

LOGOTERAPIA: O CAMINHO E O PAPEL DOS VALORES NO PROCESSO TERAPÊUTICO

LOGOTHERAPY: THE PATH AND THE ROLE OF THE VALUES IN THE THERAPEUTIC PROCESS

Paulo Roberto Rech

-

Resumo. Após colocar brevemente alguns aspectos teóricos da logoterapia, este trabalho busca mostrar que a realização de valores, por parte do paciente, é importante e decisivo motor de transformação na própria vida. Partindo de algumas situações clínicas e confrontando com considerações do próprio Frankl, o artigo busca justificar que o logoterapeuta sinalize, sublinhe valores já vivenciados ou realizados pelo paciente, cite e mesmo proponha valores possíveis de serem realizados por ele. Os relatos clínicos apresentados mostram alguns resultados positivos, concluindo que a proposta é um possível caminho terapêutico.

Palavras-chave: valores; sentido da vida; logoterapia.

Abstract. After briefly presenting some theoretical aspects of the logotherapy, this paper seeks to show that the practice of values, by the patient, is an important and decisive engine of transformation in their lives. Starting with some clinical situations and confronting with Frankl own considerations, the article seeks justifying that the logotherapist signals and highlights values already experienced by the patient, cite and even propose possible values to be realized by him or her. The presented clinical reports show some positive results, concluding that the proposal is a possible therapeutic approach.

Keywords: values; meaning of life; logotherapy.

LOGOTERAPIA: O CAMINHO DOS VALORES NO PROCESSO TERAPÊUTICO

O que de fato ajuda no processo terapêutico? Penso que esta é uma pergunta que todos nós fazemos ou nos faremos, cedo ou tarde. Podemos afirmar que a logoterapia nos dá instrumentos e uma base teórica substancial e um corpo teórico invejável. A antropologia frankleana tem, com certeza, um lugar importantíssimo neste e nos questionamentos subjacentes. O diálogo socrático, proposto por Frankl e explicitado por Efren (Ortiz, 2012) é a metodologia frankleana por excelência e caminho seguro para a busca, junto com o paciente, de realizar o sentido da própria existência, com certeza a meta do processo terapêutico.

Considerando, no entanto, que a antropologia frankleana propõe, claramente, que o homem se realiza na medida em que realiza valores, pode o terapeuta trabalhar especificamente este caminho? Até que ponto um logoterapeuta não incorre no erro de induzir determinadas questões ao paciente? Estas questões são subjacentes à primeira – existem muitas outras – mas vou tentar colocar algumas respostas que a experiência tem mostrado como positivas, a partir do resultado terapêutico.

Primeiro, temos de Frankl algumas considerações esclarecedoras: não existe uma suposta neutralidade no relacionamento humano e Frankl (2003) também não entendia como válida a desejada distância profissional do modelo freudiano. Outro aspecto a considerar é que, queiramos ou não, todo intervento será sempre um risco. Gostaria de iniciar, a este propósito, com uma intervenção desastrosa, que resultou no abandono da terapia por parte da

paciente. Vinte anos atrás, foi muito esclarecedora!

Paciente, chamada P, cerca de 40 anos, mulher, cita que busca um sentido para a própria vida e uma ajuda para entender quais atitudes e decisões deve tomar. Está em um relacionamento instável, o convivente é separado e por vezes é citado como marido, por vezes é namorado. Os relacionamentos familiares são muito frágeis e conflituosos e também a vida profissional – P é artista de teatro – passa por insegurança e a criatividade, fundamental no seu trabalho anda em baixa. Vez por outra cita questões familiares e diversos conflitos com os pais e irmãos. Eram os primeiros encontros, questiono e busco possibilidades de aprofundar e valorizar um ou outro aspecto, quando P diz ter feito um favor a um dos familiares. Neste momento, comento:

- Vejo que a família, apesar de todas as dificuldades, tem importância para você.

- Família? “Pra” mim não existe família. Para mim não existe mãe, pai, nada! Eu estive doente 6 meses, internada no hospital e nenhum deles foi capaz de me visitar? Ninguém!

Concluindo, lembro que P retornou uma ou duas vezes, mas ficou evidente que a afirmação foi equivocada, em diversos aspectos. Poderia ter sido uma pergunta, ao invés de uma afirmação: O que representa família para você? Por outro lado, todo intervento é um risco, pois supõe o conhecer profundamente o outro, garantia que não temos.

Sabendo que estamos no campo do risco, entendo, hoje, que podemos sim, ousar na direção de propor a realização dos valores e é o que me proponho a demonstrar a seguir. Frankl (2015) afirma que cabe ao profissional levantar hipóteses e possibilidades de realizar valores e

cabe ao paciente entender se estas possibilidades são, para ele, concretamente, valores ou um valor a ser realizado. Como sugere Frankl, “uma intervenção logoterapêutica enquanto tal, aspira a superação da falta de sentido mediante o colocar em marcha processos de descobrimento de sentido”. Acrescente-se que “o papel do logoterapeuta resume-se a alargar o campo de visão do paciente (...) ou seja, amplia seu horizonte, seu campo de visão para um sentido e para os valores” (Pintos, 2007)

Frankl (2015) cita, entre outros fatos, um pôr do sol como fonte de realização de sentido e, de consequência, de alento, de esperança e cita também o prestar serviços médicos à comunidade dos prisioneiros e – surpresa – também o prestar serviços médicos aos próprios algozes, como fonte de realização de valores e sentido. No primeiro caso, do pôr do sol, aos mais desavisados pode parecer uma atitude passiva, mas não, é contemplativa! Por outro lado, o sol se põe há alguns milhares de anos, a humanidade o contempla – ou não – há alguns milênios e, mesmo sendo um fato sempre repetido, chama a atenção também a mim que no Arpoador, pequena área de rocha, nas praias do Rio de Janeiro, dezenas de pessoas reúnem-se para ver o pôr do sol e no final, invariavelmente batem palmas...

É justamente o perceber que o sentido, buscado incansavelmente, poderá ser percebido intuitivamente, mas é a realização de um valor que primeiro “realiza-se”, ou seja, é identificado como “edificante” na compreensão humana. O sentido é um “a priori”, que nos atrai, mas é o sentido ou o valor realizado que nos edifica. Em outras palavras, o homem busca encontrar e realizar o sentido da própria existência, mas é no realizar valores que ele percebe-se como agente,

como um construtor, como um ser que decide, que é responsável. Acrescento que nos anos de vida profissional, seja diante das situações mais difíceis, seja nas situações clínicas mais simples, os processos terapêuticos que mais trouxeram mudanças e foram de maiores conquistas pessoais para os pacientes foram aqueles onde o paciente conseguiu iniciar um caminho de realizar valores.

É por todos estes motivos, que identifico sempre mais a Logoterapia como a terapia do “caminho dos valores”, evidenciando que o próprio Frankl (2003) identifica a Logoterapia como uma terapia “a partir do espírito” onde os valores tem um lugar fundamental. A multifacetada Logoterapia recebe outros nomes identificadores e me agrada que Efrén Martínez, por sua vez, identifica e prefere nominar a Terapia Centrada no Sentido (Ortiz, 2011).

Passei a entender a realização de valores como o verdadeiro bálsamo capaz de curar feridas, de transformar relacionamentos, apagar mágoas, reativar afetos e ligações familiares e por fim, ajudar a realizar o sentido da nossa existência. Entender e vivenciar o caminho dos valores me trouxe outra compreensão e em alguns casos ousou afirmar aos pacientes que se o processo terapêutico tem um mínimo de bom senso, se e quando conseguimos “entrar” o caminho correto, o bem alcançado não será somente do paciente propriamente dito, mas o bem deverá atingir as pessoas com as quais ela se relaciona. Tal afirmação passei a fazer a partir do momento em que pacientes passaram a relatar frases do tipo “meu pai/mãe mudou”, “meu marido está mais tranquilo” ou então “agora meu filho fala comigo” e vejo este fato com uma constância significativa.

Frankl, no quesito valores nos mostrou

também outro aspecto: por vezes é a descoberta do valor já realizado que nos preenche e nos realiza. Um caso clínico relatado por Frankl é emblemático e conhecido: a uma senhora idosa com depressão, Frankl (2003) diz que merece uma estátua pelo realizado, o que me faz crer que os valores realizados não devem ser valorizados somente no final da vida. A experiência tem mostrado que valorizar e mostrar ao paciente os valores que ele realizou ou realiza, consciente ou inconscientemente, tem o seu mérito. Frankl insiste no conhecimento pré-reflexivo, uma inteligência, um conhecimento que temos dentro de nós, que é “a priori” ao conhecimento intelectual e reflexivo e que nos é dado por um processo intuitivo, onde entra, decisivamente, o inconsciente espiritual (Frankl, 2003, 2009). O valorizar o positivo do outro, os seus méritos e realizações, colabora, portanto, no tornar consciente os seus valores.

Um exemplo recente: a paciente “M” está comigo há 10 meses, tem mais de 50 anos, eu sou o 5^a terapeuta e entre os últimos, um processo terapêutico durou 13 anos e outro durou 11 anos. No total foram mais de 25 anos em terapia. As queixas iniciais eram depressão e grandes dificuldades de relacionamento com filhas e com os pais. O casamento, falido, tinha sido para sair de casa e uma crise financeira a fez voltar a morar com os pais, onde está, juntamente com uma das filhas, também adulta.

Todas estas dificuldades, porém, não a derrubaram completamente e uma busca pela saúde e pelo sentido da própria existência a fez vir até mim, indicada por outra pessoa. Arrisco dizendo que as terapias anteriores ajudaram e também atrapalharam: terapeutas insistiram que ela deveria ter relações sexuais com os amigos e namorados, pois “só na cama poderia conhecer

verdadeiramente um homem”. Esta e outras afirmações, atuaram na realização de contravalores, pois direcionaram o paciente a relações não verdadeiras, mas de consumo, trouxeram muitas crises de vazio e de identidade à paciente. Acrescento que a paciente trazia também uma sincera e saudável exigência de religiosidade e espiritualidade. O empenho, porém, no cuidado das filhas, sobre as quais trazia constantes preocupações, me faziam sempre sinalizar como positivo o seu “cuidar da família”. Sinalizei como positivo o seu sair do comodismo para levar a filha, à noite, no trabalho e também o acolher a filha em casa em diversas madrugadas. Também sinalizei como positivo o esforço da paciente em ajudar a filha a arrumar o quarto, o acolher, mesmo à contragosto, o namorado da filha para um jantar ou almoço.

Segundo o relato da paciente, os pais, ambos acima dos 70, viviam em crise constante e particularmente a mãe mostrava atitudes e conflitos neuróticos, de controle, tanto na relação com a filha, minha paciente, quanto na relação com a neta. Paciente relatava, também, tensões e brigas entre os pais, que ficavam até 3 ou 4 dias sem se falar. Estes relatos me instigaram não só a sinalizar como positivo o esforço da paciente em escutar de forma renovada e paciente as queixas da mãe, como passei a colocar desafios e questionamentos do tipo “o que você fez pela pessoa da sua mãe nestes últimos dias?”. Questões semelhantes foram colocadas também no que tange ao relacionamento com o pai. De um modo geral, busquei sinalizar como positivos e válidos os valores realizados ou os valores possíveis de serem realizados.

A sequência deste processo terapêutico me confirmou mais uma vez o que,

oportunamente e em determinados casos, venho afirmando aos pacientes: se a terapia está no caminho adequado, o bem, os benefícios do processo terapêutico não devem ser somente do paciente, mas devem atingir também as pessoas mais próximas da relação, possivelmente os familiares mais próximos. Entre os últimos relatos que a paciente trouxe da família, estão “o pai me disse: ‘que bom que você está conosco. Você nos traz uma paz muito grande’” e ainda: “a mãe me agradeceu por eu não ter dito nada naquele momento” e “a mãe deixou de entrar no meu quarto quando fecho a porta”, fatos que mostram fortes mudança de atitude dos pais em relação à atitudes antigas, de críticas constantes e invasão da privacidade. Foram diversos os relatos de agradecimentos por parte dos pais e também da filha.

Embora sejam poucos meses de atendimento, a paciente M trouxe diversas vezes que estava pagando terapia para a filha, mas não só não percebia resultados como, objetivamente, a filha não estava mais comparecendo na terapia por um período de 7 ou 8 semanas.

A intenção de trazer este caso dá-se também por um motivo que vou colocar a seguir, pois entendo como uma quebra de paradigma: a possibilidade de atender, distintamente, em terapia, mais de um membro da família. A ótica de trabalhar dentro do contexto dos valores, buscando com o paciente, meios para o paciente realizar valores, centraliza a dinâmica em um contexto fora das interpretações, fora de psicologismos e dentro da fenomenologia. Isto nos dá tranquilidade e segurança mesmo quando, como aconteceu neste caso, a paciente M pediu que atendessem a filha, que estava passando uma situação difícil no trabalho.

Embora algumas vezes o relato materno mostrasse uma filha aparentemente relapsa – cito como fatos concretos o não comparecer na terapia e na faculdade, o não cuidar do próprio dinheiro, remédios – no momento em que a mãe pediu o atendimento para a filha, também a filha, segundo o relato da mãe, já mostrava mudanças de atitudes no trato com a mãe. Outro dado relevante é que anteriormente eu indicara para a mãe, minha paciente, a leitura do livro “Em busca de sentido” e a filha, segundo a mãe, “está lendo e está apaixonada pelo livro”. Quero ressaltar que neste momento em que me foi pedido o atendimento da filha, o vínculo, os objetivos e o caminho do processo terapêutico com a mãe, paciente primeira do atendimento, estavam já muito bem estabelecidos.

Para a minha surpresa, com a filha, o vínculo e o processo terapêutico foram muito rápidos. Percebi que o abandono da terapia anterior tinha os seus motivos e a filha (paciente F) passou a buscar avidamente respostas para as suas crises. Parte da sua problemática era a saúde da mãe e F conta como frequentemente a casa estava um caos de sujeira e abandono e algumas vezes encontrara a mãe em estado fortemente depressivo, deitada no chão. Segundo relatos da filha, ela, filha, insistiu fortemente para que a mãe buscasse uma terapia, motivo pelo qual a mãe me procurou. Este e outros aspectos mostraram um vínculo mãe-filha muito positivo. Os relatos da filha confirmaram também o funcionamento neurótico dos avós, com relatos semelhantes aos da mãe e embora a filha não tenha mostrado interesse em trazer questões relativas a eles, percebi também que existia gratidão apesar dos conflitos. Por coincidências que cabe ao ‘destino’ explicar, depois de poucas sessões, F foi despedida, mas

mostrou grande maturidade no diálogo com o seu chefe sobre os motivos da rescisão do contrato. F também não quis, em troca de manter a própria imagem, mudar o “ser despedida” para um “pedir demissão”, que seria mais adequado para o registro na carteira de trabalho. Entendeu, também, que o desligamento a fez amadurecer, pois entre os motivos do desligamento estava o “não conseguir se expressar adequadamente nas questões do trabalho” e o desligamento a fez perceber que deve crescer na capacidade de autoexpressão e diálogo. Também com F, a ênfase nos encontros, era, como a partir do relato e das circunstâncias vividas pela própria paciente F, ela poderia realizar valores, seja no trabalho ou nos relacionamentos familiares.

Resumindo, o atendimento de F está terminando nestes dias, após 40 dias e 8 sessões. F matriculou-se fora do Rio em um importante curso de formação profissional. Concluiu-se assim, com um novo e fortalecido vínculo familiar, um dos mais breves processos terapêuticos que eu tenha vivenciado. M, a mãe de F, continua em terapia, mas feliz com a maturidade das últimas decisões da filha.

Outra situação clínica: A cliente era uma moça de 26 anos, profissional concursada na área da justiça federal e chegou na clínica com uma queixa de depressão, falta de vontade, desorientação em relação ao trabalho, poucas amizades; no relato de sua história recente ela falou de um relacionamento de 8 anos, sendo 6 de namoro e 2 anos de noivado, terminados abruptamente e sem motivo aparente, pelo noivo. O noivo, um tipo muito possessivo, havia aos poucos cerceado todas as amizades de Sandra (nome fictício) e o círculo de conhecidos, hoje, era quase zero, limitado aos relacionamentos no

trabalho. Por diversas vezes Sandra trouxe relatos de colegas do trabalho que vieram na sua sala, ao seu encontro, para trocar ideias ou simplesmente visitas cordiais. Percebi que Sandra em nenhum momento falou no retorno destas cordialidades e o vazio deixado pelo namorado era também um vazio (aparente) de capacidades no campo dos relacionamentos e da realização de valores, visto que nos anos anteriores vivera somente por ele e para ele. A dinâmica na vida de Sandra foi mudando aos poucos, com o perceber que o terminar o relacionamento com o ex-noivo, dado as características daquele relacionamento, não fora de todo um fato negativo. A grande “descoberta”, para Sandra, aconteceu quando, existindo já um ambiente e vínculo estabelecido, questioneei:

- Você percebeu que em nenhum momento você retornou estas visitas aos teus colegas? Eles vêm ao teu encontro porque de alguma forma você tem um potencial, seja como profissional como de amizade. Você tem um potencial e capacidades que parece não estar realizando!

Propus a Sandra que nos dias e na semana seguinte, procurasse perceber todas as pessoas que viesse a encontrar, como pessoas a quem ela poderia fazer um bem, um algo positivo, fosse simplesmente dar um bom dia ao vigia do prédio, ao ascensorista, escutar de um modo novo os colegas, e tudo sem fazer nada de diferente ou extraordinário, mas simplesmente movido pela pergunta sobre como poderia demonstrar amizade ou como poderia demonstrar um bem à pessoa que estava à sua frente. Foi com expectativa que esperei o encontro seguinte, uma semana depois, mas a espera foi extremamente gratificante! Sandra,

logo ao sentar na poltrona, disse com um grande sorriso:

- Doutor, foi a semana mais feliz da minha vida!

Em alguns encontros seguintes, o tempo de falar de novas descobertas, dos novos projetos, das amizades que surgiam e de um novo potencial descoberto dentro de si.

Proponho uma terceira situação clínica, esta trazendo um questionamento sobre um suposto valor vivenciado pela paciente Carla (nome fictício):

Carla, 24 anos, chegou acompanhada pela irmã (32, casada); era final do meu expediente e a irmã antecipou: “Se o senhor quiser atender... eu não sei se ela voltará outro dia. Ela tentou suicídio”.

Carla chorava compulsivamente; entrou na sala com o rosto por terra, os cabelos longos desalinhados me indicavam um choro de muitas horas; depois de alguns minutos de espera, arrisquei um diálogo e aos poucos surgiu, entre lágrimas, o motivo do desespero: o namorado – 3 anos de relacionamento – com o qual estava planejando uma viagem de férias, disse que “não gostava mais de mim e que iria viajar com outra”.

- Se ao menos ele aceitasse fazer a viagem comigo, argumentou, entre lágrimas.

Por breves minutos questioneei outros fatos (família, estudo) que porventura pudessem estar relacionados, mas o final do namoro era, em absoluto, o motivo da tentativa de suicídio. O namorado era, até então, um “tudo” na vida de Carla e esse tudo desaparecera. Entendi que era importante saber mais sobre o referido “tudo” relatado pela paciente.

Pedi que falasse do ex-namorado, ao que ela relatou: “ele era casado, mas a gente ‘tava’

namorando há 3 anos e a gente ia fazer uma viagem...”.

Tive uma intuição e deliberadamente faço silêncio. Queria criar expectativa e impacto. Permaneço em silêncio por um breve tempo e Carla ainda soluça, quando afirmo, de surpresa, esta frase:

- Você é uma pessoa de sorte!

Posso rever o instante em que Carla, pela primeira vez, levanta os olhos e me olha, incrédula; acredito que estava pensando que o terapeuta era um “doido”, pois ela estava chorando, talvez o dia inteiro, tinha tentado o suicídio e o terapeuta diz que ela era de sorte? Ainda, salvo engano, foi neste momento de incredulidade que Carla parou de soluçar, talvez mais movida pela surpresa que por qualquer outro motivo. Após alguns instantes de providencial silêncio, continuei:

- Você percebe a ‘pessoa’ que você está ‘perdendo’? O cara era casado, deixou aquela mulher, namorou com você por 3 anos e sem motivo nenhum decide fazer uma viagem com outra... Imagina se você descobre quem é esta pessoa somente daqui a 5 anos? Como seria?

Penso que o encontro continuou ainda por 20 ou 30 minutos, mas percebi que após este momento “mágico”, Carla era definitivamente outra pessoa. Na minha percepção, Carla passou a entender que o ‘príncipe’ não merecia o valor que ela estava atribuindo. A minha convicção era: não devo propor outra consulta e se for necessário, ela vai ligar. Ao sair do consultório eu “vi” outra pessoa, literalmente! Não era mais a mesma. Poucos dias mais tarde, preocupado com o fato que a paciente era um potencial suicida e que eu pudesse estar enganado, liguei para o telefone indicado. Quem atendeu foi a irmã, dizendo que Carla tinha

superado tudo, depois da consulta não tinha chorado em nenhum momento, não falara mais do namorado e estava bem.

Cito outra situação clínica, neste a paciente X, 34 anos, namorou e foi amante por 6 anos de uma pessoa casada, cerca de 15 anos mais velho. A queixa era depressão e isolamento, pois ele o havia deixado. A resposta para esta depressão veio relativamente rápida, depois de perceber que aquele relacionamento não tinha sentido, pois objetivamente o ex-namorado tinha família constituída e não pensava em separar-se. Surgiu então a pergunta:

- Porque me sujeitei por 6 anos a um relacionamento que não poderia dar certo?

A resposta foi a própria paciente quem deu:

- Eu sei. Eu procurava um pai... Eu sempre procurei um pai. O meu pai me abandonou, eu tinha 4 ou 5 anos...

Retornou o semblante triste e identifiquei também que este era o segundo abandono que ela vivenciava. Pedi que falasse do pai. Paciente relata que ele era garimpeiro e que saía muitas vezes, por períodos de 6, 7 semanas.

Como eram os retornos?

- A gente ficava muito feliz. Ele trazia brinquedos, brincava com a gente.

E como era quando ela ia viajar?

- Ah, ele ia na rede de cada um de nós - os 5 filhos - e dava um beijo na gente...

Ao ouvir este fato, fiz somente uma pergunta:

- Um pai que antes de viajar, vai ver os filhos na rede e dá um beijo em cada um dos filhos é um pai que abandona?

A paciente X também não precisou muitas sessões depois deste encontro. O que a paciente descobriu? Ela mesma respondeu:

“descobri que nosso pai nos amava muito”.

Crianças e adolescentes também percebem desde muito cedo a questão dos valores e cedo podem distinguir o certo do errado. O caso a seguir mostra justamente o quanto os pais podem errar quando querem “ajudar” os filhos, não mostrando o caminho correto das responsabilidades.

A adolescente “A” tinha em torno de 14 anos, vinha de uma família muito rica, era filha adotiva. Ambos os pais vieram na consulta, o que primeiramente me causou boa impressão, mas o pai ressaltou que não poderia vir futuramente, em função dos empenhos. Os pais trouxeram o fato que a filha já estava repetindo o ano, mesmo assim não queria estudar, não se esforçava nada e poderia perder o ano mais uma vez.

Na primeira entrevista, “A” entrou na sala cabisbaixa, falava muito pouco, quase monossilábica, sempre demonstrando forte baixa autoestima. Depois de dizer que estava na 6^o série, diz:

- Não gosto de estudar. Não consigo aprender...

Questionei: Mas se você chegou na 6^o série, é porque alguma coisa você sabe... Ou como você fez “pra” chegar na 6^o série?

A primeira resposta foi o silêncio. Esperei pacientemente.

- O meu pai foi lá e comprou a minha passagem de ano.

Fiquei surpreso e também fiz silêncio, mesmo porque percebi ali que o erro estava na educação e no relacionamento familiar. De qualquer maneira, a pergunta a seguir mostrou justamente este fato:

- O que você acha, o pai fez certo?

Mais um tanto de silêncio e a resposta:

“Eu acho que não”.

Retomando o tema proposto no início, em todos estes encontros, a tônica foi, de algum modo, a realização ou a não realização de valores, seja nesta última questão o fato de o pai comprar a passagem de ano, seja no reconfigurar a ideia que o pai teria abandonado a família, seja no fato que podemos sempre fazer um algo de positivo, um “bem” para as pessoas que encontramos.

Outro questionamento proposto foi: se a realização de valores é o caminho, podemos propor ao paciente que tenha uma atitude pró-ativa neste sentido? Acredito firmemente que sim e finalizo com outro exemplo.

O paciente “S”, 36 anos, vem de uma cidade distante cerca de 5 horas e não pode dar a continuidade esperada à terapia, também em função do trabalho, que pede confinamentos periódicos de 15 dias. Tudo somado, dois irmãos dependentes químicos trazem muitas preocupações. A queixa principal é a orientação homossexual. S tem 36 anos e vida sexual ativa, mas não quer e não compartilha o fato como determinista. S afirmou também que o modo como tem vivenciado a sexualidade tem lhe trazido um vazio muito grande. Entende não ser possível encontrar relacionamentos verdadeiros porque ele próprio não está sendo verdadeiro. Nos poucos encontros, um total de 9 entre os dias 30.09.15 e 18.07.16, a sexualidade nunca foi o foco direto, mas sim a realização de valores, seja no que tange as dificuldades com a sexualidade ou com os irmãos e com a mãe. A história pessoal também teve o seu espaço, mas a ênfase foi a realização de valores como uma possibilidade e uma escolha. No dia 19.05.16 o paciente S esteve na clínica e trouxe também que tinha muita dificuldade de dizer não em tantas

situações. “Não sei se é porque tenho medo de perder os amigos, ou se me sinto em dívida com as pessoas”, disse ele. Esclareci que em tantos momentos dizer “não” é o valor maior e que mesmo pensando no conquistar as pessoas, o que conquista verdadeiramente, para relacionamentos verdadeiros, são os valores. Também no relacionamento com os familiares, dizer não tem a sua importância, pela questão dos limites, muito importante no caso da dependência química e também no relacionamento com a mãe, “que quer mandar em tudo, até no corte do meu cabelo”.

No dia 19.07, portanto coincidindo dois meses após o último encontro, S retoma o tópico sobre o “dizer não”:

- O Sr. sabe que me ajudou muito, inclusive na questão da sexualidade. Percebi que eu posso dizer não.

S conta alguns fatos concretos sobre essa questão também no relacionamento com a família e entendi que perceber e realizar os valores foram uma importante chave de transformação emocional para S, uma motivação extra para ele buscar forças e superar suas dificuldades e uma surpresa também para mim. Não quero afirmar que houve uma mudança significativa na questão da sexualidade propriamente dita, mas houve com certeza uma descoberta da possibilidade de dizer não, o que tem resultado em atitudes mais adequadas ao que ele busca.

Entendo que o tema apresentado não é exaustivo, é relativamente pouco explorado dentro da Psicologia e penso que possa e mereça ser aprofundado, seja a partir das obras de Frankl quanto à nossa práxis profissional. Concluindo, gostaria de trazer uma afirmação de Goethe, lembrada pelo próprio Frankl (2003)

no seu clássico *Psicoterapia e Sentido da Vida*: “Como pode uma pessoa conhecer-se a si mesma? Nunca pela reflexão, mas sim pela ação. Tenta cumprir o teu dever e logo saberás o que há em ti. Mas, o que é o teu dever? A exigência do dia”. Ora, a Logoterapia, na medida que percebe que a realização de valores como ponto fundamental de uma existência plena, não deveria despertar precisamente os possíveis

caminhos de realizar valores? Frankl (2003) nos traz outra consideração neste sentido: “É a própria vida que faz perguntas ao homem. O que o homem tem que fazer não é interrogar, mas ser interrogado pela vida e à vida responder, (...) tornando-se responsável”. Sim, responsável, com uma atitude pró-ativa na realização de valores.

REFERÊNCIAS

Frankl, V. E. (2009). *A presença ignorada de Deus*. Petrópolis: Vozes.

Frankl, V. (2015). *Em busca de Sentido*. São Paulo: Vozes.

Frankl, V. (2003). *Psicoterapia e sentido da vida*. São Paulo: Quadrante.

Ortiz, E. M. (2012). *El Diálogo Socrático en la Psicoterapia*. Bogotá: Ediciones SAPS.

Ortiz, E. M. (2011). *Los modos de ser inauténticos*. Bogotá: Editorial El Manual Moderno (Colombia) Ltda.

Pintos, C. G. (2007). *Frankl por definición*. Buenos Aires: San Pablo.

Enviado em: 20/10/2016

Aceito em: 01/03/2017

SOBRE OS AUTORES

Paulo Roberto Rech. Especialista em Psicologia pelo Instituto de Psicologia Fenomenológico Existencial do Rio de Janeiro.