

PSICOTERAPIA COMO CAMINHO AO NADA

Psychotherapy as a path to Nothingness

Lara Campanhã Salgado¹, João Paulo Martins²

1. Discente do curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Bauru;
2. Psicólogo, Mestre em Filosofia da Mente – UNESP Marília, Doutorando em Psicologia – UNESP Bauru e Docente do curso de Psicologia das Faculdades Integradas de Bauru.

RESUMO

Este artigo, uma revisão de literatura com abordagem fenomenológico-hermenêutica baseada em Heidegger, investiga a apropriação de si em relações psicoterapêuticas. O objetivo do trabalho é mostrar um caminhar psicoterapêutico sem assunção de hipostasias, buscando a desconstrução da ideia de sujeito como substância. Desviando-se da epistemologia científica tradicional, a fenomenologia visa descrever, não explicar, os fenômenos, buscando universalizar sua essência. A hermenêutica, por sua vez, destaca a interpretação das formas de vida, enraizada em tradições e experiências diversas. Na era da técnica, conforme Heidegger, a técnica moderna não é apenas um meio para um fim, mas uma maneira de revelar a verdade, embasada em uma visão restritiva dos fenômenos. O texto

explora como a técnica pode contribuir para a restrição de possibilidades e o tamponamento de sentidos na contemporaneidade. A impessoalidade, destacada como estabilizadora de significações, pode limitar as escolhas individuais. Contrapondo-se à pressa da era moderna, a psicoterapia fenomenológica-existencial adota uma postura de passividade ativa. O terapeuta aguarda pacientemente, não como agente da transformação, mas como facilitador do salto do indivíduo para possibilidades autênticas. A proposta da psicoterapia é um caminho para a abertura, não guiado por um destino técnico, mas revelando possibilidades ao longo do caminho, uma jornada para o nada, onde as transformações são abertas com as possibilidades.

Palavras-chaves: Psicoterapia; Fenomenologia - Hermenêutica; Propriedade; Autenticidade; Dasein.

ABSTRACT

This article, a literature review with a phenomenological-hermeneutic approach based on Heidegger, investigates self-appropriation in psychotherapeutic relationships. The aim of the work is to depict a psychotherapeutic journey without assuming hypostases, seeking the deconstruction of the idea of the subject as substance. Deviating from traditional scientific epistemology, phenomenology aims to describe, not explain, phenomena, seeking to universalize their essence. Hermeneutics, in turn, emphasizes the interpretation of forms of life rooted in various traditions and experiences. In the era of technology, according to Heidegger, modern technology is not just a means to an end but a way of revealing the truth, based on a restrictive view of phenomena. The text explores how technology can contribute to restricting possibilities and blocking meanings in contemporary times. Impersonality, highlighted as a stabilizer of meanings, can limit individual choices. Contrary to the haste of the modern era, phenomenological-existential psychotherapy adopts a stance of active passivity. The therapist patiently waits, not as an agent of transformation but as a facilitator of the individual's leap into authentic possibilities. The proposal of psychotherapy is a path to openness, not guided by a technical destination but revealing possibilities along the way, a journey to nothing, where transformations are unfolded with possibilities.

Keywords: Psicoterapia Clínica; Fenomenologia-Hermenêutica; Propriedade; Autenticidade; Dasein.

Clinical Psychotherapy; Phenomenology-Hermeneutics; Property; Authenticity; Dasein.

INTRODUÇÃO

O termo psicoterapia inicialmente foi empregado para referenciar toda prática de cunho médico-filosófico e posteriormente médico-psicológico. O surgimento da filosofia natural, com o passar dos séculos, foi um período de importância para a psicoterapia, pois contribuidores da ciência moderna como Nicolau Copérnico e Galileu Galilei, foram abrindo espaço para a saída dos problemas mentais ligados à uma lógica centrada no Cristianismo, passando a serem vistos como doenças mentais presentes na sociedade (SCHIEVANO, 2022).

Corroborando com a ideia da autora supracitada, tem-se que em Osório et al. (2017), a palavra “psicoterapia” tem origem nas palavras gregas *Psykhê* (ψυχή - mente) e *Therapeuein* (Θεραπευειν - curar) e vem sendo utilizada como forma de tratamento, significando cura pela fala. Com o passar do tempo e com várias reduções de significados, o médico e fisiologista Josef Breuer, usava deste método, de cura pela fala, a partir de uma visão interpretativa em suas pacientes histéricas. Posteriormente, Sigmund Freud, neurologista, passou a fazer uso do método, observando com atenção os efeitos transitórios que envolviam o fracasso do tratamento

e a importância da relação médico-paciente. Assim sendo, o método hipnótico-catártico foi deixado de lado, pois passou-se a lidar com os eventos relatados através da hipnose, a partir de estratégias como associação livre, interpretação de sonhos e uso do divã. Construiu-se, portanto, a psicanálise, uma nova ciência, reconhecida como a primeira forma de psicoterapia.

Embora a psicanálise fosse praticada em outros países, a sua aceitação nos Estados Unidos foi particularmente forte. Como resultado, a psiquiatria americana se afastou das tradições e abordagens anglo-europeias, que se concentravam em estudar fenomenologia e nosologia, enquanto a psicanálise se concentrava na interpretação de conflitos internos (ANDREASEN, 2007).

Após a segunda guerra mundial, a psiquiatria norte-americana abraçou os princípios psicanalíticos, criando um conjunto de crenças, valores, atitudes e ideias influenciado por essa “dominação psicanalítica”. Um sistema para diagnosticar e classificar transtornos psiquiátricos foi organizado durante a época em que a psicanálise estava em desenvolvimento, e foi incluído em duas importantes referências de diagnóstico (CID e DSM). No entanto, a psicanálise geralmente não considerava o diagnóstico e a classificação como importantes, focando, em vez disso, na compreensão dos conflitos psicológicos internos (ANDREASEN, 2007).

Em contrapartida, a região do Médio Atlântico fez importantes contribuições para a psiquiatria, desenvolvendo o primeiro conjunto de critérios

diagnósticos, bem como outras escalas de classificação para psicopatologia. Posteriormente, estudos sugeriram que os psiquiatras norte-americanos estariam super-diagnosticando doenças mentais em comparação com o resto do mundo. Cria-se, diante deste contexto, a necessidade de um DSM-III baseado em evidências em vez de descrições gerais, dessa forma vemos um modelo psicoterapêutico voltado para as perspectivas psicanalíticas (ANDREASEN, 2007).

Segundo Binswanger (2001), a psicoterapia pode ser definida como o processo psicológico que se dá entre duas ou mais pessoas, no qual o profissional busca aplicar seus conhecimentos para compreender a função mental e o comportamento do paciente. O que não difere de uma escola de psicoterapia para outra, é a necessidade da existência de uma aliança entre as partes. Para o autor, psicoterapia é a relação entre dois humanos.

São cerca de 250 modalidades psicoterápicas, além da ampla literatura que abarca o conceito de psicoterapia. Podendo-se destacar as teorias psicanalíticas/psicodinâmicas, comportamentais, cognitivas, existenciais-humanistas, psicodramáticas, sistêmicas, construtivistas, narrativas e do construcionismo social (OSÓRIO et. al., 2017). É no modelo conceitual e técnico que residem as principais diferenças das psicoterapias.

De modo geral, a psicoterapia refere-se a um método de tratamento psicológico exercido por um profissional,

tendo como objetivo auxiliar as pessoas a lidarem de forma saudável com sofrimentos e dificuldades. Embora haja diferenciação em relação à frequência das sessões, tempo de duração, métodos e setting terapêutico, as escolas de psicoterapia se igualam no quesito relação terapeuta-paciente, contrato terapêutico e na técnica específica fundamentada por determinada teoria (MONDARDO; PIOVESAN; MANTOVANI, 2009). No entanto, definir o termo psicoterapia não é simples, pois as bibliografias definem o termo de acordo com a abordagem e cada uma dessas abordagens olhará para os fenômenos a partir de um prisma conceitual totalmente diferente (SILVA, 2020).

Para adentrar no que é a modalidade terapêutica a partir do viés fenomenológico, algumas considerações importantes sobre as terminologias presentes nas obras de Heidegger serão apresentadas no decorrer da leitura. Principiando que para Heidegger (2012, p. 119) a expressão fenomenologia significa “fazer ver a partir dele mesmo o que se mostra tal como ele por si mesmo se mostra”, isto é, o aparecimento daquilo que vem. Seu método de análise utilizado é considerado uma fenomenologia hermenêutica que, conforme explica Cardinalli (2004), compreende o ser humano como ser-aí (dasein) sendo que ele é um acontecimento intencional, e que é lançado no mundo nesse movimento “para fora” (ek-sistere). Assim sendo, pode-se dizer que o Dasein é imediatamente o seu aí, ou seja, o seu horizonte de manifestação, no qual o

próprio Dasein, por não ter uma natureza a priori, possui modos de naturalização oriundos de tal horizonte, assim como todos os entes intramundanos que vem ao encontro.

Tal leitura só pode ser entendida a partir de uma assumpção hermenêutica. Em outras palavras, a hermenêutica é a leitura de uma época, ou seja, o Ser-Aí a cada momento responde a uma época. Acrescenta Camasmie e Novaes (2012) que Heidegger não utiliza dos termos “sujeito”, “homem”, “indivíduo”, “subjetividade”, por serem termos que já carregam em si significados históricos, sendo necessário para a compreensão da perspectiva, fazer a desconstrução da ideia de sujeito enquanto substância.

Segundo Cardinalli (2015) as características fundamentais do ser-aí não são propriedades ou qualidades, mas modos em que é possível ser compreendido com base em sua existência. Halfeld (2018) explica que a compreensão do homem difere da compreensão apresentada pela metafísica, sendo o homem, incapaz de ser interpretado de alguma forma, uma crítica heideggeriana à tal conceito que se estrutura na compreensão de que está presente um esquecimento da relação entre “homem e ser”, favorecendo a objetificação do ente. A essência do Ser é não ter propriedade.

Dito isso, o entendimento da prática clínica pautada na perspectiva fenomenológico-existencial compreende o homem justamente como um ente indeterminado. A clínica retorna àquilo que é mais fundamental e originário, ou

seja, a própria existência enquanto Ser-aí (MACEDOCOUTO; RAPHAEL, 2021). Para Feijoo (2017), p. 99-100:

Torna-se pertinente ressaltar que a clínica psicológica em uma inspiração existencial vai se estabelecer muito mais em uma negatividade do que propriamente a partir de uma identidade positiva. A positividade na clínica diz respeito a uma orientação que indica caminhos que conduzem à conscientização, a superação e a conquista da autorrealização. A negatividade na clínica consiste a deixar que transpareça ao analisando o caráter de indeterminação e de incompletude da existência. Isso quer dizer que a clínica nesses termos vai deixar transparecer que percalços, dores e frustrações também são próprios do existir humano.

A autora acima explana de maneira clara o que pode ser chamado de propriedade ou tornar-se próprio de si. O termo “propriedade” não se refere à posse ou propriedade de algo material. De acordo com Jardim (2012) estar em grupo oferece às pessoas a oportunidade de se revelar e descobrir formas de ser durante a interação com o outro, sendo possível lidar com essas novas formas de ser. Para entender o papel do grupo nesse processo, deve-se entender que o mundo do Dasein é um mundo compartilhado, e que essa relação não deve ser vista como uma relação sujeito-objeto. Em vez disso, Dasein e mundo estão intrinsecamente ligados, não sendo possível pensar no Dasein sem o mundo e vice-versa. Jardim (2012) argumenta que o mundo não é uma “propriedade” do Dasein, e que não se pode considerar o mundo como algo que possamos controlar ou usar de acordo com nossa vontade. O uso da palavra “propriedade” é mais uma crítica

ao modo como o pensamento moderno ocidental tende a tratar o mundo como um objeto a ser dominado e controlado pelo ser humano, em vez de reconhecer a relação mais profunda e ontológica entre o Dasein e o mundo.

Considerando tudo o que foi mencionado anteriormente, fica evidente a importância de um trabalho de psicoterapia que não tente explicar a natureza do ser humano, como é feito na metafísica. Em outras palavras, compreendemos que não temos uma essência fixa e natural, não somos seres naturalizados e que qualquer tentativa de nos fixar em uma natureza pré-determinada gera uma limitação em nossas possibilidades. Nós, enquanto Dasein, estamos em constante mudança e somos moldados pelas experiências e contextos históricos, culturais e sociais aos quais estamos expostos. Essa dinâmica se aplica a todos, tanto aos profissionais de psicologia quanto às pessoas que buscam a psicoterapia, e até mesmo aqueles que não estão diretamente envolvidos no processo. Com isso, vem o objetivo central do trabalho: mostrar um caminhar psicoterapêutico sem assunção de hipostasias.

As coisas não se realizam por uma questão apenas de força e determinação pessoais, explica Feijoo (2012), há situações que são próprias ao horizonte epocal que estamos lançados. Abordar a existência dessa forma desfaz as amarras da ilusão, tornando possível explorar alternativas que pareciam obscurecidas pela limitação da realidade conhecida.

Nesse contexto, é fundamental evitar assumir a postura de um especialista, aquele que detém todas as respostas sobre a mente e conhece o caminho para desvendar suas complexidades. A autora mencionada argumenta que, na clínica existencial, por exemplo, o psicólogo desafia as normas e diretrizes já estabelecidas e os discursos dominantes que moldam a história. Essa atitude é crucial para que o terapeuta e o paciente abram espaço para possibilidades que estavam ocultas. Em qualquer interação com outras pessoas, é importante manter essa perspectiva e não contribuir para a consolidação de discursos que nos mantêm presos às normas predominantes desse contexto, isso permite que o outro revele sua verdadeira situação e considere outras possibilidades que podem estar escondidas pela limitação de sua visão de mundo.

MÉTODO

A pesquisa em questão consiste em uma revisão de literatura com delineamento narrativo que utiliza o método fenomenológico-hermenêutico de investigação, seguindo as propostas de Heidegger. Esse método envolve uma análise do surgimento do fenômeno em um contexto específico, neste caso, o contexto apresentado é apropriação de si em uma relação psicoterapêutica. Ao adotar essa perspectiva, rompe-se completamente com a tentativa de estabelecer uma epistemologia das ciências humanas baseada no modelo das ciências naturais.

A fenomenologia tem como objetivo descrever o fenômeno, ao invés de explicá-lo, não se preocupando em estabelecer relações causais. O foco está em mostrar, por meio de descrições rigorosas, como é possível compreender a essência do fenômeno. No entanto, rigor não significa replicabilidade, ou seja, uma repetição. Em vez disso, significa dispensar pressupostos teóricos influenciados por uma tradição histórica, buscando universalizar o fenômeno. O rigor reside em explorar a emergência fenomênica e descrevê-la de maneira completa, levando em consideração a tradição histórica do mundo ao qual pertencemos (MARTINS; BOEMER; FERRAZ, 1990).

A partir disso, essa compreensão do mundo nos leva à hermenêutica, à interpretação. A hermenêutica traz reflexão e, conseqüentemente, uma compreensão das diferentes formas de vida proporcionadas pelo mundo, resultando em uma cultura permeada por tradições e experiências diversas. Assim, de maneira rigorosa, ela demonstra como ocorre o movimento de reconhecimento dos elementos a partir das experiências no mundo (SIDI; CONTE, 2017).

Para isso, foram consultadas as bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciElo), Pubmed e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), dos últimos anos, em busca de referências relacionadas ao tema desenvolvido. As palavras chaves utilizadas foram: autenticidade, fenomenologia, era da

técnica, ser próprio, psicoterapia clínica. Os dados encontrados foram analisados de maneira minuciosa, seguindo a metodologia fenomenológico-hermenêutica.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O pensamento moderno, oriundo das propostas de uma época considerada como “modernidade filosófica”, traz consigo uma forma de olhar o mundo. Essa forma de observação dos fenômenos, uma forma representacional, denota uma especificação “real” do mundo circundante. Isso significa que há uma relação estrita entre sujeito e objeto, fazendo com que haja uma interpretação, quiçá, psicologista (MARTINS, 2015).

O mesmo autor supracitado menciona que essa correlação, a partir da consolidação kantiana, fora criticada por Husserl e, posteriormente, por Heidegger, sendo que esse último chamaria essa forma de verificar os fenômenos de “era da técnica”. Essa técnica, ao qual Heidegger tem se preocupado, não significa uma série de formas de aperfeiçoamentos, mas sim um modo de olhar os fenômenos, um olhar restritivo, a saber. A partir de então, cabe o esclarecimento e maior elucidação do que se entende pela normativa técnica e como a fenomenologia posiciona seu fazer de maneira contrária a essa normativa.

Era da técnica

Para iniciar a narrativa sobre a era da técnica, é necessário clarificar que

existe uma diferença entre a concepção de técnica dos gregos e a concepção moderna destacada. A primeira, *techné*, envolve uma atividade humana de produção (*ποίησις*) relacionada à transformação da natureza (*Φύσις*) com o propósito de manifestar a sua própria natureza (*Νόμος*), sendo esta, ligada à busca da verdade (*ἀλήθεια*) e envolvendo a habilidade de revelar a essência das coisas, permitindo que elas se revelem por si mesmas. Por outro lado, a técnica moderna é vista como uma tentativa de produzir, medir, controlar, prever e objetivar a realidade (DANTAS, 2011 apud OLIVEIRA *et al.*, 2021).

Pensar na era da técnica é pensar no nosso mundo. Em Contribuições à Filosofia, Heidegger (2014 apud INSTITUTO DASEIN, 2022), ressalta que mundo é resultante de processos históricos específicos e, dependendo dos processos históricos, vão se construindo campos de possibilidades específicas. Preocupado em entender como a existência humana se relaciona com o ser em si e como a compreensão do ser afeta nossa existência, Heidegger diferencia dois tipos de acontecimentos fundamentais: Acontecimento fundamental da existência, caracterizado por experiências/eventos do mundo contemporâneo que moldam a existência cotidiana (mudanças sociais, políticas, tecnológicas, culturais...) e Acontecimento apropriador do Ser, um conceito mais profundo/filosófico. O autor argumenta que nossa existência é afetada por nossa compreensão do ser em si e que o “acontecimento apropriador

do Ser” é a experiência que nos leva a uma compreensão mais profunda do ser, de nossa própria existência.

Um acontecimento apropriador é um acontecimento no qual os fenômenos conquistam uma medida histórica, isto é, adquirem significado em relação à história e à cultura em que ocorrem. “Medida histórica de um tempo” se refere à ideia de que a compreensão do ser é moldada pelas circunstâncias históricas e culturais de uma determinada época. A medida epocal exerce poder sobre nós e tem papel de constituição dos fenômenos na nossa época. O acontecimento apropriador está relacionado a essa medida histórica, pois é onde o entendimento do ser é profundamente influenciado e moldado por essas circunstâncias temporais e históricas. Pensar a partir do acontecimento apropriador significa pensar já numa história determinada por acontecimentos apropriadores específicos (INSTITUTO DASEIN, 2022).

Completa o autor supracitado que, seu aí hoje é ser a medida histórica em virtude da qual o fenômeno aparece como o fenômeno vier. Isso sugere que a nossa percepção dos fenômenos não é puramente objetiva, mas influenciada por nossa interpretação. O mundo fornece orientações normativas e normalizantes sobre como devemos agir e nos comportar em diferentes contextos. A competência existencial está enraizada na capacidade de escuta dessas orientações do mundo. Seguir as orientações do mundo significa agir

dentro de uma tradição encurtada, moldada por orientações.

Feijoo (2012) no item 2.3 do texto “A clínica psicológica em uma inspiração fenomenológica - hermenêutica”, antes de entrar na questão da técnica, ressalta a importância do questionamento e afirma que somente ao indagarmos sobre algo é que podemos nos preparar para uma convivência desimpedida com aquilo que tem o potencial de nos restringir. Dito isso, a autora discorre que a essência da técnica, compreendida numa determinação antropológica, ou seja, num aspecto de natureza, é a causalidade. Esclarecendo, a essência da técnica é consequência de ato: ação e reação. Portanto, a técnica moderna não é um meio para chegar a um fim e sim um modo possível de desvelamento da realidade. O desvelamento em questão deve ser entendido sem cunho moral e valorativo, afinal, apontar que a técnica moderna é um modo possível de desvelamento da realidade é apontar que estamos inseridos numa realidade onde aquilo que se mostra é tomado como aquilo que é. Todos os modos de ser, são modos específicos de aspectos desvelados.

Em colaboração com os dizeres da autora acima, Heidegger (2007) citado por Macedocouto e Raphael (2021), questiona a essência da técnica moderna e vai além da definição antropológica convencional de ser um meio para um fim, argumentando que a técnica é, na verdade, uma maneira de revelar a verdade, especialmente na contemporaneidade, onde a natureza é

vista como uma fonte de energia a ser explorada e controlada. Isso implica que a natureza é concebida como um conjunto de forças que podem ser calculadas, previstas e manipuladas pelo ser humano. No entanto, o que está em foco não é demonizar a técnica, mas sim esclarecer a limitação da compreensão da realidade, que resulta no esquecimento do ser, sendo oriundo de tal esquecimento.

Heidegger (2006, p. 12) citado por Oliveira et al. (2021) elabora: “Questionar a técnica significa, portanto, perguntar o que ela é.” Os autores discorrem sobre a conferência de 1953, proferida por Heidegger na Escola Técnica Superior (*Technische Hochschule*), em Munique, sob o título “A questão da técnica” (*Die Fragen der Technik*). Nessa ocasião, o objetivo do filósofo pautou-se na reflexão sobre a técnica na contemporaneidade e, ao reintroduzir a questão da técnica, os participantes foram convidados a meditar e questionarem a essência da técnica, a fim de que uma relação de maior liberdade com o seu uso (da técnica) pudesse ser estabelecida, permitindo experimentá-la sem aceitá-la incondicionalmente, mas também sem que esse exercício implique necessariamente na sua rejeição ou negação.

Heidegger explicita que o entendimento da técnica remonta a uma restrição do pensamento de Aristóteles. Essa volta ao pensador da filosofia antiga se faz pela análise de sua teoria das causas, a saber: (1) a causa material, ligada diretamente à substância do objeto.

(2) Em seguida, temos a causa formal, relacionada à configuração ou natureza essencial da coisa. (3) A causa eficiente, que possibilita identificar o que permitiu a existência de um objeto ou quem fora o responsável pela feitura do objeto. (4) Por fim, a quarta causa, a final, oferece a explicação para a existência de algo, ou seja, a finalidade do objeto (MARQUES, 2016).

Contudo, essa abrangência das 4 causas não é mais considerada no pensamento calculador, a causa eficiente passa a ser entendida, única e exclusivamente, como a palavra causa. Isso significa que o modo como se pensa a relação de causalidade na atualidade, é uma restrição de um modo muito mais amplo de pensamento que fora negligenciado ou mesmo encurtado.

Ao esclarecer a era da técnica como possibilidade de restrição, considerando que o Dasein é caracterizado por uma abertura ontológica, ou seja, seu aí, marcado pela ausência de uma essência fixa, surge o questionamento e reflexão sobre controle e prevenção da realidade incentivado justamente pelas técnicas. Supor tal capacidade implica em um Dasein como pré-determinado e definitivo em sua existência, entrando em contradição com a característica de liberdade, possibilidade e projeto como horizonte de expressão do Dasein. Os produtos originados na era da técnica frequentemente desviam a reflexão, contribuindo para obscurecer o significado do Ser e afastando a verdade de suas possibilidades de uma vida própria (OLIVEIRA et al., 2021).

Dantas (2011) *apud* Oliveira *et al.* (2021) aponta que a era da técnica revela maneiras de aliviar a angústia (incluindo a medicalização, a dependência excessiva de tecnologia e a diversidade de opções de entretenimento). Fato este que colabora com o pensamento crítico do presente artigo de indicar que a era da técnica, em sua essência, é marcada pela restrição de possibilidades e tamponamento de sentidos.

Psicoterapia como caminho ao nada

Apartir dessa ideia, tem-se o cuidado para não fortalecer as orientações da impessoalidade ao pensar não só na clínica psicológica, mas nas demais relações, possibilitando que aquele que está inquieto possa se abrir para outra possibilidade para lidar com aquilo que lhe vem, permanecendo em movimento. (FEIJOO, 2020). Um artigo refere que “a impessoalidade tem uma função de estabilização das significações, é isso que significa dizer que não é necessário a cada instante tomar decisões sobre como se trabalha ou se relaciona com os entes” (TONIN, 2015). É importante ressaltar que, conforme explica Feijoo (2012), as coisas não se realizam por uma questão apenas de força e determinação pessoais, pois há situações que são próprias ao horizonte epocal que estamos lançados.

A transformação é sempre uma possibilidade na existência, ou seja, não é algo que ocorre apenas em situações clínicas, afirma Milton Erikson (ZEIG, 1985). Isso se dá, pois, Dasein encontra-se sempre nessa abertura, pelo caráter de ek-stasis (FEIJOO, 2020). Devido a

esse caráter de possibilidade de se abrir sempre para o salto, entende-se que, na psicoterapia fenomenológica existencial, o clínico aguarda pacientemente aquilo que pode ou não acontecer, não sendo o agente da transformação, mas se entregando com passividade ativa (FEIJOO, 2017). Essa passividade ativa permite ficar junto ao outro sem necessariamente dar um caminho, recuando-se diante de perguntas, ou seja, permitindo que o indivíduo tome suas próprias decisões. O terapeuta não tem o papel de fornecer respostas prontas ou soluções para os problemas, mas ajudar o indivíduo a explorar suas próprias respostas e soluções, reconhecendo que a transformação ocorre pelo salto daquele que se abre para a possibilidade de transformar-se, cabendo a este profissional, ser paciente e de modo libertador não dizer o que o outro deve fazer (FEIJOO, 2020).

Ao contrapor-se às demandas sedimentadas de produtividade e entendendo o mundo moderno como impaciente que está em constante aceleração para os resultados, Heidegger (2001 *apud* FEIJOO, 2020), descreve três bases importantes na lida com tais expectativas: serenidade, paciência e a arte do bem perguntar, sendo serenidade o pensamento meditante, auxiliador no processo de ganhar liberdade de poder dizer “sim” e “não” para as demandas mundanas. Paciência é a capacidade de permitir que as coisas se desenvolvam no ritmo que lhes é próprio, sem pressa, e a arte do bem perguntar são questionamentos sobre as verdades

estabelecidas, que podem muitas vezes servir de prisão, reforçando a crença de que o caminho ditado pelo impessoal é o único a ser seguido.

A partir desses apontamentos, é interessante notar que a proposta da psicoterapia é um caminhar para a abertura, um caminhar que não se tem um destino técnico, mas sempre se desvela no próprio caminhar. Assim, pode-se constatar que se tem um nada à caminho, uma psicoterapia como caminho ao nada, às possibilidades que são desveladas neste processo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da reflexão profunda sobre a era da técnica e sua influência na contemporaneidade, torna-se evidente a necessidade de repensar a relação entre ser humano, tecnologia e a própria compreensão do ser. Heidegger nos convida a questionar a essência da técnica e a reconhecer que seu papel vai além de ser simplesmente um meio para alcançar um fim, mas sim um modo de revelar a verdade. Contudo, a reflexão não deve ser direcionada para a demonização da técnica, mas sim para um entendimento mais profundo de como ela molda nossa compreensão da realidade.

A medida histórica imposta pela era da técnica exerce uma influência profunda, determinando a compreensão do ser e moldando os fenômenos de uma época. No entanto, é crucial reconhecer que a técnica não é uma entidade neutra; ela pode ser tanto uma fonte de alívio para angústias quanto uma restrição de possibilidades e tamponamento de sentidos.

No contexto da psicoterapia fenomenológica existencial, a abertura ontológica do Dasein revela a constante possibilidade de transformação. A impessoalidade, embora ofereça estabilidade, é ilusória e sedutora, pois revela a perda da capacidade de decisão pessoal e a estagnação das significações. A psicoterapia, então, se apresenta como um caminho ao nada, um espaço onde o indivíduo pode se abrir para outras possibilidades e permanecer em movimento.

Assim, ao abraçar a serenidade, paciência e a arte do bem perguntar, como propõe Heidegger, podemos desacelerar em um mundo cada vez mais impaciente, questionar verdades estabelecidas e ganhar liberdade para dizer “sim” e “não” às demandas mundanas. Em última análise, a conclusão é um convite à reflexão contínua sobre nossa relação com a técnica, reconhecendo-a como parte integrante da nossa compreensão do ser e da construção do nosso mundo. Dessa forma, pode-se pensar que este trabalho, por mais que seja um trabalho de conclusão (de curso), também é um trabalho de abertura. Abertura essa de possibilidades para reflexões menos normativas e técnicas e mais ao encontro com os sentidos que se abrem no caminho trilhado.

REFERÊNCIAS

ANDREASEN, N. C. DSM and the Death of Phenomenology in America: An Example of Unintended Consequences. *Schizophrenia Bulletin*, v. 33, n. 1, p. 108-112, 2007. DOI:10.1093/schbul/sbl054.

- Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2632284/>>. Acesso em: 23 fev. 2023.
- BINSWANGER, L. Sobre a psicoterapia. *Revista Latinoamericana De Psicopatologia Fundamental*, v. 4, n. 1, p. 143–166, 2001. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rlpf/a/DJXM84Z3zh4KkRv6scQ99qL/?lang=pt>>. Acesso em: 23 fev. 2023.
- CAMASMIE, A. T; NOVAES, R. *Reflexões fenomenológico-existenciais para a clínica psicológica em grupo*. Estudos e Pesquisas em Psicologia, UFF, Niterói, Rio de Janeiro, v. 12, n. 3, p. 952–972, 2012. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812012000300015>. Acesso em: 11 mar. 2023.
- CARDINALI, I. E. *Daseinsanalyse e esquizofrenia*. São Paulo, SP: EDUC, 2004.
- CARDINALI, I. E. Heidegger: o estudo dos fenômenos humanos baseados na existência humana como ser-aí (Dasein). *Psicologia USP*, v. 26, n. 2, p. 249–258, 2015. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pusp/a/8MvnGRb8yrCX7vT3bB3rZYp/?lang=pt>>. Acesso em: 11 mar. 2023.
- FEIJOO, A. M. L. do C. A clínica psicológica em uma inspiração fenomenológica - hermenêutica. *Estud. pesqui. psicol.*, Rio de Janeiro, v. 12, n. 3, p. 973-986, dez. 2012. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pi42812012000300016&lng=pt&nrm=iso>. acesso em 21 set. 2023.
- FEIJOO, A. M. L. do C. *Existência e psicoterapia: da psicologia sem objeto ao saber-fazer na clínica psicológica existencial*. 1. ed. Rio de Janeiro: IFEN, 2017.
- FEIJOO, A. M. L. do C. Instante, salto, epifania e transformação: Filosofia, literatura e psicologia clínica. *PHS - Phenomenology, Humanities and Sciences*, Rio de Janeiro, v. 1, n. 2, p. 329-348, 29 jun. 2020. Disponível em: <<https://phenomenology.com.br/index.php/phe/article/view/32>>. Acesso em: 22 out. 2023.
- HALFELD, L. *A clínica psicológica infantil na perspectiva fenomenológico-existencial: uma reflexão sobre o cuidado e ética*. 2018. 160 p Dissertação (mestrado) - Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2018. Disponível em: <http://slab.uff.br/wp-content/uploads/sites/101/2021/06/2018_d_LiviaGrijoHalfeld.pdf>. Acesso em: 11 mar. 2023.
- HEIDEGGER, M. A questão da técnica. *Scientiae Studia*. São Paulo, v. 5, n. 3, p. 375–398, jul. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1678-31662007000300006>. Acesso em: 28 out. 2023.

- HEIDEGGER, M. *Ser e Tempo*. Tradução de Fausto Castilho. Campinas, SP; Petrópolis, RJ: Unicamp; Vozes, 2012. edição bilíngue.
- HEIDEGGER, M. *Contribuições à Filosofia*. Tradução: Marco Casanova. 2. ed. Via Verita, 2014. 514 p.
- INSTITUTO DASEIN: Psicologia hermenêutico-fenomenológica. *Terapia na Era da Técnica* - aula 01 - 2022 2º Sem. - Prof. Dr. Marco Casanova, 2022. 1 vídeo (1:33:54). Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=yMaas6Zubmk&ab_channel=InstitutoDasein. Acesso em: 28 out 2023.
- JARDIM, L. E. F. Mundo como fundamento da psicoterapia de grupo fenomenológica. *Estudos de Psicologia* (Natal), v. 12, n. 3, 2012, p. 938-951. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pi294X2012000300021&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 26 abr. 2023.
- MACEDO COUTO, G. S; RAPHAEL, P. Psicoterapia de base fenomenológica-existencial frente ao medo e à angústia como tonalidades afetivas no contexto Pandêmico da Covid-19. *Rev. Bras. Psicoter.* (Online), v. 23, n. 2, p. 127-139, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1353460?src=similardocs>. Acesso em: 11 mar. 2023.
- MARQUES, O. A. A teoria das causas na metafísica de Aristóteles. *PÓLEMOS – Revista de Estudantes de Filosofia da Universidade de Brasília*, [S. l.], v. 4, n. 8, p. 25-35, 2016. DOI: 10.26512/pl.v4i8.11694. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/polemos/article/view/11694>. Acesso em: 10 nov. 2023.
- MARTINS, J; BOEMER, M. R; FERRAZ, C. A. A fenomenologia como alternativa metodológica para pesquisa algumas considerações. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*. v. 24, n. 1, 1990, pp. 139-147.
- MARTINS, J. P; *Fenomenologia e neurociência: uma relação possível*. 2015. 87. (Dissertação, Pós-Graduação em Filosofia) - Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, 2015. Disponível em https://www.marilia.unesp.br/Home/Pos-Graduacao/Filosofia/Dissertacoes/m_jp_me_mar.pdf. acesso em: 26 out. 2023.
- MONDARDO, A. H; PIOVESAN, L; MANTOVANI, P. C. A percepção do paciente quanto ao processo de mudança psicoterápica. *Aletheia*, Canoas, n. 30, p. 158-171, dez. 2009. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pi03942009000200013&lng=pt&nrm=iso. acesso em: 23 fev. 2023.
- OLIVEIRA, G. M. et al. A angústia existencial como disposição afetiva fundamental para a prática psicoterápica.

Phenomenological Studies - Dasein na analítica existencial de ser e tempo. *Kínesis - Revista de Estudos dos Pós-Graduandos em Filosofia*, Marília, v. XXVII-03, p. 348-360. 2021. DOI 10.18065/2021v27n3.9. Acesso em 03 nov. 2023.

OSÓRIO, F. L. et. al. Psicoterapias: conceitos introdutórios para estudantes da área da saúde. *Medicina (online)*, Ribeirão Preto, v. 50, n. 1, p. 03-21, jan-fev, 2017. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/127534/124629>>. Acesso em: 23 fev. 2023.

SCHIEVANO, B. *O método fenomenológico nas práticas das psicoterapias fenomenológicas, humanistas e existenciais: modalidades e tendências*. 2022. 129. (Dissertação, Mestrado em Psicologia) - Universidade Federal de Uberlândia, 2022. Disponível em <<https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/36457/3/M%c3%a9todoFenomenologicoPraticas.pdf>>. Acesso em: 23 fev 2023.

SIDI, P. de M; CONTE, E. A hermenêutica como possibilidade metodológica à pesquisa em educação. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, Araraquara: v.12, n.4, out./dez. 2017, pp. 1942-1954.

SILVA. Psicoterapia: quanto custa a sessão? *Psicologia Revista*, v. 29, p 61-82, 2020. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/42113>>. Acesso em: 11 mar. 2023.

TONIN, J. A socialidade impessoal do

7 n. 15 (2015). Disponível em: <<https://revistas.marilia.unesp.br/index.php/kinesis/article/view/5704>>. Acesso em: 20 jan. 2016. Acesso em: 22 out. 2023.

ZEIG, J.K. Un seminario didáctico con Milton H. Erickson. Buenos Aires: Amorrortu Editores. 1985.