

O CONCEITO DE TENSÃO EXISTENCIAL NA LOGOTERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL: ENTRE SER E DEVER SER

THE CONCEPT OF EXISTENTIAL TENSION IN LOGOTHERAPY AND EXISTENTIAL ANALYSIS: BETWEEN BEING AND OUGHT-TO-BE

EL CONCEPTO DE TENSIÓN EXISTENCIAL EN LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL: SER Y DEBER SER

 Flávia Neves Ferreira¹

 Ícaro Miguel Ibiapina Machado²

1. Graduação em Psicologia e Letras. Doutorado em Psicologia. UEPB. E-mail:psiflaneves@gmail.com
2. Graduação em Psicologia e Filosofia. Doutorado em Filosofia. UEPB. E-mail:icaro_machado@live.com

RESUMO: Este artigo objetiva discutir o conceito de tensão existencial na Logoterapia e Análise Existencial, articulando-o criticamente com o horizonte psicológico clássico e com fundamentos da filosofia existencial. Metodologicamente, trata-se de uma pesquisa bibliográfica de natureza analítico-conceitual, voltada à delimitação teórica do estatuto filosófico e dos desdobramentos psicológicos e clínicos do conceito. A discussão parte das concepções de Freud e Adler, evidenciando o predomínio de uma lógica regulatória implícita; em seguida, integra contribuições de Heidegger e Jaspers para reposicionar a tensão no plano ontológico; por fim, explicita o deslocamento operado por Frankl, no qual a tensão não é tomada como disfunção, mas como condição de abertura do ser em direção à realização de valores e encontro de sentidos na vida. A noção frankliana de tensão existencial expressa o modo como a vida humana se estrutura no entre: entre a realidade já dada e o horizonte de possibilidades ainda não realizadas, entre o ser atual e o sentido que o transcende, entre aquilo que se é e aquilo que se deve realizar.

Palavras-chave: Tensão existencial; Logoterapia; Filosofia Existencial.

ABSTRACT: This article aims discusses the concept of existential tension in Logotherapy and Existential analysis, critically articulating it with the classical psychological horizon and the foundations of existential philosophy. Methodologically, it is a bibliographical research of an analytical-conceptual nature, focused on the theoretical delimitation of the philosophical status and the psychological and clinical developments of the concept. The discussion begins with the conceptions of Freud and Adler, highlighting the predominance of an implicit regulatory logic; then, it integrates contributions from Heidegger and Jaspers to reposition tension on the ontological plane; finally, it explicates the change operated by Frankl, in which tension is not taken as a dysfunction, but as a condition of openness to the meanings of life. The Franklian notion of existential tension expresses the way in which human life is structured in the in-between: between the already given reality and the horizon of possibilities not yet realized, between the present being and the meaning that transcends it, between what one is and what one should realize.

Keywords: Existential tension; Logotherapy; Existential Philosophy.

RESUMEN: Este artículo pretende discutir el concepto de tensión existencial en la Logoterapia y el Análisis Existencial, articulándolo críticamente con el horizonte psicológico clásico y los fundamentos de la filosofía existencial. Metodológicamente, se trata de una investigación bibliográfica de carácter analítico-conceptual, centrada en la delimitación teórica del estatus filosófico y los desarrollos psicológicos y clínicos del concepto. La discusión parte de las concepciones de Freud y Adler, destacando el predominio de una lógica reguladora implícita; luego, integra las contribuciones de Heidegger y Jaspers para reposicionar la tensión en el plano ontológico; finalmente, explica el giro operado por Frankl, en el que la tensión no se entiende como una disfunción, sino como una condición para la apertura del ser hacia la realización de valores y el encuentro de sentido en la vida. La noción frankliana de tensión existencial expresa la forma en que la vida humana se estructura en el entre-entre: entre la realidad ya dada y el horizonte de posibilidades aún no realizadas, entre el ser actual y el sentido que lo trasciende, entre lo que uno es y lo que uno debería realizar.

Palabras-clave: Tensión existencial; Logoterapia; Filosofía existencial.

Recebido em: 31/01/2026

Aprovado em: 04/03/2026



Todo o conteúdo deste periódico está licenciado com uma licença Creative Commons (CC BY-NC-ND 4.0 Internacional), exceto onde está indicado o contrário.

Introdução

Grande parte da tradição psicológica compreende o conceito de tensão como desvio patológico ou resíduo de conflitos intrapsíquicos, mantendo-se ancorada em uma lógica de interiorização e de restauração do equilíbrio psíquico. No entanto, a experiência humana é atravessada por uma tensão constitutiva que não decorre apenas de conflitos psicológicos contingentes, mas da própria estrutura da existência. Trata-se do hiato inevitável entre aquilo que o ser humano é, em sua facticidade, e aquilo que pode e deve ser enquanto possibilidade.

Na Logoterapia e Análise Existencial, desenvolvidas pelo neurologista e psiquiatra vienense Viktor Emil Frankl (1905–1997), essa tensão é compreendida sob a forma de uma noodinâmica, definida como “[...] um campo de tensão cujos polos são representados pelo homem e pelo sentido que o convoca” (FRANKL, 2021, p. 60). Destarte, a realização de valores e o sentido da vida constituem a premissa central dessa abordagem. O sentido da vida ou, mais precisamente, os múltiplos sentidos que a vida cotidianamente interroga revela-se de modo objetivo na ação que, em uma situação concreta e irrepetível, possibilita a realização do valor mais elevado possível. A noodinâmica, enquanto tensão constitutiva entre ser e dever-ser, expressa, portanto, a condição fundamental do ser humano como livre e responsável, continuamente convocado a realizar valores e encontrar sentidos na vida.

Diante disso, o presente artigo tem como objetivo discutir o conceito de tensão existencial na Logoterapia e Análise Existencial. Para tanto, analisa-se inicialmente o modo como a tradição psicológica compreende a tensão sob o horizonte implícito da ideia de homeostase. Em seguida, apresenta-se o fundamento filosófico-existencial do conceito, destacando a mediação entre ontologia e existência em Martin Heidegger e Karl Jaspers. Por fim, discutem-se as implicações clínicas do conceito frankliano de tensão existencial.

A relevância do estudo da tensão existencial consiste, primeiramente, em esclarecer um conceito central para a Logoterapia, frequentemente interpretado pela tradição psicológica sob uma lógica homeostática, como sintoma, desvio ou disfuncionalidade a ser eliminada ou ‘curada’. Em Frankl, ao contrário, a tensão entre ser e dever-ser constitui uma condição ontológica da existência e, portanto, um elemento indispensável à realização de valores e encontro de sentidos na vida. Nesse contexto, a importância desta investigação reside em seu caráter conceitual e analítico, voltado não à mensuração empírica de variáveis, mas à delimitação teórica do estatuto conceitual da tensão existencial. Desdobra-se a um esforço epistemologicamente relevante, uma vez que a psicologia, mesmo quando se apresenta como ciência aplicada, opera sobre pressupostos antropológicos e ontológicos frequentemente não tematizados. Conceitos como tensão, liberdade, responsabilidade, valor, sentido, sofrimento, embora amplamente mobilizados no discurso clínico, podem permanecer sob uma utilização tácita, ambígua ou reducionista, fragilizando a consistência teórica das interpretações e, conseqüentemente, o próprio horizonte da intervenção psicoterapêutica.

Ademais, ao articular filosofia existencial e psicologia, o estudo propõe uma compreensão da tensão existencial que ultrapassa o nível meramente ôntico (descrição de vivências, sintomas e conflitos subjetivos) e a inscreve também ao nível ontológico (condições existenciais). Assim, a investigação assume especial importância ao estabelecer uma articulação entre filosofia existencial e psicologia, permitindo compreender a tensão como fenômeno psicológico e, ao mesmo tempo, como estrutura ontológica constitutiva do ser humano.

Neste aspecto, este escrito fundamenta-se em uma pesquisa bibliográfica, orientada pelo método analítico-conceitual, entendido como um procedimento indutivo e descritivo voltado à investigação e ao esclarecimento do conceito em análise, buscando delimitar seu estatuto filosófico e clínico da Logoterapia e Análise Existencial.

Os limites da tradição psicológica

No século XX, a psicanálise freudiana revolucionou a compreensão da *psique* ao introduzir a noção de inconsciente e ao deslocar a origem do sofrimento psíquico para o campo dos conflitos intrapsíquicos. Na célebre obra *A interpretação dos sonhos* (1900/1980), Sigmund Freud (1856-1939) apresenta o modelo topográfico da estrutura psíquica, no qual distingue três estruturas – consciente, pré-consciente e inconsciente — oferecendo um marco para pensar o sintoma como expressão de conteúdos e forças psíquicas que escapam ao domínio consciente e meramente observável.

Em continuidade a esse percurso, mais tarde, Freud (1905/1976) amplia o entendimento do desenvolvimento humano ao delinear os fundamentos de sua teoria dos estágios psicosssexuais, segundo a qual o sujeito atravessa etapas do desenvolvimento marcadas por diferentes modos de gratificação. Posteriormente, ao propor o modelo estrutural — id, ego e superego — Freud (1923/1980) oferece uma formulação complementar para explicar a organização da personalidade, compreendendo-a como resultado da interação entre essas instâncias. Nesse contexto, além de desempenhar funções de mediação com a realidade, o ego ocupa papel na regulação da angústia e na mobilização de mecanismos de defesa.

É no âmbito da teoria pulsional que Freud (1913/1973) compreende as neuroses como derivadas do confronto entre os interesses da sexualidade e os da instância de autoconservação, ao afirmar que “o conflito primordial do qual surgem as neuroses é um conflito entre as pulsões sexuais e as pulsões que conservam o ego [...]” (FREUD, 1913/1973, p. 184). Tal embate desencadearia o recalcamto e, como efeito, a produção sintomática. Nessa perspectiva, o recalcamto tem por tarefa “afastar e manter à distância do consciente” (FREUD, 1915/1996, p. 47) de determinadas representações pulsionais, que permanecem operando no inconsciente e reaparecem sob a forma de sintomas. O recalcamto incide, assim, sobre representações cuja satisfação ameaçaria o equilíbrio do ego e produziria desprazer.

Esse modo de conceber o psiquismo vincula-se a um modelo predominantemente econômico e, em certa medida, homeostático, na medida em que a vida psíquica é pensada em termos de forças em conflito e de busca por equilíbrio. Nesse registro, o princípio do prazer atua como critério regulador fundamental, e a função do ego pode ser compreendida como a de mediar tensões internas, equilibrando impulsos e exigências, a fim de manter certa estabilidade psíquica. A tensão, nesse contexto, é compreendida como expressão de conflitos inconscientes. A tarefa terapêutica tende a orientar-se pela elaboração desses conflitos e pela redução da tensão excessiva, favorecendo um estado de maior equilíbrio psíquico. Embora Freud não tenha defendido uma harmonia plena, sua teoria mantém como horizonte regulador a diminuição do desprazer e a busca por formas mais adaptativas de funcionamento do sujeito.

Outro teórico que se destaca na psicologia, inicialmente no interior do movimento psicanalítico ao lado de Freud e, posteriormente, ao fundar a chamada psicologia individual, foi o médico austríaco Alfred Adler (1870-1937). Ele, por sua vez, desloca o foco do conflito pulsional para a dinâmica da compensação e da superação do sentimento de inferioridade. Em sua psicologia individual, o comportamento humano é orientado por uma meta, ainda que frequentemente inconsciente, relacionada à busca de afirmação, pertencimento e superioridade. A tensão, aqui, não decorre primordialmente do conflito entre instâncias psíquicas, mas da distância entre a experiência subjetiva de inferioridade e o ideal de realização pessoal. Ainda assim, a saúde psíquica permanece associada à capacidade de adaptação social e à integração do indivíduo em uma ordem comunitária, preservando-se, de modo implícito, um ideal de equilíbrio. Apesar das diferenças substanciais entre Freud e Adler, ambos compartilham uma concepção do sofrimento que privilegia a interiorização da experiência e orienta a clínica psicológica para a resolução ou, ao menos, para a compensação das tensões internas.

A tradição psicológica que se desenvolve a partir desses modelos concebe a saúde como um estado relativo de homeostase e a tensão como algo a ser atenuado. O debate crítico que Viktor Frankl estabelece com essa tradição, especialmente com Freud e Adler, demonstra que, embora reconheça a importância de suas contribuições, aponta também seus limites explicativos.

Com efeito, é possível que a teoria psicodinâmica das neuroses esteja certa quando afirma que, na gênese de toda neurose, participam de maneira decisiva, na primeira infância, os conflitos instintivos. No entanto, pouco se alcança — especialmente em pacientes adultos — se não se leva em conta uma reorientação para valores e sentido, essenciais ao processo terapêutico (FRANKL, 2015, p. 40).

Diante disso, Frankl propõe um deslocamento no modo de compreender a tensão. Ao invés de concebê-la como algo a ser eliminado em favor do equilíbrio, afirma a necessidade de uma noodinâmica, isto é, um campo de tensão cujos polos são representados “por um sentido a ser realizado, e o outro, pelo indivíduo que o realizará” (FRANKL, 2021, p. 60). Por essa razão, a Logoterapia fala de uma vontade de sentido em contraste com a vontade de prazer — bem como a vontade de poder — compreendida como motivação primária. A vontade de sentido é “o esforço mais básico do homem em direção de encontrar valores e propósitos” (FRANKL, 2011, p.50).

A vontade de sentido corresponde a uma dinâmica motivacional que acompanha o ser humano ao longo de toda existência, pois ele se encontra inerentemente orientado para a realização de algo no mundo, para além de si mesmo. Nesse horizonte, Frankl dialoga criticamente com a psicanálise freudiana e com a psicologia individual adleriana, uma vez que a vontade de sentido não se refere à simples restauração do equilíbrio intrapsíquico nem a uma equivalência entre as estruturas psíquicas. Ao tematizar o sentido da vida, a Logoterapia distancia-se, assim, da concepção psicodinâmica que circunscreve o inconsciente ao domínio instintivo, reconhecendo a existência de um inconsciente espiritual ou noético, dimensão na qual se enraízam a liberdade e a responsabilidade.

Sendo assim, em última análise, Frankl (2011) reconhece a existência de um inconsciente instintivo de um inconsciente espiritual, noção que será esclarecida a seguir. Nessa concepção formulada pelo autor, há uma tensão entre consciente e inconsciente que conduz à relativização do estado de consciência como critério fundamental para definir a qualidade própria do ser humano, isto é, aquilo que o distingue dos demais seres. Esse critério distintivo corresponde à diferença entre espiritualidade e impulsividade, independentemente de ser consciente ou inconsciente. Desdobrando essa distinção, pode-se afirmar que, na impulsividade, o ser humano é conduzido pelos instintos, enquanto, na dimensão espiritual, torna-se capaz de decidir e agir com liberdade e responsabilidade. Isso significa que a expressão “ser-pessoa” corresponde ao espiritual-existencial em sua dimensão mais profunda e, por conseguinte, o inconsciente espiritual oferece ao ser humano a possibilidade de desenvolver suas potencialidades (FERREIRA, 2025).

O exame crítico das teorias psicológicas embasadas nos ditames da homeostase é constante no quadro analítico proposto por Frankl. Assim, o princípio do prazer, admitido pela psicanálise, e o princípio do poder, formulado pela psicologia individual de Adler, são colocados em xeque. Frankl critica ainda a formulação geral da “hierarquia das necessidades”, proposta por Abraham Maslow, quando compreendida como busca última pela autorrealização. Segundo ele, “o prazer, mais do que a finalidade dos esforços humanos, é, de fato, o efeito da realização de sentido. O poder, por sua vez, mais do que um fim em si mesmo, constitui, na verdade, um meio para um fim” (FRANKL, 2011, p.50). Já a autorrealização pode ser compreendida como um efeito colateral da realização de sentido.

A compreensão dessa tensão, contudo, exige um recuo do plano estritamente psicológico em direção a uma reflexão ontológica, como será desenvolvido na seção seguinte.

Tensão existencial, vulnerabilidade e restrição noológica

A crítica frankliana ao ideal de homeostase e à interiorização do sofrimento levanta uma questão fundamental: se a tensão não é meramente sintomática, qual é o seu estatuto? Para responder a essa questão, torna-se necessário recuar do plano psicológico em direção a uma reflexão sobre as condições de possibilidade da existência humana. É nesse ponto que o diálogo com a filosofia existencial se torna indispensável. Martin Heidegger, em sua analítica do *Dasein*, oferece a descrição formal dessa condição: o

ser humano é, em sua estrutura, ser-no-mundo, lançado em uma facticidade e, simultaneamente, projetado em possibilidades. Essa ontologia da abertura constitui o solo no qual a noodinâmica se enraíza. Karl Jaspers, por sua vez, desloca essa ontologia formal para a esfera da experiência ética e concreta, tematizando as “situações-limite” que interpelam o ser humano a uma resposta responsável. Em conjunto, tais contribuições fornecem o arcabouço conceitual para Frankl transpor a tensão do registro do *pathos* (sofrimento patológico) para o registro do *êthos* (modo-de-ser constitutivo). Importa ressaltar, contudo, que a apropriação realizada por Viktor Frankl da analítica existencial heideggeriana e da filosofia existencial de Jaspers não consiste em uma simples aplicação psicológica de conceitos filosóficos, mas em uma transposição criativa do plano ontológico para o plano antropológico e clínico.

Especificamente, em *Ser e Tempo*, Heidegger (1999) propõe uma analítica existencial formal do *Dasein*, descrevendo estruturas *a priori* da existência — como facticidade, projeção e ser-no-mundo — abstendo-se deliberadamente de formular uma antropologia empírica ou ética normativa. Seu interesse reside na elucidação das condições de possibilidade de qualquer existência. Frankl, como psiquiatra, opera precisamente nesse ponto deixado em aberto: traduz essas estruturas formais em categorias existenciais concretas da pessoa humana situada, sofredora e responsável. A facticidade, o “ser-lançado” em um mundo não escolhido, adquire em Frankl a determinação concreta da tríade trágica (sofrimento, culpa, morte). A abertura constitutiva do *Dasein* ao mundo é reinterpretada como a intencionalidade da consciência, sempre orientada para além de si mesma. Se Heidegger descreve o *Dasein* como ser-possível (*Seinkönnen*), Frankl introduz a questão: 'Possível para quê?'. A resposta logoterapêutica aponta para a realização de valores e sentidos. Desse modo, o projeto heideggeriano adquire uma direcionalidade ético-existencial, configurando-se sempre como um projeto-de-sentido.

Essa transposição aprofunda-se na tematização do cuidado (*Sorge*), cuja estrutura, em Heidegger, constitui o ser do *Dasein* e se articula na preocupação com as coisas (*Besorgen*) e na solicitude com os outros (*Fürsorge*). Frankl retoma essa estrutura, mas a qualifica eticamente por meio do conceito central de autotranscendência. O ser humano realiza-se plenamente ao sair-de-si em direção a um sentido no mundo ou a uma pessoa amada. A solicitude encontra sua expressão mais plena no amor, entendido como apreensão da unicidade do outro, enquanto a própria preocupação cotidiana pode tornar-se campo de realização de valores de criação. Enquanto Heidegger descreve modos de ser, Frankl postula que a forma mais plena da existência é uma solicitude autotranscendente, na qual o direcionamento para fora constitui a realização mais profunda de si. O *Dasein* revela-se, assim, como um ser orientado a valores.

O ponto de maior tensão e fertilidade clínica nesta mediação é a angústia. Em Heidegger, ela não possui um objeto determinado; dirige-se ao nada e ao mundo como tal, arrancando o *Dasein* de sua absorção no impessoal e confrontando-o com sua liberdade radical e com a responsabilidade por seu poder-ser. Frankl reconhece plenamente esse caráter revelador: a angústia é a condição de possibilidade da responsabilidade, sinal de que o sujeito permanece aberto ao apelo do sentido. No entanto, introduz uma diferenciação clínica: quando essa angústia reveladora não é assumida como tarefa existencial, mas evitada ou esvaziada de significado, pode degenerar em sofrimento patológico, manifestando-se em formas neuróticas ou estado de pânico. A angústia heideggeriana torna-se, na clínica, tanto um sinal de saúde enquanto abertura, quanto o possível núcleo da neurose, quando a liberdade é vivenciada como fardo vazio. É aqui que Frankl introduz o conceito de restrição noológica, entendido como o bloqueio da capacidade de responder à revelação angustiante por meio de um projeto significativo.

A articulação entre autenticidade e consciência explicita a diferença e, ao mesmo tempo, a continuidade última entre os pensadores. Em Heidegger, a autenticidade emerge quando o *Dasein* responde ao apelo da consciência, que o chama de sua dispersão para assumir sua singularidade e sua ‘culpa’ existencial (o ser-em-débito com suas possibilidades). Este apelo é formal e não prescritivo. Frankl (1978, p.19) transforma-o em um apelo concreto: a consciência é um “órgão de sentido”, capaz de discernir, em cada situação, aquilo que a vida exige de modo único. A ‘culpa’ heideggeriana torna-se, então, a culpa existencial frankliana, isto é, o pesar pelas oportunidades perdidas de realizar valores e sentido. Tornar-se si mesmo, portanto, não constitui um exercício de introspecção narcísica, mas um processo de escuta atenta

da consciência como detector de sentido e como instância da responsabilidade diante das exigências únicas da vida. A inautenticidade configura-se, assim, como surdez a esse apelo.

Dessa forma, a tensão entre o ser e o dever-ser adquire sua profundidade filosófica e clínica. Ela corresponde à experiência vivencial da estrutura heideggeriana do *Dasein* como ser-lançado-em-projeto, agora reinterpretada por Frankl como a dinâmica essencial pela qual a pessoa humana responde, com liberdade e responsabilidade, ao chamado do sentido que a interpela no mundo. A tensão existencial deixa, assim, de ser compreendida como um déficit a ser superado e passa a ser reconhecida como o próprio espaço no qual a existência humana se realiza.

Contudo, se a analítica heideggeriana fornece a cartografia formal da existência humana como abertura tensionada, resta ainda a pergunta pela concretude ética dessa existência: como se vive, de fato, essa tensão? Como a estrutura ontológica do ser-lançado-em-projeto se traduz em engajamento responsável no mundo? É nesse hiato entre a ontologia fundamental e a existência concreta que o pensamento de Karl Jaspers se torna decisivo. Enquanto Heidegger descreve as condições de possibilidade da existência, Jaspers volta-se para as condições de realidade que a interpelam e a tornam propriamente humana.

Karl Jaspers opera, assim, um deslocamento crucial da ontologia para a experiência existencial concreta. Para ele, a existência não se esclarece apenas pela análise de suas estruturas, mas na vivência e no confronto com as situações-limite (*Grenzsituationen*) – a morte, o sofrimento, a culpa, o acaso – que irrompem na vida cotidiana, desafiando todas as explicações totais e interpelando o ser humano a uma resposta responsável (JASPERS, 2002). A existência torna-se propriamente tal quando, diante desses limites intransponíveis, o indivíduo se assume como singular e insubstituível, reconhecendo que é a ele, e a ninguém mais, que cabe responder por sua vida. É precisamente nesse contexto de interpelação ética radical que emerge o que Frankl (2011) denominará 'caráter de tarefa da vida'.

O caráter de tarefa da vida consiste na experiência vivida de que a existência não é um dado estático, mas uma interpelação contínua: aquilo que o indivíduo faz ou deixa de fazer possui um peso real no mundo, sendo ele próprio, em sua unicidade, o agente responsável por essa resposta. Essa concepção fundamenta uma antropologia da responsabilidade compartilhada por Jaspers e Frankl, para quem a existência se configura como uma pergunta permanente pelo sentido presente, isto é, pela tarefa concreta que cada situação coloca (JASPERS, 2022).

Neste ponto, a convergência entre os dois pensadores torna-se explícita. Tanto para Jaspers quanto para Frankl, a responsabilidade é um elemento constitutivo do ser humano, não um acréscimo moral. Essa responsabilidade, porém, não se orienta para a autorrealização egocêntrica, mas para fora de si – para a realização de valores no mundo. É essa orientação que define a autotranscendência. Jaspers (2022) descreve três vias fundamentais dessa transcendência: 1) a relação com o mundo, enquanto ação transformadora e responsável; 2) a relação com o outro, como comunicação existencial autêntica, na qual as subjetividades se encontram para além dos papéis sociais; e 3) a relação com a transcendência, entendida como abertura ao incondicionado, vivida como reconhecimento da existência como dom. Tais dimensões indicam que o ser humano se constitui na e pela relação, seja com o mundo, com os outros e com aquilo que o ultrapassa.

A Logoterapia apropria-se integralmente deste horizonte. Para Frankl, o ser humano não é apenas o *Dasein* heideggeriano, lançado e projetado, mas é sempre um ser convocado: interpelado pelas circunstâncias, pelos outros e pelos valores a dar uma resposta singular. O autor afirma que “o ser humano não deveria perguntar pelo sentido da existência, mas, inversamente considerar a si mesmo como interrogado, sua própria existência como o que deve ser interpretado e questionado” (FRANKL, 2019, p. 48). A tensão entre o ser e o dever-ser constitui, portanto, o próprio movimento dessa convocação, o campo de força no qual a liberdade e a responsabilidade se exercem.

No entanto, Frankl introduz uma contribuição decisiva para a clínica: essa abertura convocatória pode ser obstruída. A restrição noológica designa precisamente a condição na qual a dimensão espiritual – sede da liberdade e da responsabilidade – vê sua capacidade de expressão e resposta bloqueada ou severamente limitada por fatores psicofísicos, traumáticos ou situacionais. Trata-se da passagem da tensão existencial noodinâmica para a tensão existencial patológica, que pode caracterizar o sofrimento psíquico, tema ao qual o artigo se volta a seguir.

Tensão existencial e as implicações clínicas

Como visto, Frankl descreve a tensão existencial como uma polaridade constante entre ser e dever-ser. Essa tensão é inerente à condição humana e, como tal, “é, em si, insuperável e imprescindível: enquanto o homem está consciente, seu ser está devendo algo ao seu dever-ser” (FRANKL, 2020, p. 66). Trata-se, portanto, de uma condição ontológica da existência, que acompanha o ser humano enquanto ente que existe e, por isso, é continuamente convocado a posicionar-se e responder diante das circunstâncias. Em outras palavras, o ser (*Sein*) refere-se à situação presente do indivíduo, isto é, àquilo que ele é de fato em determinado momento, em suas condições concretas, psicofísicas e históricas. Já o dever-ser (*Sein-sollen*) remete ao horizonte de possibilidades que permanece aberto e ao apelo da vida, que solicita uma resposta singular em cada situação. O dever-ser, desse modo, não equivale a uma norma abstrata ou a um ideal moral exterior, mas ao sentido concreto que se apresenta como possibilidade de realização, isto é, aquilo que, em dadas circunstâncias, pode e deve ser atualizado ou respondido.

Nesse ponto, a tensão existencial pode ser compreendida como a articulação entre o real e o possível. O real consiste no já dado, isto é, naquilo que se efetivou na trajetória do sujeito; o possível, por sua vez, designa aquilo que ainda não é, mas pode vir a ser, operando como o “pré-estágio do ser” (LUKAS, 1989). A dimensão da liberdade inscreve-se precisamente nesse espaço do possível, orientando-se pela realização de valores ou, em termos franklianos, pelo dever-ser. Essa tensão, portanto, longe de ser patológica, constitui condição estrutural da existência humana.

Entretanto, essa dinâmica pode ser distorcida quando a pessoa passa a orientar a vida pela satisfação imediata, fenômeno que Frankl descreve em termos de hiper-intencionalidade e hiper-reflexão. Segundo Frankl (1978, p. 13), “o objetivo de uma hiper-intencionalidade acompanhada de uma hiper-reflexão: passa a ser conteúdo exclusivo e objeto único da atenção”. Nessa direção, quanto mais o sujeito se concentra diretamente no prazer e no poder, mais tais fins tendem a esvair-se, tal como o lançamento de um bumerangue que não alcança o seu alvo. “Assim como o bumerangue só volta ao caçador que o lançou no caso de não atingir o alvo, da mesma forma o homem que anseia pela autorrealização é aquele que não consegue preencher o sentido e, por vezes, sequer identificá-lo” (FRANKL, 1978, p. 13).

Considerando a teoria motivacional da Logoterapia, fundada na vontade de sentido, parte-se do pressuposto de que o ser humano não apenas tende a buscar um sentido e realizá-lo, mas em afastar-se da neurose, visto que “no neurótico, esse esforço primário é desviado para o objetivo direto da felicidade, em função da procura de prazer” (FRANKL, 1978, p. 13). O autor ainda complementa que “a autocompreensão do neurótico é influenciada por uma interpretação unilateral e exclusivamente dinâmica da vida humana, sua inclinação para focalizar a atenção sobre si mesmo é [...] reforçada” (FRANKL, 2016, p. 41).

Dessa forma, não é a presença da tensão que adoece, mas a impossibilidade de sustentá-la diante de limitações concretas que afetam a liberdade e a responsabilidade do sujeito. A existência humana é sempre situada. Embora o ser humano seja estruturalmente livre, essa liberdade nunca se exerce de modo abstrato, mas no interior de condições psicofísicas, biográficas, relacionais e socioculturais específicas. Quando tais condições restringem a capacidade de resposta às exigências da vida, a tensão entre o ser e o dever-ser permanece, mas perde seu caráter orientador. O que antes se configurava como tarefa existencial passa a ser experimentado como cobrança, peso ou fracasso.

Na perspectiva frankliana, esse processo está diretamente relacionado à restrição da dimensão noológica. A pessoa espiritual — núcleo livre e responsável do ser humano — não adoece, mas pode ter sua expressão limitada. Nessas condições, a capacidade de autodistanciamento e de autotranscendência encontra-se comprometida, dificultando o acesso aos valores e sentidos que poderiam orientar a ação. O sofrimento emerge, então, não da ausência de sentido em si, mas da dificuldade concreta de realizá-lo.

Essa dinâmica torna-se particularmente manifesta nos quadros depressivos e ansiosos. Na depressão, a tensão existencial entre o ser e o dever-ser é vivenciada como um abismo intransponível.

Segundo Frankl (2020, p. 69), “não é a tensão existencial que torna o homem doente, mas sim a doença da depressão endógena que faz com que o homem se dê conta dessa tensão de maneira desfocada e ampliada”. Na ansiedade antecipatória, por sua vez, o sujeito tende a fixar-se em um sintoma fugaz e, em si mesmo, inofensivo, mantendo sua atenção rigidamente concentrada nessa experiência corporal ou psíquica. Com isso, instaura-se um círculo vicioso de vigilância e intensificação do sintoma, que compromete o movimento de abertura ao mundo e dificulta a realização de valores.

Do ponto de vista clínico, a tarefa da Logoterapia e Análise Existencial não consiste em detectar as causas, isto é, o porquê de as coisas acontecerem de determinada maneira; volta-se, antes, para o “para quê”, focalizando o significado potencial de cada situação. Assim, a psicoterapia não pode ser reduzida à eliminação da tensão, à supressão do desconforto ou à restauração de um estado ideal de equilíbrio. Então, não tem como função primordial extinguir a angústia e restabelecer o equilíbrio, mas “transformar a angústia em inquietação criativa; seu objetivo não é conquistar um estado de quietude imperturbável, mas despertar uma busca contínua; não se trata de oferecer respostas tranquilizadoras, mas de sempre fazer novas perguntas” (BRUZZONE, 2012, p. 109).

Diante dessas considerações, destacam-se dois recursos noológicos relevantes para a psicoterapia: o autodistanciamento e a capacidade de autotranscendência. O primeiro recurso alude à “capacidade do homem de distanciar-se de si próprio” (FRANKL, 2003, p. 43), isto é, de opor-se à dimensão psicofísica, decorrente do antagonismo facultativo psiconoético. De acordo com Martinez (2012), o autodistanciamento manifesta-se de três formas distintas: por intermédio da autocompreensão (capacidade de conhecer a si mesmo); da autoprojeção (capacidade de se ver no futuro); e da autorregulação (capacidade de regular os próprios processos emocionais). O segundo recurso, a autotranscendência, refere-se à capacidade do homem não apenas de ver a si mesmo (como no autodistanciamento), mas também de ver o mundo e encontrar-se com os demais sujeitos.

Uma clínica orientada exclusivamente pela homeostase corre o risco de reforçar estratégias de evitação existencial, transformando o sofrimento em algo a ser silenciado, em vez de compreendido. A Logoterapia propõe, ao contrário, que o trabalho clínico se oriente pela reconstrução das condições que permitem ao sujeito voltar a sustentar a tensão existencial com sentido. Isso envolve favorecer o acesso à liberdade possível — ainda que limitada —, clarificar valores, ampliar a responsabilidade concreta e auxiliar o paciente a encontrar uma posição ativa diante da vida.

Dessa forma, a distinção entre tensão existencial saudável e sofrimento psíquico não se estabelece pela presença ou ausência de conflito, mas pela possibilidade de resposta. Se o sujeito consegue responder à vida, mesmo em condições adversas, a tensão mantém seu caráter mobilizador; caso essa capacidade se encontre restringida, a tensão deixa de orientar a existência e pode tornar-se fonte de adoecimento. É justamente por isso que a Logoterapia não se orienta pela eliminação da tensão, mas pela recuperação da capacidade de resposta. A Logoterapia configura-se como a psicoterapia do sentido da vida e não se reduz à tomada de consciência das dinâmicas psíquicas que podem restringir a liberdade do indivíduo; implica, sobretudo, a tomada de posição diante delas, restituindo à pessoa a própria responsabilidade.

Considerações finais

Este artigo partiu de um diagnóstico crítico segundo o qual a tradição psicológica clássica, em suas vertentes psicodinâmica e adaptativa, compreende a tensão predominantemente como um sintoma de desequilíbrio intrapsíquico, cuja resolução residiria na restauração de uma homeostase. Tal horizonte, embora fecundo para a compreensão de conflitos específicos, revelou-se redutor e mesmo iatrogênico quando confrontado com sofrimentos que emanam não de um funcionamento psíquico deficitário, mas da própria condição de existir. Ao patologizar a tensão, essa tradição corre o risco de silenciar a interpelação ética que a constitui.

A articulação com a filosofia existencial, em especial com Martin Heidegger e Karl Jaspers, permitiu-nos um reposicionamento radical dessa compreensão. A analítica heideggeriana do *Dasein* forneceu a estrutura ontológica formal da tensão, descrevendo o ser humano como o ente lançado, marcado

pela facticidade, e sempre em projeto, aberto à possibilidade. Já a filosofia de Jaspers concretizou essa estrutura na experiência ética das situações-limite. Juntos, eles permitiram a Frankl transpor a tensão do registro do *pathos* (um sofrimento a ser extirpado do sujeito) para o registro do *êthos*: um modo-de-ser constitutivo, cuja saúde se mede não pela ausência de conflito, mas pela capacidade de responder a um apelo. Desse diálogo, emerge a noção de existência como tarefa e de consciência como “órgão de sentido”, fundamentos antropológicos da Logoterapia.

Nesse sentido, a tensão existencial noodínâmica em Frankl não é um resíduo patológico. Ela é a expressão vivencial de que o ser humano é, em sua estrutura, uma abertura convocada. O hiato entre o ser, isto é, a facticidade da tríade trágica, e o dever-ser entendido como o sentido que se apresenta como possibilidade única, não constitui um vazio a ser preenchido por equilíbrio, mas o espaço dinâmico no qual a liberdade se exerce com a responsabilidade. A autotranscendência, o sair-de-si em direção a um valor, a uma pessoa, a uma obra, é o movimento que esta tensão possibilita e exige.

As implicações clínicas desse paradigma são indiscutíveis. O sofrimento psíquico patológico, como na depressão ou nos estados ansiosos crônicos, não é causado pela tensão existencial, mas pela restrição noológica, o bloqueio da capacidade de responder a ela. A clínica, conseqüentemente, desloca seu foco: o objetivo deixa de ser a eliminação da angústia ou a busca de um equilíbrio homeostático imaginário. Em seu lugar, a tarefa psicoterapêutica torna-se a de reconstruir as condições de possibilidade para a resposta. Isso implica facilitar o autodistanciamento (para que o sujeito não seja o seu sintoma), clarificar o campo dos valores e, sobretudo, restituir ao paciente, ainda que de forma mínima inicial, a experiência concreta de ser um agente responsável, capaz de encontrar e realizar um sentido singular mesmo no limite do sofrimento.

Em última instância, a investigação conduzida demonstra que a Logoterapia e Análise Existencial propõem muito mais do que uma técnica psicoterapêutica. Elas oferecem uma antropologia filosófica fundamentada, que reconhece na tensão entre o ser e o dever-ser não o germe da doença, mas o núcleo saudável da existência humana. Nesse horizonte, o sofrimento deixa de ser um inimigo a ser erradicado e pode ser reinserido no âmbito mais amplo da condição humana, configurando-se como lugar de interrogação e, potencialmente, de encontro com um sentido que, precisamente por ser conquistado na luta, confere dignidade e profundidade à vida.

Referências

BRUZZONE, D. Persona y valores entre la fenomenologia y el analisis existencial. **Nous**. Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial, 2012.

FERREIRA, F. N. **Fenomenologia e Logoterapia**: Caminhos para uma psicopatologia integralizada. Curitiba: CRV, 2025.

FRANKL, V. **Fundamentos Antropológicos da Psicoterapia**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1978.

_____. **Sede de sentido**. São Paulo: Quadrante, 2003.

_____. **A Vontade de Sentido** – Fundamentos e Aplicações da Logoterapia. São Paulo: Paulus Editora, 2011.

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

_____. **Teoria e terapia das neuroses**: introdução à logoterapia e à análise existencial. São Paulo: É Realizações, 2016.

_____. **O sofrimento humano: fundamentos antropológicos da psicoterapia.** São Paulo: É Realizações, 2019.

_____. **Psicoterapia e Existencialismo** – textos selecionados em logoterapia. São Paulo: É Realizações, 2020.

_____. **A falta de sentido: Um desafio para a psicoterapia e a filosofia.** 1.ed. Auster, 2021.

FREUD, S. (1913) **Múltiple interés del psicoanálisis.** In: FREUD, S. Obras completas de Sigmund Freud. Madrid: Biblioteca Nueva, 1973.

_____. (1900) **A interpretação dos sonhos.** In: _____. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, Rio de Janeiro, Imago, 1980.

_____. (1905) **Três ensaios sobre a teoria da sexualidade.** In: _____. Edição Standard Brasileira das obras completas, vol. VII. Rio de Janeiro: Imago, 1976.

_____. (1923) **O ego e o id.** In: _____. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, Rio de Janeiro, Imago, 1980.

_____. (1915) **A repressão.** In: _____. Edição Standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud. Rio de Janeiro: Imago Editora, 1996.

HEIDEGGER, M. **Ser e Tempo.** Parte I. 8ª Ed. Editora Vozes: Petrópolis, 1999.

JASPERS, K. **Introdução ao pensamento filosófico.** Tradução de Leonidas Hegenberg e Octanny Silveira da Mota. São Paulo: Cultrix, 2002.

_____. **Caminhos para a sabedoria: uma introdução à vida filosófica.** Tradução de Cláudia Dornbusch. Petrópolis: Vozes, 2022.

LUKAS, E. **Logoterapia a força desafiadora do espírito: métodos de logoterapia.** São Paulo: Loyola, 1989.

MARTÍNEZ, E. **El dialogo socrático en la psicoterapia.** Colombia: SAPS, 2012.