, fortalecimento das relações sociais e aumento da confiança no futuro. Assim, não são um capricho, uma extravagância ou um incômodo a ser evitado, ao contrário, são essenciais para a saúde psíquica. Caso as emoções estejam ausentes, não se consegue definir o que é belo ou feio, prazeroso ou doloroso, espiritual ou mundano nem se preparar para o futuro (Damásio, 2015).

A emocionalidade ocupa um espaço de referência na compreensão de experiências das pessoas: apontam fatores de preocupação e motivação, ajudam na conexão interpessoal e na apreciação de momentos, bem como também podem ocasionar mal-estares. O mal-estar emocional, mediante ansiedade, angústia, irritação, impaciência, desesperança, ressentimento, frustração, insegurança e outros, desencadeia respostas de estresse, favorecendo patologias. Emoções positivas agem para estados de saúde e resiliência (McCraty, 2015) e podem ser transcendentais quando não somente propiciam sentimentos prazerosos, mas geram um plano de fundo positivo a fim de suscitar a esperança, a fé e o otimismo. Pessoas que se enxergam felizes se adaptam e socializam melhor e são mais criativas, amáveis e compassivas, possuindo também mais tolerância aos dissabores da vida (Gomes, 2009).

Desse modo, perpassam as três dimensões da Logoterapia e Análise Existencial: biológica ou somática, psicológica ou psíquica e espiritual ou noética. Na dimensão biológica, atuam na mudança do sistema fisiológico para um estado de maior energia e harmonia, bem como a favor de melhor desempenho cognitivo, social e físico (McCraty, 2015). Elas se manifestam a partir da complexidade de reações químicas e neurais, tendo uma via biologicamente determinada e sua expressão por meio de sentimentos. Na dimensão psíquica, são reconhecidas pelo processo de consciência, tornando-se sentimentos (Damásio, 2015; Damásio, 2018).

Na dimensão espiritual/noológica, o amor é “o bem último e supremo que pode ser alcançado pela existência humana” (Frankl, 1994, p. 30). Se nada mais restar para uma pessoa, estando impedida de realizar conquistas e diante de um sofrimento sem solução, mesmo assim ainda pode amar. O amor também independente da presença concreta, na medida que há a ligação entre pessoas, pela contemplação e recordações amorosas. Nessa visão, ele ultrapassa a dimensão física e psicológica. O amor frankliano possibilita alcançar o supremo de uma pessoa, tendo pouco a ver com a materialidade e muito mais aproximação com a espiritualidade. Em sua manifestação espiritual, o amor vincula para a transcendência, isto é, a capacidade do homem de se superar no ato de entregar-se a alguma coisa ou alguém (Frankl; Lapide, 2014).

Sustento que a espiritualidade não tem raízes em ideias, textos sacros e teologia. Em vez disso, ela compreende emoções positivas e elos sociais. Amor é a definição mais curta que conheço de espiritualidade. Tanto a espiritualidade como o amor resultam em sentimentos conscientes de respeito, apreço, aceitação, empatia, compaixão, envolvimento, ternura e gratidão (Vaillant, 2010, p. 17).

As emoções positivas de transcendência também colaboram para a tensão entre o ser e o vir-a-ser, pois participam na compreensão de acontecimentos passados e presentes, o que, por sua vez, interfere em expectativas quanto ao porvir. Frankl (2021) considerava que o passado permanece eternizado, mas o futuro se molda conforme as escolhas que fazemos no presente. E tudo isso é uma dádiva das possibilidades que dão a qualidade de transitoriedade para qualquer situação.

Destarte, existe pouca quantidade de literatura que abranja o trabalho da Logoterapia e Análise Existencial com adolescentes (Simões; Carvalho; Aquino, 2022), quiçá quando se entrelaça com Psicologia Positiva em prol de uma educação para o sentido de vida, por meio de emoções positivas de transcendência. Assim, este artigo, primeiramente, visa mostrar as associações acerca da espiritualidade, do sentido de vida e dos sintomas de depressão, ansiedade e estresse; bem como um retrato quantitativo de como os adolescentes estão em relação àquelas variáveis. Em seguida, propõe e avalia uma intervenção, de maneira quantitativa e qualitativa, destinada ao encontro com a espiritualidade via sentido de vida, a partir de emoções de transcendência, em um grupo experimental de adolescentes do Ensino Médio de uma instituição de educação profissional, científica e tecnológica.

O estudo em tela foi aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal da Paraíba, protocolo número 64797222.3.0000.5188, seguindo as prescrições da Resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde (Ministério da Saúde).

2 O DIAGNÓSTICO: ESTUDO 1

Com abordagem quantitativa e alcance exploratório, descritivo e correlacional; uma amostragem não probabilística por conveniência de 152 estudantes; e um desenho não experimental e transversal, o estudo foi aplicado em novembro de 2023 em uma turma do *campus* Caucaia do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE), perfazendo a amostra com as características apresentadas no Quadro 1.

Quadro 1 - Caracterização da amostra

Sexo	Idade	Etnia	Importância de crença espiritual/religiosa
76 - Feminino (50%)	15 anos - 43 (28,29%)	Pardo - 77 (50,66%)	Muito pouco - 18 (11,84%)
76 - Masculino (50%)	16 anos - 58 (38,16%)	Branco - 47 (30,92%)	Pouco - 25 (16,45%)
	17 anos - 51 (33,55%)	Amarelo - 3 (1,97%)	Médio - 46 (30,26%)
		Indígena - 6 (3,95%)	Bastante - 63 (41,45%)
		Negro - 19 (12,5%)	

Fonte: dados da pesquisa (2024).

Aquele *campus* foi escolhido após uma análise da plataforma on-line "Em Números", criada pelo IFCE para a visualização de dados institucionais. Na época da pesquisa, ele foi o que melhor atendeu, entre os da região metropolitana, aos percentuais exigidos pela Lei 11.892/2008, que estabelece um mínimo de 50% das vagas para formação técnica de nível médio, prioritariamente em cursos integrados, e um mínimo de 20% dos cursos para licenciaturas destinadas à formação de professores da educação básica, especialmente em ciências e matemática (Brasil, 2008). Além disso, foi o primeiro a oferecer a modalidade de Ensino Integrado com duração de três anos, equiparando-se às demais escolas brasileiras.

O objetivo do primeiro estudo foi realizar uma análise acerca da saúde mental, a partir da modelagem das relações entre variáveis para predizer: o quanto a espiritualidade estima a presença de sentido e a busca de sentido e o quanto a espiritualidade e sentido de vida estimam a depressão, o estresse e a ansiedade, introduzindo nessas associações as covariáveis de sexo e importância da crença.

Para tanto, foram utilizados um questionário sociodemográfico e três instrumentos já validados no Brasil. O primeiro foi a versão brasileira do *Word Health Organization's of Life Instrument – Spirituality Religion and Personal Beliefs module* (WHOQOL-SRPB BREF), um modelo abreviado do WHOQOL-SRPB, compondo-se por nove itens. O instrumento apresenta oito itens que espelham cada uma das facetas do WHOQOL-SRPB: conexão com ser ou força espiritual, sentido na vida, admiração, totalidade e integração, força espiritual, paz interior, esperança e otimismo e fé. O último item é considerado genérico e representa a religiosidade, a espiritualidade e as crenças pessoais do WHOQOL-BREF. Todos os itens, em escala Likert, variam a pontuação de 1 a 5.

O segundo instrumento foi o *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ) cuja versão brasileira se denomina Questionário Sentido de Vida (QSV), traduzido e validado por Aquino *et al.* (2015). O instrumento contém 10 itens em uma escala Likert que variava de totalmente falso (1) até totalmente verdadeiro (7), divididos em duas dimensões: busca de sentido e presença de sentido. O terceiro, foi a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse - EDAE-A, adaptada para

adolescentes do instrumento Depression, Anxiety and Stress Scale – Short Form (DASS-21). A escala visa diagnosticar sintomas de depressão, ansiedade e estresse (Patias *et al.*, 2016).

O processamento dos dados, em aspectos de tabulação e de avaliação, ocorreu no Statistical Analysis System (SAS) (versão 9.4). Inicialmente, os dados foram descritos por frequências absolutas e percentuais (variáveis qualitativas) e por meio de medidas como média, desvio-padrão, mínimo, mediana e máximo (variáveis quantitativas). As médias, os desvios-padrão e as medianas estão apresentados na Tabela 1.

Tabela 1 - Médias e medianas

	Whoqol SRPB BREF	QSV Presença de Sentido	QSV Busca de Sentido	EDAE-A Depressão	EDAE-A Ansiedade	EDAE-A Estresse
Média (DP)	60,01 (19,61)	4,26 (1,5)	4,64 (1,46)	8,17 (5,79)	6,52 (5,24)	9,28 (5,41)
Mediana (Mín-Máx)	61,11 (13,89- 97,22)	4,3 (1-7)	4,8 (1-7)	7 (0-21)	5 (0-21)	9 (0-21)

Fonte: dados da pesquisa (2024).

Os resultados para média e mediana do WHOQOL-SRPB BREF sugerem que, em geral, os participantes demonstraram uma certa espiritualidade, religiosidade ou crenças pessoais, com uma variabilidade significativa nas pontuações individuais. Já os do QSV indicaram que, em média, os participantes demonstraram uma presença e busca de sentido razoáveis em suas vidas, com uma variação moderada nas pontuações individuais. E os valores da escala EDAE-A também mostraram uma dispersão moderada para depressão, ansiedade e estresse, podendo as respostas serem interpretadas em níveis regulares, com uma variabilidade considerável nas pontuações individuais.

Os achados intermediários podem evidenciar que, em graus variados e difusos, os adolescentes estejam em busca por sentido de vida e da espiritualidade. Aquino, Damásio e Joilson (2010) encontraram, em suas atividades com jovens, a espiritualidade como uma das necessidades deles para prosperar. De acordo com Freitas (2017), a espiritualidade é quem traz o pedido pela realização do sentido de modo livre e responsável. E, durante esse processo de busca, os estudantes experimentam uma tensão - natural e necessária - para o que poderá ainda ser (Frankl, 2021). Caso não haja o encontro com o sentido de vida, os desafios emocionais, já enfrentados pela própria tensão do porvir, podem fazer surgir ou tornar sintomas de depressão, ansiedade e estresse ainda mais expressos. Esses sintomas ainda podem ser agravados devido às pressões sociais, acadêmicas e pessoais.

No que tange a análise dos escores do WHOQOL-SRPB BREF e do QSV, foram feitos os modelos de regressões lineares, brutos e ajustados. Esses modelos têm como pressuposto que seus resíduos têm distribuição normal com média 0 e variância σ^2 constante, e estes foram analisados por meio de gráficos pertinentes como histograma, quantil-quantil e dispersão. Foi utilizado o pós-teste de Tukey para as comparações múltiplas envolvendo variáveis independentes qualitativas com mais de dois níveis.

Para analisar a associação das variáveis de interesse com os escores do EDAE-A, foi utilizado o modelo de regressão com distribuição binomial-negativa e função de ligação logarítmica, bruto e ajustado (Cameron; Trivedi, 2013), dado que esses desfechos são variáveis quantitativas discretas e não contínuas. A partir das estimativas do modelo, foram calculadas o aumento (ou a redução) relativo na média a partir da expressão $AR(\beta) = [\exp(\beta) - 1] * 100\%$. Para todas as análises, adotou-se um nível de significância de 5%.

Considerando ser o valor-p a probabilidade dos resultados observados aconteça ao acaso e de quanto menor o valor-p, mais improvável será a hipótese nula (Field, 2020), a primeira análise, investigou em que medida a importância da crença espiritual/religiosa e o sexo podem influenciar na espiritualidade.

Tabela 2 - WHOQOL-SRPB BREF e importância crença

Comparação		Ajustado		
Importância crença	Diferença Estimada	Intervalo de Confiança		Valor-p
Muito pouco vs Pouco	-16,97	-29,30	-4,63	<0,01
Muito pouco vs Médio	-23,77	-34,84	-12,70	<0,01
Muito pouco vs Bastante	-38,23	-48,94	-27,53	<0,01
Pouco vs Médio	-6,80	-16,71	3,10	0,28
Pouco vs Bastante	-21,26	-30,68	-11,85	<0,01
Médio vs Bastante	-14,46	-22,23	-6,69	<0,01
Sexo				
Feminino vs Masculino	2,07	-7,03	2,89	0,41

*Modelo de regressão linear bruto incluindo as duas covariáveis juntas.
Fonte: dados da pesquisa (2024).

A análise evidenciou associação entre importância da crença e espiritualidade. Pela Tabela 2, estima-se que, em média, quem responde, por exemplo, "pouco" tenha um escore

16,97 pontos maior do que quem responde "muito pouco" e quem responde bastante tenha um escore 38,23 pontos maior do quem responde “muito pouco”. No entanto, a partir do intervalo de confiança, dentro da faixa de valores presumidos para o parâmetro populacional, o mínimo para a diferença entre as respostas “Muito pouco vs Pouco” e “Médio vs Bastante” é pouco expressiva. Além disso, a relação entre “Pouco vs Médio” não foi demonstrada. Por outro lado, as relações entre “Pouco vs Bastante”, entre “Muito pouco vs Médio” e entre “Muito pouco vs Bastante” foram fortes. Por estarem menos próximas, as opções mais opostas sugerem mais probabilidades de apresentarem resultados nítidos e pronunciados.

Entre o sexo masculino e feminino não houve evidência de associação com a espiritualidade, sendo irrelevante para a variação do WHOQOL-SRPB BREF. Silva e Guerra (2024), em uma amostra de 619 pessoas, depararam-se com resultados semelhantes acerca da importância da crença religiosa de homens e mulheres, não havendo diferença considerável entre ambos. Pode-se hipotetizar que, embora possam existir distinções entre os grupos, elas não são universais e variam de acordo com os indivíduos, sendo algumas mulheres menos espiritualizadas e alguns homens mais, e vice-versa, independente do sexo.

No que tange à medida que variações na espiritualidade estão relacionadas com variações no sentido de vida (Tabela 3), estima-se que, em média, a cada aumento de 10 pontos no escore do WHOQOL-SRPB BREF, o escore de presença de sentido aumente em 0,6 pontos. Isso sugere uma associação positiva entre espiritualidade e presença de sentido. Embora não seja um aumento substancial, o valor-p indica que a associação é estatisticamente significativa.

As covariáveis de sexo e importância de crença não tiveram influência, posto que praticamente não houve alterações entre o modelo bruto e ajustado. Assim, independente do sexo e da importância de crença, a maior pontuação no WHOQOL-SRPB BREF cresce o fator presença de sentido do QSV. Na pesquisa de Steger *et al.* (2009), a covariável sexo também não alterou a significância da interação de presença de sentido e busca de sentido.

Tabela 3 - WHOQOL-SRPB BREF e QSV Ajustado

Variável	Ajustado*			
	Diferença Estimada	Intervalo de Confiança		Valor-p
WHOQOL-SRPB BREF (a cada 10 pontos) presença de sentido.	0,60	0,48	0,71	<0,01
WHOQOL-SRPB BREF (a cada 10 pontos) busca de sentido.	-0,03	-0,19	0,12	0,67

**Modelo de regressão linear ajustado por sexo e importância da crença.
Fonte: dados da pesquisa (2024).

O aumento observado de escore no modelo ajustado pode ser considerado relevante, não sendo devido ao acaso. Com o crescimento observado, demonstra-se que a espiritualidade desempenha seu papel para o desfecho da presença de sentido.

Já para o fator busca de sentido com um valor-p de 0,67, não aponta indícios de associação. Desse modo, não há evidência para rejeitar a hipótese nula de que não há relação entre espiritualidade e busca de sentido. É possível que outras variáveis não incluídas no modelo ou outros fatores não controlados estejam influenciando a relação entre espiritualidade e busca de sentido, tornando mais difícil identificar uma associação.

Além disso, a ausência de associação entre espiritualidade e busca de sentido pode indicar a falta de tensão do vir-a-ser e, por isso, não manifestadas nos instrumentos pelos estudantes. Segundo Frankl (1994), a busca de sentido é um dos princípios básicos para o ser humano, indicando que, se ela está presente, há um sentido para revelar-se. De modo que, sem a inquietação por mudanças, as pessoas tornam-se apáticas (sem iniciativa) e entediadas (sem interesse), pois todos, inclusive a juventude, precisam de uma dose adequada de tensão (Frankl, 2021).

No entanto, considerando que se estabeleceu a associação entre espiritualidade e presença de sentido, pode-se refletir sobre como está sendo essa consciência do sentido, já que Frankl (2021) exemplificou a cultura consumista da sociedade atual que conduz jovens a interpretarem de maneira reducionista sentidos e valores. Portanto, ao darem mais atenção à posse material e *status* social, os adolescentes podem acreditar que sua vida tem sentido.

Quando foi inserida as variáveis de desfecho depressão, ansiedade e estresse, encontrou-se associações para espiritualidade e busca de sentido relacionadas à depressão e estresse (Tabela 4 e Tabela 5). Aqui, também as covariáveis de sexo e importância de crença não tiveram influência.

Para depressão, estima-se que, em média: a cada aumento de 10 pontos no escore do WHOQOL-SRPB BREF, o escore de depressão diminui em 20%; e a cada aumento de 1 ponto no escore busca de sentido, o escore de depressão aumenta em 17%. Para o estresse, a cada aumento de 10 pontos no escore do WHOQOL-SRPB BREF, o escore de estresse diminui em 11%; e a cada aumento de 1 ponto no escore busca de sentido, o escore de estresse aumenta em 9%. Todos os resultados para presença de sentido não revelaram associações e não houve indicativo de associação entre espiritualidade e ansiedade e busca de sentido e ansiedade.

Tabela 4 - WHOQOL-SRPB BREF, QSV e EDAE-A depressão

Variável	Ajustado*			
	Diferença Estimada	Intervalo de Confiança		Valor-p
WHOQOL-SRPB BREF (a cada 10 pontos)	0,80	0,73	0,87	<0,01
Busca de sentido (a cada 1 ponto)	1,17	1,09	1,25	<0,01

*Modelo de regressão binomial negativo incluindo os 3 escores juntos, além de sexo e importância da crença
 Fonte: dados da pesquisa (2024).

Tabela 5 - WHOQOL-SRPB BREF, QSV e EDAE-A estresse

Variável	Ajustado*			
	Diferença Estimada	Intervalo de Confiança		Valor-p
WHOQOL-SRPB BREF (a cada 10 pontos)	0,89	0,82	0,97	<0,01
Busca de sentido (a cada 1 ponto)	1,09	1,02	1,17	<0,01

*Modelo de regressão binomial negativo incluindo os 3 escores juntos, além de sexo e importância da crença
 Fonte: dados da pesquisa (2024).

Portanto, constatou-se que a espiritualidade pode atuar como um fator protetor contra a depressão ou o estresse, mas seu papel na ansiedade não apareceu. Essa inexpressividade pode sugerir que sintomatologia da ansiedade esteja sendo mais percebida pelos estudantes como depressão e estresse. No EDAE-A, Patias *et al.* (2016) encontrou diferenças significativas nas médias em cada fator (subescala) - depressão, ansiedade e estresse - e no total do escore por sexo, tendo as meninas, maior média em todos eles, quando comparadas com os meninos.

Em contrapartida, há associações negativas entre espiritualidade e depressão e estresse e busca de sentido e depressão e estresse, já que a crescente na busca de sentido, revela mais sintomas daqueles adoecimentos psíquicos. Em uma investigação de Aquino *et al.* (2015) com 201 estudantes universitários entre 18 e 63 anos, os resultados apresentam similaridade, pois, na medida em que há mais vazio existencial, maior a busca de sentido. Em um público distinto, 99 adultos tabagistas entre 19 e 71 anos, Steger *et al.* (2009) obteve evidências de que pessoas em busca de sentido relatam piores estado de saúde, vislumbrando o poder preditivo do fator busca de sentido para adoecimento psíquico.

Portanto, há evidências no público adolescente para espiritualidade associando-se positivamente com presença de sentido e negativamente com depressão e estresse; negativamente com busca de sentido e depressão e estresse; e positivamente com espiritualidade

e importância da crença. As diferenças entre sexos não foram consideráveis em nenhuma das associações e a importância da crença foi expressiva quando pareada com espiritualidade. Uma limitação que pode ter interferido a ausência de indícios de associações foi o tamanho da amostra e a similaridade de características do grupo (município, idade, nível de ensino, *campus*, instituição pública), já que atributos próximos dos participantes da amostra podem ser mais difíceis para detectar diferenças estatísticas.

A maioria das percepções margeando um menor protagonismo do espiritual nesses adolescentes, remetem ao conceito de espiritualidade inconsciente da Logoterapia e Análise Existencial. Assim, apesar de, por vezes, não estar consciente ou repelir a espiritualidade seja pela intelectualização ou repressão, a relação com o transcendente, mesmo em latência, esboça seu anseio no impulso por criar, servir e amar (Frankl; Lapide, 2014). Esses anseios surgem na parte qualitativa do estudo 2, descrito e avaliado no próximo tópico, quando se empreendeu um projeto vivencial. De acordo com Steger *et al.* (2009), é fundamental investigar formatos de ações para guiar as pessoas na percepção do sentido de vida.

3 A INTERVENÇÃO: ESTUDO 2

3.1 Conhecendo o projeto vivencial “Encontrando sentido de vida”.

O projeto vivencial “Encontrando sentido de vida” foi elaborado para trazer as sete emoções positivas de Vaillant (2010), consideradas origens da espiritualidade, no intuito de prevenir o vazio existencial, manifestado pelos sintomas de depressão, ansiedade e estresse. O despertar da consciência para essas emoções abre para o questionamento quanto aos sentidos e provoca posturas de autotranscendência e autodistanciamento, o que remete a um dos objetivos da Logoterapia na educação (Logoeducação): gerar ou recordar a possibilidade de ser otimista e esperançoso perante a realidade (Freitas, 2017). Essa decisão é possível quando se compreende, a partir da Logoterapia e Análise Existencial que “[...] nossa vida facultativa - aquilo que escolhemos fazer, deve ser uma resposta ao que a vida factual - aquilo que nos é dado a viver - nos proporciona e solicita” (Freitas, 2017, p.17).

O projeto aconteceu em um grupo experimental de 15 estudantes cujo contato inicial foi para explicá-lo e distribuir o Termo de Assentimento (TALE) e o Termo de Consentimento (TCLE) para os responsáveis legais. O grupo experimental participou de seis encontros de duração de 1h30 cada, sendo 13 com idade de 17 anos e dois com 16 anos; e 11 do sexo feminino (73,33%) e quatro do masculino (26,67%). O grupo controle também contou com 15 participantes, sendo 12 com 17 anos e três com 16 anos; e caracterizou-se por 12 jovens do sexo

feminino (80%) e três do masculino (20%). Todos faziam parte de um curso do *campus* Caucaia do IFCE.

A estrutura dos encontros deu-se então da seguinte maneira: inicialmente, *check-in* das emoções e práticas de relaxamento e de aquecimento; depois a dinâmica principal com a emoção temática do encontro do dia; e a avaliação de como foi aquele momento. Nos encontros, as atividades se organizaram tanto em atividades individuais, em pequenos grupos e debates com todo o grupo, estimulando sempre o diálogo socrático. Além disso, os estudantes recebiam perguntas para refletirem no interstício entre os encontros, consolidando seu diário de bordo.

Os *check-ins* das emoções solicitaram a emoção de chegada, justamente para entrar em contato e reconhecer o sentimento do momento e expandir o vocabulário emocional a partir da escuta do grupo. As práticas meditativas criaram um ambiente mais receptivo para a dinâmica principal, trazer a calma e melhorar a concentração. Freitas (2017) argumentou ser a prática meditativa uma maneira de sair do automatismo entre estímulo e reação, despertando a consciência para refletir respostas alternativas, diferentes daquelas já condicionadas biológica, psicológica e socialmente.

A atividade final, os *check-outs*, solicitaram partilhas da emoção de saída e qual a percepção do sentido do encontro. Fazer o *check-out* foi importante para o processamento das experiências vividas, inclusive as emocionais, antes de seguir em frente. Assim como o *check-in* emocional ajuda a sintonizar os sentimentos presentes, o *check-out* proporcionou uma oportunidade de realizar uma comparação entre as emoções iniciais e finais em cada encontro. Acerca dos diários de bordo, todos tinham uma pergunta nova e outra que se repetiu até o quinto encontro: quais os acontecimentos mais significativos positivamente do dia.

O primeiro encontro, após o *check-in* das emoções, teve o exercício meditativo baseado em uma das práticas descritas por Fredrickson (2015) no intuito de conduzir a uma jornada de descoberta de experimentação da alegria de ser quem somos pelo amor-próprio. A dinâmica principal criada recebeu o nome de “quadrante da alegria”, baseando-se nos trabalhos de Rashid e Seligman (2019) e Aquino, Simeão e Rodrigues (2021) com a finalidade de recordar a alegria de ser e de viver, fundamentada na evocação de memórias positivas. A recordação de si se faz necessária porque a adolescência:

É uma fase em que a busca de sentido na vida perpassa questões relacionadas à definição da própria identidade, sendo essa uma tarefa existencial, crucial para seguir adiante ao longo do ciclo de vida de forma saudável (Simões; Carvalho; Aquino, 2022, p. 25).

Após o resgate individual acerca do melhor momento da vida, de uma conquista/realização, de uma razão de alegria em mim e uma razão de alegria no mundo, os estudantes utilizaram esses elementos evocados para se apresentarem em duplas e compartilhar suas histórias. Antes do término, foi explicado sobre as atividades a serem realizadas nos intervalos dos próximos encontros, o diário de bordo, começando pela observação e escrita a partir das indagações: porque sou alegre hoje e quais acontecimentos positivamente mais significativos durante o dia. A consciência desses acontecimentos pode ser uma lupa para a vontade de sentido, não negando agentes internos e externos, porém redimensionando a capacidade de reação diante de pressões psicofísicas (Freitas, 2017).

O compartilhamento de histórias positivas é uma ferramenta para conhecer a diversidade de tipos de alegrias, pois acessa uma variedade de experiências e perspectivas (Rashid; Seligman, 2019). Freitas (2017) defendeu a importância de cultivar a alegria a partir da consciência do que se recebe de positivo, despertando a gratidão.

Ao ouvir as histórias de outras pessoas sobre o que as faz alegres, os participantes foram expostos a uma gama de emoções positivas, principalmente a alegria, e contextos que talvez nunca teriam considerado por conta própria. O contexto de troca amplia as possibilidades para inspiração com a história da outra pessoa e permite entrar em contato com novas maneiras de interagir com o mundo.

O segundo encontro, além de ter o *check-in*, *check-out* e uma prática meditativa trazida no livro de Rashid e Seligman (2019) para promover a presença e o engajamento no agora, abordou a segunda emoção de transcendência: a fé. A pesquisadora aqueceu os estudantes com três vídeos de histórias de pessoas inspiradoras. Depois, os participantes escolheram uma história inspiradora de alguém que conhecem e enfrentou desafios na vida e, mesmo assim, manteve a fé. Foram usadas as perguntas para reflexão: como acredita que a pessoa escolhida superou ou lidou com esse desafio? e o que ajudou a manter a confiança?

Os participantes relataram suas escolhas e disseram como acreditam que a pessoa escolhida superou ou lidou com esse desafio. De volta ao grupo completo, partilharam semelhanças e distinções nas histórias e o que encontraram de diferente no diálogo que estabeleceram. Como diário de bordo, tiveram um questionamento novo: por que confio na vida hoje?

No terceiro encontro, o cerne foi a percepção das emoções de perdão e de compaixão, por isso a decisão de uma meditação na temática do amor compassivo, realizada para cultivar sentimentos de compaixão e generosidade, facilitando a chegada do perdão. A junção entre perdão e compaixão foi necessária pela compreensão de que ambos envolvem aceitação,

empatia e liberação de ressentimento. Frankl (1994) entendia que ninguém tem o direito de perpetuar a injustiça, mesmo aquele que foi injustiçado. Embora não se possa mudar o transcorrido, o perdão é forte o bastante para ensinar a deixar de ser prisioneiro do passado nem refém de circunstâncias, liberando um novo capítulo.

A atividade sobre perdão e compaixão, inspirada na obra de Rashid e Seligman (2019), estimulou os estudantes a pensarem sobre algo que gerou ressentimento, emoções vinculadas à mágoa e necessidades não satisfeitas. Em um segundo momento, trocou-se o ponto de vista e então, tornando-se a pessoa ocasionadora da dor para ponderar a perspectiva, motivações, sentimentos e necessidade do algoz. Fazer esse exercício inverso compassivo ajuda a não incorrer no coletivismo (Frankl, 2021), trazendo a benevolência com aquilo que é diferente (Simões; Carvalho; Aquino, 2022).

Para finalizar, foi solicitado que, em um ato simbólico, colocassem em uma caixa, a caixa do esquecimento, esses ressentimentos para ficarem no passado. Na atividade para casa, foi pedido para pensarem no que precisavam perdoar atualmente.

O quarto encontro teve a dinâmica denominada genograma do amor. Nela, começou-se posicionando o círculo que representa o eu em uma folha em branco. A partir daí, a orientação foi adicionar círculos que representam pessoas importantes, identificando-as com seus nomes. Uma regra importante é que quanto mais próximos esses círculos estiverem do eu, maior é o sentimento de amor compartilhados por essas pessoas. Em seguida, o participante acrescenta um círculo que simboliza o mundo e, se aplicável, outro que representa o divino ou sagrado em sua vida. Para cada círculo adicionado, refletiram sobre a razão do amor que sentimos, incluindo a si mesmos nessa análise.

O genograma do amor foi uma estratégia para visualizar vivências, por meio de conexões interpessoais amorosas, que possibilitem os valores relacionais. Isso porque o amor não é somente romântico ou fraternal para companheiros, família e amigos, ele abrange a humanidade como um todo. Como prática para ser realizada no intervalo do encontro, além do questionamento inserido em todos os diários de bordo, foi introduzida a pergunta: quais pessoas hoje me conectaram com o amor?

Amor é a única maneira de captar outro ser humano no íntimo da sua personalidade. Ninguém consegue ter consciência plena da essência última de outro ser humano sem amá-lo. Por seu amor a pessoa se torna capaz de ver os traços característicos e as feições essenciais do seu amado; mais ainda, ela vê o que está potencialmente contido nele, aquilo que ainda não está, mas deveria ser realizado. Além disso, através do seu amar a pessoa que ama capacita a pessoa amada a realizar estas potencialidades. Conscientizando-a do que ela pode ser e do que deveria vir a ser, aquele que ama faz com que estas potencialidades venham a se realizar (Frankl, 1994, p. 64).

Durante o decorrer de sua história, incluindo o Holocausto, Viktor Frankl observou ser o amor uma força transformadora, posto abarcar rotas orientadas a missões, trabalhos e ações a serem cumpridas, presentes nos valores criativos; participar na resiliência (valores atitudinais); e na entrega desinteressada nos relacionamentos (valores vivenciais). Nessa esteira, o amor é uma busca que transcende as circunstâncias da vida e as necessidades psicobiológicas, extrapolando o eu, pois é “[...] o bem último e supremo que pode ser alcançado pela existência humana” (Frankl, 1994, p. 25).

O quinto encontro abordou a esperança pela reflexão sobre a responsabilidade no devir e a liberdade de pensar nos próximos passos do que pode vir-a-ser, por meio de uma carta para o eu do futuro. A partir de Frankl (2021), depreende-se que a condição atual de vida pode se desprender de condicionantes ao se projetar para novos horizontes. Ao mesmo tempo, essa liberdade precisa estar junto da responsabilidade em escolher conscientemente caminhos éticos e significativos, alinhados com valores.

Toda liberdade tem um “de quê” e um “para quê”. O “de quê”, do qual o ser humano pode se libertar, está em seu ser impulsionado. Seu eu, então, tem liberdade diante do seu id. O “para quê” da liberdade humana é sua responsabilidade. A liberdade da vontade do ser humano é, portanto, a liberdade “de” ser impulsionada “para” ser responsável, para ter consciência (Frankl, 2021, p.48).

Na carta, os estudantes escreveram uma carta para si, com uma projeção de 10 anos à frente, descrevendo como estão suas vidas e passando um conselho para o eu deles do presente. Essa escrita foi um convite a expressar expectativas para ponderar o que se deveria ser. A prática de escrever como o eu do futuro pode servir como uma fonte de inspiração e orientação ao longo do caminho. Para finalizar, o diário de bordo trouxe as seguintes ponderações: como posso entregar o melhor de mim hoje e uma frase para lembrar a esperança.

O sexto e último encontro construiu como atividade principal a escrita de sentimentos de reverência perante a vida, sendo formado quatro grupos. Quando as pessoas se reúnem para um clamor em conjunto, cria-se um senso de união e comunidade. Além disso, os participantes, em uma experiência compartilhada, direcionaram sua atenção para algo maior do que si mesmos. Para Vaillant (2010, p. 169), a reverência é “[...] a mais “espiritual” das emoções positivas” e possui vínculo forte com relacionamentos e com a responsabilidade comunitária, por isso o destaque para uma dinâmica fortalecedora de conexão.

Ainda no último encontro foi realizada a reaplicação dos testes WHOQOL-SRPB abreviado, QSV e EDAE-A. Para as comparações entre os grupos e tempos quanto aos escores

do WHOQOL-SRPB BREF e do QSV foi proposta a análise de variância (ANOVA) com medidas repetidas (Winer *et al.*, 1971). Esse modelo tem como pressuposto que seus resíduos têm distribuição normal com média 0 e variância σ^2 constante.

Para as comparações quanto aos escores do EDAE-A foi utilizado o modelo de regressão com distribuição binomial-negativa com medidas repetidas e função de ligação logarítmica (Cameron; Trivedi, 2013), dado que esses desfechos são variáveis quantitativas discretas e não contínuas. A partir das estimativas do modelo, foram calculadas o aumento (ou a redução) relativo na média a partir da expressão $AR(\beta) = [\exp(\beta) - 1] * 100\%$. Todos os gráficos apresentados foram feitos com o auxílio do *software* RStudio, versão 2023.12.0.369 e as análises, através do SAS 9.4 e para todas as comparações adotou-se um nível de significância de 5%.

Apesar da utilização desses métodos estatísticos robustos, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os grupos controle e experimental nos desfechos avaliados. Em uma outra comparação entre grupos, realizada por Luz, Murta e Aquino (2017), tendo o grupo controle 25 indivíduos e o grupo experimental 22, dentre dois resultados não significativos reportados, está a não alteração no fator busca de sentido. A ausência de achados estatísticos entre grupos pode ser justificada pela limitação decorrente do tamanho pequeno da amostra, já que a capacidade de detectar diferenças relevantes pode ser comprometida devido à menor precisão estatística e ao aumento do risco de erro tipo II, o que pode resultar na não identificação de efeitos verdadeiros ou substanciais da intervenção em estudo. Além disso, a variação natural nos dados pode ter uma influência mais pronunciada em amostras menores, o que pode mascarar quaisquer efeitos da intervenção experimental (Field, 2020).

Contudo, considerando ser esse estudo um método de pesquisa misto, a parte qualitativa do estudo 2 capturou aspectos não mensuráveis quantitativamente, mostrando nuances por trás dos dados. Sampieri, Collado e Lucio (2006) já diziam que métodos mistos se complementam, pois ressaltam os pontos fortes de ambas as abordagens. Por isso, na próxima subseção, serão tratados os dados qualitativos.

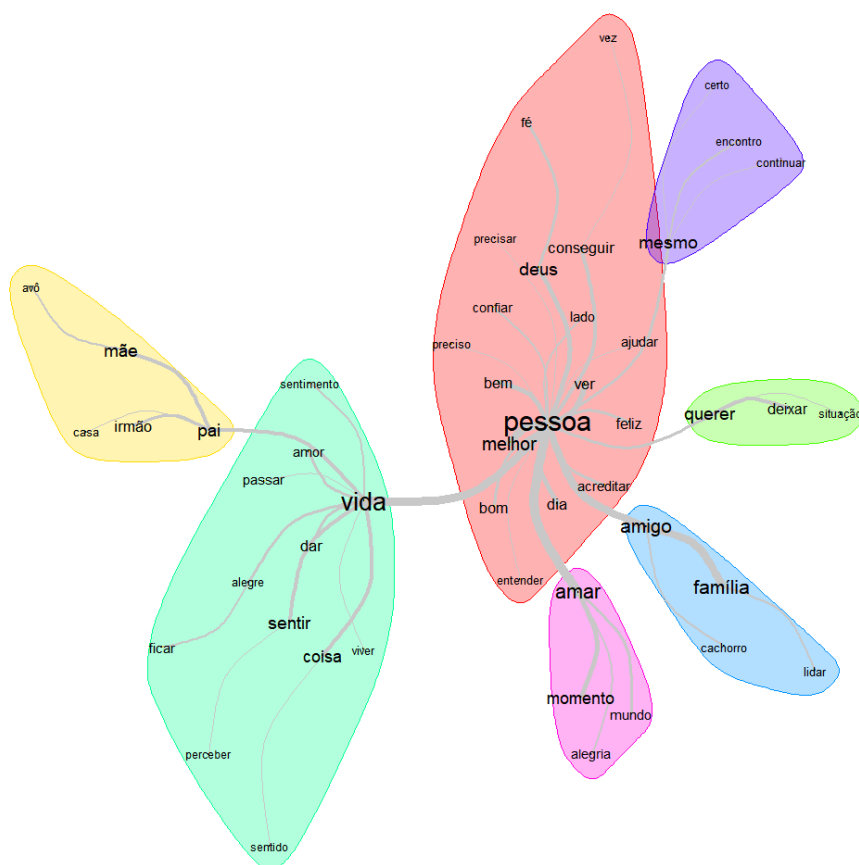
3.2 Análise qualitativa e quantitativa do projeto vivencial “Encontrando sentido de vida”.

Todas as atividades realizadas nos encontros foram registradas por escrito pelos participantes e agrupam-se em nove conjuntos, sendo seis relativas à emoção protagonista da temática do dia, uma para os registros dos sentidos percebidos durante cada encontro, uma para as anotações dos diários de bordo e uma para os comentários acerca dos acontecimentos

A predominância de termos como "pessoas," "amigo," "família," "pai" e "mãe" indica a importância das relações interpessoais e familiares para os estudantes. Termos como "vida," "amar" e "sentir" refletem uma preocupação com experiências emocionais e o sentido da existência. A menção frequente de "deus" sugere que a espiritualidade ou a religiosidade também desempenha um papel importante na vida desses jovens. Esses resultados destacam a centralidade das conexões humanas e emocionais no cotidiano dos estudantes, apontando para a relevância de valores afetivos e espirituais em seu desenvolvimento e bem-estar.

Outra análise realizada foi a de similitude no intuito de explorar mais o *corpus* textual. Por meio dela, identifica-se a tendência de determinadas palavras de se agruparem (Salviati, 2017). Observa-se na Figura 2 que três palavras se evidenciam mais: “pessoa”, “vida” e “amar”, sendo o vocabulário “pessoa” com maior destaque. Da palavra “pessoa”, ramificam-se “vida” e “amor” e dessas três prolongam-se outras correlatas. O termo “pessoa” está cercado pelas expressões: “deus”, “amigo”, “família”, “confiar”, “confiança”, “alegria”, “feliz”, “fé” e “força”; o vocabulário “vida” é rodeado por “amor”, “alegre”, “pai”, “casa”, “viver”, “irmão” e “continuar”; e “amar” se relaciona com: “amizade”, “mãe” e “avô”.

Figura 2 - Análise de similitude



Fonte: dados da pesquisa (2024).

A aparição contínua das palavras acima citadas tanto na Figura 1 como na Figura 2 indica como as experiências pautadas nos valores relacionais/vivenciais são importantes para uma vida com sentido. Amar e ser amado por pessoas nas relações dão oportunidades para encontrar significados por meio do vínculo, configurando-se em um aspecto essencial da experiência humana.

O homem carrega o anseio incessante pela união (Vaillant, 2010). Em última análise, qualquer encontro com sentido é um ato de amor, pois representa o desejo de extrapolar a esfera da individualidade, de não se limitar, conceber algo novo, de engrandecer fora de si. E fé incondicional é o amor em sua forma mais suprema.

Mais especificamente, a família e amigos são fonte de apoio emocional e suporte para o desenvolvimento pessoal na vida desses jovens. O achado conversa com a discussão trazida por Aquino, Damásio e Joilson (2010) quando discorreram acerca da adolescência ser uma fase em que há uma preocupação maior em relacionamentos experienciais, principalmente família e amigos.

Acredito que porque tenho atualmente as melhores pessoas ao meu redor, amo cada momento que vivo com essas pessoas, elas me fazem bem e me confortam a todo mundo, triste ou alegre, elas estão comigo e sei que posso contar com elas, pois não irão me decepcionar (Estudante 7).

O que me faz bem são as pessoas que amo e o que me ajuda a confiar na vida é o apoio de amigos e familiares (Estudante 13).

Uma mensagem do meu pai dizendo que me ama e um abraço de minha afilhada (Estudante 6).

A vontade de sentido, manifestada na força advinda da alegria, de Deus e das pessoas próximas, compõem não só as experiências de valores relacionais, mas também atitudinais. Especificamente a alegria é colocada por Freitas (2017) como essencial para aguçar o contentamento perante a vida e fortalecer a coragem para sofrer.

A verdade é que precisamos de pessoas para nos ajudar em tudo e para fortalecer a confiança e a fé, é entender a dor passa, que Deus nos consola e nos dará forças, que não estamos sós, que há esperanças (Estudantes 5).

Considero importante manter a alegria e a determinação mesmo com as dificuldades que passo e ter minha mãe, Deus, minha família, meus amigos e meu namorado (Estudante 7).

A verdade é que precisamos de pessoas para nos ajudar em tudo e para fortalecer a confiança e a fé, é entender a dor passa, que Deus nos consola e nos dará forças, que não estamos sós, que há esperanças (Estudante 8)

Os motivos para me alegrar é estar viva e a presença de Deus comigo, porque minha família e amigos estão perto de mim e porque o Senhor é bom (Estudante 11).

Outro aspecto observado nas declarações dos estudantes acima é a orientação da vida, autotranscendência, para alguém ou algo. No entanto, os mesmos sujeitos trazidos (amigos, familiares e Deus) podem também compelir aos jovens a agir em concordância com um grupo - conformismo - ou o que a eles é imposto - totalitarismo (Aquino; Damásio; Joilson, 2010).

Meus motivos de alegria em mim é me preocupar com as pessoas e tentar ajudá-las, de ficar feliz quando alguém conquista algo e tentar fazer a vontade de Deus (Estudante 2).

Meu parceiro se sentiu culpado e triste porque minha família nunca iria aceitar por conta da religião e preferiu acabar de uma vez por todas, sem muitas explicações (Estudantes 12).

Frankl (2021) evidenciou também sintomas, como a atitude fatalista, associados ao medo da responsabilidade e, consequentemente, ocasionando a cisão com a liberdade. Nessa atitude, há a ideia de que o acaso, podendo aparecer como “a vontade de Deus”, tornando-o agente criador dos incidentes ocorridos e o único que pode mudá-los.

Outra questão a ser debatida é a preponderância contundente dos pais na adolescência é razão para minar a responsabilidade e liberdade, ficando mais vulnerável ao conformismo e totalitarismo (Aquino; Damásio; Joilson, 2010). A pessoa, tomada por papéis impostos e acreditando que suas pessoas de referência (pais, por exemplo) sabem o que é melhor, conformar-se às expectativas dos outros. Ao acreditar que alguém tem mais capacidade de discernimento ou haver uma ação contínua externa em reforçar a desconfiança pessoal na sua sabedoria para escolher, atinge-se a liberdade de vontade.

De ela não escutar o que eu tinha para falar e nem tentar entender o que eu queria falar, ficar julgando e falando coisas.

Uma discussão com a minha mãe na qual ela não respeitou minha privacidade, sentindo magoada, raiva e desconfiada

Da mesma forma que a imposição familiar ou da religião ou da ideia do que Deus podem trazer uma postura conformista, ela também pode ser negada quando aparece a autoconfiança. “Poder acreditar em si mesmo é poder se posicionar frente aos determinismos que a vida, às vezes, insiste em colocar no caminho” (Aquino; Damásio; Joilson, 2010, p. 109).

O momento em que comeceia me amar e ser eu, falar aquilo do qual dificilmente irei me arrepender, quando me cativei por mim (Estudante 1).

Você conseguiu entender melhor quem você é e se sente mais livre para ser você (Estudantes 11).

Não se importe tanto com o que as pessoas dizem ou que pensam sobre você. Você é maior do que tudo isso (Estudante 6).

Portanto, pela nuvem de palavras e análise de similitude, percebe-se o quanto as pessoas, representadas por familiares, de amizades e Deus, são protagonistas na vida dos estudantes. Ao mesmo tempo em que essas figuras projetam a necessidade de adequação às influências externas, há a liberdade de vontade pulsando para ser quem se quer ser, para diferenciar-se e ocupar um lugar único. Essas pessoas também são vitalidade (vida) e amor, mostrando a autotranscendência no anseio de se dedicar ao outro e a alegria e felicidade como consequência do encontro humano. “Nesse sentido, o amor, como exclusividade do ser humano, enriquece-o por meio do seu valor” (Aquino; Damásio; Joilson, 2010, p. 116).

Sou alegre porque tenho pessoas incríveis na minha vida que a cada dia, sem saberem, me ensinam algo diferente (Estudante 8).

Por fim, foi realizada a CHD com o intuito de mostrar em um dendrograma as classes que se constituem a partir do segmento do texto, apresentando aproximações e diferenças interclasses. A CHD revela classes de segmentos do texto que, simultaneamente, possuem palavras com semelhança intraclasses e que difere das demais (Salvati, 2017). Isso pode ajudar a identificar padrões temáticos, relações semânticas e oposições de significado dentro do texto analisado. Na análise realizada, surgiram cinco classes nítidas.

enxergar o amanhã pelo movimento de autotranscendência, auxilia, conforme Freitas (2017) o amadurecimento que, conseqüentemente, oportuniza uma vida integrada.

Espero que essa carta lhe encontre bem hoje. Estamos com 27 anos e quero que você saiba que consegui. Venceu a escola e entrou na faculdade que tanto queria. Conseguir se tornar a profissional que sempre sonhou (Estudante 10).

Muita coisa mudou na sua vida. Já não mora mais na casa dos seus pais, mas continua os amando (Estudante 3).

A classe 6, designada por “sentido na vida”, representa algo ou alguém que se constituiu em sentidos concretos, únicos e intransferíveis. Ela ramificou-se nas experiências que trouxeram valores vividos e possibilitaram o encontro com os sentidos na vida. Por isso, apresentam-se, respectivamente, a classe 1, “valores vivenciais” e a classe 4, “valores criativos”.

Acordar e ver pessoas que eu amo. Trocar carinho com minha família (Estudante 14).

Nota máxima em um trabalho em grupo onde até o professor achou que eu não conseguiria (Estudante 3).

A classe 3 e a classe 5 trazem valores atitudinais, por isso foram denominadas de “confiança” e “resiliência”. Esses dois comportamentos são necessários para compreender que qualquer situação pode ser mudada e que o real sofrimento está no pensamento da imutabilidade total de uma adversidade (Frankl, 2021).

Mesmo o caminho sendo difícil não é impossível. O importante é levantar a cabeça e seguir em frente (Estudante 8).

Me inspira a sempre lutar por tudo, por isso quero sempre procurar o lado bom de cada situação para superar desafios (Estudante 13).

Essas três categorias de valores são o que, para Frankl (2021) tornam a vida significativa, posto que se coloca vida em formas de obras, recebe-se vida através do mundo (pessoas, natureza e sagrado) e responde-se aos sofrimentos da vida com posturas assumidas. Essas categorias, por terem como bases e serem alimentadas pela autotranscendência, foram testemunhadas em mais sentenças como:

Posso entregar toda minha bondade e compreensão, mesmo que nem todos sejam bondosos. Sendo uma pessoa gentil, me aceitar e acreditar em mim mesma. Enxergando, ouvindo, entendendo, buscando e compreendendo aqueles com quem me relaciono (Estudante 4).

Ser gentil com as pessoas. Sendo eu mesma e buscando me amar e cuidar de mim e das pessoas ao meu redor (Estudante 2).

Fez em meu aproximar mais da minha fé (Estudante 10).

A prevalência de palavras constantemente ligadas aos valores mostra um sentido sempre latente, à disposição. Observou-se que os adolescentes demonstraram a reflexão sobre seus propósitos e significados na vida, o que pode contribuir para o bem-estar psíquico. Os dados da Figura 3 ratificaram uma vida que quer viver, porém que, às vezes, afunda no niilismo, reducionismo e egocentrismo. Outrossim, demarcaram o anseio pela transcendência, uma redução de estados emocionais negativos e a elaboração de planos futuros.

Portanto, a educação, lugar de espaço avantajado na sociedade atual e no qual a juventude passa muito do seu tempo, âmbito do humano, precisa estar cada vez mais ciente de que seu papel é existencial, muito mais que profissional, principalmente em uma fase de desafios e transições críticas.

CONCLUSÕES

Dos desfechos quantitativos dos estudos 1 e 2, depreende-se a necessidade de outros estudos com amostras maiores de estudantes adolescentes, mais especificamente no estudo 2, para delinear melhor a associação entre espiritualidade, sentido de vida, depressão, ansiedade e estresse, aumentando as chances de aparecer efeitos que podem não ter surgido devido ao tamanho da amostra. Além disso, deve-se atentar para realizações de ensaios randomizados.

No entanto, é importante ressaltar, que no estudo 1, uma das principais hipóteses foi respondida: há uma associação positiva entre espiritualidade e sentido de vida, a partir do fator presença de sentido. E foi atribuída predição do fator busca de sentido para depressão e estresse bem como para espiritualidade e depressão e estresse.

Quanto à parte qualitativa, pode-se destacar o impacto assertivo do projeto vivencial “Encontrando sentido de vida”. O uso das emoções de transcendência de Vaillant (2010) criou um ambiente acolhedor e positivo para traçar o caminho para a espiritualidade por meio do sentido de vida. Como refletiram Aquino, Damásio e Joilson (2010), as atividades foram uma incursão no processo pedagógico em uma instituição de ensino eminentemente técnica de ponderação ante o fluxo de possibilidades da vida.

Relatos, como “Os sentidos dos encontros para mim foi justamente ter momentos para refletir sobre sentimentos, relações, vida” e “Esperançoso, pois foi recomeço e aprendizado

sobre mim e para os outros”, são indícios favoráveis para a aceitação e avaliação positiva da intervenção realizada. Nessa esteira, o resultado qualitativo mostra a relevância da intervenção quando, comparado os pontos de atenção de Freitas (2017) e Aquino, Damásio e Joilson (2010) para as atividades de Logoeducação. Os registros escritos demonstram: o aguçamento da consciência para a vontade de sentido e o sentido de vida (“Os encontros foram como terapias reveladoras, me fizeram sentir meus sentimentos e observar minhas ações”); a compreensão de fontes de alegria, coragem, fé e amor (“Estou saindo mais leve, calma e percebendo mais as pequenas coisas, os pequenos detalhes ao meu redor”) para um contraponto a sentimentos de depressão, estresse e ansiedade (“Que caso eu tenha momentos de fraqueza, sempre dá para me reerguer”); a atenção para os perigos do conformismo e totalitarismo e consumismo na sociedade atual (“Estou feliz sendo eu mesma, sem me mascarar” ou “Ver que preciso parar de me moldar tanto na sociedade”); e as investidas para a liberdade de vontade, transcendência e autodistanciamento (Aprendo nessa história pela parte de ir contra pensamentos negativos, a encontrar sentido nas pequenas coisas e a acreditar que existem dias melhores”).

A pesquisadora, com o papel também de logoeeducadora, procedeu, como apontado por Freitas (2017), como uma guia para aqueles adolescentes, dando espaço para a troca de ideias experiências (percepções e sentimentos) no que tange o amor, a autoconfiança para agir e mudar e a esperança de que sempre haverá o vir-a-ser na existência.

Entretanto, ressalta-se que, embora os resultados tenham sido promissores, ainda há espaço para aprimoramento e desenvolvimento contínuo das intervenções, como aplicação em outros grupos do Ensino Médio com a repetição das avaliações quantitativas e qualitativas para, depois, a elaboração de um programa sistêmico. O projeto vivencial “Encontrando sentido de vida” foi o primeiro passo de experimentação no qual se juntou abordagens complementares da Logoterapia e Análise Existencial e da Psicologia Positiva, em prol da ancoragem da dimensão espiritual/noológica.

REFERÊNCIAS

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; DAMÁSIO, Bruno Figueiredo; SILVA, Joilson Pereira. da. **Logoterapia e educação: fundamentos e prática**. São Paulo: Paulus, 2010.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de *et al.* Questionário de Sentido de Vida: Evidências de sua validade fatorial e consistência interna. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 35, p. 4-19, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/3WxTzqk8H6KjdGkD4KSdttR/>. Acesso em: 04 maio 2024.

AQUINO, Thiago Avellar de; OLIVEIRA, Karen Guedes. Religiosidade e espiritualidade no contexto da saúde: uma perspectiva noopsicossomática. *In*: ALMINHANA, Letícia Oliveira; FREITAS, Marta Helena; AQUINO, Thiago Avellar de (Orgs.). **Experiências religiosas, espirituais e anômalas: desafios para a saúde mental**. João Pessoa: Editora UFPB, 2020, p. 53-74.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; LUZ, José Marcelo Oliveira da; SILVA, Lorena Bandeira da. Promoção do sentido da vida: diretrizes e aplicações. *In*: RODRIGUES, Miriam; PEREIRA, Douglas da Silveira. **Psicologia positiva: dos conceitos à aplicação**. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2021, p. 457-472.

AQUINO, Thiago Antonio Avellar de; SIMEÃO, Shirley de Souza Silva; RODRIGUES, Ludmila Xavier. O sentido na vida como prevenção do vazio existencial. *In*: RODRIGUES, Miriam; PEREIRA, Douglas da Silveira. **Psicologia positiva: dos conceitos à aplicação**. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2021, p. 49-67.

CAMERON, A. Colin; TRIVEDI, Pravin K. **Regression analysis of count data**. Cambridge university press, 2013.

DAMÁSIO, António. **O mistério da consciência: do corpo e das emoções ao conhecimento de si**. Editora Companhia das Letras, 2015.

DAMÁSIO, António. **A estranha ordem das coisas: as origens biológicas dos sentimentos e da cultura**. Editora Companhia das Letras, 2018.

FIELD, Andy. **Descobrendo a estatística usando o SPSS-5**. Penso Editora, 2009.

FRANKL, Viktor Emil. **A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia**. São Paulo: Paulus, 2021.

FRANKL, Viktor Emil. **Em busca de sentido**. Petrópolis: Vozes, 1994.

FRANKL, Viktor Emil. A falta de sentido: um desafio para a psicoterapia e a filosofia. Campinas: Editora Auster, 2021.

FRANKL, Viktor Emil; LAPIDE, Pinchas. **A busca de Deus e questionamentos sobre o sentido**. Petrópolis: Vozes, 2014.

FREDRICKSON, Bárbara. **Amor 2.0: a ciência a favor dos relacionamentos**. 2015.

FREITAS, Marina Lemos Silveira. **Pedagogia do Sentido: contribuições de Viktor Frankl para a educação**. 2. ed. Ribeirão Preto: Instituto de Educação e Cult IECVF, 2017. 212 p.

GOMES, Eliseudo Salvino. **Evidencias teóricas y empíricas entre la psicología positiva de " Seligman" y la psicología humanista-existencial de " Frankl"**. 2009. 466 p. Tese (Doutorado) -. Universidad Pontificia de Salamanca, Salamanca, 2009.

ESPERANDIO, Mary Rute Gomes; HEFTI, René. Integrando a espiritualidade/religiosidade no cuidado em saúde mental. *In*: ALMINHANA, Letícia Oliveira; FREITAS, Marta Helena;

AQUINO, Thiago Avellar de (Orgs.). **Experiências religiosas, espirituais e anômalas: desafios para a saúde mental**. João Pessoa: Editora UFPB, 2020, p. 53-74.

McCATRY, Rollin. **Science of the heart: exploring the role of the heart in human performance**. Boulder creek: HeartMath Institute, 2015.

MENEZES, Jordana Calil Lopes de; MIRANDA, Ana Aparecida Viela. Desenvolvimento positivo: origem, conceito e prática. In: RODRIGUES, Miriam; PEREIRA, Douglas da Silveira. **Psicologia positiva: dos conceitos à aplicação**. Novo Hamburgo: Sinopsys Editora, 2021, p. 419-433.

LUZ, José Marcelo Oliveira da; MURTA, Sheila Giardini; AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Avaliação de resultados e processo de uma intervenção para promoção de sentido da vida em adolescentes. **Trends in Psychology**, v. 25, p. 1795-1811, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tpsy/a/SXfpQh9R6CfvFnTBjClyNjP/?lang=pt&format=html>. Acesso em: 04 maio 2024.

RASHID, Tayyab; SELIGMAN, Martin Elias Pete. **Psicoterapia positiva: manual do terapeuta**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2019.

SALVIATI, Maria Elisabeth. **Manual do Aplicativo Iramuteq** (versão 0.7 Alpha 2 e R Versão 3.2.3). Planaltina, 2017.

SAMPIERI, Roberto Hernández; COLLADO, Carlos Fernández; LUCIO, Maria Del Pilar Baptista. **Metodologia de pesquisa**. 3.ed. São Paulo: McGraw-Hill. 2006.

SILVA, Andreia Barbosa da; GUERRA, Valeschka Martins. Espiritualidade e Sentido de Vida: correlatos sociodemográficos. **Revista Psicologia em Pesquisa**, v. 18, n. 2, 2024. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/psicologiaempesquisa/article/view/37757>. Acesso em: 03 maio 2024.

SIMÕES, Raisia Fernandes Mariz; CARVALHO, Tatiana Oliveira de; AQUINO, Thiago Antonio Avellar de. Infância e adolescência na perspectiva da Logoterapia e Análise Existencial: uma proposta teórica e prática. In: **Logoterapia com crianças e adolescentes: teoria e prática**. Belo Horizonte: Artesã, 2022, p. 19-45.

STEGER, Michael F. *et al.* Meaning in life, anxiety, depression, and general health among smoking cessation patients. **Journal of psychosomatic research**, v. 67, n. 4, p. 353-358, 2009.

PATIAS, Naiana Dapieve *et al.* Depression Anxiety and Stress Scale (DASS-21) -short form: adaptação e validação para adolescentes brasileiros. **Psico-usf**, v. 21, p. 459-469, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/CtJv6LTmfYxKfXzmP4j6q5g/?lang=pt>. Acesso em: 10 fev. 2024.

VAILLANT, George. **Fé: evidências científicas**. Barueri: Manole, 2010.

WINER, Ben James *et al.* **Statistical principles in experimental design**. New York: McGraw-Hill, 1971.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo foi estruturado em cinco artigos, sendo os quatro primeiros de revisões de literatura e o quinto correspondente a parte prática com dois estudos empíricos. Inicialmente, foram apresentadas discussões teóricas, trazendo dentro da subárea Ciências da Religião Aplicadas, os fundamentos da Terceira Escola Vienense de Viktor Frankl, a Logoterapia e Análise Existencial com articulações entre as seguintes temáticas: espiritualidade, sentido de vida, educação, saúde mental e adolescências.

Cada revisão abordou assuntos específicos, pesquisando de 2018 a 2023 artigos nacionais dentre os assuntos elencados acima. As revisões de literatura foram importantes para fornecer uma visão abrangente de teorias, debates e intervenções bem como as lacunas de pesquisa. Desse modo, ajudaram a comunicar a posição acadêmica atual das áreas investigadas e a avaliar criticamente o conhecimento existente, identificando necessidades e fazendo novas proposições. Por outro lado, a escolha das palavras-chaves pode ter colaborado para excluir algum estudo relevante para a tese. Outro ponto a se destacar é a tendência de pesquisas a apontar mais acerca de resultados positivos do que aqueles com resultados negativos ou nulos. Isso pode levar a uma superestimação de relação entre as temáticas.

As duas primeiras revisões de literatura versaram, respectivamente, acerca da espiritualidade para além das religiões institucionalizadas e sobre as relações que podem ser estabelecidas entre espiritualidade e sentido de vida, perfazendo as análises com um diálogo com a Logoterapia e Análise Existencial. A espiritualidade, independente de religião, transcende as fronteiras das crenças religiosas e se estende afora o credo confessional e não confessional, abrangendo ateístas e agnósticos. Essa característica de uma espiritualidade ampliada está intrinsecamente ligada à fé incondicional no sentido de vida, proposta por Viktor Frankl.

O artigo “Uma perspectiva humana de espiritualidade” evidenciou a importância de aprofundar pesquisas que exploram a espiritualidade sob a ótica da Logoterapia e Análise Existencial, juntamente com o movimento dos sem religião, da espiritualidade laica e da espiritualidade não religiosa. Promover estudos nessa direção não apenas ilumina as diversas formas de vivência espiritual fora dos contextos religiosos tradicionais, mas também enriquece a compreensão do sentido de vida como um fator central na saúde mental. Adotar a Logoterapia e a Análise Existencial permite então uma visão mais humanística da espiritualidade a partir do

sentido de vida. Além disso, a utilização da abordagem coopera para uma sociedade na qual diferentes expressões de fé são respeitadas e valorizadas.

A análise do sentido de vida, dentro daquela perspectiva, destaca a liberdade e a responsabilidade individuais nas decisões cotidianas. O entendimento dessa dinâmica pode empoderar as pessoas, ajudando-as a navegar na sua existência com maior clareza. Em última instância, pode contribuir com indivíduos mais lúcidos de sua trajetória, corroborando para o desenvolvimento de uma sociedade que valoriza a diversidade espiritual e a parte existencial de cada ser humano.

O segundo manuscrito, ao se debruçar sobre artigos brasileiros que debatem a interseção entre espiritualidade e o conceito de sentido de vida da perspectiva frankliana, também constatou poucas produções científicas. Essa escassez de literatura indica uma lacuna no campo de estudos nacionais sobre como a espiritualidade e o sentido de vida interagem, posto que os dois influenciam o bem-estar psíquico. A exploração desses temas é necessária para compreender melhor os comportamentos sociais e as ações necessárias para construir uma sociedade na qual a identidade religiosa pessoal seja uma escolha consciente.

Atualmente, muitas identidades religiosas ainda são moldadas por tradições culturais, pressões familiares ou normas sociais, levando a uma reprodução desprovida de significado pessoal. Para que as convicções religiosas sejam genuínas e pessoalmente significativas, é essencial que haja autonomia, isto é, os indivíduos devem ser encorajados a explorar suas próprias crenças e valores, livres de coerção ou imposição. Apenas assim, a identidade religiosa pode se tornar um reflexo autêntico do eu interior, em vez de um mero reflexo de pressões externas ou normas sociais preestabelecidas. Nessa esteira, o manuscrito demonstra haver uma necessidade urgente de explorar mais a interseção entre espiritualidade e sentido de vida na perspectiva frankliana para avançar nesse campo e para construir um entendimento mais completo das dinâmicas espirituais na vida das pessoas.

Já o artigo “A Logoeducação na promoção de saúde mental” trouxe contribuições da Logoeducação para a promoção de saúde mental na adolescência. Ao integrar os princípios da Logoterapia e Análise Existencial no contexto educacional, a Logoeducação almeja ir além do ensino de conteúdos acadêmicos, focando também no desenvolvimento existencial e espiritual dos alunos com o protagonismo da dimensão espiritual/noológica.

No contexto escolar, a Logoeducação auxilia os alunos a explorarem as questões existenciais e refletir sobre seus valores e aspectos de vida. Essa atuação pode ser particularmente interessante na adolescência, uma fase marcada por intensas mudanças emocionais, sociais e cognitivas. Ao proporcionar um espaço onde os alunos possam dialogar

sobre o sentido de vida, a Logoeducação pode reduzir sentimentos de vazio existencial, ansiedade e depressão. Pode ainda incentivar os alunos a uma maior resiliência emocional, para enfrentar adversidades e lidar com os desafios que encontram.

Destarte, considerando ser a busca por sentido de vida, o pilar da abordagem frankliana, a guiança do logoeeducador colabora com a vitalidade e para percepção de sentidos nas experiências. Por isso, a necessidade de conduzir mais estudos com reflexões teóricas e, principalmente, de projetos práticos que experimentem a inserção da espiritualidade através do sentido de vida para adolescentes estudantes.

Na revisão de literatura do terceiro artigo, foi observada a ausência de investigações empíricas na fase específica da adolescência. Os resultados mostraram a necessidade de pesquisas que explorem formatos de inserção da escola de Viktor Frankl na educação, já que a unidade da dimensão biopsicoespiritual é imprescindível para cultivar o senso de propósito e garantir atitudes saudáveis ao lidar intempéries.

Por fim, o quarto artigo de revisão de literatura não revelou a existência de pesquisas que abordassem simultaneamente Logoterapia e Análise Existencial e Psicologia Positiva. A Logoterapia, centrada na busca pelo sentido de vida, é enriquecida pela Psicologia Positiva que se concentra no cultivo de emoções e relacionamentos positivos, engajamento, realizações, propósito e forças pessoais para o bem-estar psíquico.

As duas abordagens podem juntas formular discussões complementares em potencial e serem uma oportunidade para a pesquisa na área de Ciências da Religião, posto que também se debruçam nos fenômenos espirituais e existenciais da experiência humana. Desse modo, a integração da Logoterapia e Análise Existencial e da Psicologia Positiva pode oferecer uma base teórica mais robusta para investigar e compreender questões relacionadas à transcendência, busca por significado e valores pessoais, temas intrinsecamente ligados à religião e espiritualidade. Portanto, a Logoterapia e Análise Existencial, com seu foco no sentido de vida, beneficia-se dos conceitos e práticas da Psicologia Positiva, que oferece ferramentas e estratégias para cultivar o bem-estar psíquico.

Após as revisões de literatura, a quinta parte da tese realizou duas investigações distintas, seguindo uma abordagem exploratória sequencial. Apesar de desfechos entre certas associações de variáveis não terem sido estabelecidos, como espiritualidade e busca de sentido, espiritualidade e ansiedade e busca de sentido e ansiedade, que podem ter sido afetadas pelo tamanho da amostragem e da natureza de conveniência, a pesquisa empírica produziu resultados quantitativos consideráveis. Os quantitativos obtidos no estudo 1, integrados e interpretados, revelaram uma associação positiva entre espiritualidade e sentido de vida (fator presença de

sentido) cuja discussão teórica foi estabelecida no segundo artigo; e a predição entre o fator busca de sentido e a espiritualidade com sintomas de depressão e estresse, demonstrando, como já explanado nos artigos três e quatro acerca da relação entre construto sentido de vida e saúde mental. Além disso, mostrou-se que quanto maior a percepção da crença espiritual/religiosa, maior a espiritualidade.

Na vertente qualitativa, destaca-se o impacto favorável do projeto vivencial "Encontrando Sentido de Vida". O trabalho com emoções de valência positiva que despertam a transcendência proporcionou um ambiente acolhedor, seguro e propício para a exploração da espiritualidade por meio do sentido de vida.

Os relatos escritos, analisados pelo Iramuteq, indicaram, por meio de cada emoção experienciada, o anseio de viver uma vida significativa e conectada com pessoa e com um mundo, isto é, por algo maior do que a própria pessoa, além das limitações do eu e do tempo presente. E a vida vive por meio da alegria, pelo desfrute de momentos apazíveis e pelo otimismo; da confiança, uma âncora de coragem e perseverança, que sustenta mesmo diante de incertezas; da compaixão que permitem entender e compartilhar os sentimentos dos outros, criando solidariedade e apoio mútuo; do perdão que liberta do peso do ressentimento, da mágoa e da vingança, deixando espaço para o novo; do amor que nutre, é vínculo e conforto nos momentos difíceis; da esperança que impulsiona a enfrentar desafios, superar adversidades e acreditar que coisas boas podem acontecer; e da reverência, o sentimento que recorda a interdependência humana e o seu lugar no tecido da existência e aprecia a vida desde a sua manifestação na natureza, nas pessoas e nas obras humanas até as divindades.

As atividades se configuraram um movimento atípico no contexto educacional de uma instituição de ensino majoritariamente técnica, estimulando a reflexão diante das inúmeras possibilidades existenciais. Como perspectiva futura para o IFCE, o projeto vivencial pode ser realizado em outros *campi*, com o intuito de fazer estudo comparativos. Essa ação permitirá a avaliação do projeto em diferentes regiões. A expansão pode vir, inclusive, por meio de oferta de formações continuadas para educadores, capacitando-os a implementar e sustentar intervenções semelhantes em suas práticas pedagógicas. Também é possível realizar estudos longitudinais para acompanhar os alunos ao longo do tempo e verificar a durabilidade dos efeitos da intervenção na espiritualidade e sentido de vida. De todo modo, é preciso integrar ao currículo escolar do Ensino Médio a educação para o sentido de vida.

A educação, como espaço proeminente na sociedade contemporânea, deve reconhecer também sua missão existencial, além da profissional, especialmente durante períodos desafiadores e de transições críticas enfrentadas pela juventude. Ainda que se reconheça a

necessidade de aprimoramento do projeto vivencial, incluindo a replicação em outros grupos e a realização de avaliações quantitativas e qualitativas adicionais para embasar o desenvolvimento de um programa mais abrangente, essa intervenção assinalou a integração das abordagens da Logoterapia e Análise Existencial com a Psicologia Positiva, visando fortalecer a dimensão espiritual/noológica em adolescentes, a partir de emoções específicas em estudantes do Ensino Médio em uma instituição de ensino.

APÊNDICES

APÊNDICE A - TERMOS DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Estudo Empírico 1

Pelo presente Termo de Consentimento Livre e Esclarecido eu, _____, responsável legal pelo(a) estudante _____, em pleno exercício dos meus direitos permito o(a) adolescente sob minha responsabilidade, participar como voluntário(a) do Estudo Empírico 1 da Pesquisa **A espiritualidade através do sentido de vida: um fator de proteção para estudantes do Ensino Médio**. Declaro ter sido esclarecido (a) e estar de acordo com os seguintes pontos: O Estudo Empírico 1 terá como objetivo geral **analisar a saúde mental dos estudantes adolescentes de um campus do Ensino Médio Integrado do Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE) a partir da espiritualidade como sentido de vida**. Ao(à) estudante voluntário(a) caberá a autorização para **os dados coletados através dos questionários e escalas**: Questionário sociodemográfico; Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (EDAE-A); Questionário de Sentido de Vida (QSV); e WHOQOL-SRPB BREF para espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais. Além disso, autorizo apresentar os resultados deste estudo em eventos e revistas científicas e na tese de doutorado. Estou ciente da existência de **riscos mínimos** da pesquisa - incômodo, cansaço ou outros desconfortos emocionais -, porém fui informado(a) da disponibilidade de atendimento individualizado por parte da pesquisadora, que é psicóloga, para acolher tais desconfortos. Também estou ciente dos benefícios da pesquisa: contribuir para o diagnóstico da saúde mental a partir de sintomas de depressão, ansiedade e estresse e como estes se relacionam ao sentido de vida. O(a) estudante voluntário(a), sob minha responsabilidade, será esclarecida(o) sobre o estudo e poderá se recusar a participar, ou retirar seu consentimento a qualquer momento da realização do trabalho ora proposto, não havendo qualquer penalização ou prejuízo para o(a) mesmo(a). Declaro que fui informado(a): da garantia de sigilo dos resultados obtidos neste trabalho, assegurando assim a privacidade dos(as) participantes em manter tais resultados em caráter confidencial, cumprindo as exigências da Resolução N°. 510/16 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde; de que não haverá qualquer despesa ou ônus financeiro aos participantes deste projeto científico nem qualquer procedimento que possa incorrer em danos físicos ou financeiros ao

voluntário e, portanto, não haverá a necessidade de indenização por parte da equipe científica e/ou da Instituição responsável. Durante o estudo, dúvidas e/ou solicitações de esclarecimentos podem ser feitas a qualquer momento pelo e-mail: ana.caroline@ifce.edu.br com a pesquisadora **ANA CAROLINE CABRAL CRISTINO**. Se houver dúvidas em relação aos aspectos éticos ou denúncias o Sr (a) poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba Campus I - Cidade Universitária - 1º Andar – CEP 58051-900 – João Pessoa/PB (83) 3216- 7791 – E-mail: comitedeetica@ccs.ufpb.br. Ao final da pesquisa, se for do seu interesse, pode acessar livremente o conteúdo da tese, podendo discutir os dados com a pesquisadora. Vale salientar que este documento será impresso em duas vias e uma delas ficará em sua posse. Desta forma, uma vez tendo lido e entendido todos os esclarecimentos realizados e, por estar de pleno acordo com o teor do mesmo, dato e assino este termo de consentimento livre e esclarecido, autorizando a participação do adolescente sob minha responsabilidade.

_____, _____ de _____ de _____.

Assinatura do Participante

Assinatura do pesquisador responsável

Estudo Empírico 2

Pelo presente Termo de Consentimento Livre e Esclarecido eu, _____, responsável legal pelo(a) estudante _____, em pleno exercício dos meus direitos permito o(a) adolescente sob minha responsabilidade, participar como voluntário(a) do Estudo Empírico 2 da Pesquisa **A espiritualidade através do sentido de vida: um fator de proteção para estudantes do ensino médio**. Declaro ter sido esclarecido (a) e estar de acordo com os seguintes pontos: O Estudo Empírico 2 terá como objetivo geral **prevenir o vazio existencial, manifestado por sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes do ensino médio integrado de um campus do Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (IFCE)**. Ao(à) estudante voluntário(a) caberá a autorização para **os dados coletados através de questionários e escalas**: Questionário sociodemográfico; Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (EDAE-A); Questionário de Sentido de Vida (QSV); e WHOQOL-SRPB BREF para espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais; e, quando participantes do grupo de intervenção de programa piloto acerca do sentido de vida, registros escritos de diários de campo e de entrevistas semiestruturadas. Além disso, autorizo apresentar os resultados deste estudo em eventos e revistas científicas e na tese de doutorado. Estou ciente da existência de **riscos mínimos** da pesquisa - incômodo, cansaço ou outros desconfortos emocionais -, porém fui informado(a) da disponibilidade de atendimento individualizado por parte da pesquisadora, que é psicóloga, para acolher tais desconfortos. Também estou ciente dos benefícios da pesquisa: contribuir para a prevenção da saúde mental a partir do sentido de vida. O(a) estudante voluntário(a), sob minha responsabilidade, será esclarecida(o) sobre o estudo e poderá se recusar a participar, ou retirar seu consentimento a qualquer momento da realização do trabalho ora proposto, não havendo qualquer penalização ou prejuízo para o(a) mesmo(a). Declaro que fui informado(a): da garantia de sigilo dos resultados obtidos neste trabalho, assegurando assim a privacidade dos(as) participantes em manter tais resultados em caráter confidencial, cumprindo as exigências da Resolução N°. 510/16 do Conselho Nacional de Saúde/Ministério da Saúde; de que não haverá qualquer despesa ou ônus financeiro aos participantes deste projeto científico nem qualquer procedimento que possa incorrer em danos físicos ou financeiros ao voluntário e, portanto, não haverá a necessidade de indenização por parte da equipe científica e/ou da Instituição responsável. Durante o estudo, dúvidas e/ou solicitações de esclarecimentos podem ser feitas a qualquer momento pelo e-mail: ana.caroline@ifce.edu.br com a pesquisadora **Ana Caroline Cabral Cristino**. Se houver dúvidas em relação aos aspectos éticos

ou denúncias o Sr (a) poderá consultar o Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba Campus I - Cidade Universitária - 1º Andar – CEP 58051-900 – João Pessoa/PB (83) 3216- 7791 – E-mail: comitedeetica@ccs.ufpb.br. Ao final da pesquisa, se for do seu interesse, pode acessar livremente o conteúdo da tese, podendo discutir os dados com a pesquisadora. Vale salientar que este documento será impresso em duas vias e uma delas ficará em sua posse. Desta forma, uma vez tendo lido e entendido todos os esclarecimentos realizados e, por estar de pleno acordo com o teor do mesmo, dato e assino este termo de consentimento livre e esclarecido, autorizando a participação do adolescente sob minha responsabilidade.

_____, _____ de _____ de _____.

Assinatura do Participante

Assinatura do pesquisador responsável

APÊNDICE B - TERMOS DE ASSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TALE)

Estudo Empírico 1

Eu, Ana Caroline Cabral Cristino, convido você a participar do Estudo Empírico 1 da Pesquisa **A espiritualidade através do sentido de vida: um fator de proteção para estudantes do Ensino Médio**. Informo que seu pai/mãe ou responsável legal permitiu a sua participação e que pretendo **analisar a saúde mental de estudantes de um campus do Ensino Médio Integrado do IFCE**. Gostaria muito de contar com você, mas você não é obrigado a participar e não tem problema se desistir. Outras **adolescentes** participantes desta pesquisa têm de 14 anos de idade a 17 anos de idade. A pesquisa será feita no *campus* Caucaia, onde os participantes (adolescentes) irão responder certas perguntas. Para isso, será usado os seguintes instrumentos: Questionário sociodemográfico; Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (EDAE-A); Questionário de Sentido de Vida (QSV); e WHOQOL-SRPB BREF para espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais. Eles são considerados seguros, mas é possível ocorrer **riscos mínimos/previsíveis**: incômodo, cansaço ou outros desconfortos emocionais. Caso aconteça algo errado, você, seus pais ou responsáveis podem me procurar pelo contato que está no final do texto. A sua participação é importante para contribuir com o diagnóstico da saúde mental a partir de sintomas de depressão, ansiedade e estresse e como estes se relacionam ao sentido de vida. As suas informações ficarão sob sigilo e nem daremos a estranhos as informações que você nos der. Os resultados da pesquisa serão publicados em eventos científicos, em revistas científicas e na tese de doutorado da pesquisadora, mas sem identificação (dados pessoais, vídeos, imagens e áudios de gravações) dos participantes (adolescentes).

CONSENTIMENTO PÓS-INFORMADO

Eu__aceito participar da pesquisa **A espiritualidade através do sentido de vida: um fator de proteção para estudantes do Ensino Médio**. Entendi as coisas ruins e as coisas boas que podem acontecer. Entendi que posso dizer “sim” e participar, mas que, a qualquer momento, posso dizer “não” e desistir e que ninguém vai ficar com raiva/chateado comigo. A pesquisadora esclareceu minha dúvida e conversou com os meus pais/responsável legal. Recebi uma cópia deste termo de assentimento, li e quero/concordo em participar da pesquisa/estudo.

_____, ____ de _____ de ____.

Assinatura do(a) estudante

Assinatura da pesquisadora

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos desta pesquisa, você poderá consultar:	
Pesquisador(a) Responsável: Ana Caroline Cabral Cristino.	Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba
Endereço: Rua Jorge Dumar, 1703 – Bairro Jardim América, CEP: 60410-426 – Fortaleza/CE (85) 3401.2342 E-mail: ana.caroline@ifce.edu.br	CEP/CCS/UFPB Campus I - Cidade Universitária 1º Andar CEP 58051-900 – João Pessoa/PB (83) 3216-7791 E-mail: comitedeetica@ccs.ufpb.br

Estudo Empírico 2

Eu, Ana Caroline Cabral Cristino, convido você a participar do Estudo Empírico 2 da Pesquisa **A espiritualidade através do sentido de vida: um fator de proteção para estudantes do Ensino Médio**. Informamos que seu pai/mãe ou responsável legal permitiu a sua participação. Pretendemos **prevenir o vazio existencial, manifestado por sintomas de depressão, ansiedade e estresse em estudantes do Ensino Médio Integrado de um *campus* do IFCE**. Gostaríamos muito de contar com você, mas você não é obrigado a participar e não tem problema se desistir. Outros(a) **adolescentes** participantes desta pesquisa têm de 14 anos de idade a 17 anos de idade. A pesquisa será feita no *campus* Caucaia, onde os(as) participantes (adolescentes) irão responder certas perguntas e poderão participar de um programa piloto de intervenção acerca do sentido de vida. Para isso, será usado os seguintes instrumentos: Questionário sociodemográfico; Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (EDAE-A); Questionário de Sentido de Vida (QSV); e WHOQOL-SRPB BREF para espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais; e, quando participantes do grupo de intervenção de programa acerca do sentido de vida, registros escritos de diários de campo e de entrevistas semiestruturadas. Eles são considerados seguros, mas é possível ocorrer **riscos mínimos/previsíveis**: incômodo, cansaço ou outros desconfortos emocionais. Caso aconteça algo errado, você, seus pais ou responsáveis podem me procurar pelo contato que está no final do texto. A sua participação é importante para contribuir para a prevenção da saúde mental a partir do sentido de vida. As suas informações ficarão sob sigilo e nem daremos a estranhos as informações que você nos der. Os resultados da pesquisa serão publicados em eventos científicos, em revistas científicas e na tese de doutorado da pesquisadora, mas sem identificação (dados pessoais, vídeos, imagens e áudios de gravações) dos participantes (adolescentes).

CONSENTIMENTO PÓS-INFORMADO

Eu__aceito participar da pesquisa **A espiritualidade através do sentido de vida: um fator de proteção para estudantes do Ensino Médio**. Entendi as coisas ruins e as coisas boas que podem acontecer. Entendi que posso dizer “sim” e participar, mas que, a qualquer momento, posso dizer “não” e desistir e que ninguém vai ficar com raiva/chateado comigo. A pesquisadora esclareceu minha dúvida e conversou com os meus pais/responsável legal. Recebi uma cópia deste termo de assentimento, li e quero/concordo em participar da pesquisa/estudo.

_____, ____ de _____ de _____.

Assinatura do(as) estudantes

Assinatura da pesquisadora

Em caso de dúvidas com respeito aos aspectos éticos desta pesquisa, você poderá consultar:	
Pesquisador(a) Responsável: Ana Caroline Cabral Cristino.	Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba
Endereço: Rua Jorge Dumar, 1703 – Bairro Jardim América, CEP: 60410-426 – Fortaleza/CE (85) 3401.2342 E-mail: ana.caroline@ifce.edu.br	CEP/CCS/UFPB Campus I - Cidade Universitária 1º Andar CEP 58051-900 – João Pessoa/PB (83) 3216-7791 E-mail: comitedeetica@ccs.ufpb.br

APÊNDICE C – QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

1. Sexo: ☐ Feminino ☐ Masculino
2. Gênero no qual se identifica: ☐ Feminino ☐ Masculino ☐ Outro
3. Idade:_____.
4. Cor/etnia: ☐ Branco ☐ Pardo(a) ☐ Negro(a) ☐ Amarelo(a) ☐ Indígena
5. Você mora em zona urbana ou rural? ☐ Urbana ☐ Rural
6. Quantas pessoas moram em sua casa (incluindo você)
☐ Duas pessoas ☐ Três pessoas ☐ Quatro pessoas ☐ Cinco pessoas
☐ Seis pessoas ou mais.
7. Qual é a renda mensal da sua família?
*família é considerado as pessoas que moram na mesma casa
☐ Menor ou igual a R\$ 300,00
☐ Entre R\$ 301,00 e R\$ 600,00
☐ Entre R\$ 601,00 e R\$ 900,00
☐ Entre R\$ 901,00 e R\$ 1.302,00
☐ Maior que R\$ 1302,00
8. Você se considera uma pessoa com espiritualidade? ☐ Sim ☐ Não
9. Você tem alguma religião ☐ Sim ☐ Não
 - 9.1 Se sim, qual (Marque uma ou mais opções):
☐ Católica ☐ Evangélica ☐ Espírita ☐ Umbanda ☐ Candomblé ☐ Judaica ☐ Outra,
qual? _
 - 9.2 Qual o grau de importância da sua crença espiritual/religiosa em sua vida?
☐ Muito pouco ☐ Pouco ☐ Médio ☐ Bastante

APÊNDICE D – ROTEIRO “ENCONTRANDO SENTIDO DE VIDA”

1º Encontro: Alegria

1.1 Boas-vindas, explicação do projeto e entrega dos termos para consentimento em participar da pesquisa.

1.2 *Check-in* emoções: como estou chegando na forma de sentimento.

Objetivo: permitir que os participantes expressem e compartilhem seus sentimentos no início de encontro, promovendo a autoconsciência emocional, a conexão interpessoal e o apoio mútuo e criando uma maior intimidade com as emoções e o vocabulário emocional.

1.3 Meditação: o eu que se ama (Fredrickson, 2015).

Objetivo: trazer alegria ao fazer para si desejos positivos e ao reconhecer em si virtudes.

1.4 Atividade: quadrante da alegria e apresentação positiva (Rashid; Seligman, 2019 e Aquino; Simeão; Rodrigues, 2021)

Objetivo: promover a reflexão e o reconhecimento das experiências positivas e gratificantes vivenciadas ao longo da vida.

Melhor momento da vida	Conquista/realização
Razão de alegria em mim	Razão de alegria no mundo

1.5 Compartilhamento de histórias.

Objetivo: conhecer a diversidade de tipos de alegrias, ampliando as possibilidades de experiências.

1.6 *Check-out*: como estou saindo na forma de sentimento e qual sentido do encontro de hoje para mim.

Objetivo: proporcionar autoconsciência aos participantes, de modo que expressem suas emoções para tecer uma base comparativa; e proporcionar experiência com o encontro com o sentido de vida.

1.7 Explicação para o diário de bordo das emoções de valência positiva para espiritualidade através do sentido de vida.

1ª Atividade do diário de bordo: porque sou alegre hoje e quais os acontecimentos positivos mais significativos do meu dia.

Objetivo: seguir promovendo a reflexão, o reconhecimento das experiências positivas e gratificantes vivenciadas ao longo da vida e proporcionar o encontro com o sentido de vida.

2º Encontro: Fé (confiança)

2.1 *Check-in* emoções: como estou chegando na forma de sentimento.

Objetivo: permitir que os participantes expressem e compartilhem seus sentimentos no início de encontro, promovendo a autoconsciência emocional, a conexão interpessoal e o apoio mútuo e criando uma maior intimidade com as emoções e o vocabulário emocional.

2.2 Meditação “um minuto atento” (Rashid; Seligman, 2019)

Objetivo: auxiliar os participantes a cultivarem uma maior consciência do momento e a se envolverem de forma mais completa e focada nas experiências que se apresentam no presente.

2.3 Atividade: histórias que inspiram.

Objetivo: conhecer histórias que trazem exemplos concretos de resiliência, coragem, empatia, perseverança e outras virtudes, mostrando ser possível enfrentar desafios e adversidades de forma positiva e construtiva.

2.4 *Check-out*: como estou saindo na forma de sentimento e qual sentido do encontro de hoje para mim.

Objetivo: proporcionar autoconsciência aos participantes, de modo que expressem suas emoções no final do encontro, criando uma maior intimidade com as emoções e o vocabulário emocional; e proporcionar experiência com o encontro com o sentido de vida.

2.4 2ª Atividade do diário de bordo: por que confio na vida hoje e quais os acontecimentos mais significativos positivamente do meu dia?

Objetivo: realizar aproximação com sentimento de fé e proporcionar o encontro com o sentido de vida.

3º Encontro: Perdão e Compaixão.

3.1 *Check-in* emoções: como estou chegando na forma de sentimento.

Objetivo: permitir que os participantes expressem e compartilhem seus sentimentos no início de encontro, promovendo a autoconsciência emocional, a conexão interpessoal e o apoio mútuo e criando uma maior intimidade com as emoções e o vocabulário emocional.

3.2 Meditação: amor compassivo (Fredrickson, 2019).

Objetivo: cultivar o sentimento de amor que facilite a ação de se colocar no lugar do outro, reconhecer suas dificuldades, dores e sofrimentos e responder com compaixão e empatia.

3.3 Atividade: o perdão para compaixão (Rashid; Seligman, 2019).

Objetivo: proporcionar um espaço para reflexão e prática do perdão e compaixão, permitindo que os participantes explorem suas próprias experiências de mágoa, encontrem maneiras de

liberar esses sentimentos negativos em direção à reconciliação e possam se conectar com os sentimentos e necessidades do seu algoz.

O que gerou ressentimento? Conte a situação, a razão do ressentimento	Quais são as emoções que vem junto com a situação?	Quais eram suas necessidades? Do que você precisava?

Conte a situação da perspectiva da outra pessoa. O que a motivou a fazer o que fez?	Quais as emoções presentes nela?	Quais eram as necessidades dela? O que ela precisava?

Diante do que aconteceu, que você poderia fazer diferente?

3.4 Caixa do esquecimento: escrever em um papel o ressentimento que quer deixar no passado, levantar-se e colocar na caixa.

Objetivo: proporcionar um espaço seguro e simbólico para os participantes liberarem ressentimentos trazidos na atividade sobre perdão.

3.5 *Check-out*: como estou saindo em uma palavra e qual sentido do encontro de hoje para mim.

Objetivo: proporcionar autoconsciência aos participantes, de modo que expressem suas emoções para tecer uma base comparativa; e proporcionar experiência com o encontro com o sentido de vida.

3.6 3ª Atividade do diário de bordo: o que preciso perdoar hoje e quais os acontecimentos positivos mais significativos do meu dia.

Objetivo: exercitar o perdão e proporcionar o encontro com o sentido de vida.

4º Encontro: Amor.

4.1 *Check-in* emoções: como estou chegando na forma de sentimento.

Objetivo: permitir que os participantes expressem e compartilhem seus sentimentos no início de encontro, promovendo a autoconsciência emocional, a conexão interpessoal e o apoio mútuo e criando uma maior intimidade com as emoções e o vocabulário emocional.

4.2 Meditação “um minuto atento” (Rashid; Seligman, 2019).

Objetivo: auxiliar os participantes a cultivarem uma maior consciência do momento e a se envolverem de forma mais completa e focada nas experiências que se apresentam no presente.

4.3 Atividade: genograma do amor.

Objetivo: visualizar e refletir sobre as relações significativas em nossa vida, reconhecendo a importância do amor e da conexão com os outros

4.4 Atividade: amigo secreto musical, uma troca de bem-querer.

Objetivo: promover a conexão interpessoal e a troca de apreço entre os participantes com a entrega de uma música significativa ao amigo sorteado.

4.5 *Check-out*: como estou saindo em uma palavra e qual sentido do encontro de hoje para mim.

Objetivo: proporcionar autoconsciência aos participantes, de modo que expressem suas emoções para tecer uma base comparativa; e proporcionar experiência com o encontro com o sentido de vida.

4.6 4ª Atividade do diário de bordo: quais pessoas hoje me conectaram com o amor e quais os acontecimentos positivos mais significativos do meu dia.

5º Encontro: Esperança.

5.1 *Check-in* emoções: como estou chegando na forma de sentimento.

Objetivo: permitir que os participantes expressem e compartilhem seus sentimentos no início de encontro, promovendo a autoconsciência emocional, a conexão interpessoal e o apoio mútuo e criando uma maior intimidade com as emoções e o vocabulário emocional.

5.2 Meditação “um minuto atento” (Rashid; Seligman, 2019).

Objetivo: auxiliar os participantes a cultivarem uma maior consciência do momento e a se envolverem de forma mais completa e focada nas experiências que se apresentam no presente.

5.3 Atividade: “carta eu do futuro”.

Objetivo: oportunizar a expressividade de expectativas do porvir e de razões para se acreditar no futuro.

5.4 *Check-out*: como estou saindo em uma palavra e qual sentido do encontro de hoje para mim.

Objetivo: proporcionar autoconsciência aos participantes, de modo que expressem suas emoções para tecer uma base comparativa; e proporcionar experiência com o encontro com o sentido de vida.

5.5 5ª Atividade do diário de bordo: como posso entregar o melhor de mim hoje, uma frase para lembrar a esperança e quais os acontecimentos positivos mais significativos do meu dia.

6º Encontro: Reverência.

6.1 *Check-in* emoções: como estou chegando na forma de sentimento.

Objetivo: permitir que os participantes expressem e compartilhem seus sentimentos no início de encontro, promovendo a autoconsciência emocional, a conexão interpessoal e o apoio mútuo e criando uma maior intimidade com as emoções e o vocabulário emocional.

6.2 Meditação de contemplação à natureza.

Objetivo: desenvolver uma consciência de conexão espiritual e interdependência com a vida.

6.3 Preces coletivas.

Objetivo: promover por meio de preces coletivas a conexão espiritual entre os estudantes através do senso de união, solidariedade e harmonia compartilhado em intenções comuns.

6.4 *Check-out* dos encontros: qual o sentido de todos os encontros para mim e o que levo deles.

Objetivo: realizar uma avaliação final entre os participantes sobre os encontros sobre o que aprenderam e experimentaram durante o encontro.

6.5 Reaplicação dos testes.

ANEXOS

ANEXO A – WHOQOL-SRPB BREF

As seguintes perguntas indagam a respeito das suas crenças espirituais, religiosas ou pessoais, e como essas crenças afetaram a sua qualidade de vida. Estas perguntas são planejadas para serem aplicáveis a pessoas com origem em muitas culturas diferentes, com uma variedade de crenças espirituais, religiosas ou pessoais. Se você acredita em determinada religião, como por exemplo o Judaísmo, Cristianismo, Islamismo ou Budismo, você provavelmente responderá as perguntas a seguir lembrando-se das suas crenças religiosas. Se não seguir a uma religião específica, mas ainda acredita que existe algo mais elevado e mais poderoso além do mundo físico e material, você poderá responder às perguntas que seguem a partir desta perspectiva. Por exemplo, você pode acreditar em uma força espiritual superior ou no poder curativo da Natureza. Por outro lado, você talvez não acredite em uma entidade espiritual superior, mas poderá ter crenças pessoais fortes ou algo que segue, como, por exemplo, acreditar em uma teoria científica, um modo de vida pessoal, uma determinada filosofia ou código moral e ético.

Quando em algumas perguntas forem utilizadas palavras como espiritualidade, por favor, responda em termos de seu próprio sistema de crença pessoal, seja ele religioso, espiritual ou pessoal. As perguntas a seguir indagam como as suas crenças afetaram diversos aspectos da sua qualidade de vida nas últimas duas semanas. Por exemplo, uma pergunta é: “Até que ponto você se sente ligado à sua mente corpo e alma? Se você tiver vivenciado muito isso, faça um círculo em torno do número abaixo de “muito”. Se não tiver vivenciado isto em nenhum momento, faça um círculo em torno do número abaixo de “nada”. Você deve fazer um círculo em torno de um dos números no meio, se desejar indicar que a sua resposta está em algum ponto entre “Nada” e “Muito”. As perguntas referem-se às últimas duas semanas.

1	SP1.1	Até que ponto alguma conexão com um ser espiritual ajuda você a passar por épocas difíceis?				
		Nada 1	Muito pouco 2	Mais ou menos 3	Bastante 4	Extremamente 5
2	SP2.3	Até que ponto você sente que sua vida tem uma finalidade?				
		Nada 1	Muito pouco 2	Mais ou menos 3	Bastante 4	Extremamente 5
3	SP8.2	Até que ponto a fé lhe dá conforto no dia-a-dia?				
		Nada 1	Muito pouco 2	Mais ou menos 3	Bastante 4	Extremamente 5
4	SP7.2	Até que ponto você está esperançoso com sua vida?				
		Nada 1	Muito pouco 2	Mais ou menos 3	Bastante 4	Extremamente 5
5	SP3.1	Até que ponto você consegue ter admiração pelas coisas ao seu redor? (p. ex., natureza, arte, música)				
		Nada 1	Muito pouco 2	Médio 3	Muito 4	Completamente 5
6	SP5.3	O quanto a força espiritual o ajuda a viver melhor?				

		Nada 1	Muito pouco 2	Médio 3	Muito 4	Completamente 5
7	SP6.2	Até que ponto você sente paz interior?				
		Nada 1	Muito pouco 2	Médio 3	Muito 4	Completamente 5
8	SP4.2	Quão satisfeito você está por ter um equilíbrio entre a mente, o corpo e a alma?				
		Muito insatisfeito 1	Insatisfeito 2	Nem satisfeito nem insatisfeito 3	Satisfeito 4	Muito satisfeito 5
9	WQ6	Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?				
		Nada 1	Muito pouco 2	Mais ou menos 3	Bastante 4	Extremamente 5

ANEXO B – Questionário de Sentido de Vida (QSV)

Totalmente Falso	Geralmente Falso	Parcialmente Falso	Nem Verdadeiro Nem Falso	Parcialmente Verdadeiro	Geralmente Verdadeiro	Absolutamente Verdade
1	2	3	4	5	6	7

1. ____ Eu compreendo o sentido da minha vida.
2. ____ Eu estou procurando alguma coisa que faça com que minha vida tenha sentido.
3. ____ Eu sempre estou em busca do sentido da minha vida.
4. ____ Minha vida tem um sentido claro.
5. ____ Eu tenho uma boa consciência do que faz minha vida ter sentido.
6. ____ Eu descobri um sentido de vida satisfatório.
7. ____ Eu estou sempre procurando por algo que faça com que minha vida seja significativa.
8. ____ Eu estou buscando um significado ou missão para minha vida.
9. ____ Minha vida não tem um propósito claro.
10. ____ Eu estou procurando um sentido em minha vida.

ANEXO C – Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (EDAE-A)

Patias, N. D. & cols. DASS-21 para Adolescentes Brasileiros

Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse para Adolescentes (EDAE-A)

Por favor, leia cada afirmativa e marque um dos números (0, 1, 2 ou 3) que indique quanto a afirmativa aconteceu a você na última semana. Não há respostas certas ou erradas. Não gaste muito tempo em nenhuma das afirmativas.

0 Não aconteceu comigo nessa semana

1 Aconteceu comigo algumas vezes na semana

2 Aconteceu comigo em boa parte da semana

3 Aconteceu comigo na maior parte do tempo da semana

1	Eu tive dificuldade para me acalmar	0	1	2	3
2	Eu percebi que estava com a boca seca	0	1	2	3
3	Eu não conseguia ter sentimentos positivos	0	1	2	3
4	Eu tive dificuldade para respirar (por exemplo, tive respiração muito rápida, ou falta de ar sem ter feito esforço físico)	0	1	2	3
5	Foi difícil ter iniciativa para fazer as coisas	0	1	2	3
6	Em geral, tive reações exageradas às situações	0	1	2	3
7	Tive tremores (por exemplo, nas mãos)	0	1	2	3
8	Eu senti que estava bastante nervoso(a)	0	1	2	3
9	Eu fiquei preocupado(a) com situações em que poderia entrar em pânico e fazer papel de bobó(a)	0	1	2	3
10	Eu senti que não tinha expectativas positivas a respeito de nada	0	1	2	3
11	Notei que estava ficando agitado(a)	0	1	2	3
12	Achei difícil relaxar	0	1	2	3
13	Eu me senti abatido(a) e triste	0	1	2	3
14	Eu não tive paciência com coisas que interromperam o que estava fazendo	0	1	2	3
15	Eu senti que estava prestes a entrar em pânico	0	1	2	3
16	Não consegui me empolgar com nada	0	1	2	3
17	Eu senti que não tinha muito valor como pessoa	0	1	2	3
18	Eu senti que eu estava muito irritado(a)	0	1	2	3
19	Eu percebi as batidas do meu coração mais aceleradas sem ter feito esforço físico (por exemplo, a sensação de aumento dos batimentos cardíacos, ou de que o coração estava batendo fora do ritmo)	0	1	2	3
20	Eu me senti assustado(a) sem ter motivo	0	1	2	3
21	Eu senti que a vida não tinha sentido	0	1	2	3