



## **A Crise como Impulso para a Ressignificação Existencial: Uma Revisão Integrativa**

*Larissa Campos Bezerra<sup>1</sup>; Débora Inácia Ribeiro<sup>2</sup>*

**Resumo:** A vida cotidiana é marcada pelo predomínio de um modo impessoal de existir, que muitas vezes se sobrepõe à responsabilidade pessoal de fazer escolhas, resultando no silenciamento da angústia. Considerando que esta pode insurgir abruptamente e desencadear situações de crise, o objetivo do presente artigo é investigar como a literatura científica aborda o tema da angústia e crise no contexto da psicologia clínica humanista/existencial. O método empregado foi a revisão integrativa da literatura, sendo feito um levantamento nas bases de dados BVS-Psi, Portal de Periódicos CAPES e SciELO. Os descritores utilizados foram angústia, crise, humanismo, psicoterapia existencial. Nos resultados, verificou-se uma concordância entre as publicações analisadas, que conceituam: 1) angústia, como uma condição inerente à existência humana; 2) crise, como uma interrupção da estabilidade da vida. Conclui-se que a eclosão da angústia pode manifestar situações de crise e a clínica humanista/existencial é reconhecida como espaço facilitador à ressignificação da existência.

**Palavras-chave:** Angústia; Crise Existencial; Psicoterapia Humanista/Existencial.

## **The Crisis as Impulse for the Existential Resignification: An Integrative Review**

**Abstract:** Daily life is marked by the predominance of an impersonal way of existing, which often overlaps with the personal responsibility to make choices, resulting in the silencing of anguish. Considering that it can rise abruptly and trigger crisis situations, the objective of this article is to investigate how the scientific literature addresses the theme of anguish and crisis in the context of humanistic/existential clinical psychology. The method employed was an integrative literature review, with a survey in VHL-Psi, CAPES Periodic Portal and SciELO databases. The descriptors used were anguish, crisis, humanism, existential psychotherapy. In the results, there was an agreement between the analyzed publications, which conceptualize: 1) anguish, as a condition inherent to human existence; 2) crisis, as an interruption in the stability of life. It is concluded that the hatching of anguish can manifest crisis situations and the humanistic/existential clinic is recognized as a space that facilitates the resignification of existence.

**Keywords:** Anguish; Existential Crisis; Humanistic-Existential Psychotherapy.

<sup>1</sup> Psicóloga e pós-graduanda em Psicologia Hospitalar e da Saúde pela Universidade de Taubaté, SP, Brasil. E-mail: larecampos@gmail.com;

<sup>2</sup> Doutora em Educação, Arte e História da Cultura pela Universidade Presbiteriana Mackenzie. Professora no Departamento de Psicologia e no Programa de Pós-Graduação em Desenvolvimento Humano da Universidade de Taubaté, SP, Brasil. E-mail: deborari@hotmail.com.

## Introdução

A psicologia de orientação fenomenológica<sup>1</sup> se propõe a construir um conhecimento científico pautado na investigação de fenômenos particulares (MASLOW, 1970), visto que “a natureza interna de cada pessoa é, em parte, singularmente sua e, em parte, universal na espécie. É possível estudar cientificamente essa natureza interna e descobrir sua constituição” (MASLOW, 1970, p. 27). Tais fenômenos envolvem o homem singular juntamente com o meio que habita – o mundo relacional, o mundo ambiente, o mundo em transformação, o mundo da vida (HUSSERL, 2012). Buscando compreender a dialética desse homem em interação com o mundo, o presente artigo se desenvolve a partir da seguinte compreensão: uma vez que o ser está lançado no mundo cotidiano (HEIDEGGER, 2005), que é o mundo das relações sociais (ROSA; ANDRIANI, 2002), ele corre o risco de ser tomado pela impessoalidade, afastando-se de si mesmo e silenciando os sinais da angústia, que mantém a ameaça de eclodir subitamente. O acesso inadvertido à experiência profunda do próprio ser, isto é, o acesso à angústia pode, por sua vez, precipitar situações de crise existencial e a clínica de orientação fenomenológica teria um papel fundamental no manejo dessa crise.

Propõe Heidegger (2005) que a cotidianidade impõe certos direcionamentos que conduzem a existência a modos de ser estandardizados, limitando as possibilidades para o ser mais próprio. A cotidianidade é definida por Aquino (2015) como a maneira regular de existir no mundo. Nesse sentido, é uma condição imprópria de viver, uma vez que é marcada pelo distanciamento de uma existência mais autêntica. No cotidiano, o homem afasta-se de si mesmo e se mistura às coisas do mundo, decaindo no impessoal e fugindo da angústia inerente à própria existência. Vivendo no modo impessoal de ser, ele renuncia a um posicionamento próprio diante da vida. Age como sendo “os outros”, como sendo “todos”, sendo, por fim, “ninguém” (RIBEIRO, 2019). Circunstância que o mantém despreparado para o enfrentamento de situações de crise, uma vez que não conhece a si mesmo e não sabe manejar as potencialidades inerentes ao seu modo próprio de ser (MASLOW, 1970).

Mesmo que a angústia permaneça encoberta pela vida cotidiana, ela está presente na existência desde a sua origem. Heidegger (2005) compreende a angústia como disposição fundamental da existência; como determinação ontológica do ser-no-mundo, “[...] na medida

---

<sup>1</sup> Compreendemos a psicologia clínica humanista, que tem os psicólogos norte-americanos Carl Rogers e Abraham Maslow como principais expoentes, assim como a psicologia fenomenológico-existencial, que encontra nos filósofos existencialistas europeus sua base de pensamento, como expressões da psicologia de orientação fenomenológica. Para aprofundamento no tema, sugerimos a leitura de Holanda (2014), Kahhale (2002) e Feijoo (2000).

em que o homem existe não lhe resta outra opção senão ser, já que somente a sua própria morte permite a ele não mais ter de ser” (FERREIRA, 2001, p.1). A angústia determina ontologicamente a disposição existencial, dessa forma assume uma posição de abertura prévia ao mundo e ao ser. Ao se manifestar, a angústia retira o ser da imersão no imediatismo impróprio e o conduz para um estado de reflexão autoconsciente; isto é, a uma abertura privilegiada da presença humana (HEIDEGGER, 2005). A angústia é, dessa forma, considerada como originária na medida em que é inerente à existência humana. Boss (1988) propõe que a identificação da angústia como força motriz da vida permite a superação de possíveis compreensões patológicas acerca do tema. Nesse sentido, a angústia permite a reestruturação de um estado impessoal na abertura às possibilidades do existir; um processo de apropriação do homem sobre sua própria angústia, isto é, sobre sua própria existência.

A crise pode ser um dos resultados dessa ruptura com a cotidianidade, quando há uma quebra do equilíbrio construído no modo impessoal de ser. Amatuzzi (2008) compreende essa dinâmica a partir de mudanças repentinas que interrompem o curso estável do cotidiano experienciado pelo ser. Frequentemente a crise é precipitada por situações externas ao organismo, que repercutem até o profundo de seu ser, provocando mudanças abruptas nos modos estáveis de entrega às ocupações cotidianas (PROCÓPIO, 2000). As situações de crise existencial revelam a fragilidade do equilíbrio alcançado na imersão no cotidiano. Na crise, o profundo de si mesmo, que estava encoberto, reivindica espaço e reconhecimento. Quando não existe ainda a robustez de si mesmo (MASLOW, 1970) para lidar com os desafios impostos pela situação de crise, pode acontecer o desmoronamento de uma estrutura que já se sustentava fragilmente.

Maslow (1970), contudo, considera que o ser humano, a despeito de suas fragilidades, é portador de potencialidades. Quando surge um momento de desorganização interna, ele tem dentro de si a capacidade de ativar suas próprias forças em busca de reajustamento, enfrentando e superando as adversidades oriundas desse desajuste. Nesses casos, a pessoa se fortalece frente às circunstâncias, tornando-se menos vulnerável em contextos semelhantes (MASLOW, 1970).

Reconhecida como abordagem que depõe seu enfoque sobre a experiência particular do humano, a psicologia de orientação fenomenológica pode atuar frente situações de crise, facilitando a reorganização dos projetos existenciais do cliente. A psicoterapia seria uma das possíveis estratégias de intervenção, sendo considerada por Carl Rogers (2009) como um processo capaz de facilitar ao cliente o encontro com a autenticidade de próprio ser, favorecendo seu crescimento pessoal e fortalecendo-o para lidar com as circunstâncias externas,

ainda que adversas. Tomando como referencial os pressupostos dessa abordagem, o objetivo do presente artigo é investigar como a literatura científica aborda o tema da angústia e crise no contexto da psicologia clínica humanista/existencial.

## Método

Para alcançar o objetivo, foi realizada uma pesquisa de revisão integrativa da literatura, que busca fazer uma síntese de conhecimentos já construídos sobre um fenômeno particular, a fim de produzir um entendimento mais amplo sobre tal fenômeno (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

A pesquisa foi planejada tendo em vista a seguinte pergunta norteadora: como a literatura científica tem abordado o tema da angústia e crise no contexto da psicologia clínica humanista/existencial?

Para responder a essa pergunta foi realizada uma busca em bases de dados. Em seguida, os dados foram coletados, seguindo critérios de inclusão e exclusão. Os próximos passos foram o estabelecimento de critérios de análise, a análise crítica e discussão dos artigos selecionados (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

O levantamento dos estudos foi realizado nas bases de dados BVS-Psi (Biblioteca Virtual em Saúde – <http://www.bvs-psi.org.br/php/index.php>), Portal de Periódicos CAPES (<https://www.periodicos.capes.gov.br/>) e SciELO (*Scientific Electronic Library Online* – <http://www.scielo.org/>). Os descritores utilizados foram: angústia, crise, humanismo, psicoterapia existencial. Foram definidos como critérios de inclusão: idioma, recorte temporal e tema específico do artigo. Assim, foram selecionados para análise artigos em língua portuguesa, publicados entre os anos de 1999 e 2018 e que abordassem a clínica humanista/existencial como proposta interventiva frente situações de crise. Foram incluídos na seleção apenas os artigos que abordavam o tema da angústia e crise sob a perspectiva da ressignificação da existência na clínica humanista/existencial. Foram excluídos os artigos com títulos repetidos e que abordavam o tema da angústia e crise, mas que não se ocupavam da ressignificação existencial e também os artigos que tratavam do tema sob a perspectiva de outras abordagens da psicologia.

Na busca inicial, foram identificados 145 artigos, quando foi feita a leitura exploratória dos títulos, resumos e palavras-chave, a fim de verificar se atendiam aos critérios estabelecidos. Nos casos em que o título, o resumo e as palavras-chave não foram suficientes para definir a

seleção, fez-se a leitura do artigo na íntegra; 18 artigos foram selecionados nessa fase. Após a leitura exploratória, verificou-se que apenas 13 artigos respondiam à pergunta norteadora da pesquisa.

A análise inicial dos 13 artigos selecionados seguiu os critérios indicados no Quadro 1: autor, revista, base de dados e ano de publicação. Ao estabelecer esses critérios, buscamos sintetizar as informações colhidas (MORAES, 1999) para, em seguida, proceder à análise crítica dos artigos. Nesta, discutimos, juntamente com os autores, o tema da angústia, crise e ressignificação da existência no contexto da psicologia clínica humanista/existencial.

## Resultados e Discussão

Os 13 artigos selecionados para análise são apresentados no Quadro 1, seguindo os critérios estabelecidos no método.

**Quadro 1** – Artigos incluídos na revisão integrativa

<b>Autores</b>	<b>Artigos</b>	<b>Revista</b>	<b>Base</b>	<b>Ano</b>
GUIMARÃES, O. O.; DIAS, C. C.	A angústia de (ser) e sua interface com a existência e a morte	Psicologia e Saúde em Debate	CAPES	2017
FEIJOO, A. M. L. C. de <i>et al.</i>	Kierkegaard, a Escola da Angústia e a Psicoterapia	Psicologia: Ciência e Profissão	SciELO	2015
VIEIRA, N. R.	A náusea e as ideias de O existencialismo é um humanismo: uma leitura crítica	Ekstasis: revista de hermenêutica e fenomenologia	CAPES	2018
FEIJOO, A. M. L. C. de	A crise da subjetividade e o despontar das psicologias fenomenológicas	Psicologia em Estudo	CAPES	2011a
FRAGA, V. F.; SCHULTZ, J. A. D.	Velamento da angústia existencial do cidadão e do homem público e o sentido de um dever ser próprio a ações sérias	Revista de Administração Pública	CAPES	2009
ROEHE, M. V.; DUTRA, E.	Dasein, o entendimento de Heidegger sobre o modo de ser humano	Avances en Psicología Latinoamericana	CAPES	2014
CARNEIRO, C.; ABRITTA, S.	Formas de existir: a busca de sentido para a vida	Revista da Abordagem Gestáltica	CAPES	2008

SANTOS, G. A. O.	A terapia de crise segundo Alfredo Moffatt: Uma proposta fenomenológico-existencial	Revista da Abordagem Gestáltica	CAPES	2016
SCHNEIDER, D. R.	O Método Biográfico em Sartre: contribuições do Existencialismo para a Psicologia	Estudos e Pesquisas em Psicologia	CAPES	2008
FEIJOO, A. M. L. C. de.	A clínica Daseinsanalítica: Considerações Preliminares	Revista da Abordagem Gestáltica	BVS-Psi	2011b
MOTA, C. P.	“A fuga de André”: uma intervenção psicoterapêutica	Estudos de Psicologia (Campinas)	BVS-Psi	2012
BARTHELEMY, J. M.	Princípios fundadores e atualidade de uma prática psicoterapêutica de orientação fenômeno-estrutural	Revista da Abordagem Gestáltica	BVS-Psi	2015
PERES, M. B.; HOLANDA, A. F.	A noção de angústia na prática clínica: aproximações entre o pensamento de Kierkegaard e a Gestalt-terapia	Estudos e Pesquisas em Psicologia	BVS-Psi	2003

Fonte: Elaborado pelas autoras.

De acordo com os dados apresentados no Quadro 1, verifica-se que há diversidade autoral nas publicações. Para os 13 artigos selecionados, foram identificados 19 autores, havendo apenas uma autora que publicou mais de um artigo sobre o tema: Ana Maria Lopez Calvo de Feijoo, com dois artigos autorais e um em coautoria. Foram identificados cinco artigos em dupla autoria, sete em autoria única e um artigo escrito por quatro autores.

Quanto ao veículo de publicação, foram encontradas nove revistas, havendo apenas duas que publicaram mais de um artigo sobre o tema selecionado: a Revista da Abordagem Gestáltica, que publicou quatro artigos, e a revista Estudos e Pesquisas em Psicologia, que publicou dois artigos. Quanto às bases de dados, oito artigos foram indexados no Portal de Periódicos CAPES, quatro artigos na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e apenas um artigo na base de dados SciELO.

Verifica-se interesse crescente da comunidade científica em publicar sobre o tema, havendo apenas uma publicação em 2003, seguida por uma lacuna de cinco anos até a próxima

publicação, em 2008. Os anos de 2008 a 2018 reúnem 12 artigos publicados, havendo lacunas nos anos de 2010 e 2013. Embora o recorte temporal da pesquisa tenha abrangido os últimos 20 anos (1999 a 2018), verifica-se que somente a partir de 2008 o tema da angústia, crise e ressignificação da existência passou a ocupar de maneira mais expressiva o espaço da publicação científica. Encontramos os anos de 2008, 2011 e 2015 como ápices das publicações (dois artigos em cada ano) e 2014 como o ano de inauguração de uma presença mais constante do tema nas publicações científicas, pois entre 2014 e 2018 não há lacunas, sendo publicado pelo menos um artigo em cada ano.

Uma vez analisadas as categorias indicadas no método, discute-se em seguida os temas da angústia e crise, tal como apresentados pelos autores dos artigos. Nessa fase da análise, primeiramente buscamos identificar as expressões da angústia na vida cotidiana, para então nos ocuparmos das contribuições da clínica humanista/existencial como recurso para o enfrentamento da crise.

## **A angústia e sua interface com a vida cotidiana**

*“Já que sou, o jeito é ser”.*

Clarice Lispector em *A Hora da Estrela* (1977).

Guimarães e Dias (2017), consideram a existência como a presença da singularidade humana no mundo. As experiências humanas transcorrem pela vida a partir de uma dialética entre ser e mundo, que para as autoras, “[...] são dialeticamente distintos e não podem se unir e nem se separar, porém, implicam-se mutuamente” (GUIMARÃES; DIAS, 2017, p. 46). O ser e o mundo são, assim, considerados interdependentes, uma vez que precisam um do outro para existir. “Em outras palavras, o homem existe no mundo, homem e mundo são um só. Não há mundo sem o homem e não há homem sem o mundo” (FRAGA; SCHULTZ, 2009, p. 76).

Fraga e Schultz (2009) enfatizam ainda que o ser humano realiza a própria existência a partir do conjunto de relações históricas e sociais que o atravessam. O ser propriamente si mesmo pode emergir nesse conjunto de relações compartilhadas com o mundo, mas pode também permanecer submerso naquilo que Fraga e Schultz (2009) investigam em Heidegger (2005) como impessoal, que é o modo de ser dominante na vida cotidiana. O impessoal se constitui por um modo padronizado de viver, no qual a singularidade é diluída, juntamente com a responsabilidade pela própria existência (ROEHE; DUTRA, 2014).

No impessoal, a vida transcorre despreocupadamente. No entanto, a angústia não deixa de habitar a interioridade do ser. Guimarães e Dias (2017), em seguimento à proposição de Kierkegaard (2007), afirmam que a angústia é inerente à existência humana, uma vez que a vida é cerceada por limites e perdas, sendo a morte a perda mais inexorável e certa. Constrangido pelos limites da existência, o homem precisa lidar com os modos de ser que ele mesmo não escolheu, mas que lhe foram infundidos na cotidianidade, acrescentando à angústia inerente à própria existência, ainda outra angústia, resultante de um modo inautêntico de ser.

Roehe e Dutra (2014), seguindo a proposição Heidegger (2005), chamam de facticidade a essas determinações externas sobre as quais o ser não tem poder de intervir ou modificar. Muitas vezes, tais determinações o pressionam a reproduzir costumes históricos e sociais que povoam a cotidianidade.

O cotidiano frequentemente produz uma existência alheia a si mesma. Nele, a existência pode se tornar inautêntica, quando se apropria de características padronizadas e generalistas para construir o seu modo de ser. De acordo com Feijoo *et al.* (2015), a vida em si é angustiosa; a angústia não possui uma causalidade; ela é a própria angústia. A angústia não representa a ausência no existir, mas sim, alude à indeterminação diante das possibilidades de abertura do ser para com o mundo. A angústia é, assim, uma estrutura ontológica, que se angustia com a existência tal como ela é. Por isso, Roehe e Dutra (2014) propõem a angústia como disposição fundamental para retirar o ser da imersão no cotidiano e conduzi-lo novamente para um lugar de autonomia em sua existência.

A definição do conceito de angústia não é determinada em um único fim. A investigação conceitual heideggeriana, apresentada por Fraga e Schultz (2009), apresenta a angústia como uma condição inerente à existência, isto é, uma disposição fundamentalmente ontológica, que concebe o ser enquanto abertura e presença. Já Vieira (2018), a partir de uma leitura crítica dos estudos sartreanos, concebe a angústia como uma expressão organísmica de náusea e desespero. Feijoo *et al.*, (2015), embasados na filosofia kierkegaardiana, investigam sua definição enquanto caráter de tonalidade afetiva ligada ao existir. Ainda, Guimarães e Dias (2017) consideram que o homem se angustia frente à temporalidade da existência e frente indeterminação de seu existir no mundo. De maneira geral, os autores caracterizam a angústia como uma condição inerente à existência, que pode permanecer encoberta, mas pode também se manifestar como um desconforto difuso, indefinido e inexplicável.

Tal desconforto, a despeito do sofrimento que o acompanha, pode atuar como mola propulsora para um movimento de transformação. A psicologia clínica de orientação fenomenológica seria o espaço de manejo da angústia, como se propõe a seguir.

### **A clínica humanista/existencial: da crise à resignificação da existência**

A dialética da história da humanidade demonstra como a busca de sentido para a existência é uma atividade presente em grande parte das ações humanas. Carneiro e Abritta (2008), em seus estudos de análise arqueológica, apresentam a arte, a poesia, a literatura, os rituais, as tradições e as crenças como expressões dessa atividade. Este legado histórico e cultural evidencia um processo de apropriação da natureza como reconhecimento do sentido nas próprias criações humanas (CARNEIRO; ABRITTA, 2008).

O esvaziamento dos significados direcionados ao próprio ser apresentar-se-ia como condição passível à emergência da crise existencial, uma vez que a angústia, ainda que silenciada pela imersão no mundo cotidiano e material, permanece reivindicando espaço de manifestação e expressão (KIERKEGAARD, 2007).

Feijoo (2011b) afirma que a eclosão da angústia emerge como mensagem que propõe comunicar ao ser o projeto impessoal da existência. Essa dinâmica introduz a angústia como a situação de crise que coloca diante do homem a irrefutável responsabilidade de escolha: ele permanecerá na impessoalidade? Ou adotará um modo de ser mais autêntico?

A crise existencial é uma situação que está presente nos consultórios de psicologia no Brasil e no mundo. Santos (2016), ao discorrer sobre a compreensão de Moffat (1987) a respeito da terapia de crise sob a perspectiva fenomenológico-existencial, define a crise como uma interrupção da estabilidade da vida, manifestando a desordem psíquica como sua principal característica. O estado de crise provoca no organismo uma sensação de estranhamento ao romper com a estabilidade experienciada pelo ser na vida cotidiana. Os efeitos da crise sofrerão influência da singularidade de cada ser, mas como aponta Santos (2016), uma das principais manifestações da crise no organismo advém da manifestação psicossomática.

A despeito do desequilíbrio e sofrimento que provoca, a situação de crise pode, contudo, funcionar como porta de entrada para a apropriação do eu autêntico (HEIDEGGER, 2005); pode reconduzir o homem à condição de ser si mesmo (KIERKEGAARD, 2004); pode resgatá-lo do modo impessoal de existir (HEIDEGGER, 2005).

Na situação de crise existencial, a angústia se torna um incômodo tão agudo que mobiliza o organismo para algum tipo de reação. Uma das reações possíveis seria a busca pela psicoterapia. Feijoo (2011a), apresenta a psicologia de orientação fenomenológica como embasamento teórico para a psicoterapia humanista/existencial investigar a temática da angústia. Para essa corrente teórica, a angústia pode ser acionada como força motriz capaz de conduzir o cliente em psicoterapia para a abertura de seu ser mais próprio. Propõem Fraga e Schultz (2009) que o homem pode assumir o controle sobre sua própria angústia, de modo a utilizá-la como um motor para o seu crescimento.

Schneider (2008), em consonância com o pensamento de Jaspers (1979), ressalta que a psicologia de orientação fenomenológica coloca seu enfoque sobre um sujeito que realiza sua própria biografia, sendo a realidade humana compreendida como uma abertura para o futuro “[...] portanto, não é fechada sobre si mesma; é sempre uma biografia incompleta e aberta, à espera das realizações futuras” (SCHNEIDER, 2008, p. 290). Sendo assim, na clínica humanista/existencial, o sintoma ou a doença não podem ser compreendidos como determinações alheias à escolha do sujeito, nem podem ser tomados como foco de intervenção. Pelo contrário, o foco dessas abordagens será colocado no próprio cliente, reconhecido como protagonista de sua biografia e capaz de manejar sua própria angústia, em direção à abertura e à realização de si mesmo.

Peres e Holanda (2003) consideram que, ao entrar em contato com a própria angústia no ambiente da psicoterapia, o cliente se reconhece capaz de superá-la, uma vez que não precisa mais mascará-la sob os aspectos pré-determinados da vida cotidiana. Ao incorporar a angústia à integralidade de si mesmo, o cliente a assume como tonalidade afetiva legítima, que representa apenas uma parte de seu ser. Dessa forma, a angústia já não o amedronta, pois o cliente compreende que ela não é maior do que o seu próprio ser (PERES; HOLANDA, 2003). A existência é o conjunto das possibilidades de ser; a angústia apenas compõe esse conjunto. Apropriando-se de sua angústia e por meio dela tornando-se sensível aos apelos do ser mais próprio (HEIDEGGER, 2005), o cliente em psicoterapia encontra a possibilidade de construir um projeto de existência mais autêntico.

Carneiro e Abritta (2008, p. 193), apontam que “[...] quando não temos mais condições de mudar uma situação, ainda podemos ser estimulados a mudar nós mesmos”. Essa mudança à qual se referem as autoras diz respeito a criação de significados próprios face à existência, sem os quais a vida se tornaria vazia e o homem se tornaria incapaz de lidar com sua própria angústia. A existência ganha novos sentidos quando a pessoa se torna capaz de modificar suas

chaves de leitura do mundo. Quando isso acontece, ela pode se tornar mais forte e mais congruente, mesmo em meio ao sofrimento.

Conforme as proposições de Maslow (1970), ainda que em situações adversas, o ser humano pode acessar suas próprias potencialidades, pode encontrar a robustez de si mesmo, pode criar novos sentidos para a existência, pode amadurecer e seguir rumo ao crescimento.

As proposições acerca da angústia são apresentadas por Guimarães e Dias (2017) pelo resgate da humanidade. Esse retorno ao humanismo aponta que, apesar de o ser vivenciar adversidades que podem afastá-lo da sua autenticidade, estas são interrompidas quando a angústia eclode, diminuindo o envolvimento cotidiano com essa fragilidade existencial para uma crescente instrumentalização da integralidade interna, ou seja, na capacidade do cliente de apropriar-se da angústia como condição de abertura aos sentidos que são próprios da sua existência (FRAGA; SCHULTZ, 2009). Para Peres e Holanda (2013), é a psicoterapia humanista/existencial que oferece um ambiente propício para o reconhecimento da existência do ser vigoroso e autêntico.

A partir dos dados coletados na pesquisa, foi possível verificar uma concordância entre os autores, no que diz respeito à apropriação de uma orientação fenomenológica capaz de oferecer suporte à prática clínica humanista/existencial no atendimento aos clientes em situação de crise. O que se observa nos artigos analisados é a ênfase depositada sobre o resgate do genuinamente humano: a abertura de possibilidades para o encontro do homem com o seu próprio ser.

Mota (2012) destaca estudos clínicos de abordagem humanista que se tornaram referência para a criação de novos modelos de atuação em psicoterapia. A nova ética (AMATUZZI, 2012) proposta por esses modelos deposita sua ênfase sobre o ambiente criado na psicoterapia, que deve ser livre de julgamentos e respeitoso à história, ao discurso e à singularidade do cliente. A partir do encontro relacional oferecido na psicoterapia, o cliente desenvolve em sua autonomia uma crescente instrumentalização, necessária ao enfrentamento das expressões manifestação da angústia na vida cotidiana.

É importante ressaltar ainda que as abordagens em psicoterapia humanista/existencial não tomam como objetivo a cura dos clientes, mas o encontro com o si mesmo, com as próprias potencialidades e direcionamentos internos. Conforme propõe Barthelemy (2015), quando o cliente compreende a dinâmica da sua própria existência, é mais fácil tomar decisões coerentes com o seu modo próprio de ser e, assim, ressignificar a existência e seguir crescendo como pessoa.

## Conclusão

A submersão na vida cotidiana aproxima as pessoas cada vez mais a um estado de distanciamento pessoal. O que se sobrepõe ao estado de autenticidade são determinações que alienam o ser em modos impessoais de vida. Isto porque existir é um processo angustiante, que demanda uma postura vigorosa frente à responsabilidade que cada um possui de realização pessoal. Assim, além de existir no mundo de forma inautêntica, o ser também tem que conviver com a missão de que cabe a ele atribuir sentido à sua existência.

Ainda que encoberta pela impessoalidade, a angústia pode se manifestar abruptamente como uma crise existencial, reação típica da ruptura com a estabilidade da vida. Veja que a crise retira o ser de uma imersão alienada e o conduz para encontrar-se diante das suas possibilidades, sendo que neste processo, a angústia pode se intensificar ao ponto de mobilizar reações no organismo. Uma possível reação é a busca pela psicoterapia, reconhecida neste estudo como espaço facilitador à ressignificação da existência, na medida em que acolhe o sofrimento subjetivo de forma a produzir uma relação compreensiva que conduz a construção de experiências de vida mais autênticas, e não a sua deterioração.

A defesa a despeito da situação da crise como um impulso para o crescimento e para a ressignificação da existência não está associada à ideia pragmática de aceitação do sofrimento como único caminho para superação de conflitos. Aqui, apresenta-se a crise existencial como um dado da realidade, que faz parte da existência, e, nesse sentido, contribui para a superação de uma alienação em relação à própria vida. Como propôs Heidegger (2005), não existe um juízo de valor que determine qual é a melhor forma de existir; tanto a impessoalidade quanto a autenticidade são possibilidades que podem ser experimentadas pelo ser em diferentes momentos de sua vida.

Tendo em vista que a pesquisa realizada teve caráter qualitativo, não se almejava fazer generalizações ou prever resultados. O que se espera dos dados apresentados ao longo deste trabalho é que eles construam um olhar fenomenológico que orientem os consultórios humanistas/existenciais para disposição de espaços, onde os encontros relacionais sejam, eles mesmos, instrumentos de apropriação da existência humana tal como ela se apresenta.

## Referências

AMATUZZI, M. M. **Rogers: ética humanista e psicoterapia**. 2 ed. Campinas: Alínea, 2012.

AMATUZZI, M. M. **Por uma Psicologia Humana**. 2 ed. Campinas: Alínea, 2008.

AQUINO, T. A Decadência da Existência: Notas Sobre a Mobilidade da Vida. **Trans/Form/Ação**, Marília, v. 38, n. 2, p. 35-52, 2015. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-31732015000200035&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-31732015000200035&lng=en&nrm=iso).

BARTHELEMY, Jean-M. Princípios fundadores e atualidade de uma prática psicoterapêutica de orientação fenômeno-estrutural. **Revista da Abordagem Gestáltica**, Goiânia, v. 21, n. 2, p. 143 – 149, 2015. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672015000200004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672015000200004&lng=pt&nrm=iso).

BOSS, M. **Angústia, culpa e libertação**. 4 ed. São Paulo: Duas Cidades, 1988.

Botelho, L. L. R.; CUNHA, C. C. A.; MACEDO, M. O método da Revisão Integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e sociedade**, Belo Horizonte, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011. Disponível em: <https://www.gestaoesociedade.org/gestaoesociedade/article/view/1220>.

CARNEIRO, C.; ABRITTA, S. Formas de existir: a busca de sentido para a vida. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 14, n. 2, p. 190-194, 2008. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672008000200006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672008000200006&lng=pt&nrm=iso).

FEIJOO, A. M. L. C. de. **A Escuta e a Fala em Psicoterapia: uma proposta fenomenológico-existencial**. São Paulo: Vetor, 2000.

FEIJOO, A. M. L. C. de. A crise da subjetividade e o despontar das psicologias fenomenológicas. **Psicologia em Estudo**, Paraná, v. 16, n. 3, p. 409 – 417, 2011a. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v16n3/v16n3a08>.

FEIJOO, A. M. L. C. de. A clínica Daseinsanalítica: considerações preliminares. **Revista Abordagem Gestáltica**, Goiânia, v. 17, n. 1, p. 30 – 36, 2011b. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672011000100006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672011000100006&lng=pt&nrm=iso).

FEIJOO, A. M. L. C. de et al. Kierkegaard, a Escola da Angústia e a Psicoterapia. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 35, n. 2, p. 572 – 583, 2015. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932015000200572&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932015000200572&lng=en&nrm=iso).

FERREIRA, A. M. C. Culpa e angústia em Heidegger. **Cogito**, Salvador, v. 4, p. 75 – 79, 2002. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1519-94792002000100012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-94792002000100012&lng=pt&nrm=iso).

FRAGA, V. F.; SCHULTZ, J. A. D. Velamento da angústia existencial do cidadão e do homem público e o sentido de um dever ser próprio a ações sérias. **Revista de Administração Pública**,

Rio de Janeiro, v. 43, n. 1, p. 67 – 91, 2009. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-76122009000100005&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-76122009000100005&lng=en&nrm=iso).

GUIMARÃES, O. O.; DIAS, C. C. A Angústia De (Ser) e sua Interface com a Existência e a Morte. **Psicologia E Saúde Em Debate**, 2(2), 42–57, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.22289/2446-922X.V2N2A3>.

HEIDEGGER, M. **Ser e Tempo**. 15 ed. Petrópolis: Vozes, 2005.

HOLANDA, A. F. **Fenomenologia e Humanismo**: reflexões necessárias. 1 ed. Curitiba: Juruá, 2014.

HUSSERL, E. **A Crise das Ciências Europeias e a Fenomenologia Transcendental**: uma introdução à filosofia fenomenológica. 1 ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2012.

JASPERS, K. **Psicopatologia Geral**: psicologia compreensiva, explicativa e fenomenologia. Rio de Janeiro: Atheneu, 1979.

KAHHALE, E. M. P. **A Diversidade da Psicologia**: uma construção teórica. 4 ed. São Paulo: Cortez, 2002.

KIERKEGAARD, S. **O conceito de angústia**. São Paulo: Hemus, 2004

KIERKEGAARD, S. **O desespero humano**. São Paulo: Martin Claret, 2004.

MASLOW, A.. **Introdução à Psicologia do Ser** (A. Cabral, Trad.). Rio de Janeiro: Eldorado, 1970. (Originalmente publicado em 1962).

MOFFAT, A. **Terapia de Crise**: teoria comportamental do psiquismo. 3 ed. São Paulo: Cortez, 1987.

MORAES, R. Análise de conteúdo. **Rev. Educação**, Porto Alegre, v. 22, n. 37, p. 7-32, 1999. Disponível em: [https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4125089/mod\\_resource/content/1/Roque-Moraes\\_Analise%20de%20conteudo-1999.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4125089/mod_resource/content/1/Roque-Moraes_Analise%20de%20conteudo-1999.pdf).

MOTA, C. P. "A fuga de André": uma intervenção psicoterapêutica. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, Campinas, v. 29, n. 1, p. 809 – 820, 2012. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-166X2012000500017&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2012000500017&lng=en&nrm=iso).

PERES, M. B.; HOLANDA, A. F.. A noção de angústia na prática clínica: aproximações entre o pensamento de Kierkegaard e a Gestalt-terapia. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 2, p. 97-118, 2003. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812003000200007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812003000200007&lng=pt&nrm=iso).

Procópio, D. **A crise como possibilidade de crescimento humano**: psicologia existencial à luz da ontologia de Martin Heidegger. 1 ed. Lorena: Stiliano, 2000.

Ribeiro, D. I. **Trabalho Artesanal e Autenticidade do Ser**: um percurso em Martin Heidegger. Curitiba: Appirs, 2019.

ROEHE, M. V.; DUTRA, E. Dasein, o entendimento de Heidegger sobre o modo de ser humano. **Av. Psicol. Latinoam**, Bogotá, v. 32, n. 1, p. 105-113, 2014. Disponível em: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-47242014000100008&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-47242014000100008&lng=en&nrm=iso)

Rogers, C. R. (2009). **Tornar-se pessoa**. 6 ed. São Paulo: WMF Martins Fontes.

ROSA, E. Z.; ANDRIANI, A. G. (2002). Psicologia Sócio-Histórica: uma tentativa de sistematização epistemológica e metodológica. In: KAHHALE, E. M. P. (Org). **A Diversidade da Psicologia: uma construção teórica**. 4 ed. São Paulo: Cortex, 2002.

SANTOS, G. A. O. A terapia de crise segundo Alfredo Moffatt: uma proposta fenomenológico-existencial. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia, v. 22, n. 2, p. 198-206, 2016. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672016000200012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672016000200012&lng=pt&nrm=iso).

SCHNEIDER, D. R. O Método Biográfico em Sartre: contribuições do Existencialismo para a Psicologia. **Estudos e Pesquisa em Psicologia**, n. 2, p. 289-308, 2008. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v8n2/v8n2a13.pdf>.

SOUZA, M. T. de; SILVA, M. D. da; CARVALHO, R. de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1679-45082010000100102&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1679-45082010000100102&script=sci_arttext&tlng=pt).

VIEIRA, Nathan Ramos. A náusea e as ideias de O existencialismo é um humanismo: uma leitura crítica. **Ekstasis: revista de hermenêutica e fenomenologia**, v. 7, n. 2, p. 07 – 28, 2018. Disponível em: <https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/Ekstasis/article/view/38287/29933>.



#### Como citar este artigo (Formato ABNT):

BEZERRA, Larissa Campos; RIBEIRO, Débora Inácia. A Crise como Impulso para a Ressignificação Existencial: Uma Revisão Integrativa. *Id on Line Rev.Mult. Psic.*, Fevereiro/2021, vol.15, n.54, p. 760-774. ISSN: 1981-1179.