Um Olhar da Logoterapia Sobre o Suicídio:
Análise de Cenas da Série “Um Milhão de Coisas”

Ezilene de Oliveira e Seíra Cosmo de Oliveira Carlos

Resumo

O presente artigo pretende fazer uma análise de cenas da primeira temporada da série “Um Milhão de Coisas”, dialogando com conceitos da teoria Frankliana como aporte teórico. Tem como objetivo geral analisar as possíveis contribuições teóricas da Logoterapia no cuidado de pessoas com ideações e tentativas de suicídio e como objetivos específicos conceituar na concepção da Logoterapia temas como: sentido da vida, categorias de valores (atitude, vivência e criação), vazio existencial, tríade trágica e transitoriedade da vida. O método é qualitativo, através de um estudo de caso dos episódios da primeira temporada da série. Para a análise dos dados, foi utilizada a análise de conteúdo de Bardin. Os estudos se deram através dos livros de Viktor Emil Frankl. Neste estudo conclui-se que a Logoterapia pode auxiliar o ser humano na descoberta do sentido da vida de maneira a superar seus momentos de desistência, apresentando alternativas terapêuticas para o despertamento da consciência e da responsabilidade perante sua própria existência. A falta de sentido para a vida pode desencadear tanto tentativas como a efetivação do suicídio mesmo não sendo a causa predominante e que a Logoterapia pode minimizar esses riscos auxiliando o ser humano a encontrar o sentido para a sua vida.

Palavras Chaves: suicídio, sentido da vida, Logoterapia

Abstract

This article intends to analyze scenes from the first season of the series “A Million Little Things”, dialoguing with concepts of the Franklian theory as a theoretical contribution. Its general objective is to analyze the possible theoretical contributions of Logotherapy in the care of people with suicidal ideations and attempts and as specific objectives to

conceptualize in the conception of Logotherapy themes such as: meaning of life, categories of values (attitude, experience and creation), existential emptiness , tragic triad and transience of life. The method is qualitative, through a case study of the episodes of the first season of the series. For data analysis, Bardin's content analysis was used. The studies took place through the books of Viktor Emil Frankl. In this study it is concluded that Logotherapy can help the human being to discover the meaning of life in order to overcome their moments of giving up, presenting therapeutic alternatives for the awakening of conscience and responsibility towards their own existence. The lack of meaning in life can trigger both attempts and the effectuation of suicide even though it is not the predominant cause and that Logotherapy can minimize these risks helping the human being to find the meaning for his life.

Keywords: suicide, meaning of life, Logotherapy

Introdução

O presente artigo tem como objetivo geral analisar as possíveis contribuições teóricas da Logoterapia no cuidado de pessoas com ideações e tentativas de suicídio. O estudo também visa, como objetivos específicos, conceituar na concepção da Logoterapia o sentido da vida, categoria de valores (atitude, vivência e criação), vazio existencial, tríade trágica e transitoriedade da vida. Nesta perspectiva, este artigo procura responder o tema principal desta pesquisa que é “Um Olhar da Logoterapia Sobre o Suicídio: Análise de Cenas da Série “Um Milhão de Coisas”, tendo como problema: Qual a contribuição da Logoterapia na compreensão e auxílio à pessoa com ideação ou tentativa de suicídio relacionando a dois personagens da Série “Um Milhão de Coisas”: Jonathan Dixon e Rome Howard.

A série escolhida recebeu o título “Um Milhão de Coisas” por causa de um ditado que diz que “a amizade não é uma coisa grande – é um milhão de pequenas coisas” e traz um grupo de amigos: Jonathan Dixon, Rome Howard, Eddie Saville e Gary Mendez, que se conhecem quando ficam presos em um elevador, e suas respectivas esposas e namorada Delilah Dixon, Regina Howard, Katherine Saville e Maggie Bloom. A trama se inicia quando

Jonathan Dixon comete suicídio, afetando o grupo profundamente, uma vez que, este era o responsável pela união entre os amigos. Após o acontecimento, os personagens tentam buscar por resposta do porquê seu amigo, aparentemente feliz e bem sucedido, realizar tal ato. Nessa tentativa, os protagonistas passam a questionar suas próprias vidas e relacionamentos.

A relação entre o seguinte artigo e a série se dá ao fato de “Jon” Dixon interpretado pelo ator Ron Livingston, cometer suicídio no primeiro episódio interrompendo a tentativa de suicídio de Rome Howard, interpretado pelo ator Romany Malco, fatos que despertaram a atenção pela relação com este estudo.

Logoterapia e Análise Existencial e o Sentido da Vida

Viktor Emil Frankl (1905–1997), psiquiatra e neurologista, fundador da Logoterapia e Análise Existencial, conhecida como a terceira escola vienense de psicoterapia, propôs uma visão de homem “como um ser em busca de sentido, como um ser responsável pela realização desse sentido” (Frankl, 2011, p. 196).

A teoria Frankliana apresenta uma visão antropológica e ontológica que contempla o ser humano como uma unidade tridimensional, apresentando a dimensão somática ou biológica, a dimensão psicológica ou anímica e a dimensão espiritual ou noética. As três dimensões representam a totalidade do homem. Frank (2012) explica que “o homem – por mais que ele possa se mostrar como um ser espiritual, por mais que ele possa ser, em essência, espiritual – é uma unidade e uma totalidade corporal e psíquica” (p. 70).

Na visão da Logoterapia a existência humana (ser-no-mundo) é considerada única e irrepetível. Frankl (2020) menciona que:

> Cada qual tem sua própria vocação ou missão específica na vida; cada um precisa executar uma tarefa concreta, que está a exigir realização. Nisso, a pessoa não pode ser substituída, nem pode ser sua vida repetida. Assim a tarefa de cada um é tão singular como a sua oportunidade específica de levá-la a cabo. (p. 133)

Nesta perspectiva, nenhuma outra pessoa pode responder por aquilo que somente ela necessita realizar como sua missão. Este autor descreve que apesar dos

condicionamentos e influências do meio, a pessoa é livre para tomar decisões e assumir uma atitude frente as condicionantes.

Frankl (2011) aponta que a visão de homem da Logoterapia encontra-se baseada em três pilares. O primeiro deles, a liberdade da vontade, que constitui a imagem do homem, refere-se às possibilidades da atitude livre diante das situações. Significa a liberdade da vontade de um ser finito, “o homem não é livre de suas contingências, mas, sim, livre para tomar uma atitude diante de quaisquer que sejam as condições que sejam apresentadas a ele” (p. 26).

De acordo com Frankl (2020) o segundo pilar é a vontade de sentido que constitui a motivação primária de todo ser humano e refere-se a busca contínua por um sentido em sua vida. A vontade de sentido é a força motriz que estimula o homem na busca por encontrar propósito, um sentido na vida. No momento em que o homem tem a vontade de sentido frustrada, ele pode deparar-se com o vazio existencial, que para Frankl (2020) é apontado como um fenômeno do século XX e “manifesta-se principalmente num estado de tédio” (p.131). O vazio existencial se apresenta por debaixo de inúmeras dissimulações, como, por exemplo, a busca por poder, prazer ou dinheiro. Este autor menciona que o vazio existencial pode levar a muitos casos de adoecimento psíquico, como a depressão e ao suicido.

O terceiro pilar, o sentido da vida, como explica Frankl (2020), difere para cada pessoa, podendo variar a cada momento e em cada situação específica. O autor afirma que existe um sentido para a vida pelo qual o homem vive a buscar e este tem a liberdade de se comprometer ou não em realizar este sentido. Em cada situação na vida surge um desafio e um problema a ser resolvido, não cabendo a pessoa questionar qual o sentido de sua vida, mas sim reconhecer que é ela que está sendo interrogada pela vida e que somente ela pode responder, sendo responsável por sua própria vida. “A Logoterapia vê na responsabilidade (responsibleness) a essência propriamente dita da existência humana”. (p. 134).

A teoria Frankliana classifica três grupos de valores como caminhos para o ser humano encontrar o sentido: a) valores de criação: trata-se do que o homem oferece ao mundo por meio de seu trabalho, obras e criações; b) valores de vivência: que se refere ao que o mundo proporciona ao homem, em termos de encontros e experiências e; c) valores de atitude: que diz respeito à postura que o homem toma diante de um sofrimento inevitável na vida e que não tem como modificar. Na categoria dos valores de atitude o autor apresenta que o sofrimento decorre da tríade trágica com seus três elementos: “dor, culpa e morte” (Frankl, 2011, p. 94) e expõe que não existe um único ser humano capaz de falar que em nenhum momento sofreu, que em tempo algum falhou e que não morrerá. O autor relata que, dependendo da atitude que a pessoa assume, não há nenhum aspecto negativo da existência que não possa ser transformado em conquistas positivas.

Em relação ao sofrimento, a atitude que se toma está associada a um destino, um curso que não pode ser mudado. Quando se trata da culpa, a atitude tomada refere-se a si mesmo, a poder mudar-se, ao privilégio de “definir-se e redefinir-se” (Frankl, 2011, p. 95). O terceiro elemento da tríade trágica, a morte, não tira o sentido da vida, o que foi feito não pode ser desfeito, diz respeito a transitoriedade da vida, “em face do caráter transitório da vida, o ser humano é responsável por recorrer às oportunidades que lhe aparecem para atualizar suas potencialidades e realizar valores” (p. 96).

Segundo Frankl (1973) responsabilidade significa responder aos chamados que a vida nos coloca a cada instante. Entre várias possibilidades, a escolha que se faz de realizar uma delas em certa situação descarta qualquer outra possibilidade de realizar-se nesse momento, privando-o do que deixa de escolher, já que cada momento é irrepetível. Poderíamos dizer que o suicídio também é uma escolha?

Suicídio

Suicídio, segundo o Dicionário de Logoterapia, significa a “expressão extrema da frustração existencial, na qual o homem, levado pelo desespero, se sente impossibilitado de considerar a vida como um valor, sob qualquer circunstância”. (Guberman & Soto, 2006, p. 85).

A Organização Mundial da Saúde aponta o suicídio como uma das principais causas de mortalidade no mundo. Tedros Adhanom Ghebreyesus, diretor-geral, afirma que "Não podemos - e não devemos - ignorar o suicídio" sendo inegável a discussão de tal tema (Brasil N.U, 2021). Segundo estatísticas desta organização, em 2019, mais de 700 mil pessoas morreram por suicídio, sendo uma em cada 100 mortes. Este estudo aponta que o suicídio foi a quarta maior causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos. As taxas variam entre países e regiões, sendo que a maioria das tentativas de suicídio é entre os homens (12,6 por cada 100 mil homens) e ocorrem geralmente em países de alta renda.

Preocupada com estes índices a Organização Mundial da Saúde criou estratégias para limitar o acesso aos métodos de suicídio e educar a mídia sobre a cobertura responsável do suicídio, neutralizando relatos de suicídio com histórias de recuperação bem-sucedidas de problemas de saúde mental ou pessoas com pensamentos suicidas. Sugere trabalhar com empresas de mídia social para aumentar sua conscientização sobre o tema, melhorar seus protocolos de identificação e remoção de conteúdos prejudiciais, promover o desenvolvimento de habilidades socioemocionais para a vida dos adolescentes e fazer uma identificação precoce, avaliação, gestão e acompanhamento de pessoas afetadas por pensamentos e comportamentos suicidas (Brasil N.U, 2021).

Frankl (2012) convida a reflexão: “O que é o suicídio, porém, senão um não à questão acerca de um sentido da vida?” (p. 303). A Logoterapia entende que o suicídio é “um grito não escutado por um sentido para a vida” (pp. 18,19) Nesse momento surge a pergunta: “Sobreviver? Mas para quê? Em nossos dias um número cada vez maior de indivíduos dispõe de recursos para sobreviver, mas não de um sentido pelo qual viver”. (Frankl, 2005, p.19).

Frankl (2018) cita um estudo científico produzido a partir de cinquenta tentativas de suicídio que constata que nem a doença, nem problemas financeiros, conflitos profissionais ou outros fatores se referem como causa destas tentativas, mas a “ausência de esperança, ausência de conteúdo, gerando o tédio e, portanto, a insatisfação dos anseios humanos, na luta do indivíduo por um conteúdo de vida válido” (p. 125).

Este teórico esclarece que o ser humano é um ser em busca de sentido e mesmo que ainda não o tenha encontrado, o homem acredita num sentido até seu último suspiro. Frankl (2015) aponta que “o suicida também crê num sentido, ainda que não de vida, de continuação da vida, mas ao menos no sentido da morte. Se não acreditasse realmente em nenhum sentido, não teria forças sequer para mover um dedo e, portanto, cometer o suicídio” (p. 88). Frankl (2019) ressalta que se o suicida tivesse consciência de algo como um sentido na vida, não levaria a cabo o seu propósito. O autor também apresenta a importância do posicionamento espiritual que o homem assume frente as suas dores e da realização de “valores atitudinais através ‘do’ sofrimento e ‘no’ sofrimento” (p. 297).

Metodologia

O método é qualitativo, trata-se de um estudo de caso, embasado nas contribuições da teoria de Viktor Emil Frankl como aporte teórico, tendo como objeto cenas da Série “Um Milhão de Coisas”, onde se manifestam ideações, tentativas de suicídio e suicídio. O estudo de caso, segundo Gil (2002), “consiste no estudo profundo e exaustivo de um ou poucos objetos, de maneira que permita o seu amplo e detalhado conhecimento” (p.54).

Como referencial de análise dos dados foi utilizada a análise de conteúdo, em concordância a Bardin (2011) quando menciona que “a elaboração das deduções específicas sobre um acontecimento” (p.145), sendo as cenas da série o acontecimento. Foram levados em consideração seu tema e personagens, escolhidos como unidade de registro para o levantamento de conclusões. Segundo esta autora é uma codificação, interpretação dos dados estudados. Ela descreve que “as obras de ficção (filmes, emissões, romances, bandas desenhadas, fotonovelas, peças de teatro) podem ser analisadas segundo seus personagens: Quem e em qual ocasião? Com que papel? Em que situação?” (Bardin, 2011, p. 136).

Descrição da Série “Um Milhão de Coisas”

A série teve transmissão original em 26 de setembro de 2018, emissão original da ABC Studios, distribuída em quatro temporadas, com 62 episódios disponibilizados. Para o estudo de caso, foi feito um recorte de cenas da primeira temporada, com 17 episódios,

focando em dois personagens do enredo: Jonathan Dixon interpretado pelo ator Ron Livingston e Rome Howard interpretado pelo ator Romany Malco que já no primeiro episódio despertou a atenção pela relação com este artigo por apresentar o tema do suicídio.

O enredo acompanha um grupo de quatro amigos que se conheceram quando ficaram presos dentro de um elevador. O primeiro episódio, “Piloto”, mostra o grupo Eddie (David Giuntoli), Gary Mendez (James Roday) e Rome Howard (Romany Malco) tentando entender os motivos que levaram Jonathan Dixon (Ron Livingston) a acabar com a própria vida. Enquanto buscam as explicações, lidam também com o sentimento de culpa por não o terem ajudado e não terem percebido sinais de tristeza, stress ou depressão no amigo.

Jonathan Dixon, carinhosamente chamado de “Jon”, primeiro personagem da unidade de registro, é um corretor imobiliário, aparentemente bem-sucedido, casado com Delilah Dixon (Stephanie Szostak) com quem teve dois filhos, Sophie (Lizzy Greene) e Danny (Chance Hurtfield).

Rome Howard, o outro personagem como unidade de registro, é diretor comercial, insatisfeito com o seu trabalho, sonha em produzir seu próprio filme. Regina Howard (Christina Moses), sua esposa, chefe de cozinha, o apoia ao longo da série.

Os demais personagens são Maggie Bloom (Alisson Miller), psicóloga clínica especialista em depressão, foi incluída no contexto ao conhecer Gary Mendez (James Roday), corretor de seguros, em um grupo de apoio a pacientes em remissão do câncer de mama. Eddie (David Giuntoli), músico que abandonou sua carreira devido ao alcoolismo, dá aula de violão, casado com Katherine Kim (Grace Park), advogada renomada com quem tem um filho, Theo (Tristan Byon). Estes foram apresentados para melhor compreensão nas descrições das cenas.

Entrelaçando a Logoterapia e “Um Milhão de Coisas”

A seguir serão descritos recortes de cenas da primeira temporada da série “Um Milhão de Coisas” e as falas dos personagens selecionados para a unidade de registro entrelaçados aos conceitos da Logoterapia: sentido da vida, valores de atitude, valores de vivência, valores de criação, vazio existencial, tríade trágica, encontro existencial,

depressão e transitoriedade da vida. Forma pela qual pretende-se responder à questão: Qual a contribuição da Logoterapia na compreensão e auxílio à pessoa com ideação e tentativa de suicídio? Para isto foram criadas duas categorias para análise de conteúdo, uma sobre o suicídio e a outra sobre o sentido da vida, sendo estas divididas em unidades de análise a partir do conteúdo das obras de Viktor Frankl. Foram elaboradas duas tabelas de unidade de registro para representar estas categorias e unidades de análise como segue:

Tabela 1

Unidade de Registro: Jonathan Dixon

Categoria: Sobre suicídio	
Unidade de Análise	**Episódio**
Suicídio	1,12
Pensamentos suicidas	1,12
Categoria: Sentido da Vida	
Unidade de Análise	**Episódio**
Depressão	1
Valores de Vivência	11,17
Vazio Existencial	1
Transitoriedade	11
Tríade Trágica	13,17

Tabela 2

Unidade de Registro: Rome Howard

Categoria: Sobre suicídio	
Unidade de Análise	**Episódio**
Tentativa de suicídio	1
Pensamentos suicidas	2,7
Prevenção de suicídio	11,16
Categoria: Sentido da Vida	
Unidade de Análise	**Episódio**
Depressão	5,9
Encontro Existencial	2,3
Valores de Atitude	6
Valores de Criação	16
Valores de Vivência	7
Vazio Existencial	1, 6, 17

Categoria 1: Sobre o Suicídio

A categoria 1 “Sobre o Suicídio” tem como unidades de análise aspectos categorizadores: suicídio, tentativa de suicídio, pensamentos suicidas e prevenção de suicídio com a descrição das cenas dos episódios mencionados.

Primeira Unidade de Análise: Suicídio.

O suicídio, na unidade de registro Jon Dixon, pode ser destacado nos episódios 01 e 12. O episódio 1 – Piloto - (01:14) inicia com uma conversa de Jon ao telefone, se arrumando e negociando um aluguel de imóvel. (04:27) Jon comete suicídio. Para Frankl (2019) “o comportamento do homem não é ditado pelas condições, mais pela posição que toma diante delas” (p. 233). Para este autor, o suicídio representa a radicalidade do desespero da pessoa que, não exercendo sua liberdade e responsabilidade para a realização de valores, não consegue descobrir o sentido da vida. Frankl (2005) explica que “entendemos como realização a realização de si através de um sentido e como desespero, o desespero devido à falta aparente de sentido para a própria vida” (p. 45).

Frankl (2020) afirma que “a preocupação ou mesmo o desespero da pessoa sobre se a sua vida vale a pena ser vivida é uma angústia existencial, mas de forma alguma uma doença mental. [...] A Logoterapia considera sua tarefa ajudar o paciente a encontrar sentido em sua vida” (p. 128).

No episódio 12 – O Dia Antes – repete-se a cena deste suicídio. (38:31) Jon conversa sobre negócios ao telefone, (39:38) agradece Allan, observa a paisagem e a rua. (39:53), Ashley Morales, secretária de Jon, recebe um envelope contendo passagem de Boston para Barcelona e recorda a conversa com ele na noite anterior. (41:37) Ela segue em direção a varanda e assiste o suicídio de Jon. (42:20) Ashley liga para Gary.

Frankl (2005) afirma que “se não existir algum sentido para seu viver, uma pessoa tende a tirar-se a vida e está pronta para fazê-lo mesmo que todas suas necessidades sob

qualquer aspecto estejam satisfeitas" (p. 18). Faltou a Jon perceber que a vida tem sentido em todas as circunstâncias.

Segunda Unidade de Análise: Tentativa de Suicídio.

Na unidade de registro Rome Howard, pode ser identificada no primeiro episódio Piloto. (02:54) Rome escreve uma carta de despedida para Regina e enche a boca de comprimidos, recebe a ligação de Gary. (04:37): "Não vai acreditar nisso, é o Jon, ele se matou". Rome cospe todos os comprimidos. Frankl (1973) afirma que

> Mesmo que apenas um dentre os muitos que tentam o suicídio, por estarem convencidos de não haver saída para a sua situação, não tivesse tido razão; mesmo que só nesse caso, apesar de tudo, se encontrasse mais tarde uma outra saída, - mesmo que se assim fôsse, digo, qualquer tentativa de suicídio careceria de justificação (p. 88).

Terceira Unidade de Análise: Pensamentos Suicidas.

Os episódios 1 e 12 destacam os pensamentos suicidas do personagem Jon. (0:36) Em sua fala, no episódio 1, Jon dá sinais da sua intenção: "Agora tem uma coisa que preciso fazer, então, eu tenho exatamente cinco minutos para resolver isso, mas só para ficar claro uma coisa, ao final dessa ligação ou teremos um acordo ou nunca mais teremos um acordo". Frankl (2005) afirma que, tomar uma posição diante de uma situação difícil é a possibilidade de transformar a tragédia em triunfo pessoal. O autor diz que, quando não temos condição de mudar uma situação, então somos estimulados a mudar a nós mesmos. Frankl (2015) aponta que é possível encontrar um sentido também no sofrimento.

Nas cenas do episódio 12, na véspera de sua morte, (12:16) Jon se esforça em organizar sua vida pessoal e profissional. Tem uma negociação frustrada e sinaliza para sua secretária que acabou, deixa um envelope com o nome de Delilah, mostra para a secretária o apartamento que viveu quando jovem e ela pergunta se esse era o motivo para comprar o quarteirão. Jon: "Eu queria que você visse. Queria que visse pelo que tivemos trabalhando tanto". Ela pergunta: "Antes que fosse muito tarde?" E ele afirma: "É tipo isso". (27:22) Jon passa em seu escritório, coloca o envelope "Letledge" atrás de um quadro, nomeia outro

envelope “Bárbara Morgan”. Olha no celular, lê a mensagem de Delilah que o aguarda no restaurante (29:25). Ao chegar no restaurante Jon vê Eddie beijando a mão de Delilah. (30:20) Jon volta para casa, passa no quarto e pede “Desculpa” para Delilah que finge dormir. Frank (2015) revela que o homem, em virtude da sua vontade de sentido, procura um sentido e pode encontrá-lo mesmo em uma situação de sofrimento inevitável, “somente a firmeza e a atitude permitem que o homem dê testemunho de algo que só ele é capaz: transformar e remodelar o sofrimento no nível humano para torná-lo uma realização” (p. 27).

Os pensamentos suicidas, relativos ao personagem da segunda unidade de registro, Rome Howard, foram destacados nos episódios, 02, 07 e 12. No episódio 2 – A Banda dos Pais - Rome continua com pensamentos suicidas. (04:58) Ele deixa um bilhete para Regina dizendo “Não consegui dormir, vou dar uma volta. Beijo” Vai para o escritório de Jon e se imagina subindo no vidro para morrer como Jon, mas não o faz. Frankl (2005) afirma que

> o risco de suicídio não depende da intensidade dos impulsos internos da pessoa, mas de sua resposta, como pessoa, para os impulsos. E tal reação por sua vez dependerá basicamente do que o indivíduo descubra ou não em sua sobrevivência algo cheio de sentido, ainda que doloroso (p. 75).

No episódio 7 – Eu te Desafio - (11:53) Rome está no Hospital Geral sentindo dores fortes e na entrevista Regina conta que ele tentou tirar a própria vida e está tomando antidepressivo. A profissional de saúde pergunta a Rome se ele tomou alguma coisa que possa ter causado a dor e, ao ser questionado se ele ainda tem estes sentimentos, ele fica em silêncio. A enfermeira pede para Regina sair para conversar com Rome. Frankl (1973) recomenda que, nas entrevistas direcionadas a pessoas com intenções suicidas, deve-se perguntar “a respeito dos pensamentos de suicídio, isto é, perguntemos-lhe se pensa em suicidar-se ou, conforme o caso, se persiste nas ideias suicidas que antes manifestou” (p.60). Esta entrevista verifica a presença ou não do “taedium vitae” (p. 60). As pessoas que têm argumentos para viver, motivos para viver, não apresentam mais ideações suicidas.

Quarta Unidade de Análise: Prevenção de Suicídio.

A prevenção de suicídio pode ser identificada no episódio 11 – Segredos e Mentiras – (29:37) quando mostra uma corrida em prol da prevenção ao suicídio e no episódio 16 – O Rosário. (33:09) Ao tomar água, Rome lê no mural do hospital sobre a Linha Nacional de Prevenção ao Suicídio, pega o número, liga e diz: “Eu não estou precisando de ajuda. Eu estou ligando para saber como posso ser voluntário”.

Considera-se que a Logoterapia tem uma contribuição a oferecer no trabalho de prevenção ao suicídio quando Frankl (2019) afirma que “também dos ‘aspectos negativos’, e talvez justamente deles, pode-se ‘auferir’ um sentido pleno, transformando-os em algo positivo: o sofrimento em realização, a culpa em mudança, a morte em um estímulo para a ação responsável” (p. 84). O autor continua apontando o sentido de vida como fator de prevenção quando diz que cometer o suicídio geralmente origina-se de uma depressão, do sentimento de ausência de sentido e que poderia ter sido evitado se esta pessoa houvesse tido conhecimento de algo como um sentido em sua vida. Para Frankl (2021)

> Existem, portanto, situações nas quais a pessoa está colocada dentro de uma opção de valores, diante de princípios mutuamente contraditórios. Para não optar de forma arbitrária a pessoa dependerá novamente da sua consciência, sendo que exclusivamente a consciência a capacita a tomar uma decisão livre, mas não arbitrária e sim responsável (p. 86).

Categoria 2: Sentido da Vida

A categoria “Sentido da Vida” foi distribuída em oito unidades de análise, sendo elas: depressão, encontro existencial, valores de atitude, valores de criação, valores de vivência, vazio existencial, transitoriedade da vida e tríade trágica.

Primeira Unidade de Análise: Depressão.

A depressão, como unidade de análise da unidade de registro Jonathan Dixon, se apresenta no episódio 1 – Piloto, na cena (21:46) em que os amigos questionam porque Jon não pediu ajuda. Regina diz que para muita gente isso é tabu. (22:04) Maggie completa: “Talvez ele tenha perdido a noção do horizonte. Isso é depressão”. E se apresenta como psicóloga clínica especialista em depressão. (23:55) – Rome pede o cartão de Maggie.

(26:03) Delilah, esposa de Jon diz: “Como pude não saber, como eu pude não ver”. Frankl (2020) menciona que

> Nem todo caso de depressão pode ser atribuído a um sentimento de falta de sentido. Tampouco o suicídio – a que a depressão, às vezes, leva a pessoa - sempre é resultado de um vazio existencial. Contudo, mesmo que todo e qualquer caso de suicídio não tenha sido levado a cabo por causa de um sentimento de falta de sentido, é bem possível que o impulso de tirar a vida tivesse sido superado se a pessoa tivesse estado consciente de algum sentido e propósito pelos quais valesse a pena viver (p. 165).

A depressão, da unidade de registro do personagem Rome Howard, categoria Sentido da Vida, pode ser observada nos episódios 05, 09 e 15. No episódio 05 – O Jogo da Sua Vida - (07:31) Rome vai ao psiquiatra indicado por Maggie no Hospital Geral de Boston e expõe: “tem uma parte de mim que sente que eu não posso contar a eles que eu preciso de ajuda. Eu tenho que ser mais forte que isso”. (08:04) Médico: “Você tem o direito de sentir-se deprimido, tem o direito de reconhecer que está infeliz, e você tem o direito de ser feliz”. (08:26) “Algum caso de depressão na sua família?” (08:40) O médico aconselha: “Eu acho que deveria perguntar para seus pais. E continue falando comigo, se ajudar. Enquanto isso, vou começar com um antidepressivo”. Rome pega a receita. Frankl (2011) diz que “em situações nas quais há o que a psiquiatria chama de depressão endógena, é perfeitamente legítimo o uso de fármacos” (p.40).

Seguindo a orientação médica, (14:50) Rome passa na casa dos pais, pergunta ao pai se ele já se sentiu triste por mais de dois dias. O pai responde que “talvez, depois que sua avó morreu. Todo mundo fica triste, filho. Ficar triste faz parte da vida”. (28:23) Rome se despede e sua mãe diz: “Olha, eu ouvi o que você conversou com o seu pai. Não deixe ele te enganar. Ele teve os dias sombrios dele também. Acredite, você tem que se cuidar. Não só por você, pela Regina também”. (40:00) Rome toma o antidepressivo. Frankl (2019) afirma que a depressão orgânica “representa uma doença hereditária e resulta, como tal, de uma disposição específica psicofísica. Somente essa disposição é transmissível, nada mais;

não é transmissível, portanto, a maneira de lidar com ela" (p. 227). O autor menciona que "tal maneira não é 'disposta' hereditariamente, nem é predominantemente psicofísica; baseia-se na liberdade, e, por conseguinte, na responsabilidade da pessoa espiritual à qual deve ser atribuída" (p. 227). Frankl (2019) mostra que "a logoterapia não somente pressupõe o espiritual e o mundo objetivo do sentido e dos valores como também se serve deles para fins terapêuticos" (p. 253).

No episódio 9 – Perspectiva – (03:22) Regina lembra Rome de tomar o antidepressivo. (14:59) O pai de Rome encontra o vidro com os medicamentos e pergunta: "O que é isso?" (25:57) "Pai, eu tentei cara. Eu tentei ser o homem que você me ensinou a ser, eu tentei não pedir ajuda". (26:07) Pai: "Ajuda para que?" E Rome desabafa: "Às vezes, eu fico muito triste sem motivo. Na verdade, muitas vezes. Eu tenho depressão clínica. Tenho faz um tempo". Frankl (2005) menciona que a depressão pode levar algumas pessoas ao suicídio, porém, existem casos de pessoas que conseguem vencer o impulso de suicidar-se encontrando e realizando sentido.

Segunda Unidade de Análise: Encontro Existencial.

A segunda unidade de análise, encontro existencial, é o que Frankl (2011) afirma só ser possível quando ocorre entre "seres humanos que confrontam um ao outro com logos, isto é, com o sentido de seu ser" (p. 18), como o encontro de uma pessoa diante de outra pessoa, realçando a importância da relação humana, inclusive a relação construída entre o terapeuta e o paciente. Isto pode ser destacado nos episódios descritos a seguir.

No episódio 2 – A Banda dos Pais - (26:58) Rome leva café para Maggie, pede que ela seja sua terapeuta, conta que quando recebeu a ligação de Gary estava com a boca cheia de comprimidos e se compara ao amigo Jon, o que Maggie responde: "Tem uma maneira de diferenciar você e o Jon. Você pegou o telefone, atendeu a ligação de Gary. Você tomou a decisão de viver". Maggie ainda ressalta a necessidade dele, por um tempo, trocar de papel com a esposa, deixando de ser o que cuida e permitindo ser cuidado.

Frankl (1973) afirma que a psicoterapia é arte e técnica e que o psicoterapeuta deve posicionar-se no encontro existencial, considerando a importância da relação humana entre

o paciente e o terapeuta, nos métodos que o paciente se adequa, na técnica que atende melhor às necessidades do paciente, criar condições para acolher a pessoa como ser único, singular, em sua individualidade e totalidade. Este autor diz que o papel do psicoterapeuta constitui em auxiliar a pessoa a tornar-se capaz de descobrir por si mesmo o sentido de sua existência, ampliando o seu campo de visão para que esta reconheça as possibilidades de sentido e de valores.

No episódio 3 – Reserve a Data - (05:03) Rome volta a procurar Maggie: “Eu fico mais confortável com você, depressão é a sua especialidade. Eu não tenho coragem de falar com mais ninguém. Você tem ideia do quanto me custou vir até aqui?” Na equação desenvolvida por Frankl (2016), para determinação do método de escolha (Ψ): “Ψ = x + y onde o x representa o caráter único e individual da personalidade do paciente e o y a personalidade não menos única e individual do terapeuta” (p. 15). O autor realça a importância da intervenção da Logoterapia, respeitando a unicidade e individualidade do paciente, com um método adequado aquela pessoa e em determinada situação, e a capacidade do terapeuta de individualizar e improvisar, compreendendo a unicidade da pessoa.

Terceira Unidade de Análise: Valores de Atitude.

Os valores de atitude, terceira unidade de análise da categoria Sentido da Vida, referem-se a postura que a pessoa assume diante de situações as quais não pode modificar ou evitar. Para Frankl (1973) “a essência de um valor de atitude reside precisamente no modo como um homem se submete ao irremediável” (p. 155), terceira unidade de análise do personagem Rome Howard.

No episódio 6 – Inesperado - (02:50) Rome nega uma taça de vinho e diz a Gary que não pode beber, pois, começou a tomar o antidepressivo. (10:01) Começa a escrever o filme sobre o grupo de amigos. A atitude do personagem diante da depressão orgânica foi iniciar o tratamento medicamentoso. Frankl (1973) comenta que “do ponto de vista somático, a depressão endógena representa uma baixa vital” (p. 274) e “à vista das

componentes endógenas da sua doença foi-lhe prescrita uma terapia medicamentosa, iniciando-se, portanto, um tratamento aplicado a fatores somáticos" (p. 133).

Quarta Unidade de Análise: Valores de Criação.

A quarta unidade de análise, valores de criação, pode ser observada no episódio 16 - O Rosário – Para Frankl (2011) os valores de criação se realizam quando alguém oferece algo de si mesmo ao mundo e Rome teve a possibilidade de construir o roteiro do filme como obra. (22:43) Rome vê um rapaz com o roteiro de seu filme na mão. O rapaz indaga: "Posso te perguntar uma coisa? O Leo contou a verdade para Nina?" - Rome: "O que?" _ "Eu tenho que saber cara!" Rome questiona: "Aí, você gostou?" – "Sim. É ótimo! Ele conta para ela?" Rome: "Quer saber? Fique à vontade e termine." E deixa o roteiro para o rapaz ler. (30:05) O rapaz continua curioso: "No terceiro ato é... é a parte dos antidepressivos? Sabe quando Leo diz ao pai: este sou eu tentando melhorar. Mas o pai dele não quis ouvir. Ele nem quis falar disso. Isto parece tão real. É baseado na sua vida?" Rome diz: "É mais ou menos. É". - "Isso mexeu comigo, quando o Leo, cara, eu não conseguia respirar. E às vezes é como se ... o que estou passando é invisível para todos, menos para mim. Mas ler isso, me fez perceber que outras pessoas também se sentem assim". Rome diz: "Elas se sentem, mas elas não são. E você também não é. Eu te vejo".

Frankl (2005) nos fala sobre "a cura através da leitura" (p. 94), que a literatura tem um papel terapêutico importante e cita casos que o livro salvou a vida do leitor, impedindo este de cometer o suicídio. A leitura do roteiro de Rome ajudou "PJ" a ver que ele não era o único naquela situação e que existe tratamento, com o auxílio de um profissional.

Frankl (2011) considera como valores de vivência a possibilidade de experimentar algo como a natureza, a arte ou mesmo o amor, sendo esta a quinta unidade de análise escolhida. Para o personagem Jon, podem ser destacados nas situações de fortalecer e estreitar os laços entre seus amigos, o que ele retratava na fala "A amizade é Um Milhão de Pequenas Coisas", no carinho dedicado a filha, nas noites de pizza e decoração natalina em família.

Quinta Unidade de Análise: Valores de Vivência.

Os valores de vivência, o que Frankl (2011) diz que “se relaciona ao que o homem recebe do mundo, em termos de encontros e experiências” (p. 91), puderam ser observados nos episódios 11 – Segredos e mentiras (00:09) nos encontros de sexta-feira para a noite de pizza com os amigos e familiares e também no episódio 17 – Adeus, (19:09) vivenciando de uma forma divertida o atraso do voo no aeroporto. Puderam ser observados na unidade de registo Rome Howard no episódio 7 – Eu te Desafio. (18:40) Rome conversa com o amigo Gary no quarto. “Eu estava começando a me sentir melhor com tudo isso, sabe? Não ótimo, mas melhor. Eu juro. Eu não precisava tomar este carvão, eu fiz isso pela Gina. Eu não quero morrer”. Gina entra no quarto e ouve a conversa. (21:59) Rome: “Amor, eu sinto muito. Sinto muito por tudo, Gina. Se não fosse por você eu já estaria morto há muito tempo”. Rome encontra sentido nas vivências que o mundo lhe proporciona através das amizades e no encontro de amor com sua esposa. Para Frankl (1973) o amor é uma das formas para se encontrar o sentido da vida. O autor pontua que “a entrada na dimensão supra-humana, efetivada na fé, funda-se no amor” (p.64).

Sexta Unidade de Análise: Vazio Existencial.

A Logoterapia assegura que o homem precisa de sentidos para viver, e não encontrando este sentido ele cai no vazio existencial, o que pode abrir portas para o suicídio. Esta é a sexta unidade de análise e foi destacada no episódio 1 – Piloto, na cena de desabafo de Jon: (39:15) “Às vezes, o que acontece é tão terrível que você pensa: o que é que de bom poderia sair disso? Às vezes, o que acontece é tão difícil de acreditar que você se recusa a aceitar a verdade”. A logoterapia nos fala que “o oposto da realização existencial é o que, em logoterapia, chamamos de vazio existencial” (p. 42).

O vazio existencial representa uma frustração de sentido. Para Frankl (2019) a essência do ser humano, “o que conta é o preenchimento do sentido e a efetivação do valor – em síntese, a realização no plano existencial (a nosso ver, ‘existencial’ tem a ver não somente com existência, mas com o sentido dessa existência)” (p.42).

O vazio existencial se destacou na segunda unidade de registro, Rome Howard, no episódio 1 - Piloto. Jon deixou ingresso para todo o campeonato de futebol dos Bruins.

(34:04) No jogo Rome confessa aos amigos que tentou o suicídio: “Se você não tivesse ligado para contar sobre o Jon, eu estaria morto agora. Eu estava com a boca cheia de comprimidos quando atendi o telefone”. (34:17) “Eu sei que parece loucura, porque eu tenho uma vida incrível, sou casado com a mulher mais incrível, mas às vezes eu me sinto sem esperança, é como se você não conseguisse respirar, só que eu estou respirando. Talvez se eu parasse, não ia doer tanto assim”. Frankl (1973) diz que o “que temos que fazer com alguém que esteja decidido a suicidar-se é mostrar-lhe repetidamente que um suicídio não pode resolver problema algum” (p. 89). É preciso que esta pessoa saiba que existem valores aguardando serem realizados em diversas áreas de sua vida, e o psicoterapeuta pode mostrar para esta pessoa que a vida nunca deixa de ter sentido.

No episódio 6 – Inesperado - (35:17) ao ser indagado por Regina sobre a carta de despedida que escreveu quando tentou o suicídio, Rome confessa que não entende: “Eu também não entendo. Não mesmo! Eu tenho uma ótima vida, mas às vezes, por alguma razão, eu me sinto tão triste, eu não posso deixar de pensar, e se for o mais feliz que eu vou ser?” Frankl (2012) nos explica que o vazio existencial é um sentimento de ausência de sentido e que se manifesta principalmente sobre a forma de tédio e indiferença sendo que “o tédio significa uma perda de interesse – interesse pelo mundo -, a indiferença designa uma falta de iniciativa – a falta de iniciativa de transformar algo no mundo, de melhorar algo!” (p.282).

Sétima Unidade de Análise: Transitoriedade da Vida.

Sobre a sétima unidade de análise, transitoriedade da vida, Frankl (2019) pergunta se não é a transitoriedade um chamado à responsabilidade. A Logoterapia considera como imperativo: “vive como se estivesses já vivendo pela segunda vez e como se tivesses agido da primeira vez de maneira tão errada como estás à beira de fazer agora” (p. 99). Todas as possibilidades transformadas em realidade permanecem em nosso passado, guardados e preservados dos efeitos da transitoriedade. Esta pode ser analisada no episódio 11 – Segredos e Mentiras – (9:52) Passa a cena dos amigos presos no elevador. Jon, para descontrair, pergunta com quem eles gostariam de jantar e, ao ser questionado, (21:08) Jon

fala que “jantaria com a minha esposa e meus filhos... Não, eu não costumo chegar em casa a tempo para jantar. Às vezes me pergunto se estou fazendo as escolhas certas. Eu só estou tentando cuidar deles”. Frankl (2020) afirma que a pessoa tem a liberdade para escolher e responder às demandas de sua vida. A liberdade diz respeito a responder ou não as demandas da vida, mas somente há uma resposta certa para cada demanda.

Jon (20:10) pergunta para Ashley, sua secretária, qual o sonho de sua vida. “Eu iria para Barcelona! Os meus avós são de lá...” Jon: “Então faça, você tem que fazer, ou então vai se arrepender pelo resto de sua vida.” (21:16) Ashley pergunta: “E se você pudesse fazer qualquer coisa?” Jon responde: “Honestamente? Eu voltaria e nunca compraria esta garrafa de vinho”. – Sério? “O que eu quero dizer é que... às vezes você faz pequenas escolhas na vida e elas... você não percebe enquanto escolhe, o quanto elas podem afetar tudo”.

Frankl (2020) fala que “responsabilidade é aquilo por que somos ‘atraídos’ e a que ‘nos subtraímos’” (p. 66). O homem é responsável pelas suas decisões sejam elas fáceis ou difíceis e elas interferem no momento seguinte. Dessa forma, a escolha realizada no momento presente impacta de forma direta no futuro. Estas escolhas são individuais e “a cada momento realizo ou desperdiço uma possibilidade, a possibilidade deste momento preciso e único. Cada momento encerra milhares de possibilidades, mas eu só posso escolher uma delas para realizá-la, condenando todas as outras simultaneamente ao não-ser” (p. 66). Em sua escolha de comprar uma garrafa de vinho, Jon perdeu o voo e perdeu seu amigo David, considerado como irmão desde o início da faculdade, passando a cultivar a culpa porque ele não estava no avião, ele não morreu. Ele era a pessoa que deveria ir à Feira de Negócios e insistiu para o amigo que não queria ir. Era como se o amigo tivesse morrido no lugar dele, como se ele fosse o culpado pela morte de David. Frankl (1973) descreve que a culpa faz com que a pessoa vivencie a responsabilidade por sua atitude, mas sem ser livre para mudar o que fez.

Oitava Unidade de Registro: Tríade Trágica.

A oitava e última unidade de análise aborda a tríade trágica, formada pela dor, culpa e morte. Frankl (1973) explica que “sempre se podem converter em algo de positivo, numa realização, se as sabermos enfrentar com comportamento e atitudes corretos” (p. 323). A tríade trágica pode ser identificada no episódio 13 – Doze Segundos - quando (33:50) Delilah abre o envelope deixado por Jon e lê a carta junto aos filhos: “Delilah, eu sei que não tem nada do que eu possa dizer que faça com que possa me perdoar pelo que fiz. Eu preciso que você saiba que não tem nada a ver com você ou com as crianças. Eu sei que não tenho sido o marido perfeito. Há muito tempo eu não tenho sido o homem que você acha que eu sou, o homem que eu queria ser. A verdade é que esse homem morreu muito antes de eu te conhecer. Eu tentei encontrá-lo novamente, mas tenho sofrido muito... Eu tentei superar, mas eu não consegui viver com isso. Eu não poderia viver com a culpa. Mas, por favor, saiba que você deixou a outra parte de mim viver muito feliz o tempo que eu pude. Independente de tudo o que eu fiz, eu nunca deixei de te amar. Espero que algum dia me perdoe. Eu amo a todos tanto quanto eu te amei.”

A pessoa é responsável diante das possibilidades de valor que devem ser realizadas e que são apresentadas pelo mundo. Frankl (1973) afirma que:

> Ninguém conseguiria arrebatar ao homem a liberdade que ele tem para, de um modo ou de outro, e até o último suspiro, assumir uma atitude para com o seu destino. E sempre há um ‘de um modo ou de outro. (p. 141).

Apesar da culpa, Jon poderia assumir a atitude digna diante dela: a reparação, a ação responsável diante dos equívocos cometidos. Para Frankl (1973) se a pessoa se sente culpada ela deve suportar a responsabilidade por fazer alguma coisa e mesmo não possuindo mais a possibilidade de excluir ou mudar o que foi feito, tem o mais valioso: a capacidade para mudar a si mesma. Nesta teoria “tudo depende do comportamento justo, da atitude correta; e o comportamento justo em face de uma culpa verdadeira e própria é o arrependimento” (p. 106). Neste caso, Jon poderia usar sua situação como aprendizado para se transformar como pessoa, mudando seu comportamento e suas atitudes.

Destaca-se também no episódio 17 – Adeus - (20:44) Passa a cena de Jon conversando ao telefone. “Relaxa, estou indo, tá bom? Tô te dizendo, você vai querer uma garrafa de vinho quando a gente chegar lá. Bom, não deixa o voo decolar sem mim, hein?”. (21:35) Jon perde o voo. Liga e pede para o amigo olhar pela janela. “Você estava certo, eu perdi, tá bom? Vou ter que pegar o próximo voo. Desculpe, David. Te vejo em Los Angeles”. Acontece o acidente com o voo A11, no dia 11 de setembro de 2001. Jon se sente responsável pela morte de David uma vez que solicitou ao amigo realizar a viagem de negócios, caso contrário ele não estaria naquele avião. Segundo a Logoterapia, essa não é uma culpa privilegiada, existencial, mas sim uma culpa neurótica. A morte do amigo não foi provocada por ele.

Bárbara conta para Delilah do encontro com Jon no aeroporto, dia 12 de março, para celebrar o aniversário de David. (23:50) Jon diz a Bárbara que David não estaria naquele avião se não fosse por ele. “Naquele dia você disse que era para eu encontrar alguma coisa para viver, eu fiz isso”. (24:19) Passa a cena de Jon conhecendo Delilah no aeroporto. Segundo Frankl (2020) o homem tem a responsabilidade de “extrair da culpa a oportunidade de mudar a si mesmo para melhor” (p. 161), mas o personagem não faz isso, optando por arrastar uma culpa neurótica, vivendo uma grande frustração existencial e fugindo da vida pelo suicídio. Para Frankl (2011) quando “a vontade de sentido do homem é frustrada, ele estará, igualmente, disposto a tirar a própria vida, mesmo que no meio e apesar de todo o bem-estar e abundância que o rodeiam” (p. 207). O autor (2019) afirma que ser homem significa poder decidir o que fazer de si mesmo, o que implica na responsabilidade de assumir o que escolheu para si mesmo.

Delilah conversa com Gary e Maggie sobre o encontro com Bárbara. (26:00) “Foi por isso que ele disse na carta que estava ferido antes de me conhecer”. Gary questiona porque Jon não contou para eles e Maggie explica: “A culpa foi demais. Praticamente não existe só uma resposta: a dívida financeira dele, o que aconteceu com o David. Não tem só uma razão pela qual ele fez o que fez. Todo mundo responde à tragédia de maneiras diferentes”. Frankl (1973) diz: “Falta de êxito não significa falta de sentido” (p. 150) e cita Scheler ao

afirmar que não se pode apagar uma culpa, mas esta pode fazer com que a pessoa se eleve e renasça moralmente. O homem não pode apagar os passos que deu na vida, as decisões tomadas permanecem definitivamente.

Considerações Finais

O objetivo geral deste artigo foi analisar as contribuições da Logoterapia no cuidado de pessoas com ideações e tentativas de suicídio, através dos objetivos específicos, conceituar, na concepção da Logoterapia, o sentido da vida, categoria de valores (atitude, vivência e criação), vazio existencial, tríade trágica e transitoriedade da vida. Neste estudo, conclui-se que a Logoterapia pode auxiliar o ser humano na descoberta do sentido da vida de maneira a superar seus momentos de desistência, apresentando alternativas terapêuticas para o despertamento da consciência e da responsabilidade perante sua própria existência. A concretização do sentido da vida acontece através da realização de valores criativos, de vivência e de atitude, implicando também na definição de escolhas conscientes e responsáveis.

A série “Um Milhão de Coisas”, através dos personagens Jon e Rome e da correlação com os conceitos da teoria Frankliana contribuíram para explicar que o ser humano é um ser espiritual, livre para encontrar sentido na vida. Ele pode ser privado de tudo, menos da liberdade de assumir uma atitude frente às condições e possibilidades oferecidas para mudar a si mesmo pela realização de valores na busca do sentido na vida. Conclui-se que a falta de sentido para a vida pode desencadear tanto tentativas como a efetivação do suicídio mesmo não sendo a causa predominante e que a Logoterapia pode minimizar esses riscos auxiliando o ser humano a encontrar o sentido para a sua vida.

Referências

Bardin, L. (2011). *Análise de Conteúdo* (L. A. Reto & A. Pinheiro, Trans.; p. 279). Edições 70.

Brasil, N. U. (2021, June 18). *Uma em cada cem mortes ocorre por suicídio, revelam estatísticas da OMS*. Https://Brasil.un.org/Pt-Br/132195-Uma-Em-Cada-Cem-Mortes-Ocorre-Por-Suicidio-

Revelam-Estatisticas-Da-Oms.

Frankl, V. E (1973) *Psicoterapia e sentido da Vida* (A. M. Castro, Trans.; p. 352). Quadrante.

Frankl, V. E. (2005). *Um Sentido para a Vida: Psicoterapia e Humanismo* (V. H. S. Lapenta, Trans.; p. 169). Ideias & Letras.

Frankl, V. E. (2011). *A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia* (Paulus, Ed.; I. S. Pereira, Trans.; Ed. ampl., incluindo o posfácio "A desguruficação da logoterapia"., p. 222). Paulus.

Frankl, V. E. (2012). *Logoterapia e análise existencial: texto de seis décadas* (M. A. Casanova, Trans.; 1ª ed., p. 336). Forence Universitária.

Frankl, V. E. (2015). *O Sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver* (E. M. de O. Filho, Ed.; K. Bocarro, Trans.; 1ª ed., p. 128). É Realizações.

Frankl, V. E. (2016). *Teoria e terapia das neuroses: introdução à logoterapia e à análise existencial* (E. M. de O. Filho, Ed.; C. Abeling, Trans.; 1ª ed., p. 256). É Realizações.

Frankl, V. E. (2018). *Psicoterapia para todos: Uma psicoterapia coletiva para contrapor-se a neurose coletiva* (A. E. Allgayer, Trans.; 3ª ed., p. 191). Vozes.

Frankl, V. E. (2019). *O sofrimento humano: fundamentos antropológicos da psicoterapia* (E. M. de O. Filho, Ed.; R. Bittencourt & K. Bocarro, Trans.; 1ª ed., p. 368). É Realizações.

Frankl, V. E. (2020). *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração* (W. O. Schlupp & C. C. Aveline, Trans.; 51ª ed., p. 184). Vozes.

Frankl, V. E (2021). *A presença ignorada de Deus* (W. O. Schlupp & H. H. Reinhold, Trans.; 23rd ed., p. 131). Editora Sandoval.

Gil, A. C. (2002). *Como Elaborar Projetos de Pesquisa;* 4a ed., p. 176). Editora Atlas S/A.

Guberman, M., & Soto, E. (2006). Dicionário de Logoterapia (A. Marques, Trans.; p. 128). Paulus Editora.

Nash, D. J., Kaplan, A., Honor, D., & Griffiths, J. (2018, September 26). *A million little things* (No. 1-4) [Série]. ABC (American Broadcasting Company).

Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais. (2022*). Orientações para elaboração de citações e referências: conforme a American Psychological Association (APA) 7ª edição*. Sistema Integrado de Bibliotecas. www.pucminas.br/biblioteca