

## Um olhar clínico diante do alcoolista: a fenomenologia existencial e suas contribuições

Maisa Damaso Barbosa <sup>(1)</sup>

Artigo publicado em outubro/2017

**Resumo** – O presente estudo visa analisar e compreender o olhar da psicologia clínica diante do caso de sujeitos dependentes do álcool, delimitando de que maneira a psicoterapia individual possa ser uma ferramenta potente e que auxilie no tratamento da dependência. Por considerar-se o homem como ser biopsicossocial, a abordagem escolhida foi a fenomenologia existencial, suas formas de interpretação e compreensão dos fatores externos e internos que levaram ao abuso de álcool, bem como compreensão de como a abordagem fenomenológica e suas teorias e métodos podem contribuir para a evolução terapêutica e a autonomia dessas pessoas.

**Termos para indexação:** alcoolista, fenomenologia-existencial, psicologia clínica

### A clinical view on the alcoholic: existential phenomenology and its contributions

**Abstract** – This study aims to analyze and understand the look of clinical psychology, on the case of alcohol-dependent subjects, delimiting that way, individual psychotherapy can be a powerful tool that helps in the treatment of addiction. By this, consider man as a biopsychosocial, the approach chosen was the existential phenomenology their ways of interpretation and understanding of external and internal factors that led to alcohol abuse, and how the phenomenological approach and his theories and methods can contribute to the therapeutic evolution and autonomy of these people.

**Index terms:** alcoholism, existential phenomenology, clinical psychology

### Introdução

No presente escrito foi proposta a perspectiva fenomenológica e seus pressupostos teóricos para que a prática clínica – psicoterapia individual – se torne cada vez mais eficiente no auxílio de casos de alcoolistas, e assim compreender de que maneira se pode efetivar e tornar eficaz um tratamento terapêutico para tais casos. Para Lessa e Novais de Sá (2006, p. 394),

o objetivo da psicoterapia não é enquadrar o paciente em padrões morais ou em modelos teóricos, mas buscar compreender as possibilidades singulares de existir de cada um, tal como ele as experimente em suas relações com as pessoas e coisas que lhe vêm ao encontro no mundo.

<sup>1</sup> Graduada em Psicologia pelo Centro Universitário Luterano de Palmas – CEULP/ULBRA, \*damasob20@gmail.com

Considerando que o olhar fenomenológico é uma perspectiva que considera a amplitude e complexidade da existência humana e a maneira como o indivíduo se comporta no mundo (PENHA, 2001), é importante se pensar como é possível contribuir para que o sujeito cada vez mais se perceba como algo além de um corpo físico muitas vezes já dependente, e que seja desenvolvida uma forma de percepção, almejando tornar consciente que é possível a existência de melhoria diante das dificuldades. Segundo Penna (2001), “um dos pontos centrais da psicologia fenomenológica é o que destaca a relevância da percepção, ela seria a mais significativa forma de se apresentar a consciência enquanto intencional”.

Assim, tomamos como relevantes a explanação da abordagem fenomenológica e suas linhas teóricas, a prática clínica e suas contribuições terapêuticas, e de que modo ambas consideram o alcoolista e sua forma de lidar e se reabilitar diante do vício.

## **Material e Métodos**

O trabalho de cunho bibliográfico tem como finalidade compreender melhor a atuação em clínica psicológica, no que se refere à reabilitação de dependentes de álcool, e as possíveis contribuições da psicoterapia da abordagem fenomenológica-existencial. Assim, depreende-se que essa teoria possa contribuir para a evolução terapêutica, no que tange à dependência de álcool. Para alcançar tais conceitos e objetivos, o trabalho foi realizado por meio de pesquisa em artigos científicos, periódicos on-line e livros.

### **A Clínica Fenomenológica-Existencial**

Apesar de ter surgido para contrapor as ideias robustas e polêmicas das abordagens psicanalíticas, a fenomenologia-existencial se difere e se destaca dentro da psicologia por suas contribuições pertinentes a nova maneira de olhar os fenômenos psíquicos, ou seja, preocupa-se com o aqui-agora, e toma como fundamental na psicoterapia a alteridade própria do outro.

Observam-se algumas contribuições psicanalíticas dentro da evolução de tal abordagem, porém também são perceptíveis críticas quanto aos seus conceitos teóricos e práticos dentro da clínica. Segundo Lessa e Novaes de Sá (2006, p. 395), “a perspectiva fenomenológica valoriza o encontro no aqui-agora, onde o outro comparece com sua alteridade própria, afetando e sendo afetado, e não apenas enquanto uma representação”. Assim toma-se como

primordial o conceito de contato, autenticidade e alteridade, visões pelas quais buscam atingir de maneira essencial os conflitos gerados por desgastes psíquicos.

A visão fenomenológica de homem, fenômenos e mundo contribuiu para trazer cada vez mais autonomia ao sujeito que se via preso aos discursos do “inconsciente”. Agora estavam diante de uma abordagem que prezava pela consciência, subjetividade e integridade dos acontecimentos no processo de evolução humana, aproximando o homem de sua real capacidade de lidar com seus conflitos.

Depois de tantas evoluções técnicas e teóricas, a abordagem fenomenológica atualmente contribui dentro da prática clínica, no que se refere ao olhar diante do fenômeno ao modo como ele se dá no aqui e agora. Essas teorias influenciam e se entrelaçam também com a abordagem gestáltica e o humanismo-existencial.

Assim, a fenomenologia-existencial é a relação do sujeito e o mundo, buscando captar a essência das coisas, principalmente da existência humana, considerando suas particularidades (PENHA, 2001).

A prática em clínica, tomando como partida a abordagem fenomenológica, busca do psicoterapeuta uma postura de ser no mundo assim como do cliente. Tal prática, por meio do contato e da autenticidade, visa explorar as significações do sujeito perante seus conflitos, com a tarefa de trazer a consciência dos fatos, sem que seja necessário o retorno aos eventos do passado, ou seja,

A psicoterapia existencial investiga a história de vida de um paciente, como em qualquer outro método terapêutico. Contudo, não busca explicar a história de vida e suas idiosincrasias patológicas. Ao contrário, compreende esta história de vida como modificações da estrutura total do ser no - mundo dos pacientes. (GOMES e CASTRO, 2010, p.86).

Assim como todo processo teórico, torna-se necessária a criação de um método eficiente que auxilie no enfrentamento dos conflitos existenciais. Desta forma, o existencialismo conta com a metodologia filosófica, que se caracteriza pela descrição e não pela dedução. Feijoo (2000) nos relata sobre esta característica:

A psicologia fenomenológica visa descrever com rigor, e não deduzir ou induzir; mostrar e não demonstrar; explicitar as estruturas em que a experiência se verifica e

não expor a lógica da estrutura; por fim, deixar transparecer na descrição da experiência suas estruturas e não deduzir o aparente por aquilo que não se mostra (FEIJOO, 2000, p. 33).

É um olhar frente ao fenômeno vivido no instante do encontro com o outro. Procura-se compreender como os processos de transformação geram o sujeito que se mostra hoje, e suas experiências perante a sua problemática atual. O cuidado em torno de todas as experiências singulares vividas e trazidas pelo cliente é fundamental para o estabelecimento de uma relação terapêutica harmônica. Segundo Novaes de Sá e Barreto (2011, p. 392), “(...) pode-se entender a atitude clínica como possibilidade do cuidado do psicólogo implicado no movimento de atenção ao cliente como existência”.

O principal objetivo da clínica fenomenológica-existencial é o resgate das significações das experiências vividas por cada sujeito de maneira única, autêntica e sem restrições. O terapeuta busca o real sentido de ser aquilo que o sujeito se mostra, trazendo para a consciência o que é particular para o cliente.

Assim compreendida, a ação clínica apresenta-se como escuta que chama o “dizer”, compreendido como deixar ver, e prepara a situação para que ele possa acontecer como abertura para outras possibilidades de ser. Esta seria a tarefa do terapeuta existencial: resgatar o homem singular que se encontra perdido no geral (NOVAES de SÁ e BARRETTO, 2011, p. 393 *apud* FEIJOO, 2008, p. 317).

Outro ponto importante trazido pelos estudiosos da fenomenologia é a questão de voltar a olhar para dentro, de modo a encontrar a essência e a consciência de cada sujeito, objetivando o encontro e a atitude fenomenológica criativa. Husserl (1859 – 1938), o fundador da fenomenologia, chama isso de “voltar às coisas mesmas”, ou seja, a intencionalidade das ações, pois todo ato está direcionado a algum sentimento ou objeto (AMATUZZI, 2009). Pensando também na criatividade como capacidade inteiramente humana e desenvolvida por meio das vivências e experiências, o profissional é importante ferramenta de incentivo para evolução e capacidade de estimular a criatividade e resiliência dos seus clientes.

Ainda segundo AmatuZZi (2009, p. 98), “o atendimento não se baseia em um diagnóstico, mas na afirmação de uma tendência inata e criativa ao crescimento, e não é

concebido como uma intervenção direcionada a efeitos específicos, mas sim como uma relação libertadora dessa tendência na pessoa”.

Portanto, a fenomenologia-existencial se trata de uma filosofia pela qual também se aplicam as questões psíquicas e as maneiras de auxiliar as pessoas a se tornarem conscientes de suas escolhas para que, por meio disso, possam evoluir no que tange a seus desejos, sonhos e projetos.

### **O ser no mundo diante do alcoolismo**

Atualmente sabemos que o alcoolismo é uma das dependências mais populares e comuns entre os demais vícios, sendo por sua vez cientificamente conhecida como Síndrome de Dependência do Álcool (SDA), e considerada nociva para saúde pública em geral, justamente por levar a altos índices de acidentes e violência. O alcoolismo se trata do uso abundante de álcool, que causa danos físicos, mentais e sociais, provocando muitas vezes comportamentos agressivos e anormais. (TINOCO, 2009). Outra definição pertinente quanto à dependência de álcool é trazida pelo Manual de Diagnóstico e Estatística dos Transtornos Mentais - IV (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders - DSM-IV), que caracteriza a dependência como comportamentos de abstinência ou comportamentos compulsivos, e o indivíduo continua o uso do álcool para evitar tais sintomas (DSM-IV, 1995, p. 190).

Tratando-se de dependência do álcool ou qualquer outro tipo de drogadição é sempre necessário e importante se pensar em cada pessoa de forma única, pois, até mesmo no que concerne à utilização dessas substâncias, existe uma motivação, intencionalidade e até mesmo interesse que leve ao contato com tais drogas. Pensando pelo lado da busca de prazeres, o uso de álcool pode trazer amigos e experiências novas, mas, por outro lado, seu uso pode também tornar o sujeito um dependente.

A fenomenologia-existencial observa esses comportamentos dependentes como um conflito pelo qual o sujeito se mostra e procura existir diante do mundo, mesmo sendo uma forma de se manifestar que não contemple a autenticidade e a alteridade. Sipahi e Vianna (2001, p. 504), ao descreverem em seu artigo a dependência e a fenomenologia-existencial, registram que “a dependência configura-se quando a confiança nessa promessa de uma vida mais agradável obscurece todos os outros apelos do mundo, fazendo com que o cuidado consigo mesmo fique limitado, e esta seja a única forma de promoção de um viver melhor.”

Uma grande dificuldade apontada pela perspectiva fenomenológica seria o fato de que, por meio da dependência, o sujeito, a partir de um momento, passa a se configurar de uma maneira que não corresponde ao que de fato ele é para a sua vivência; desta forma, distancia-se da realidade e de sua essencial forma de se relacionar com os outros, tornando-se incapaz para a produção de criatividade e controle sobre sua própria vida, abandonando perspectivas de futuro e de crescimento (Sonnenreich, 1982 *apud* SIPAHI e VIANNA, 2001, p.505).

Para Angerami-Camon (1998, p.14), o ser-no-mundo significa “a luta constante do homem consigo próprio para não perder sua dignidade existencial e suas características individuais.” Sendo assim, estar no mundo diante do alcoolismo passa a ser uma falta de cuidado consigo mesmo, com as pessoas ao redor e a maneira como as relações estão sendo estabelecidas; é um desencontro da sua própria essência, enganando-se ao acreditar que, por meio de algum outro aspecto prazeroso, a vida pode se tornar mais leve. “Assim, a dependência revela-se como uma das possibilidades de aliviar-se da tarefa do cuidar, na precariedade do viver.” (SIPAHI e VIANNA, 2001 p. 505).

O existir e o viver requerem uma gama de habilidades, que por sua vez só podem ser desenvolvidas por meio do movimento no mundo, e isso muitas vezes é difícil e doloroso, pois aceitar ser o que de fato a sua essência é necessita de uma transformação e aceitação que vêm de dentro. Por meio do apoio psicoterápico, o viver no mundo ganha potencialidades no que diz respeito a traçar estratégias que possibilitem o retorno ao conhecimento de si.

Pensando numa vertente que vem dos princípios existenciais, a Logoterapia de Viktor Frankl (1905-1997) observa o existir como uma busca de significação da vida, ou seja, dar sentido ao que se é, e reconhecer-se como ser diante do mundo. Assim, o sujeito se torna protagonista e não um mero espectador de suas escolhas, retirando-se do simples conformismo existencial. O homem precisa ser dono de sua vida, e, quando isso ocorre de maneira falha, vem a ocorrer o que Frankl chama de “vazio existencial”, no qual o sujeito se encontra perdido e sem propósitos de vida, tornando-se muitas vezes refém dos vícios, como o alcoolismo. “Desta maneira, a Análise Existencial compreende o homem perante seus conflitos existenciais, e atesta que a necessidade do mesmo encontrar sentido é intrínseca à sua natureza” (RIBEIRO, 2015, p.15).

O alcoolismo por essa perspectiva se torna uma fuga do “vazio”, em que não se é mais capaz de suportar tantos conflitos, e no abuso de substâncias o sujeito encontra o conforto e a “anestesia” para dores e sofrimentos existenciais.

A análise existencial entende que o dependente recorre à bebida com a finalidade de garantir momentos de prazer dentro da realidade que vive. Visando assim, na busca desse prazer, mascarar frustrações de sentido, em algo que só o encontro com o sentido pode proporcionar (RIBEIRO, 2015, p.16).

Torna-se, pois, necessário reconhecer que o dependente é uma pessoa doente e que precisa de ajuda para se readaptar no meio em que vive. Assim, torna-se importante que a família seja presente e atuante no processo de tratamento, revelando-se como uma motivação a mais nesse tratamento. Além do apoio familiar e social, as contribuições terapêuticas existenciais observam esse tipo de comportamento e fenômeno existencial como uma maneira de fuga da precariedade atual de existência.

### **Contribuições Terapêuticas para Evolução Existencial**

Diante de conflitos existenciais também existe a possibilidade de melhoria para qualquer situação, e pensando sempre no bem-estar das pessoas, a psicologia fenomenológica-existencial preconiza que o sujeito viva sua essência, e se perceba diante do mundo como ser ativo e em construção. Além da família, é também papel do psicoterapeuta o apoio incondicional ao momento de sofrimento e conflito, porém deixando claro que as escolhas são de total responsabilidade e autonomia de seus clientes. “O psicoterapeuta atua como facilitador do processo de crescimento do paciente, será alguém que deverá ter muito claro o momento em que sua posição de ser de ‘estar-junto’ ou, então, a de ‘atuar-junto.’” (CAMON, 1995, p.17).

Considerando-se o alcoolismo e suas dificuldades, a ótica fenomenológica-existencial atua frente a esses pacientes, com o intuito de reestruturar a busca de crescimento e a amplitude de possibilidades diante da situação de risco, possibilitando o resgate de conceitos de autonomia, liberdade, percepção de forma saudável para o sujeito, para que o mesmo perceba os problemas e consiga enfrentá-los. “O trabalho com um dependente legitima-se em seu sofrimento. Reside na possibilidade de transformação de seu estar no mundo e na

ampliação de suas possibilidades existenciais, libertando-o nas apropriações do sentido de sua história.” (SIPAHI e VIANNA, 2001, p. 506).

Essa perspectiva existencial traça um caminho onde se envolve e se visualiza o homem como um todo, integral, ou seja, existir é o todo, considerando essa existência como algo complexo e completo. Segundo Ribeiro (1985, p. 34), é necessário o resgate da integralidade do ser humano, bem como considerar a individualidade e conseqüentemente lutar contra toda forma de dicotomia.

Assim, tratando-se de psicoterapia com dependentes, o indivíduo é auxiliado com base em como a sua vida está se dando no aqui e agora, visualizando-se e valorizando-se cada vez mais um movimento para frente, que proporcione meio de desenvolver a criatividade e o crescimento. Dentro dessa visão, percebe-se que os pressupostos da corrente humanista são presentes para esse olhar compreensivo, e passa-se a ter entendimento de “como” as coisas acontecem, e não “por que”, ou seja, sem questionamentos, e sim com descrição dos fenômenos vividos até o momento. Desse modo, visa-se, acima de tudo, à transcendência e à valorização do homem como centro das coisas.

É importante ressaltar que o acompanhamento psicológico (individual e/ou grupal) seja fortalecido durante o tratamento do alcoolismo, porém não é a única forma de cuidado, existem métodos medicamentosos que podem ser aliados desse processo.

## **Conclusões**

O presente trabalho buscou descrever brevemente como a psicologia fenomenológica-existencial pode contribuir para a recuperação de pessoas dependentes de álcool, e quais seriam as possíveis contribuições dessa abordagem diante de tais casos.

É percebido que, por meio da busca de retomar sentido sobre a vida, essa vertente teórica visa auxiliar o tratamento, considerando o ser humano e suas infinitas possibilidades, e considerando ainda que somos livres e autônomos diante da vida.

O existencialismo busca, por meio de termos filosóficos e científicos, proporcionar uma ótica sobre o que vai muito além do que podemos perceber, de modo a olharmos para as



coisas assim como elas nos são manifestadas, e entender que ninguém melhor do que o próprio sujeito para caracterizar suas emoções e observar os seus fenômenos como algo que pode ser transformado e controlado.

Considera-se então que, para a efetivação da evolução quanto aos casos de alcoolismo, é preciso se estabelecer um vínculo terapêutico, favorecendo o empenho do paciente diante das vicissitudes da vida, compreendendo como as abordagens existenciais podem promover a saúde mental no que se refere ao adoecimento existencial diante das inúmeras formas de dependência química.

### Referências

AMATUZZI, Mauro Martins. **Psicologia fenomenológica: uma aproximação teórica humanista**. Estudos de Psicologia, Campinas, SP, v. 26, n. 1, p. 93-100, 2009. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103166X2009000100010&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103166X2009000100010&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 19 abr. 2016.

ANGERAMI-CAMON, Valdemar Augusto. **Psicoterapia existencial**. São Paulo: Pioneira, 1998. 104 p.

ANGERAMI-CAMON, Valdemar Augusto. **Histórias psi: a ótica existencial em psicoterapia**. São Paulo: Pioneiras, 1995. 94 p.

DSM-IV. **Manual de diagnóstico e estatística dos transtornos mentais**. 4. ed. Porto Alegre: Artes Médicas. 1995. 830 p.

FEIJOO, Ana Maria Lopez Calvo de. **A escuta e fala em psicoterapia: uma proposta fenomenológico-existencial**. São Paulo: Vetor, 2000. 196 p.

GOMES, Willian Barbosa; de CASTRO, Thiago Gomes. **Clínica fenomenológica: do método de pesquisa para a prática psicoterapêutica**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, Porto Alegre, v. 26, n. especial, p. 81-93. 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-37722010000500007](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722010000500007)>. Acesso em: 9 abr. 2016.

LESSA, Adir Machado; NOVAES DE SA, Roberto. **A relação psicoterapêutica na abordagem fenomenológico-existencial**. Análise Psicológica, Lisboa, v. 24, n. 3, p. 393-397, jul. 2006. Disponível em: <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0870-82312006000300013&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312006000300013&lng=pt&nrm=iso)>. Acessos em: 9 abr. 2016.

PENNA, Antônio Gomes. **Introdução à psicologia fenomenológica**. Rio de Janeiro: Imago, 2001. 124 p.

PENHA, João da. **O que é existencialismo?** São Paulo: Brasiliense, 2001. 87 p.

RIBEIRO, Dália Angélica Velez. **Logoterapia e drogadição:** a análise existencial de Viktor Emil Frankl no tratamento de dependência do álcool. 2015. 31 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Estadual da Paraíba, Paraíba, 2015.

RIBEIRO, Jorge Ponciano. **Gestalt-Terapia:** eefazendo um caminho. 6. ed. São Paulo: Summus, 1985. 140 p.

SÁ, Roberto Novaes de; BARRETO, Carmem Lúcia Brito Tavares. A **noção fenomenológica de existência e as práticas psicológicas clínicas**. Estudos de Psicologia, Campinas, SP, v. 28, n. 3, p. 389-394, 2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-166X2011000300011&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2011000300011&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 19 abr. 2016.

SIPAHI, Fabiano Matos, VIANNA; Fernanda de Camargo. **Uma análise da dependência de drogas numa perspectiva fenomenológica existencial**. Análise Psicológica, São Paulo, SP, v.19, n.4, p. 503-507, 2001. Disponível em: <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0870-82312001000400002](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312001000400002)> . Acesso em: 19 abr. 2016.

TINOCO, Denise Hernandes. **Psicologia, psicanálise e psicossomática**. 2. ed. Londrina: UNIFIL, 2009. 230 p.