

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas
Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica: Gestalt-terapia e
Análise Existencial

Rafael de Oliveira Magalhães

A QUESTÃO DO SENTIDO DE VIDA E O ADOECIMENTO MENTAL
CONTEMPORÂNEO

Belo Horizonte

2025

Rafael de Oliveira Magalhães

**A QUESTÃO DO SENTIDO DE VIDA E O ADOECIMENTO MENTAL
CONTEMPORÂNEO**

Monografia de especialização apresentada à Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Psicologia Clínica.

Orientador: Dr. José Paulo Giovanetti

Belo Horizonte

2025

150 Magalhães, Rafael de Oliveira.
M189q A questão do sentido de vida e o adoecimento mental
2025 contemporâneo [recurso eletrônico] / Rafael de Oliveira
 Magalhães. - 2025.
 1 recurso online (29 f.): pdf.
 Orientador: José Paulo Giovanetti.

 Monografia apresentada ao curso de Especialização em
 Psicologia Clínica: Análise Existencial e Gestalt-terapia -
 Universidade Federal de Minas Gerais, Faculdade de
 Filosofia e Ciências Humanas.

 Inclui bibliografia

 1.Saúde mental. 2.Existencialismo. 3.Vida. I.Giovanetti,
 José Paulo. II. Universidade Federal de Minas Gerais.
 Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas. III. Título.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS

Folha de Aprovação

A QUESTÃO DO SENTIDO DE VIDA E O ADOECIMENTO MENTAL CONTEMPORÂNEO.

RAFAEL DE OLIVEIRA MAGALHÃES

monografia defendida e aprovada, no dia **vinte e quatro de novembro de 2025**, pela Banca Examinadora designada pelo Colegiado do CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA: GESTALT-TERAPIA E ANÁLISE EXISTENCIAL da Universidade Federal de Minas Gerais constituída pelos seguintes professores:

José Paulo Giovanetti - Orientador

FAFICH/UFMG

Maria Madalena Magnabosco

FAFICH/UFMG

Belo Horizonte, 27 de novembro de 2025.

Prof. Dr. Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista
Coordenador do Curso



Documento assinado eletronicamente por **Paulo Eduardo Rodrigues Alves Evangelista**, **Coordenador(a) de curso de pós-graduação**, em 27/11/2025, às 11:21, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufmg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **4772699** e o código CRC **EFB235D4**.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à minha primeira psicóloga por ter me apresentado ao existencialismo.

Aos meus pais e familiares, que me apoiaram na minha escolha profissional.

Aos meus amigos, conhecidos ao longo do curso, que foram incríveis companhias durante a trajetória e que ainda hoje permanecem presentes — Natália, Victor, Daniel, Amanda, Marcelo e Eduarda. Meu mais sincero “obrigado” por todas as trocas.

Ao meu orientador, José Paulo Giovanetti, pela disponibilidade e paciência em me apoiar durante essa caminhada.

E aos professores do curso de pós-graduação, que expandiram meu horizonte e demonstraram tanto afeto pela Psicologia.

RESUMO

O trabalho está estruturado em capítulos que inicialmente exploram as concepções filosóficas sobre o sentido da vida, conforme abordadas por Camus, Frankl e Sartre. Cada um destes autores oferece uma perspectiva sobre a liberdade, o absurdo da existência e da busca pelo sentido da vida, estabelecendo assim um arcabouço teórico essencial para o desenvolvimento da pesquisa. Em seguida, a análise parte para o contexto sócio-histórico da sociedade contemporânea, com foco nas características que definem a sociedade capitalista tardia, tais como a intensificação do individualismo, a lógica do desempenho e a cultura da positividade. Essas dinâmicas são analisadas em sua relação com os atravessamentos psicossociais, sobretudo no que diz respeito ao adoecimento mental, tendo como referências teóricas autores como Byung-Chul Han e José Paulo Giovanetti.

Posteriormente, o trabalho apresenta uma discussão acerca da dialética dogmática e da dialética crítica, conforme proposições de Sartre, elucidando o método teórico-metodológico que fundamenta a análise integrada do tema proposto. Por fim, a investigação contempla os atuais desafios enfrentados pela clínica psicológica, especialmente nas suas vertentes existencialistas, apontando para as possibilidades de intervenções que reconheçam e valorizem a autonomia e a construção do sentido do sujeito dentro de seu contexto social e histórico. Desta forma, é possível não só a compreensão da complexidade do fenômeno do adoecimento mental na contemporaneidade, mas também uma reflexão para uma prática clínica sensível às demandas e singularidades do existir humano.

Palavras-chaves: adoecimento mental; existencialismo; sentido da vida; sociedade contemporânea.

ABSTRACT

The work is structured into chapters that initially explore the philosophical conceptions concerning the meaning of life as addressed by Camus, Frankl, and Sartre. Each of these authors offers a distinct perspective on freedom, the absurdity of existence, and the pursuit of meaning in life, thus establishing a theoretical framework essential for the development of the research. Subsequently, the analysis shifts to the socio-historical context of contemporary society, focusing on characteristics that define late capitalist society, such as the intensification of individualism, the logic of performance, and the culture of positivity. These dynamics are examined in relation to psychosocial intertwinings, particularly concerning mental illness, drawing on theoretical references from authors like Byung-Chul Han and José Paulo Giovanetti.

Later, the work presents a discussion on the dogmatic dialectic and the critical dialectic as proposed by Sartre, elucidating the theoretical-methodological framework that underpins the integrated analysis of the proposed theme. Finally, the investigation addresses the current challenges faced by psychological clinical practice, especially within its existentialist strands, pointing towards possibilities for interventions that recognize and value the autonomy and meaning-making of the subject within their social and historical context. In doing so, the work not only facilitates an understanding of the complexity surrounding the phenomenon of mental illness in contemporary times but also prompts reflection towards a clinical practice sensitive to the demands and singularities of human existence.

Keywords: mental illness; existentialism; meaning of life; contemporary society.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
2. A QUESTÃO DO SENTIDO DA VIDA	10
2.1 Para Albert Camus.....	10
2.2 Para Viktor Frankl	11
2.3 Para Jean-Paul Sartre.....	12
2.4 A importância do sentido.....	14
3. UMA BREVE VISÃO ANTROPOLÓGICA DO DESENVOLVIMENTO SOCIEDADE	15
3.1 Uma breve visão de sociedade segundo Byung-Chul Han	16
3.1.1 Sociedade do Cansaço	17
3.1.2 Sociedade Paliativa	18
3.2 Adoecimento contemporâneo	19
4. SARTRE E A QUESTÃO DO MÉTODO	21
4.1. A crítica à dialética dogmática.....	21
4.2. A proposta da dialética crítica	22
4.3. A práxis individual e serialidade	23
5. A BUSCA DO SENTIDO NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA E SEUS IMPACTOS PSICOSSOCIAIS	26
5.1 O paradoxo do sentido na modernidade tardia	26
5.2 O esgotamento existencial e a crise do significado.....	27
5.3 Da dialética crítica à psicologia clínica	27
6. CONCLUSÃO.....	29
REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA	30

1. INTRODUÇÃO

O sentido da vida constitui uma das questões mais antigas e significativas que permeiam a experiência humana. Em meio às complexas condições da sociedade contemporânea, marcada por aceleradas transformações sociais, tecnológicas e econômicas, torna-se substancial compreender as formas pelas quais os indivíduos buscam construir ou experienciam a ausência de sentido em suas vidas. Esta problemática adquire certa relevância quando relacionada ao campo da saúde mental, tendo em vista o crescente adoecimento psíquico observado na atualidade, com destaque para transtornos como burnout e depressão, que refletem não apenas questões individuais, mas também um profundo adoecimento social, denotando a cisão entre as expectativas sociais e a realidade vivenciada pelos sujeitos.

Este estudo apresenta-se como uma investigação com o intuito de realizar uma reflexão crítica e integrada acerca da relação entre o sentido da vida e o adoecimento mental contemporâneo, em busca de preencher lacunas existentes na compreensão da saúde mental que vão além dos modelos puramente biológicos ou psicopatológicos tradicionais. Através da articulação das perspectivas filosóficas existencialistas com uma análise sócio histórica da sociedade moderna tardia, especialmente em diálogo com a crítica às dinâmicas do capitalismo neoliberal, apresenta-se um referencial para a compreensão do sofrimento psíquico.

O objeto de estudo, portanto, delimita-se à relação entre o sentido da vida e o adoecimento mental na sociedade contemporânea. Essa delimitação permite focar na análise das condições sociais, culturais e históricas que influenciam os processos subjetivos relacionados à construção do sentido existencial e suas implicações para o bem estar mental do ser. O interesse recai sobre as formas como as transformações nas estruturas sociais, como a precarização do trabalho, a lógica de serialidade e a cultura do desempenho, afetam essa construção de sentido e contribuem para o desenvolvimento de quadros de sofrimento e adoecimento mental.

Para fundamentar a análise, o trabalho utiliza os referenciais teóricos de três filósofos fundamentais da tradição existencialista: Albert Camus, Viktor Frankl e Jean-Paul Sartre. As contribuições de Camus trazem uma reflexão profunda sobre o absurdo e a necessidade da revolta autêntica diante da ausência de sentido inerente à existência. Frankl, por sua vez, oferece a perspectiva da logoterapia, ressaltando a importância da busca pessoal por sentido como força vital para enfrentar o sofrimento

e a adversidade. Sartre contribui por meio da filosofia da liberdade radical e da dialética crítica, abordando a responsabilidade do indivíduo na construção de seu projeto existencial e a necessidade de compreender as condições materiais e sociais que limitam ou possibilitam esta construção. Complementam o referencial teórico as análises contemporâneas da sociedade capitalista, especialmente as obras de José Paulo Giovanetti e Byung-Chul Han, que discutem os impactos desse modelo de sociedade tecnológica, pautada pelo neoliberalismo, da serialidade e da medicalização da vida na saúde mental coletiva.

A presente monografia tem como base um estudo bibliográfico, articulando textos filosóficos clássicos e contemporâneos, estudos psicológicos e sociológicos, além da análise crítica da atual conjuntura social e econômica. O método dialético crítico, conforme formulado por Sartre, é adotado para dar conta da complexidade do fenômeno estudado, ao integrar a dimensão singular da experiência existencial com as determinações sociais e históricas que atravessam o sujeito. Essa abordagem permite evitar reducionismos, propondo uma análise que respeita a totalidade da existência humana.

Dessa forma, esta monografia pretende contribuir para o campo da Psicologia Clínica, e em particular para a Análise Existencial, ampliando o entendimento sobre como o sentido da vida influencia a saúde mental e oferecendo subsídios para práticas clínicas mais integradas, sensíveis e contextualizadas às demandas do mundo contemporâneo.

2. A QUESTÃO DO SENTIDO DA VIDA

Para abordar o tema “sentido da vida”, foram selecionados três autores da filosofia existencialista e suas perspectivas sobre o tema. Esse recorte de suas percepções e teorias se dá com o objetivo de compreender como a questão do “sentido” pode impactar na vivência do ser humano.

2.1 Para Albert Camus

Diversos autores discutem sobre a existência e como enxergar o sentido da vida pode ser um motivador para que o homem siga sua existência. Segundo Camus (2022), em seu livro “O mito de Sísifo”, a vida é fundamentalmente absurda por não ter um sentido intrínseco e de que a única garantia que se tem é da morte. De acordo com o autor.

O único pensamento que liberta o espírito é o que o deixa sozinho, certo dos seus limites e do seu fim próximo. (...) O que resta é um destino cuja única saída é fatal. À margem dessa fatalidade única da morte, tudo, alegria ou felicidade, é liberdade. Surge um mundo cujo único dono é o homem. (CAMUS, 2022, p.132-133)

É somente ao ter consciência de sua finitude que o homem pode encontrar a verdadeira liberdade em sua existência e ao encarar o absurdo que é viver, têm-se três escolhas a serem feitas, sendo a primeira o suicídio físico, por não suportar a ideia sobre a vida. O segundo será o suicídio filosófico, onde o homem busca em ideologias respostas prontas para sua existência, como a religião. A terceira escolha seria a revolta, onde ao reconhecer sua condição, o homem pode agir de forma de retomar o controle da sua existência frente às suas possibilidades e escolher viver de forma autêntica. Segundo Camus (2022, p.69) “consciência e revolta, estas recusas são o contrário da renúncia. Pelo contrário, tudo o que há de irreduzível e apaixonado num coração humano, lhes insufla ânimo e vida.”

Sendo assim, Camus propõe que a existência é absurda e vazia de sentido, cabendo ao homem tomar consciência de sua condição humana e a partir disso, se revoltar pela sua condição e assim passar a construir uma vida que tenha valor em si mesma. O mito de Sísifo conta, que

os deuses condenaram Sísifo a empurrar incessantemente uma rocha até o alto de uma montanha, de onde tornava a cair por seu próprio

peso. Pensaram (...) que não há castigo mais terrível que o trabalho inútil e sem esperança. (CAMUS, 2022, p.137)

O mito seria uma analogia a uma vida humana, onde a pedra seriam as obrigações e trabalhos diários o subir a montanha seria o esforço contínuo e uma busca pelo sentido, a queda da pedra pode ser concebida como a percepção do absurdo da existência e a repetição eterna como a condição humana. É justamente durante a descida, para reiniciar o ciclo, que Camus (2022, p.139) diz se interessar mais por Sísifo, por ser o momento em que ele toma consciência da sua condição, sendo semelhante à revolta e lucidez do homem absurdo. Sendo assim, o homem absurdo, possuindo conhecimento do seu estado, consegue colocar em prática sua liberdade frente ao destino.

2.2 Para Viktor Frankl

Nascido na Áustria em 1905, filho de uma família judia, Viktor Frankl foi formado em medicina e psiquiatria, profissão em que atuou durante grande parte da sua vida. Durante a Segunda Guerra Mundial, ele e sua família foram presos, separados e enviados para campos de concentração nazistas, onde posteriormente Frankl teve conhecimento da morte de sua esposa, pais e irmão. Foi a partir desta experiência que Frankl escreveu seu livro "Em busca de sentido", onde ele irá relatar suas experiências e observações vividas durante seu encarceramento.

Durante as atrocidades vividas nos campos em que passou, Frankl continuou atuando como médico e passou a observar o comportamento dos seus colegas de prisão, bem como suas forças e fraquezas, teorizando sobre o sentido da vida e o impacto deste para a sobrevivência.

A vida é sofrimento, e sobreviver é encontrar sentido na dor. Se há, de algum modo, um propósito na vida, deve havê-lo também na dor e na morte. (...) Cada um deve descobri-lo por si mesmo e aceitar a responsabilidade que sua resposta implica. Se tiver êxito, continuará a crescer apesar de todas as indignidades. (FRANKL, 2016, p.7)

O autor demonstra que mesmo em momentos de dor e sofrimento, ter um sentido ou propósito para a vida, é importante para ajudar o ser a passar por essas situações e assim superá-las em algum momento. Frankl acredita que não existe um sentido comum para a vida e por isso cada pessoa deve descobri-lo ao longo de sua jornada. Além disso, o sentido sempre irá se modificar, mas nunca deixará de existir.

Tendo como base suas vivências e teorias, Frankl cria a abordagem da Logoterapia.

Segundo a Logoterapia de Frankl (2016, p.135) podemos descobrir esse sentido na vida de três diferentes formas: 1 criando um trabalho ou praticando um ato; 2: experimentando algo, como uma cultura, beleza, natureza ou vivências semelhantes a esse prazer, ou encontrando alguém, o que estaria relacionado a uma amizade, amor ou relações profundas de conexão; 3 pela atitude que tomamos em relação ao sofrimento inevitável, quando não se é possível alterar a situação, busca-se adotar uma postura diferente sobre ela.

Ainda de acordo com o autor, por mais que as pessoas tenham com o que viver, a ausência de um motivo pelo qual viver pode ser prejudicial, à medida que se perde sentido para aquilo que o ser experimenta em sua existência, podendo levar à um adoecimento. Complementa-se ao dizer que

No que tange ao sentimento de falta de sentido, no entanto, não devemos esquecer que, em si, ele não é uma questão de patologia: mais do que ser sinal e sintoma de uma neurose, eu diria que é a prova da humanidade da pessoa. Mas, embora não seja causado por nada patológico, esse sentimento bem pode causar uma reação patológica; em outras palavras, é potencialmente patogênico. (FRANKL, 2016, p.164)

Ao vivenciar uma das maiores atrocidades da história humana, Frankl reconhece a importância de descobrir um sentido para a sua sobrevivência nos campos de concentração. Como dito anteriormente, esse sentido mudará ao longo da vida, e caberá a cada ser a busca pela descoberta desse sentido em diferentes áreas da sua vida. O próprio autor complementa ao dizer que a ausência do “porquê” tem um potencial adoecedor, não só em situações extremas como as vivenciadas pelo Frankl, mas válido para todos os seres. Ou seja, em uma sociedade onde há uma crise de sentido, é possível relacionarmos o adoecimento mental com esta questão em particular.

2.3 Para Jean-Paul Sartre

Por fim, gostaria de apresentar uma breve leitura sobre Jean-Paul Sartre (2014), um filósofo francês que também vivenciou a Segunda Guerra Mundial, e como podemos relacionar a sua visão do existencialismo com a questão do sentido da vida.

Em seu livro “O existencialismo é um humanismo” , Sartre expõe algumas ideias sobre sua filosofia, trazendo a concepção de “ser humano” livre de determinismos, seja de origem da natureza ou de ideais religiosos. O homem é possuidor de sua liberdade para existir como se é, ao mesmo tempo que é responsável por todas as escolhas que faz em sua vida. De acordo com o autor

Que significa, aqui, que a existência precede a essência? Significa que o homem existe primeiro, se encontra, surge no mundo, e se define em seguida. Se o homem, na concepção do existencialismo, não é definível, é porque ele não é, inicialmente, nada. Ele apenas será alguma coisa posteriormente, e será aquilo que ele se tornar. (...) O homem é não apenas como é concebido, mas como ele se quer, e como se concebe a partir da existência, como se quer a partir desse clã de existir, o homem nada é além do que ele se faz.” (SARTRE, 2014, p.19)

Ou seja, é a partir dessa liberdade que cada ser pode se construir ao longo de sua vida, é uma constante construção do seu existir a partir das suas escolhas. Por não ter uma pré-determinação, o homem não é refém de um destino e por isso poderá moldar a sua vida de acordo com suas possibilidades e ações no mundo.

Diante de tal liberdade, experimenta-se também a angústia, sofrimento que é resultado direto do peso de carregar as responsabilidades de suas escolhas. Segundo Sartre (2014), nossas escolhas são universais, ou seja, quando escolho algo estou escolhendo também para toda a humanidade, validando aquela forma de agir no mundo, independente de quem seja. Então a responsabilidade por aquilo que se escolhe vale não somente para si, mas também para o mundo em questão e por isso as consequências da liberdade de se escolher podem ser tão angustiantes. Complementa-se ao dizer que “(...) o homem está condenado a ser livre. Condenado, pois ele não se criou a si mesmo, e, por outro lado, contudo, é livre, já que, uma vez lançado no mundo, é o responsável por tudo que faz.”. (SARTRE, 2014, p.24)

Apesar do autor não tratar diretamente sobre a questão do sentido da vida, ele aborda sobre a nossa liberdade de construirmos nossa própria vida e a forma de se ter uma vida autêntica, pautada em nossas escolhas e responsabilidades frente à nos mesmos e à sociedade que fazemos parte. De acordo com o autor “Antes de começarmos a viver, a vida, em si, não é nada, mas nos cabe dar-lhe sentido, e o valor da vida não é outra coisa senão este sentido que escolhemos.”. SARTRE (2014, p.42). Pode-se presumir que essa liberdade é também atribuída à possibilidade de criação do sentido, bem como de alinharmos a própria existência a esse sentido, para assim construirmos uma vida que vale a pena ser vivida.

2.4 A importância do sentido

Por fim, os três autores supracitados abordam a importância de se ter um sentido para a vida, seja para viver de forma autêntica, ter conhecimento de suas possibilidades e restrições, bem como ter um “pelo que” viver. Pode-se concluir que, por mais que Sartre, Camus e Frankl, possam divergir sobre a forma de se construir, encontrar ou descobrir o sentido da vida, é inegável que o conhecimento e uma vida alinhada a esse sentido seja importante para uma vida autêntica.

De acordo com Giovanetti (2021, p.26), afirma-se que “a grande tarefa da vida humana é dar um significado para suas ações, estruturar um modo de vida que pode ser mais variado possível.” Já Sartre, ao citar a si mesmo, complementa ao dizer que “‘O homem não é nada mais que seu projeto, ele não existe senão na medida em que se realiza, e portanto, não é outra coisa não o conjunto de seus atos, nada mais além da sua vida.’” (SARTRE, 2014, p.30). Ambos os autores corroboram com a ideia de que o sentido agrega à vida e que a construção da sua existência se dá através de ações concretas no mundo, em busca da realização desse sentido.

3. UMA BREVE VISÃO ANTROPOLÓGICA DO DESENVOLVIMENTO SOCIEDADE

Busca-se compreender o tempo histórico que estamos situados, aqui apresentando-se como uma sociedade oriental do século XXI. Esse recorte é importante para compreendermos as mudanças que ocorreram ao longo da história e como a questão do sentido torna-se ainda mais relevante para essa discussão.

Segundo Giovanetti (2021), podemos dividir o tempo histórico em 3 partes, sendo a Antiguidade a primeira, quando pensadores tinham a visão cosmológica do homem, na qual o homem é visto apenas como uma peça da engrenagem do universo. Com o advento do cristianismo, a visão cosmocêntrica foi substituída pelo teocentrismo: Deus passou a ser o centro da existência e a referência máxima para a vida humana. O sentido da vida era determinado pela relação com um Deus transcendente, e as regras para uma vida plena vinham da doutrina cristã. Com o Renascimento e a Revolução Científica, ocorre a transição do teocentrismo para o antropocentrismo: o homem passa a ser o centro da existência. Já no início do século XX, o pensamento moderno se estrutura na autonomia do indivíduo, na razão e na ciência, em oposição às explicações religiosas. A modernidade rompe com a ideia de um sentido dado por uma realidade transcendente (Deus) e coloca o próprio homem como responsável por construir o sentido da vida.

Com o início do século XXI, advindo de um passado recente de mudanças de paradigmas e revoluções científicas, a perspectiva sobre a vida também se altera, segundo Giovanetti (2021), pode-se elencar ALGUMAS características desse novo modelo de sociedade, o primeiro segundo o autor é "(...) ser uma civilização científico-tecnológica. Agora, o que tem valor é o que podemos medir e quantificar. Diante dessa nova maneira de ser, a natureza perde o seu caráter divino e é entendida como um objeto científico." (GIOVANETTI, 2021, p.18). Essa nova forma de se relacionar com o exterior, segundo o autor, vincula o desenvolvimento humano à necessidade de geração de novas tecnologias, que por sua vez, influenciam cada vez mais na forma de viver do homem, o tornando cada vez mais dependente. Giovanetti (2021) usa como exemplo os computadores, incluo aqui outras tecnologias como redes sociais e smartphones, cada vez mais potentes e rápidos, fazem com que o homem não tenha mais paciência para aguardar. O desenvolvimento humano e suas relações precisam ser cada vez mais rápidas e imediatas, não há tempo para esperar. A segunda característica do século XXI se dá pela ascensão do individualismo, em que

Assistimos a uma afirmação cada vez mais radical da vontade própria se sobrepondo à vontade coletiva. Tudo parte do sujeito, do seu desejo, da sua vontade. (...) A sociedade moderna adota o indivíduo como valor supremo e a emancipação individual passa a ser a grande orientação da vida humana. (GIOVANETTI, 2021, p.21)

Camus (2022) complementa essa percepção ao dizer que “o homem cotidiano não gosta de demorar, pelo contrário, tudo o apressa. Ao mesmo tempo, nada lhe interessa além de si mesmo, principalmente aquilo que poderia ser.”

Dessa forma, pode-se observar a concepção de uma sociedade onde perde-se o contato com o meio, o outro é visto como um meio para satisfazer as vontades individuais e a busca pela satisfação pessoal passa a ser mais importante do que o bem estar comunitário. Segundo Giovanetti (2021), cria-se na sociedade moderna um grande mal-estar e uma onda de niilismo.

3.1 Uma breve visão de sociedade segundo Byung-Chul Han

A sociedade capitalista contemporânea possui características únicas em suas formas de produção e reprodução de uma forma idealizada de sujeito. Através de um discurso neoliberal, traz características do sujeito “perfeito”, traçando objetivos e formas de ação no mundo que são consideradas como características de “sucesso”. O sujeito não é mais visto como pessoa (indivíduo), mas sim como uma mercadoria a ser vendida, utilizando desse discurso de forma externa (fórmulas mágicas para sucesso) e internas (com definições sobre a felicidade daquele sujeito). Uma vivência em prol de corresponder com as expectativas externas em uma sociedade capitalista, faz com que o indivíduo passe por uma busca incessante de cada vez mais capital para aparecer nas redes sociais e assim ser validado. Têm-se a ideia de que, de acordo com a lógica de acumulação, quanto maior o capital, maior a felicidade daquele ser.

A economia capitalista absolutiza a sobrevivência. Ela se nutre da ilusão de que mais capital gera mais vida, que gera mais capacidade para viver. A divisão rígida, rigorosa entre vida e morte marca a própria vida com uma rigidez assustadora. A preocupação por uma vida boa dá lugar à histeria pela sobrevivência (HAN,2017, p.107)

3.1.1 Sociedade do Cansaço

Ao analisar a sociedade, Han trás a característica do cansaço, algo que é vivido por grande maioria da população. há uma cobrança constante por desempenho, por uma produção irreduzível, onde cada segundo de descanso é considerado desperdício. O sujeito é submetido à lógica capitalista supracitada, onde é introjetado que ele precisa de mais o tempo inteiro, e que nada é suficiente. Sempre com novidades e “obrigações” de compra, o sujeito precisa se atualizar para não ficar para trás. Ele precisa ser visto, não mais por pessoas com quem têm afeto, mas por seus competidores. O hipercapitalismo atual dissolve totalmente a existência humana numa rede de relações comerciais. (...) Ele arranca a dignidade do ser humano, substituindo-a completamente pelo valor de mercado. (HAN,2017, p.127).

Na Sociedade do Cansaço, a figura do patrão que era vista como uma figura que “obrigava” o sujeito a desempenhar o tempo inteiro é introjetada, não há mais, de forma tão clara, a figura externa que exige disciplina. O próprio sujeito passa a ser seu capataz, submetendo-se à trabalhar cada vez mais e melhor para ter valor, ele passa a segurar seu próprio chicote. Ele busca reconhecimento através do trabalho, onde vende-se a ideia de que quem vende sua força de trabalho o tempo inteiro é importante, comprometido e que terá sucesso, dependendo unicamente de si mesmo para tal. A autoexploração se torna uma ferramenta muito útil, já que a lógica capitalista consegue individualizar a responsabilidade do sucesso de cada ser, conseguindo até a última gota de suor do trabalhador que busca por tal conquista.

Em lugar da coação estranha, surge a autocoação que se apresenta como liberdade. Essa evolução está estreitamente ligada com as relações de produção capitalistas. A partir de um certo nível de produção, a autoexploração é essencialmente mais eficiente, muito mais produtiva que a exploração estranha, visto que caminha de mãos dadas com o sentimento de liberdade. (HAN,2017, p.101)

Vende-se a ideia de que o trabalhador é empreendedor de si mesmo, e assim sendo, somente ele é responsável pelo seu sucesso, fazendo com que cada segundo precise ser investido. Não há tempo para descanso ou diversão, tendo em vista que isso não é útil e não agrega valor a nada. Dá-se um falso ar de liberdade para esse indivíduo, já que seu sucesso depende somente de si mesmo, leva-o a uma lógica.

3.1.2 Sociedade Paliativa

Complementando a ideia anterior, a Sociedade Paliativa agrega outras características da sociedade capitalista contemporânea. Han descreve um modo de vida marcado pela recusa à dor e pela busca incessante de bem-estar. Para ele, vivemos em uma cultura que procura eliminar qualquer forma de sofrimento, seja físico, psíquico ou social, recorrendo a práticas médicas, terapêuticas e estéticas com promessa de alívio imediato. Essa atitude gera uma sociedade que hipervaloriza a positividade, que perde a capacidade de lidar com experiências negativas.

Uma de suas principais características é a medicalização da vida. A dor, que antes era reconhecida como parte inevitável da existência humana, passa a ser tratada como algo que precisa ser evitado a todo custo. Esse movimento leva a um aumento no consumo de medicamentos ansiolíticos e também na proliferação de discursos de autoajuda e promessas de felicidade permanente, novamente levando o sujeito a uma individualização da culpa por não se encaixar ou por não ser “bom o suficiente”. Nesse cenário, qualquer mal estar é rapidamente transformado em um sintoma que precisa ser neutralizado, e não em experiência a ser compreendida.

Até mesmo a psicologia passa a ser utilizada, mais uma vez, como uma ferramenta do capitalismo para ajustar esses indivíduos em seus moldes:

Pensamentos negativos devem ser evitados. Eles devem ser substituídos imediatamente por pensamentos positivos. A psicologia positiva submete a própria dor a uma lógica do desempenho. A ideologia neoliberal da resiliência transforma experiências traumáticas em catalisadores para o aumento do desempenho. (HAN, 2021, p.12)

Ou seja, tenta-se a todo custo, criar indivíduos insensíveis à dor, que cultuam uma positividade exarcebada e que esteja disposta a se matar para trabalhar, em prol de um ideal advindo da imagem de sucesso e bem estar criada pelo capitalismo. Não há espaço para sentir tristeza, tédio ou angústia, o sujeito precisa estar o tempo inteiro disposto, feliz e produtivo.

Na sociedade do desempenho neoliberal, negatividade como mandatos, proibições ou punições dão lugar a positivities como motivação, auto-otimização ou autorrealização. Espaços disciplinares são substituídos por zonas de bem-estar. (HAN, 2021, p.26)

3.2 Adoecimento contemporâneo

É a partir dessa nova forma de exploração que surge uma das formas de adoecimento contemporâneo, o burnout (esgotamento). Esta condição tem origem no sistema de produção neoliberal, onde o indivíduo depois de “queimar” toda a sua energia na busca incessante de ser “útil”, vên ao adoecimento mental. O sujeito se encontra em uma contradição, uma exige-se que trabalhe cada vez mais, ao mesmo tempo em que está extremamente sobrecarregado e esgotado, podendo gerar ainda o sentimento de fracasso. Sentimento este advindo da culpa por não conseguir continuar naquele ritmo frenético, mas que ao mesmo tempo é romantizado por seus concorrentes, ou seja, outros sujeitos que se encontram na mesma lógica de produção.

O sujeito de desempenho esgotado, depressivo, está de certo modo, desgastado consigo mesmo. Está cansado, esgotado de si mesmo, de lutar consigo mesmo. Totalmente incapaz de sair de si, estar lá fora, de confiar no outro, no mundo, fica se remoendo, o que paradoxalmente acaba levando a autoerosão e ao esvaziamento. Desgasta-se correndo numa roda de hamster que gira cada vez mais rápida ao redor de si mesma. (HAN,2017, p.91).

O burnout é diferente do cansaço extremo, por dizer da energia vital daquele ser. Não é apenas um cansaço físico, mas também psíquico, cansado de tanto se exigir a dar conta do seu trabalho, a ser melhor, feliz, inovador, a se destacar. Han (2017) diz que, o sujeito de desempenho explora a si mesmo, até consumir-se completamente.

Além desta, há também a presença da depressão na sociedade contemporânea, sendo uma das principais condições referente à saúde mental nos últimos anos. Ela pode ser identificada, segundo o Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5 (2014), com as seguintes características:

- A. humor deprimido na maior parte do dia, quase todos os dias.
- B. Marcada diminuição do interesse ou prazer em quase todas as atividades.
- C. Alterações significativas no peso (ganho ou perda) ou no apetite.
- D. Insônia ou hipersonia quase todos os dias.
- E. Agitação ou retardo psicomotor observável por outros.
- F. Fadiga ou perda de energia constante.
- G. Sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva/inadequada.
- H. Diminuição da capacidade de pensar, concentrar-se ou tomar decisões.

Em uma sociedade essencialmente consumista, com exigências de performance cada vez mais desumanas, o adoecimento mental torna-se cada vez mais comum. E por isso, faz-se necessário uma análise não só das questões do sofrimento do indivíduo, mas também uma percepção sócio-histórica do seu contexto de vida. Neste ponto, ao olharmos pela lógica da exploração e autoexploração no trabalho, pode-se perceber uma correlação entre sofrimento mental e sociedade capitalista.

(...) excesso de exigências no mundo do trabalho, isolamento social pela virtualidade das relações, insegurança advinda de uma política socioeconômica que desconsidera os direitos humanos e sociais e ausência de afetos que possam referenciar a pessoa na vida em função da fragilidade dos laços humanos. (Magnabosco, p.144. 2018)

Ou seja, a sociedade reproduz uma lógica de isolamento do indivíduo, que passa a agir e ser visto como mercadoria, a viver como se fosse uma máquina, trabalhando em jornadas exaustivas, em busca de uma aprovação interna e externa, levando-se ao limite físico e mental. Isolado de uma sociedade cooperativa, em uma lógica individualista, se vê sozinho para enfrentar suas próprias questões e até mesmo o sistema de produção.

O sujeito de desempenho esgotado, depressivo, está de certo modo, desgastado consigo mesmo. Está cansado, esgotado de si mesmo, de lutar consigo mesmo. Totalmente incapaz de sair de si, estar lá fora, de confiar no outro, no mundo, fica se remoendo, o que paradoxalmente acaba levando a autoerosão e ao esvaziamento. Desgasta-se correndo numa roda de hamster que gira cada vez mais rápida ao redor de si mesma. (HAN,2017, p.91)

4. SARTRE E A QUESTÃO DO MÉTODO

A análise da relação entre o sentido da vida, o adoecimento psíquico e o trabalho na sociedade contemporânea necessita de um referencial teórico que seja capaz de articular a dimensão individual da experiência com as determinações sociais e históricas vivenciadas. Para isso, distancia-se de perspectivas que abordam exclusivamente o intrapsíquico, assim como daquelas que reduzem o mal estar a uma mera consequência de estruturas econômicas. O pensamento do filósofo Jean-Paul Sartre, particularmente o método delineado em *Questão de Método*, texto introdutório à *Crítica da Razão Dialética*, oferece uma ferramenta para esta investigação. Este capítulo tem por objetivo expor os fundamentos da distinção sartriana entre a "dialética dogmática" e a "dialética crítica", demonstrando sua pertinência para uma compreensão que não seja reducionista da problemática apresentada.

4.1. A crítica à dialética dogmática

Sartre (2002) identifica no marxismo de sua época uma tendência à dogmatização, que ele denomina "dialética dogmática". Esta vertente apresenta, fundamentalmente, o erro do "pensamento por saltos". Isto significa que ela estabelece uma relação causal imediata e mecânica entre a infraestrutura econômica (as relações de produção capitalistas) e todos os fenômenos da estrutura, incluindo a vida psíquica dos indivíduos.

Nesta perspectiva reducionista, um caso de burnout ou depressão seria classificado simplesmente como reflexo da exploração capitalista ou expressão da alienação do trabalho. O indivíduo, com sua história singular, suas escolhas, seu projeto de vida e seus conflitos internos, seria ignorado. O resultado é uma explicação vazia e generalizada, que, ao buscar leis gerais, perde de vista a realidade vivida, o concreto real do sofrimento. Esta abordagem, ao ignorar o particular de cada ser, como aponta Sartre (2002), torna-se incapaz de captar as formas pelas quais as macroestruturas atravessam a experiência individual de cada sujeito.

4.2. A proposta da dialética crítica

Como contraproposta a este método, Sartre (2002) propõe a "dialética crítica" como o método válido para as ciências humanas. Seu objetivo é compreender como os homens, seres livres, fazem a história nas condições que lhes são dadas pela materialidade e pelas estruturas sociais. A essência deste método, segundo o autor, é o movimento progressivo-regressivo.

A fase regressiva consiste na investigação detalhada das condições objetivas que constituem a situação do indivíduo. Para o contexto desta monografia, isso implica em analisar:

- O modo de produção dominante (capitalismo contemporâneo, globalizado);
- Os eventos históricos que definem uma época (guerras, crises econômicas, revoluções tecnológicas, pandemias);
- As características específicas do mercado de trabalho contemporâneo (precarização, hiperconectividade, culto ao desempenho a qualquer custo);
- As condições materiais de existência do sujeito (salário, jornada de trabalho, segurança, poder de compra, qualidade de vida, acesso à serviços básicos como saúde, educação, transporte e outros).
- A história familiar: origem de classe dos pais, tradições, valores transmitidos, projetos não realizados, dinâmicas afetivas.
- A biografia individual: educação, trajetória profissional, relacionamentos, experiências.

A fase progressiva (ou sintética) funciona como complemento da fase anterior, esta é propriamente dialética e busca reconstituir o projeto fundamental do sujeito. A fase progressiva representa o momento propriamente dialético do método, onde se compreende como a liberdade humana se impõe dentro da realidade do que se é dado. Este momento é onde acontece o processo de significação através do qual o sujeito atribui sentido à sua situação e se projeta em direção a um futuro.

Unindo ambas as fases, completa-se assim o círculo hermenêutico do método sartriano, mostrando como o homem, situado em seu contexto sócio-histórico, é ao mesmo tempo produto e produtor de sua história, ser determinado e ser livre, objeto das condições sociais e sujeito de seu destino. Desta forma, é possível compreender

o sujeito em sua totalidade de existência, compreendendo a importância de cada elemento para seu adoecimento psíquico, e não mais uma lógica de individualização da responsabilidade pela sua enfermidade, como prega a sociedade contemporânea.

4.3. A práxis individual e serialidade

Segundo Sartre (2002), o ser humano não é uma substância fixa, mas um projeto. Ele é movimento, negação daquilo que é dado e ação transformadora orientada por fins. O ser é movido pela *carência (besoin)* – que vai da fome biológica ao desejo de reconhecimento, o homem age sobre a matéria inerte para moldá-la segundo seus projetos. Esta ação, intencional e livre, é a *práxis*. Sartre (2002, p.195) diz que “(...) a descoberta capital da experiência dialética é que o homem é “mediado” pelas coisas na medida em que as coisas são ‘mediadas’ pelo homem.”.

Ao falar sobre liberdade, Sartre (2002) ressalta que ela nunca é absoluta e sim, sempre situada. O homem age em um mundo que já está dado, um mundo que foi criado e desenvolvido pela práxis de outras gerações, um mundo de práxis inerte. É neste mundo que surge a série. A série não nasce de um acordo, de um contrato ou de um projeto comum, ela nasce da exterioridade. Indivíduos diversos, com projetos individuais distintos entre si, encontram-se reunidos em torno de um objeto comum que os unifica.

O autor utiliza o exemplo da experiência coletiva do ônibus. O que une as pessoas na parada? Não é um projeto coletivo de criar um sistema de transporte. Cada um está ali por sua própria motivação: para ir ao trabalho, para visitar um familiar, para fazer compras. O que os reúne é a expectativa do ônibus como objeto escasso. O objeto (o transporte) é o fim da ação de cada um, mas este fim é idêntico para todos. A identidade do fim os une, mas essa unidade é puramente externa e material. Eles são unificados pelo objeto, não entre si.

De acordo com Sartre (2002), a estrutura relacional fundamental dentro da série é a alteridade, nela, o outro não é um amigo, camarada ou parceiro. O outro é um qualquer, um anônimo, um elemento indistinto da coletividade. Na fila, não me relaciono com um ser, mas com somente mais "um dos que esperam o ônibus". Esta relação de alteridade é mediada pelo objeto comum. Eu percebo o outro em função do ônibus: ele é *também* um usuário, *também* um que espera. Sua subjetividade, seus projetos pessoais, são irrelevantes. O que importa é sua identidade funcional em

relação ao objeto. Sartre dirá que os membros da série são **intercambiáveis**. Um pode substituir o outro sem que a estrutura da série se altere. Esta intercambialidade é a negação da singularidade humana.

Segundo a definição de Sartre (2002), a passividade é a essência da série, onde os membros não agem juntos e sim regidos pela lógica do objeto comum e pela própria estrutura serial. Esta passividade está ligada ao conceito de *práxis* inerte. A série é uma forma de "coletivo prático inerte". Ela é "prática" porque é composta por ações humanas, mas é "inerte" porque sua dinâmica é mecanizada, sem individualidade. A ação de cada um, em sua singularidade, se perde e se neutraliza na série. Esta inércia é, paradoxalmente, ativa, sendo um condicionador do comportamento, ou seja, na série, age-se como "todo mundo age". A liberdade individual não é suprimida, mas alienada, as escolhas são "livres", mas limitam-se dentro do leque de possibilidades pré definidas pela série.

Ainda de acordo com Sartre (2002), na série, o outro é, antes de tudo, um rival em potencial. Esta rivalidade não é um sentimento de ódio pessoal, e sim consequência estrutural da escassez. O objeto comum é, por definição, escasso (há apenas um ônibus com um número limitado de lugares), o que transforma o outro, antes um potencial aliado, em um competidor.

Desta forma, a série é um lugar de solidão, onde está-se fisicamente próximo de outros, mas ontologicamente só. A relação com o outro é mediada pela materialidade do objeto e pela lógica da escassez.

Sartre (2002) demonstra que a serialidade é a forma social dominante nas sociedades capitalistas. O mercado é a série, como por exemplo os produtores são serializados pela lei da oferta e da procura, os consumidores são serializados pela moda e pela publicidade. A classe operária, antes de se constituir como grupo em fusão, existe como série: uma massa de assalariados isolados, competindo entre si por empregos, unificados exteriormente pela sua relação comum com o capital e os meios de produção.

O sistema capitalista, de acordo com Sartre (2002), produz serialização como condição de seu funcionamento. A *práxis* do sistema (a busca do lucro) se transforma em *práxis inerte* (as leis do mercado, a divisão do trabalho) que, por sua vez, serializa os indivíduos, tornando-os passivos diante de um mecanismo que os ultrapassa. A série é, portanto, o avesso da liberdade. Ela é a negação da *práxis* coletiva autêntica. Nela, os homens são "feitos em conjunto" pela matéria, e não "se fazem juntos"

através de um projeto comum. Na série ninguém é responsável por nada, pois tudo é culpa do "sistema", do "mercado", do "eles". É a alienação elevada à potência social.

5. A BUSCA DO SENTIDO NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA E SEUS IMPACTOS PSICOSSOCIAIS

Analisando as ideias existenciais exploradas nesta pesquisa, com base em Camus (2022), Frankl (2016) e Sartre (2014), podemos observar como a maneira que lidamos com a criação, o encontro ou a falta de sentido na vida pode afetar nossa saúde mental. Este ponto visa examinar mais profundamente a ligação entre essa procura por significado e a realidade socioeconômica de hoje, expandindo nossa visão sobre os efeitos psicossociais.

5.1 O paradoxo do sentido na modernidade tardia

Vive-se em uma era que, conforme Giovanetti (2021), é caracterizada por uma civilização científico tecnológica, onde a valorização do ser recai sobre o que pode ser medido, quantificado e consumido. Esta construção social, conforme apontado por Han (2017), configura um cenário do hiperdesempenho e de positividade exagerada, que de forma paradoxal invisibiliza o sofrimento e a dor do indivíduo como partes constitutivas da existência humana. Ou seja, nega-se a todo custo o espaço de reconhecimento das mazelas vividas por esse indivíduo, caracterizando esse sofrimento como fraqueza ou desalinhamento com o que é exaltado na sociedade atual. Logo, o sujeito “bem ajustado à sociedade” é aquele que produz o tempo todo e que está sempre com uma perspectiva positiva sobre sua realidade e futuro, sem espaço para descontentamento.

Esse contexto impulsiona um paradoxo: enquanto Sartre (2014) nos lembra que a existência precede a essência e que cabe ao indivíduo dar sentido à sua vida, a própria sociedade moderna, marcada pelo capitalismo neoliberal, produz condições que dificultam essa construção autêntica de sentido. O sujeito, ao mesmo tempo que é convidado a afirmar sua liberdade e responsabilidade, está sujeito à lógica de produção e consumo que alienam sua singularidade, como relatado anteriormente pela serialidade sartriana. Ou seja, o sujeito é apresentado à uma sociedade que já possui seu sentido “dado”, onde o sujeito idealizado é aquele que é positivo, produtivo e que tem sucesso a partir das suas posses materiais. O sentido da vida passa a ser o “possuir”, sendo o único caminho para a “felicidade” e todos aqueles que criticam

essa forma de viver seja, que não se enquadram, que não são positivos, passam a ser vistos como fracassados, pessimistas e adoecidos.

Assim, a liberdade ofertada não é absoluta, mas situada e condicionada pelas estruturas sociais capitalistas. Sendo assim, o resultado é um indivíduo que vive intensamente o peso da escolha e da responsabilidade, mas que está preso a lógicas externas que restringem suas possibilidades de realização existencial, gerando ansiedade, angústia e alienação.

5.2 O esgotamento existencial e a crise do significado

Han (2017) interpreta essa problemática através do conceito da sociedade do cansaço e da sociedade paliativa, onde a autoexploração e a busca constante por desempenho coexistem com uma recusa cultural à dor e ao sofrimento.

O burnout passa a representar não apenas um cansaço físico, mas um esgotamento da energia vital, que atinge dimensões psíquicas e existenciais daquele ser. O trabalhador contemporâneo, conduzido pela lógica produtiva, esgota-se no esforço incansável para corresponder às exigências de um sistema que valoriza a produtividade e o lucro acima de tudo, inclusive ao custo do bem estar e da saúde mental do sujeito.

Do ponto de vista existencial, essa falta de sentido autêntico contribui para que o sujeito se perceba alienado da própria vida, reforçando sentimentos de inutilidade e desamparo. Frankl (2016) sinaliza o potencial adoecedor da ausência do "porquê" viver, independentemente da situação objetiva do indivíduo. O sofrimento, quando não justificado por um sentido reconhecido, pode tornar-se adoecedor.

5.3 Da dialética crítica à psicologia clínica

A monografia, ao abordar a questão da dialética em Sartre (2002), destaca a importância de superar o reducionismo da dialética dogmática, que explicaria o sofrimento mental apenas como reflexo das condições econômicas. Em contraponto, a dialética crítica oferece uma abordagem que articula a dimensão da experiência individual com as determinações sociohistóricas daquele ser.

Esta proposta pode ser considerada pertinente na clínica contemporânea, por reconhecer a necessidade de compreensão do sujeito em sua totalidade existencial e sociocultural. Ressalta-se a importância de uma leitura que integra as condições objetivas: precarização, hiperconectividade, isolamento social e desigualdades, com o reconhecimento da liberdade, responsabilidade e projeto de vida própria do paciente.

Na prática clínica, isso significa ir além do sintoma e das queixas latentes, compreendendo-se como o paciente atribui sentido à sua existência e como essa atribuição pode ser comprometida pelas condições sociais em que se vive. A relação psicoterapêutica deve promover a ressignificação das vivências, ajudando o sujeito a se reconhecer como agente ativo de sua vida, mesmo diante das limitações impostas pelo sistema que se está inserido. Isto pode ser realizado através de um questionamento do sentido daquilo que se vive, em busca de uma autenticidade do projeto de vida e não mais uma mera absorção daquilo que se é dado pelo meio.

A perspectiva existencialista enfatiza a capacidade humana de revolta, conforme vimos em Camus (2022) no seu livro “O mito de Sísifo”. Apesar do absurdo da existência e da repetição interminável de obrigações (podendo ser interpretada pelo trabalho), o homem pode reconhecer sua condição e escolher viver de forma autêntica. Esta atitude rebelde é uma resistência à alienação e ao sistema, promovendo a liberdade dentro das possibilidades daquilo que se é dado.

No contexto clínico, essa resistência pode ser estimulada e fortalecida, por meio de intervenções que favoreçam o encontro do sentido individual, seja pela criação de projetos, pela construção de relações significativas ou pela mudança da atitude diante do sofrimento inevitável.

6. CONCLUSÃO

O estudo apresentado nesta monografia teve como objetivo evidenciar que o sentido da vida está intrinsecamente ligado à saúde mental e ao bem estar do indivíduo, especialmente diante dos desafios impostos pela sociedade contemporânea. As perspectivas de Camus, Frankl e Sartre, fundamentadas em filosofias existenciais distintas, convergem para a compreensão de que a construção ou redescoberta do sentido é uma das condições necessárias para que o ser humano enfrente o absurdo, o sofrimento e a liberdade de forma autêntica.

Através de autores como Sartre, Han e Giovanetti, é possível observar que a sociedade capitalista neoliberal, ao promover a serialização e a autoexploração, além da medicalização da dor e da hipervalorização da positividade, cria um ambiente propício para o aumento do adoecimento psíquico, manifestado no burnout e na depressão. Essas condições refletem em uma crise de sentido, que é socialmente construída, manifestando-se na fragilização das relações humanas e no esvaziamento existencial do ser. Ressalta-se que o adoecimento mental não é uma condição unicamente particular daquele indivíduo, mas sim um adoecimento das estruturas da sociedade, produzindo indivíduos adoecidos através de suas exigências inalcançáveis.

O método dialético crítico de Sartre mostrou-se fundamental para compreender o sujeito em sua complexidade, articulando o indivíduo e o contexto social, a liberdade e as determinações históricas. Esta abordagem funciona como um guia para uma psicologia clínica integrativa e totalizadora, capaz de apoiar o sujeito na construção e atualização de seu projeto de vida.

Desta forma, o presente trabalho reafirma a relevância da busca pelo sentido da vida como um eixo central para a promoção da saúde mental, apontando que o enfrentamento das condições sociais adversas deve estar acompanhado da autenticidade, da responsabilidade e da criação de uma existência autêntica.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5*. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

CAMUS, Albert. *O mito de Sísifo*. Tradução de Ari Roitman e Paulina Watch. 25. ed. Rio de Janeiro: Record, 2022.

FRANKL, Viktor E. *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Tradução de Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline. Revisão técnica de Helga H. Reinhold. 39. ed. Petrópolis: Vozes, 2016.

GIOVANETTI, José Paulo. A questão do sentido da vida em tempos difíceis. In: CARDOSO, Cláudia Lins; GIOVANETTI, José Paulo; EVANGELISTA, Paulo Eduardo Rodrigues Alves (orgs.). *Cuidado em tempos de distanciamento social*. Belo Horizonte: Editora Artesã, 2021. p. 13–46.

HAN, Byung-Chul. *Sociedade do cansaço*. Petrópolis: Vozes, 2017.

HAN, Byung-Chul. *Sociedade paliativa: a dor hoje*. Petrópolis: Vozes, 2021.

MAGNABOSCO, Maria Madalena. Psicopatologia fenomenológica: expressões contemporâneas da depressão. In: GIOVANETTI, José Paulo (org.). *Fenomenologia e psicologia clínica*. Belo Horizonte: Editora Artesã, 2018. p. 135–156.

SARTRE, Jean-Paul. *Crítica da razão dialética*. Tradução de Guilherme João de Freitas Teixeira. Rio de Janeiro: DP&A, 2002.

SARTRE, Jean-Paul. *O existencialismo é um humanismo*. Apresentação e notas de Arlette Elkaïm-Sartre. Tradução de João Batista Kreuch. 4. ed. Petrópolis: Vozes, 2014.