

**UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ**

**Elsa Maria Saldanha**

**O SENTIDO DA EXISTÊNCIA NA SOCIEDADE DO CANSAÇO**

**TAUBATÉ-SP**

**2022**

**Elsa Maria Saldanha**

**O SENTIDO DA EXISTÊNCIA NA SOCIEDADE DO CANSAÇO**

Monografia apresentada como requisito para a conclusão do Curso de Graduação em Psicologia do Departamento de Psicologia da Universidade de Taubaté.  
Área de Concentração:

**Orientadora: Profa. Dra. Débora Inácia Ribeiro**

**TAUBATÉ-SP**

**2022**

**ELSA MARIA SALDANHA**

**O SENTIDO DA EXISTÊNCIA NA SOCIEDADE DO CANSAÇO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentada para obtenção do Diploma de Graduação pelo Curso de Psicologia do Departamento de Psicologia da Universidade de Taubaté.

Data: \_\_\_\_\_

Resultado: \_\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

Profa. Dra. Débora Inácia Ribeiro

Universidade de Taubaté

Assinatura \_\_\_\_\_

Prof. Dr. Régis de Toledo Souza

Universidade de Taubaté

Assinatura \_\_\_\_\_

**Sistema Integrado de Bibliotecas - SIBi**  
**Grupo Especial de Tratamento da Informação – GETI**  
**Universidade de Taubaté – UNITAU**

S162s Saldanha, Elsa Maria  
O sentido da existência na sociedade do cansaço / Elsa Maria Saldanha. -- 2022.  
38 f. : il.

Monografia (graduação) – Universidade de Taubaté, Departamento de Psicologia, 2022.

Orientação: Profa. Dra. Débora Inácia Ribeiro, Departamento de Psicologia.

1. Sociedade do desempenho. 2. Vazio existencial. 3. Esgotamento. 4. Contemplação. 5. Percepção do tempo. I. Universidade de Taubaté. Departamento de Psicologia. Curso de Psicologia. II. Título.

CDD – 150

Aos meus filhos,  
Renato e Rodrigo

"*Amor* é a vontade de que o amado *seja*, na medida em que ele encontra o caminho para a sua essência e se essencialize nesse caminho. Uma tal vontade não deseja nem exige. Dignificando, ela deixa que o que é digno de amor 'venha a ser' como o amado, sem, não obstante, criá-lo."

HEIDEGGER

## RESUMO

O presente trabalho investiga como a exploração humana realizada pelos ideais do sistema capitalista deste século se insere no percurso existencial entre o ser e o sentido. A crise do cansaço da sociedade contemporânea apresenta uma estreita ligação com a problemática da síndrome do vazio existencial que acomete o sujeito dessa sociedade de desempenho. Esta investigação, de caráter teórico, tem como base os principais pressupostos do psiquiatra austríaco, neurologista e professor da Universidade de Viena, Viktor Emil Frankl, proponente de uma psicoterapia focada no sentido de vida, a logoterapia, apresentada como uma proposta fenomenológica existencial de psicoterapia, ela foca em temas como o sentido da vida, a liberdade, responsabilidade e valores, percebendo-os como fenômenos autênticos e específicos do ser humano que resulta da sede do homem que procura configurar uma vida de significados e nas análises do filósofo e ensaísta sul-coreano, professor da Universidade de Artes de Berlim, Byung-Chul Han, sobre as estruturas da sociedade deste século. Han, a partir da psicanálise, da filosofia existencialista e de análises sociológicas, propõe um entendimento sobre como o imperativo do máximo desempenho cobrado pelo modelo de produção do sistema capitalista vigente, vincula-se a distúrbios psiquiátricos presentes nos dias de hoje. Tem-se como resultados a percepção de que a sociedade contemporânea vive uma crise de sofrimento psíquico desencadeada pelo excesso de positividade, e como considerações finais, a de que a sociedade capitalista da contemporaneidade sustenta a ilusão de que o capital, sendo a recompensa da autoexploração, que muito interessa ao capitalismo e é muito eficiente para a sociedade de desempenho, possui também a função de preencher o vazio interno do sujeito.

**Palavras-chave:** Percepção do tempo; Vazio Existencial; esgotamento; contemplação, sociedade do desempenho

## ABSTRACT

The present work investigates how human exploration, carried out by capitalist ideals of this century, is inserted in the existential path between the being and the meaning. The fatigue crisis of contemporary society presents a narrow connection to the existential emptiness syndrome problem, which affects the subject of this performance society. This investigation, of theoretical nature, is based on the main assumptions of the Austrian psychiatrist, neurologist and professor at the University of Vienna, Viktor Emil Frankl, proponent of a psychotherapy focused on the meaning of life, logotherapy, presented as an existential phenomenological proposal of psychotherapy. It focuses on themes such as the meaning of life, freedom, responsibility, and values, perceiving them as authentic and specific phenomena of the human being that result from the thirst of the man who seeks to configure a life of meanings and on the society structures of this century, according to the South-Korean philosopher and essayist, Byung-Chul Han, analysis. Han, from psychoanalysis, existentialist philosophy, and sociological analyses, proposes an understanding of how the maximum performance imperative demanded by the current capitalist system production model is linked to psychiatric disorders present today. The result is the perception that contemporary society is experiencing a psychic suffering crisis triggered by positivity excess, and as final considerations, that contemporary capitalist society sustain the illusion that capital, which is the reward for self-exploration, is of great interest to capitalism and is very efficient to performance society, also has the function of filling the subject's internal void.

**Keywords:** Perception of time; exhaustion; contemplation,; Existential emptiness; performance Society



## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	10
1.1	Problema .....	11
1.2	Objetivos .....	12
12.1	Objetivo Geral .....	12
1.2.2	Objetivos Específicos .....	12
1.3	Justificativa e Relevância .....	12
1.4	Organização do Trabalho .....	13
<b>2</b>	<b>REVISÃO DA LITERATURA</b> .....	14
2.1	Sociedade do Cansaço .....	15
2.2	O Adoecimento da Sociedade do Desempenho.....	16
2.3	Viktor Frankl: a busca do sentido pessoal de vida .....	18
2.4	O Tempo .....	20
<b>3</b>	<b>MÉTODO</b> .....	25
3.1	Tipo de Pesquisa .....	25
3.2	Procedimento para Coleta de Dados .....	26
3.3	Procedimento para Análise de Dados .....	27
<b>4</b>	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	28
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	30
	<b>REFERÊNCIAS</b>	

## 1 INTRODUÇÃO

O imperativo do excesso da positividade na sociedade contemporânea apresenta-se como uma normalidade a ser seguida, e o superar-se continuamente, como um princípio moral. Sentimentos ou emoções de categoria negativa devem ser inibidos para que a maximização do desempenho não seja ameaçada. Nesse modo de vida, a força produtiva de estados de ânimo como a tristeza, raiva, desânimo dentre outros, é desconsiderada.

Por essa via, tomada pelo movimento, e na qual não há espaço para o sofrimento, também não cabe o tempo vazio, o ócio, o tédio, o *dolce far niente*, a contemplação. A capacidade de entregar-se a um ócio criativo foi perdida.

Essa sociedade de desempenho que cultua a performance e não tolera a solidão e a contemplação de si, dá início a uma violência simbólica como uma força invisível de dominação, oriunda não só do outro, mas do igual, ou até de si mesmo. A coação estranha foi substituída pela autocoação, uma violência autogerada, mais letal do que a primeira. A coação pelo máximo desempenho obriga o sujeito a produzir incessantemente sem conseguir encontrar uma zona de repouso. Como consequência de todo esse processo, o sujeito adoecer: “a depressão é o adoecimento de uma sociedade que sofre sob o excesso de positividade” (HAN, 2015, p. 29).

As mensagens, o discurso sobre o direito à felicidade, ao bem-estar em todos os planos, à satisfação total, à liberdade total de escolhas, o poder de decidir, ao poder de tudo poder, são condutores de violência simbólica quando colocam sobre o indivíduo todo o poder sobre si mesmo. A violência simbólica está fundamentada na constante criação de crenças que convencem o indivíduo a se posicionar no espaço social de acordo com os padrões do discurso dominante. Nesse contexto, o sujeito de desempenho, agora conceituado como “empresário de si mesmo”, livre da obediência ao outro, acredita ser livre e, tomado pelo sentimento de “liberdade” e de “autonomia”, explora a si mesmo para produzir desempenho, criatividade, inovação, flexibilidade, iniciativa individual.

Ocorre que essa liberdade é paradoxal, pois o indivíduo que agora controla a si mesmo, é ao mesmo tempo explorador e explorado. “o sujeito do desempenho se abandona

à liberdade obrigada ou à livre obrigação de maximizar o seu desempenho. O excesso de trabalho se aprofunda e se converte em autoexploração (HAN, 2015).

A violência da positividade não pressupõe nenhuma inimizade. Desenvolve-se precisamente numa sociedade permissiva e pacificada. Por isso ela é mais invisível que uma violência viral. Habita o espaço livre de negatividade do igual, onde não se dá nenhuma polarização entre inimigo e amigo, interior e exterior ou entre próprio e estranho (HAN, 2015).

Porém, quando a impossibilidade de realização dessas promessas é revelada, as frustrações despontam e provocam patologias tanto naqueles nos quais a própria experiência mostrou que o poder de tudo é inalcançável, como nos que, por não se enquadrarem nas conjecturas, sentem-se deslocados, não pertencentes, ou até mesmo fracassados.

A partir dessas reflexões iniciais que pretendem contextualizar o problema de pesquisa pretende-se analisar as implicações das dinâmicas presentes na sociedade contemporânea capitalista que atuam no comportamento individual e de coletivos, bem como sobre a perda do sentido pessoal de vida.

## 1.1 Problema

Segundo Mattos e Mendonça (2020), percebe-se, na sociedade contemporânea, a instalação de uma de subjetividade caracterizada pela eficácia, pela performance, flexibilidade e superação dos limites, a liberdade, o bem-estar e a felicidade. O imperativo de que cada momento do tempo dos indivíduos deve ser direcionado para a produção e eficiência, praticamente os conduz a operarem como máquinas. Nesse panorama, perdeu-se a capacidade de sustentar o tempo vazio da possibilidade de criar, pensar e refletir, além da perda de capacidade de contemplação viabilizada pela possibilidade de dizer “não” aos excessos. Em seu livro *Sociedade do Cansaço* (2015), Han afirma que existe uma produção de discurso que exalta a positividade, a busca de “propósito de vida” e de “autenticidade” que promovem indivíduos cada vez mais depressivos e ansiosos, em razão da falsa ideia de liberdade e positividade.

Avalia-se que o caminho desalinhado entre o desenvolvimento humano e o desenvolvimento capitalista contemporâneo tem estabelecido uma relação entre a maneira desse indivíduo ser no mundo atual com a falta de sentido em sua existência. Diante da problematização apresentada, pretende-se responder à seguinte questão: numa sociedade cujos valores giram em torno do desempenho, da eficiência, da velocidade, da produtividade, da

utilidade, qual seria o espaço de encontro com o sentido da existência nessa sociedade do cansaço?

## **1.2 Objetivos**

### 1.2.1 Objetivo geral

Investigar a relação entre os modelos de sociedades fundamentadas no capitalismo e a constituição dos sujeitos e suas subjetividades.

### 1.2.2 Objetivos específicos

- Compreender a relação entre o imperativo do desempenho nas sociedades capitalistas e a produção de adoecimentos no sujeito.
- Verificar as possibilidades de produção de sentidos para os sujeitos lançados na sociedade do cansaço.
- Analisar as possibilidades de repensar os caminhos de superação da sociedade do cansaço e a busca do sentido pessoal de vida.

## **1.3 Justificativa e relevância**

Pode-se afirmar que tem se constituído aquilo que Dardot e Laval (2016) denominaram uma nova razão do mundo. Essa condição está associada à configuração em nível global de um indivíduo/sujeito neoliberal. Esse sentido se vincula a um estágio cultural no qual a vida e as relações estão cada vez mais mercadificadas. Portanto, alcançar êxito, buscar sucesso, empreender, competir fazem parte dessa nova razão do mundo, o que permite inferir a ocorrência daquilo que se denomina sociedade do cansaço, conceito este trazido por meio da obra de Byung-Chull Han. Essa sociedade do desempenho se caracteriza por uma tendência cada vez mais visível ao isolamento e individualismo. Nesse cenário, observa-se que embora as pessoas mesmo cercadas por outras tantas, encontram-se cada vez mais isoladas dentro de si mesmas, produzindo um conjunto de patologias.

Por essas razões justifica-se a pertinência desse trabalho cujo objetivo é refletir sobre os modelos de sociedade que estão sendo construídos sobre o alicerce dos sistemas capitalistas que implicam diretamente na constituição dos sujeitos e suas subjetividades, enfatizando a

questão considerada relevante que o sujeito ao ser tomado pelo imperativo do desempenho deixe de ter o olhar necessário sobre si mesmo.

#### **1.4 Organização do trabalho**

A estrutura deste trabalho está dividida em cinco capítulos, iniciada pela Introdução na qual o tema é contextualizado, bem como são apresentados, o problema, os objetivos e a relevância da pesquisa. O segundo capítulo, revisão da literatura, discorre brevemente sobre determinadas proposições de Lyotard (2006) e Dufour (2005), Enrique Rojas (1996), Byung Chul Han (2015), Bordieu (1989), Giacoia Jr. (2015) e de Viktor Frankl (1989), sobre o comportamento do sujeito face ao sistema econômico vigente, apresentando na sequência, três tópicos: **A Sociedade do cansaço, O Adoecimento da Sociedade do Desempenho e Viktor Frankl: a Busca do Sentido Pessoal de Vida.** No terceiro capítulo está descrito o método utilizado para o desenvolvimento do trabalho. O Capítulo quatro apresenta os resultados e uma discussão geral com base nos dados pesquisados. No último capítulo são apresentadas a conclusão do trabalho e algumas sugestões para futuros estudos. As referências bibliográficas encerram o presente trabalho.

## 2 REVISÃO DA LITERATURA

Segundo Lyotard (2006) e Dufour (2005), na sociedade contemporânea ocorre a urgência de liberação de todos os limites, a negação de um lugar de vazio e de eliminação do gozo, por meio da declaração de uma positividade absoluta, imaginando não a renúncia, mas a crença do “eu posso tudo”.

Han (2015), em seu livro “Sociedade do Cansaço”, afirma que a sociedade do século XXI é uma sociedade de desempenho, na qual os “sujeitos de obediência” da sociedade disciplinar de Foucault deram lugar aos sujeitos de desempenho e produção. Nessa sociedade de desempenho, que se distingue pelo excesso de positividade, o sujeito, livre do domínio externo passa a se autogerenciar e, como dono e senhor de si mesmo, agora como o único responsável pelo rendimento do seu corpo, seu tempo, sua imaginação, sua criatividade, dentre outros, busca maximizar seu desempenho. O sujeito, frente a autocoação em produzir cada vez mais, ao excesso de trabalho e de desempenho, está cansado, exausto de si mesmo e de sua luta interna. Essa sociedade perdeu a capacidade de contemplação.

Para Han, o esgotamento é um fenômeno coletivo na contemporaneidade, frente à ordem estabelecida de desempenho e positividade que instaura uma patologia sutil e generalizada e acomete os sujeitos desse tempo. Para o filósofo, o cansaço é resultado de uma exaustão coletiva autoimposta, que quebra a naturalidade com que cada sujeito poderia administrar as forças que o atravessam na produção de sua subjetividade.

O indivíduo da contemporaneidade, iludido pela sensação de autonomia, liberdade e felicidade, abre caminhos para a violência simbólica. Bourdieu descreve a violência simbólica como uma “violência suave, insensível, invisível a suas próprias vítimas, que se exerce essencialmente pelas vias puramente simbólicas da comunicação e do conhecimento, ou, mais precisamente, do desconhecimento, do reconhecimento ou, em última instância, do sentimento” (BOURDIEU, 2002). Para Bourdieu, “[...] em termos de dominação simbólica, a resistência é muito mais difícil, pois é algo que se absorve como o ar, algo pelo qual o sujeito não se sente pressionado; está em toda parte e em lugar nenhum, e é muito difícil escapar dela” (BOURDIEU e EAGLETON, 2007, p. 270).

Para Giacoia Jr. (2012), o termo liberdade, autonomia, foi integrado de maneira substancial às grandes aspirações do ser humano e está associado a experiências extremamente

positivas. Giacoia enfatiza a necessidade de, ao se falar em autonomia, se pensar também sobre responsabilidade – uma responsabilidade que se apresente ao sujeito como uma maneira possível de posicionamento no mundo. Porém, somente os indivíduos minimamente livres podem ser detentores de uma responsabilidade reflexiva, de uma reflexão própria, autônoma, em torno do que lhe é imposto, bem como daquilo que ele próprio se impõe. Segundo Giacoia, como a reflexão muitas vezes gera conflitos internos, hoje ocorre uma deflação do conflito – o indivíduo não se pensa mais a partir de seus conflitos fundamentais, mas sim, a partir do seu desempenho.

Rojas (2013) destaca que na contemporaneidade, marcada pela indiferença, nos deparamos com indivíduos excessivamente vulneráveis, cansados de viver, por falta de uma projeção pessoal coerente e forte.

Viktor Frankl (1989) aponta, em seu livro *Um sentido para a vida*, que o desejo de sentido é um “valor de sobrevivência”. Para Frankl e os de sua escola, “o homem é fundamentalmente um ser em busca de um significado. Se existe alguma coisa que o possa preservar, mesmo nas mais extremas situações, é a consciência de que a vida tem um sentido, não obstante nem sempre imediato”.

## **2.1 A Sociedade do cansaço**

O filósofo sul coreano Byung-Chul Han (2015), em seu livro “Sociedade do Cansaço”, expõe a inconsistência funcional e anímica da sociedade contemporânea que, pela conjuntura social, emocional, cultural e econômica e existencial habitual, estabelece uma violência neuronal pelo paradigma da *hiper-positividade*, encadeando uma série de patologias, um colapso do “*self*”. Caracterizando uma violência neuronal inerente ao próprio sistema, o sistema “sociedade do desempenho” traz o adoecimento ao valorizar os indivíduos inquietos e hiperativos que devotam cada momento do seu tempo à produção e à eficiência, realizando múltiplas tarefas e atuando praticamente como uma máquina.

Han aponta o século XXI como sendo predominantemente neuronal, relacionando os sofrimentos psíquicos da atualidade, como síndrome de *burnout*, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), transtorno de personalidade limítrofe (TPL), dentre outras, com o mecanismo do capitalismo contemporâneo e o imperativo da positividade existente em

nossa sociedade. A premissa do “nós podemos” (slogan *Yes, we can*, utilizado pelo presidente Barack Obama) é instalada e admitida como a nova ordem que inspira o desempenho mediante a autossuperação. A perseguição obstinada da afirmativa “você pode”, “você consegue”, é capaz de arrebatá-la toda a potência e eficácia do indivíduo, mesmo que seja ao custo invisível da autoviolência, da autoexploração, da autossupressão.

Para Han, vivemos em uma sociedade que pretensamente permite e incentiva o livre movimento, a autodeterminação, o ir e vir da subjetividade, em substituição à sociedade disciplinar, a sociedade dos “sujeitos de obediência” de Foucault. Na sociedade atual os sujeitos são livres para serem subjulgados pela autoexigência de produtividade:

A sociedade do século XXI não é mais a sociedade disciplinar, mas uma sociedade de desempenho. Também seus habitantes não se chamam mais “sujeitos de obediência”, mas sujeitos de desempenho e produção. São empresários de si mesmos. A analítica do poder de Foucault não pode descrever as modificações psíquicas e topológicas que se realizaram com a mudança da sociedade disciplinar para a sociedade do desempenho (HAN, 2015).

O sujeito do desempenho, segundo o autor, se tornou “empresário de si mesmo” e crê não estar submetido a ninguém e não ser a ele próprio e essa crença o remete a um sentimento de liberdade e de autonomia. Porém, trata-se de uma liberdade coercitiva na medida em que o padrão produtivo prevê que o sujeito atue com “criatividade”, “desempenho”, “inovação”, “boa vontade”, “iniciativa individual” e “flexibilidade”. Por meio dessa coação do desempenho o sujeito é forçado a produzir cada vez mais e, concorrendo consigo mesmo procura superar a si mesmo, se auto explorando. Portanto, associar excesso de atividade autônoma à conquista de liberdade, é uma ilusão, de acordo com as palavras de Byung-Chul Han: “O excesso de trabalho e desempenho agudiza-se numa autoexploração. [...] Os adoecimentos psíquicos da sociedade de desempenho são precisamente as manifestações patológicas dessa liberdade paradoxal” (Han, 2015).

## 2.2 O Adoecimento da Sociedade do Desempenho

Byung-Chul Han (2015), no capítulo “a violência neuronal”, de seu livro *Sociedade do cansaço*, aponta que o século em que vivemos não é mais bacteriológico ou viral como no passado, mas sim, um século neuronal no qual a sociedade é marcada pelas doenças neuronais



desencadeadas pelo excesso de positividade que visa a lucratividade, eficiência e o máximo desempenho. Pondera também, que os “sujeitos de obediência” da sociedade disciplinar de Foucault deram lugar aos sujeitos de desempenho e produção - o dever foi substituído pelo poder. O sujeito de desempenho, produzido por essa sociedade, responde ao seu próprio comando e não mais a um outro, a um comando externo e agora, como dono de si mesmo, único responsável pela sua imaginação, sua criatividade, seu rendimento, bem como pelo gerenciamento do rendimento do seu tempo, busca continuamente maximizar seu desempenho, se autodisciplina e se autoexplora - o que interessa e beneficia o mercado capitalista neoliberal - em um processo de autoviolência.

Diante da autoviolência motivada pela necessidade de produzir cada vez mais, pelo excesso de estímulos, pela luta consigo mesmo, o sujeito não consegue chegar a uma zona de descanso e, no instante em que não pode mais poder, é acometido por doenças neuronais.

Oliveira (2018), analisando Han, escreve que os condutores dessa violência seriam os discursos que coroam o indivíduo com todo o poder sobre si mesmo, o poder de ser quem quiser ou o poder de ter tudo o que deseja sem limites, ou seja, o poder de poder. Porém, diante da impossibilidade, que inevitavelmente se mostrará para a idealização do sem limites, da percepção de que o poder de poder é inalcançável, ou diante simplesmente do sentimento de inadequação do sujeito frente a essa conjectura, as frustrações se apresentam e as patologias se instalam – são os depressivos e fracassados no lugar de loucos e delinquentes do passado.

Na concepção de Han, essa sociedade hiperativa produz indivíduos exaustos e desencadeia uma epidemia de sofrimento psíquico diretamente associado ao desempenho profissional, que captura todos os aspectos da vida humana. Assim, essa sociedade, do cansaço, está se tornando também uma sociedade do doping, em que o sujeito de desempenho, destituído de tempo, não procura a origem do seu conflito psíquico, mas sim, busca uma solução rápida para seu sofrimento e encontra na medicação psiquiátrica o atendimento à urgência em se reestabelecer.

### 2.3 Viktor Frankl: a Busca do Sentido Pessoal de Vida

A busca e descoberta do sentido pessoal de vida é a principal força motivadora no ser humano, de acordo com Viktor Frankl. No momento em que a pessoa se pergunta sobre o sentido da vida, expressa o que há de mais humano em si (FRANKL, 1989).

A existência humana direciona-se sempre para “além de si mesma, indicando um sentido”. Então, o importante é primeiramente realizar um sentido, ou seja, é importante que a pessoa assuma atitudes que a aproximem da realização daquilo que tem sentido (FRANKL, 1948/1993).

Para Viktor Frankl, o ser humano não deveria perguntar sobre o sentido da vida, mas sim, buscar descobrir o sentido da sua vida - responder às demandas da vida, tornando-se assim, responsável por sua existência, ou seja, não transferir essa responsabilidade, aguardando uma resposta do universo sobre qual o sentido da vida, pois será a vida que perguntará qual é o sentido da sua vida. Frankl considera que a vontade de sentido, que é dirigida para uma realização de sentido, é o que realmente impulsiona o ser humano. Apesar de viver em mundo de diversas possibilidades, o sujeito apresenta um estado de constante sofrimento: “[...] que as pessoas têm o suficiente com que viver, mas não têm nada por que viver; têm os meios, mas não têm o sentido” (FRANKL, 1989).

Esse sentido refere-se ao significado, à coerência, à busca de propósito e finalidade e pode ser determinado tão-somente pelo próprio indivíduo. O sentido é dinâmico, mutável, será diferente de pessoa para pessoa, podendo ser diferente até mesmo de um dia para o outro, tendo em vista que a existência de cada ser humano apresenta um caráter único e que as situações nas quais está envolvido são irrepetíveis (FRANKL, 1989).

Assim, para Frankl, o importante é um sentido específico que se tem em determinado momento da vida, ao invés de um sentido da vida de modo geral. Cabe a cada um encontrar e concretizar sua tarefa real e perceber-se questionado pela vida à medida em que as diversas circunstâncias são apresentadas pelo cotidiano. As respostas a tais questionamentos serão emitidas de maneira singular, de acordo com as experiências vivenciadas, e serão significativas para mudar ou não a vida de cada um. Ao responder, a pessoa deve agir de maneira comprometida com um sentido pessoal e, para isso, precisa fazer suas escolhas apenas por si mesma. Quando o indivíduo passa a querer fazer o que os outros fazem, ou faz o que os outros querem, esquece-se de sua singularidade (FRANKL, 2013). A pessoa que se assujeita a outros,

que assume o sentido da vida de outras pessoas, trai sua vontade de sentido e se vê diante da frustração existencial.

Frankl (2008), enfatiza a relevância da responsabilidade ao responder, uma vez que tal frustração existencial pode conduzir o indivíduo ao vazio existencial, que consiste na ausência de sentido da vida, ao sofrimento e ao adoecimento.

O termo ‘existencial’, segundo Frankl, pode ser usado referindo-se à *existência* em si mesma, ou seja, ao modo especificamente humano de ser; ao *sentido* da existência; à busca por um sentido concreto na existência pessoal, ou seja, à *vontade* de sentido” (FRANKL, 2018).

Segundo Viktor Frankl, a busca por sentido pode ocasionar um estado de tensão no indivíduo, porém, tal estado se faz necessário, pois a saúde mental apoia-se em um certo grau de tensão.

O que o ser humano realmente precisa não é um estado livre de tensões, mas antes a busca e a luta por um objetivo que valha a pena, uma tarefa escolhida livremente. O que ele necessita não é a descarga de tensão a qualquer custo, mas antes o desafio de um sentido em potencial à espera de seu cumprimento. O ser humano precisa não de homeostase, mas daquilo que chamo de “noodinâmica”... Ouso dizer que nada no mundo contribui tão efetivamente para a sobrevivência, mesmo nas piores condições, como saber que a vida da gente tem um sentido. Há muita sabedoria nas palavras de Nietzsche: “*Quem tem um por que viver pode suportar quase qualquer como*” (FRANKL, 1989).

Dessa forma, entende-se que o bloqueio da realização dos sentidos característicos da vida, a sensação de falta de sentido e de vazio, podem induzir o sujeito a empenhar-se na busca dos efeitos de prazer pelo prazer, pela bioquímica, mas sem a existência de uma razão. O sujeito deste século, diante dos inebriantes feitos disponibilizados pela tecnologia, da facilidade em substituir relações sólidas afetivas pela existência virtual, vem enganando o seu estado de solidão e o seu sentimento de vazio existencial.

O ser humano, dotado da capacidade de acumular vivências e experiências em sua mente, as quais definem suas preferências e escolhas, surge existencialmente e se percebe vivo ao passar a pensar de maneira crítica sobre o mundo, refletindo e questionando sobre a própria vida, sobre o que é a vida e o que é viver. Nesse caminho, refletindo, questionando suas vivências e experiências, torna possível a ressignificação do sentido pessoal de sua vida. Assim, cabe a cada um decidir sobre a mudança ou não da percepção da realidade do momento, pois cada situação e cada vida são singulares (FRANKL, 1990).

O agir no mundo significa escolher por intermédio do vir-a-ser, por isso “não respondemos à vida com palavras, senão com ações. Isso sim, ações que nos fazem responsáveis” (FRANKL, 2005). A existência humana direciona-se sempre para “além de si mesma, indicando um sentido”.

O ser humano é, em essência, ser-responsável (FRANKL, 1993), e a responsabilidade está na ação no momento presente (“aqui e agora”), na “concretude de determinada pessoa numa determinada situação”. Humano é, também, o “ser que decide” (FRANKL, 1993). “O ser humano propriamente dito começa onde deixa de ser impelido, e cessa quando deixa de ser responsável” (FRANKL, 1993).

Para Frankl, o ser humano manifesta sua liberdade-responsabilidade por meio de ações e decisões, cabendo a ele definir uma classificação interna de valores. A vida mesma é uma pergunta à qual temos condições de responder, assumindo a responsabilidade da nossa existência (FRANKL, 1987).

## **2.4 O Tempo**

O cotidiano de inúmeras pessoas é tomado por uma sequência de semanas de trabalho, com pouco tempo de intervalo para folga entre uma semana e outra. O tempo de folga, apesar de ser ansiosamente esperado, acaba se tornando causa de sofrimento para aqueles que não conseguem lidar com a calmaria do descanso, com o tempo de ócio ou com o silêncio. O sujeito limita a vida à esfera profissional e, em um tempo livre, não consegue atribuir sentido a sua vida no contexto fora do trabalho.

Viktor Frankl, em seu livro *Em Busca de Sentido: um psicólogo no campo de concentração*, nos faz refletir sobre como o ser humano contemporâneo lida com o seu tempo: “Pensemos, por exemplo, na “neurose dominical”, aquela espécie de depressão que acomete pessoas que se dão conta da falta de conteúdo de suas vidas quando passa o corre-corre da semana atarefada e o vazio dentro delas se torna manifesto” (FRANKL, 1989).

Nesse contexto, na tentativa de escapar de tudo o que seja entendido como sofrimento, evidencia-se uma corrida à busca de uma constante “felicidade”, pelo preenchimento de um

vazio. Porém, os excessos presentes na vivência do sujeito contemporâneo, provavelmente o levarão à perda de sentido existencial que, por sua vez, potencializará o sofrimento relacionado ao vazio existencial. Não há imunidade para o vazio e para o sofrimento existencial, pois o sofrimento é inerente ao ser humano. Pode-se acrescentar que, apesar de todo o progresso trazido pela modernidade, o ser humano não ficou isento dos sofrimentos da vida. Porém, observa-se especialmente nas obras de Frankl, que o ser humano tem a capacidade de encontrar possibilidades relacionadas à procura de um sentido para a vida a partir do sofrimento. Assim, deve-se refletir sobre como o sofrimento pode ser uma possibilidade de busca por um significado na vida humana (FRANKL, 2015). "Sofrer, então, não significa apenas esforçar-se, crescer e amadurecer, mas igualmente enriquecer-se" (FRANKL, 1987, p. 241). "Somente a firmeza e a atitude permitem que o homem dê testemunho de algo daquilo que só ele é capaz: transformar e remodelar o sofrimento no nível humano para torná-lo uma realização" (FRANKL, 2015, p. 27).

Para Byung Chul-Han (2015), a falta do ócio na contemporaneidade é responsável pelo cansaço da atual sociedade. Segundo o filósofo, o ser humano é um ser contemplativo em essência e a falta do tempo de ócio prejudica a sua capacidade de contemplação. O rendimento e a produção em escalas cada vez maiores, ideais da sociedade contemporânea, são contrários ao demorar contemplativo – o “demorar-se” passou a ser visto como indolência, esmorecimento. A serenidade, a espera, a retenção, que são algumas das formas de ser da *vita contemplativa*, bem como o sossego e a duração, condições essenciais à *vita contemplativa*, estão desaparecendo.

Na absolutização do trabalho e maquinização do indivíduo nos processos de máxima produção, o tempo perde a sua duração. Han (2015) levanta o problema da duração, da supressão do tempo. Não há tempo de escutar o outro. De “ser ouvidos”, de contemplar a natureza, de relaxar. Não há mais tempo de se espantar com o belo (natureza com o outro). Onde anda o tempo para contemplação, para o ócio criativo?

A aceleração atual diminui a capacidade de permanecer: precisamos de um tempo próprio que o sistema produtivo não nos deixa ter; necessitamos de um tempo livre, que significa ficar parado, sem nada produtivo a fazer, mas que não deve ser confundido com um tempo de recuperação para continuar trabalhando; o tempo trabalhado é tempo perdido, não é tempo para nós (HAN, 2021, p. 34)

Uma vida extremamente ativa, como a da sociedade contemporânea, desconsidera a necessidade e a importância de se ter tempo e espaço para o ócio e a contemplação. Nesse movimento frenético de vida, considera-se como “desperdício de tempo” aquele tempo livre que não é preenchido por atividades intensas - atividades que não permitam o “pensar” e o “refletir”. O ato de pensar e o exercício da reflexão precisam de pausa, de silêncio, e o ritmo acelerado dessa sociedade, não deixa espaço para a reflexão, muito menos para o silêncio.

Na atual época, protagonizada pelo ruído, silenciar se torna praticamente uma tortura, no entanto, é por meio do silêncio que se acessa o que há de mais íntimo em si mesmo. Byung Chul-Han (2021), em seu livro “Favor fechar os olhos”, evidencia justamente a dificuldade de se fechar os olhos em tempos de bombardeio de imagens, ruídos, estímulos que atingem os indivíduos da sociedade atual. O tempo atual é experienciado de forma acelerada, porém, o problema não está na aceleração, mas sim na falta de conclusão, de encerramento de experiências, de finalização de etapas, aspirações, anseios, a falta de ritos que permitem concluir determinados ciclos, evidenciando que o sujeito de desempenho, nesse tempo de constante adição, de avalanche de informações, é incapaz de se deter, de encerrar, de concluir.

Fechar os olhos, para Han (2016), implica em demorar-se e está relacionado à conclusão no sentido de fechamento, encerramento. O ponto principal de seu livro, “Favor fechar os olhos”, é a ocorrência na sociedade contemporânea, da perda da capacidade de fechar, concluir em geral, em função do excesso de positividade e do imperativo do máximo desempenho que impede que se chegue à alguma conclusão - a percepção é incapaz da conclusão:

As imagens digitais atuais carecem de silêncio e, portanto, de música, e inclusive de aroma. O aroma também é uma forma de conclusão. As imagens sem silêncio não falam ou narram, mas fazem ruído. Diante dessas imagens que “zunem”, não podemos fechar os olhos. Fechar os olhos é ensaiar uma conclusão. Hoje a percepção é incapaz de conclusão, pois faz zapping por uma rede digital sem fim. A mudança rápida de imagens impossibilita fechar os olhos, pois isto pressupõe uma espera contemplativa. As imagens estão constituídas hoje de tal maneira que não é possível fechar os olhos. Entre elas e os olhos se produz um contato imediato, que não admite nenhuma distância contemplativa. A coação a permanente vigilância e visibilidade dificulta fechar os olhos. A transparência é a expressão da hipervigília e da hipervisibilidade (HAN, 2021, p. 15-16).

O filósofo, em seu livro “O aroma do tempo”, denomina o tempo atual como “tempo de pontos”. Os pontos do presente são apenas aditivos, desencadeiam uma ruptura do tempo e conduzem ao aceleração sem direção e sem sentido. O tempo está desordenado: “a

dissincronia faz com que, por assim dizer, o tempo tropece. O sentimento de que a vida se acelera tem, na realidade, origem na percepção de que o tempo anda aos tropeções sem qualquer rumo”. (HAN, 2016, p. 9). Han considera que os pontos deixam um intervalo vazio e que esses intervalos, nos quais nada acontece, o tédio se manifesta. A falta de continuidade entre os pontos abre um vazio. Com a intenção de fugir desse vazio, desses intervalos ameaçadores, corre-se em busca de sensações ainda mais rápidas que, por sua vez, acarretarão uma aceleração desenfreada de fragmentos ou eventos. O tempo de pontos não permite nenhuma espera contemplativa (HAN, 2016, p. 36-37).

Na verdade, a informação apresenta um novo paradigma. Em seu interior há uma outra temporalidade muito diferente. É uma manifestação do tempo atomizado, de um tempo de pontos (Punkt-Zeit). Entre os pontos se abre necessariamente um vazio, um intervalo vazio, onde nada acontece, não se produz sensação alguma. O tempo mítico e histórico, ao contrário, não deixam nada vazio, visto que a imagem e a linha não possuem nenhum intervalo. [Eles] constituem uma continuidade narrativa. Somente os pontos deixam um intervalo vazio. Os intervalos, onde nada acontece, causam tédio. Ou se apresentam como uma ameaça, visto que onde nada acontece, onde a intencionalidade resulta em nada, está a morte. Deste modo, o tempo de pontos sente o impulso de suprimir ou cortar os intervalos vazios. Para evitar que [esses intervalos] demorem demasiadamente, buscamos sensações cada vez mais rápidas. Isto produz uma aceleração cada vez mais histérica da sucessão de acontecimentos ou fragmentos, que se estendem a todos os âmbitos da vida. A falta de tensão narrativa e o tempo atomizado fazem com que não possamos manter a atenção de maneira duradoura. Isto faz com que a percepção se abasteça constantemente de novidades e radicalismos. O tempo de pontos não permite nenhuma espera contemplativa (HAN, 2016, p. 36-37).

Nessa falta de continuidade entre os pontos, um vazio se abre. Ou seja, nos intervalos nos quais nada acontece, o tédio aparece como uma ameaça de sofrimento e, para evitar essa ameaça, busca-se sensações cada vez mais rápidas. No entanto, o problema não está no intervalo vazio, mas em como ele é experimentado.

O pensamento Martin Heidegger em seu livro em “O caminho do Campo” (1969), conecta-se ao de Byung Chul-Han (2021) em “Favor fechar os olhos”. Heidegger adverte sobre a necessidade de se silenciar, referindo-se, principalmente ao risco de que o pensamento calculador da sociedade capitalista, conduza o sujeito a esquecer-se do que lhe é próprio – a capacidade de refletir. Aponta para o perigo de que o ser humano não consiga mais ouvir o próprio silêncio, não possa ouvir sua linguagem, pois o ruído ao seu redor, produzido pela

tecnologia, que se infiltra no cotidiano do indivíduo de tal maneira, como se fosse a única via pela qual se é possível ver a vida, faz com que o sujeito se disperse e siga como um errante.

Heidegger alerta para a vida automática, sem reflexão, sem o contato aprofundado com o que está ao redor em consequência da imersão na sociedade de desempenho, ouvindo seus típicos sons como se fossem divinos e nos distanciando de nossa própria linguagem e silêncio.

Diante da dificuldade de se realizar um diálogo harmônico entre o ruído e o silêncio, a sociedade contemporânea segue em direção ao apontado e temido por Heidegger (1969) - o ruído tornando-se a única coisa capaz de ser ouvida. Todo o barulho ao redor acaba por se tornar sonoro quando se desaprende a conviver com o vazio. Assim, o espaço do silêncio é retirado.

Heidegger ressalta que ao sistema, interessa justamente que a vida seja levada de maneira automática, sem espaço para a reflexão e, sem refletir, sem entrar em contato mais profundo com o mundo em que está inserido, o sujeito se distancia de sua própria linguagem e silêncio.

“Todavia, o apelo pelo caminho do campo fala apenas enquanto homens nascidos no ar que o cercam forem capazes de ouvi-lo. São servos de sua origem, não escravos do artifício. Em vão o homem através de planejamento procura instaurar uma ordenação no globo terrestre, se não for disponível ao apelo do caminho do campo. O perigo ameaça, que o homem de hoje não possa ouvir sua linguagem. Em seus ouvidos retumba o fragor das máquinas que chega a tomar pela voz de Deus. Assim o homem se dispersa e se torna errante. Aos desatentos o Simples parece uniforme. A uniformidade entedia. Os entediados só veem monotonia a seu redor. O simples desvaneceu-se. Sua força silenciosa esgotou-se (HEIDEGGER, 1949, p.2).”

O fio condutor entre o alerta de Heidegger (1969) e o apelo de Han (2021) para que se “feche os olhos”, é justamente a perda da capacidade de desacelerar, parar, apreciar, contemplar e perceber, o que fatalmente distancia o sujeito de sua própria vontade, sua subjetividade, sua própria voz, pois, sem espaço para reflexão, se esquece de que é em essência, um ser reflexivo.



### 3 MÉTODO

#### 3.1 Tipo de pesquisa

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa, que diante dos dados busca compreender a essência dos fenômenos, a origem, as relações e mudanças do contexto, sem se preocupar com a amostragem e sim, com o esclarecimento e o significado do assunto (SILVA, MENEZES, 2001).

A Revisão Narrativa de Literatura - RNL possibilita sintetizar o conhecimento, caracterizando as produções sobre determinado assunto (BRUM et al., 2015), focando apenas em mapear o conhecimento produzido em determinada área, sem critérios sistemáticos para busca, retenção de artigos e extração de informações (CORDEIRO ET AL., 2007; ROTHER, 2007; SOARES ET AL., 2013). É adequada para discutir o estado da arte de um determinado assunto, sob o ponto de vista teórico ou contextual (ROTHER, 2007).

Os estudos de revisão narrativa se utilizam de fontes de informações bibliográficas ou eletrônicas para obtenção de resultados de pesquisas de outros autores, com o intuito de fundamentar teoricamente um determinado objetivo (ROTHER, 2007).

A Revisão Narrativa (ELIAS et al. 2012) permite estabelecer relações com produções anteriores, identificando temáticas recorrentes, apontando novas perspectivas, consolidando uma área de conhecimento e constituindo-se orientações de práticas pedagógicas para a definição dos parâmetros de formação de profissionais para atuarem na área, segundo Rocha (1999). Conforme Vosgerau e Romanowsk (2014), é constituída por uma análise ampliada da literatura, sem que se estabeleça metodologia rigorosa e replicável em nível de reprodução de dados ou de respostas para algumas questões específicas.

A pesquisa qualitativa é utilizada para a obtenção de dados subjetivos, ou seja, preocupa-se em apreender uma realidade que não pode ser quantificada, sendo desnecessário o uso de instrumentos precisos de medida (LEOPARDI, 2001). Apesar do termo utilizado para referenciar o método de análise, este não é um procedimento técnico e sim uma forma histórica de busca teórica e prática no campo das investigações sociais (MINAYO, 2014).

As metodologias de pesquisa qualitativas são aquelas capazes de incorporar a questão do significado e da intencionalidade como inerente aos atos, às relações, e as estruturas sociais, sendo essas últimas tomadas, tanto no seu advento quanto nas suas transformações, como construções humanas significativas (BARDIN, 2011). Desse modo, tal metodologia consiste em uma interpretação daquilo que é dito e expressado pelos indivíduos. Não é somente uma decodificação de dados, pois para a compreensão do objeto de pesquisa necessita-se compreender o contexto ao qual está inserido (MINAYO, 2010).

No raciocínio das definições acima, entendeu-se que a pesquisa qualitativa seria a mais adequada para o desenvolvimento deste trabalho, cujos propósitos são o de analisar a relação existente entre o comportamento do sujeito contemporâneo mediante a imposição velada dessa sociedade de desempenho e a falta de sentido de vida, vista como um sintoma contemporâneo, bem como o de buscar responder à questão apresentada no problema sobre qual seria o espaço de encontro com o sentido da existência nessa sociedade do cansaço numa sociedade cujos valores giram em torno do desempenho, da eficiência, da velocidade, da produtividade, da utilidade. Assim, procedeu-se a uma condensação das principais produções que embasam este estudo, equiparando-se as diferenças e semelhanças apresentadas nos resultados mais significativos para responder à problemática da pesquisa.

### **3.2 Procedimento para coleta de dados**

O presente trabalho foi embasado, principalmente, nas considerações de Byung-Chul Han (2015), em seu livro *Sociedade do Cansaço*, no qual discorre sobre a inconsistência da sociedade contemporânea e as causas do respectivo adoecimento, e nas concepções de Viktor Emil Frankl (1984, 1986, 1989, 2013), a respeito da existência humana, das perspectivas para se encontrar o sentido de vida, das concepções sobre o vazio existencial e sua relação com as oscilações na contemporaneidade, e das relações interpessoais como forma do adoecer psíquico do sujeito contemporâneo. Para o desenvolvimento do trabalho foram realizadas leituras de outros livros com pertinência temática, bem como um levantamento bibliográfico de artigos indexados nas bases de dados, SciELO e PePSIC, utilizando os descritores, “sentido da vida”, “sociedade do cansaço”, “vazio existencial”, “sofrimento mental”, “subjetividade”, “auto

violência”, “positividade” e “desempenho”, publicados em português e disponíveis na íntegra, no período de 2012 a 2022.

### **3.3 Procedimento para análise dos dados**

Por meio da análise da literatura publicada, realizou-se a estruturação conceitual que sustenta o desenvolvimento da pesquisa. Trata-se de um mapeamento de autores que enfatizaram as questões relativas à relação do sistema econômico contemporâneo, valores dele derivados que implicam em comportamentos sociais e individuais e a decorrente manifestação na saúde psíquica, bem como na ocorrência da, denominada por Frankl, síndrome da falta de sentido.

Neste trabalho buscou-se analisar os dados reunidos na pesquisa teórica relacionando-os às reflexões sobre a forma pela qual a sociedade enfrenta as dificuldades e perspectivas de superar o modo de vida que tem levado à denominada sociedade do cansaço.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

“Por falta de repouso nossa civilização caminha para uma nova barbárie. Em nenhuma outra época os ativos, isto é, os inquietos, valeram tanto. Assim, pertence às correções necessárias a serem tomadas quanto ao caráter da humanidade fortalecer em grande medida o elemento contemplativo”.

NIETZSCHE, F. Humano, demasiado humano.

Os estudos realizados e os conceitos abordados nas obras utilizadas como base para a realização deste trabalho, apontam que a configuração de controle e gestão de vida exercida pelos processos do atual sistema econômico mantém uma relação direta entre o cansaço físico e mental, o sentimento de vazio existencial e o adoecimento do sujeito. Esse atual modelo de sociedade vem alterando a estrutura existencial do ser humano e provocando sentimento de vazio e ausência de sentido, que são experiências chamadas de vazio interior, e denominadas vazio existencial por Frankl (2011).

Desenvolvendo tal entendimento, pretendeu-se provocar uma reflexão sobre o comportamento dos indivíduos na sociedade contemporânea, bem como suas consequências sobre os próprios indivíduos. O *modus operandi* do sistema capitalista vigente propõe um sujeito dono e empresário de si mesmo, investido de uma liberdade paradoxal e que investe alucinadamente e apaixonadamente na busca do êxito prometido.

Ao se entender livre de determinações de um poder central, concorre consigo mesmo, se entrega por inteiro na busca de uma autossuperação e assume uma autocobrança sem trégua, com o sentimento de atuação insuficiente, ou seja, o sentimento de que poderia ter feito mais, melhor e mais rápido. Assim, por meio de domínios psicológicos, torna-se seu próprio agressor.

A angustiante responsabilidade de ser extraordinário naquilo que executa, a culpa por não mais conseguir poder/produzir tudo o que se quer, associaram-se à violência de si e contra si, produzindo uma sensação de esgotamento contínuo que afeta de forma negativa o seu corpo e a sua mente.

Evidencia-se que esse ritmo estressante e a corrida implacável pelo sucesso desembarcam no adoecimento físico e mental do sujeito. Nesse cenário da sociedade do cansaço, permeado pelo vazio existencial, bem como pela violência neuronal decorrente do excesso de positividade do sujeito – exteriorizado em ações como a superprodução, o super

desempenho, a super comunicação digital, a hiperatividade – apresentam-se doenças neuronais como depressão, Transtorno de Déficit de Atenção, Síndrome de Burnout e Síndrome de Hiperatividade, dentre outras.

De acordo com Frankl (2018), o caminho para uma eventual superação desse quadro é o de buscar uma vida com mais significado por meio da vivência dos valores de criação e de experiências – experiências que dependem, muitas vezes, da experiência de desligar-se do trabalho e contemplar (a arte, a leitura, a natureza, por exemplo) para que seja possível refletir e fazer escolhas.

Considera-se fundamental que o ser humano sustente a sua capacidade de pensar de maneira inteligente e crítica, a sua condição de refletir e questionar sobre o mundo em que vive e sobre sua maneira de viver e atuar nele, para que sejam viabilizadas possibilidades de construções e reconstruções a partir de reflexões, configurando assim, a sua existência.

Por todas essas razões é absolutamente fundamental liberar tempo e espaço, buscar uma pausa, um comportamento contemplativo, a “negatividade”. Diminuir a velocidade que impera nos dias de hoje para pode favorecer o pensamento. O pensamento exige pausa e descanso. Dar tempo ao tempo, abrir espaço dentro de si para que a capacidade de contemplar se manifeste, é possibilitar condições para transformações. Aqui, a contemplação está relacionada a uma maneira de resistir à positividade instalada, ao estabelecimento da pausa, ao desenvolvimento de uma inteligência nativa de um tempo propício para a interiorização, de um tempo direcionado para o ócio positivo para o equilíbrio do indivíduo, como espaço de resistência, de caráter liberatório, condicionado apenas ao modo de viver de cada um e não totalmente controlado pelo social. Um tempo para a vivência do ócio como uma experiência de encontro com o sentido de vida e valores peculiares para propiciar o alinhamento do pensamento e potencializar encontros que conduzam ao desenvolvimento pessoal.

Dessa maneira, a permanente busca por desempenho, mascarada de liberdade, alimenta a máquina capitalista por meio da autoexploração. O movimento contínuo dessa autoexploração, nessa liberdade paradoxal, em uma vida sem um sentido pessoal, resulta em exaustão e em distúrbios neurais – aqui está a sociedade do cansaço.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ideologia capitalista da sociedade contemporânea apresenta uma nova modalidade de sujeição – o indivíduo não está submetido à uma coerção disciplinar, mas sim, às coações internas do “eu” como projeto, estruturadas pela constante otimização e pelo máximo desempenho. O imperativo da otimização de si e a conseqüente auto exploração oferecem como resultado, o esgotamento físico e mental. A otimização de processos psíquicos e mentais – a exploração da psique – ocorre em decorrência da submissão reproduzida dentro de si ser entendida como liberdade e, nesse caminho o indivíduo se perde de si próprio.

O sujeito seduzido pelo poder de poder ilimitado, diante da impossibilidade do infinito apresentada em um dado momento, se depara com frustrações que desencadeiam o surgimento de patologias - tanto naquele que experenciam a inviabilidade do poder de tudo poder, como naquele que se sente deslocado por não se adequar à tais conjecturas. Ocorre que o sujeito, exausto física e mentalmente, fadado a fracassar, se frustrar, se sentir culpado e, conseqüentemente, adoecer.

A virtualidade, o número infindável de informações, demandas, projetos, lançados incessantemente sobre o indivíduo, o impulsionam a movimentar-se de maneira frenética em uma vida extremamente ativa como uma máquina que trabalha em seu limite máximo de produção e desempenho. Todo esse excesso de positividade afeta de maneira prejudicial a concentração e assimilação de conceitos, criando sujeitos de resposta rápidas e de reações automatizadas - esse indivíduo habituou-se a reagir sem antes refletir. Na velocidade desse tempo, nesse ritmo de aceleração constante, não há lugar para o ócio, não há tempo para um “tempo de parada”, não há espaço dentro de si mesmo para a reflexão e transformação. O “eu posso tudo” contrapõe-se ao dizer não, a reflexão e até mesmo um simples hesitar.

Assim, essa sociedade ativa, produz um cansaço e esgotamento excessivos, enfraquece a identidade do sujeito, despersonalizando-o. Quando o sujeito não pode mais poder nessa sociedade que crê que nada é impossível, se auto acusa de maneira destrutiva, entra em guerra consigo mesmo e é acometido por doenças como a depressão - depressão como expressão patológica do fracasso em ser ele mesmo.

Pode-se considerar que o indivíduo, por mais enquadrado que esteja nessa sociedade de desempenho, não conseguirá desempenhar sempre. Esse momento de não desempenho

satisfatório virá acompanhado de uma cobrança extra que fará com que o sujeito se sinta infeliz por estar infeliz, se sinta mal por estar mal e não conseguir fazer aquilo que acha que deve fazer. Nessa sociedade na qual sentir-se cansado e destruído representa status, sentimos vergonha por não estarmos cansados e sobrecarregados.

A exposição apresentada no presente trabalho sinaliza a necessidade premente de que o olhar humano se mantenha atento às novas técnicas de poder e coerção da liberdade humana, instalados na sociedade contemporânea, a fim de se combater em diversos espaços educacionais, sociais, culturais, políticos e institucionais, por meio do esclarecimento e reconhecimento dos mecanismos neoliberais que são utilizados para a dessubjetivação do sujeito em nome do poder do mercado.

O sistema, atravessando o imaginário do sujeito, ensina a ele o que desejar e almejar. Assim, captura seu desejo e sua própria subjetividade, faz surgir novas formas de manifestação das subjetividades. A subjetividade do sujeito de hoje é visivelmente fragmentada em razão da infinidade de identificações que o indivíduo pode fazer no novo contexto dessa sociedade contemporânea que rompe com as tradições e geram um sentimento de falta e de insatisfação. A fragmentação da subjetividade, tanto nas relações com o outro, quanto na maneira como o ser humano se compreende no mundo, alterou até mesmo a concepção que ele tem de si mesmo. As subjetividades estão sendo construídas em bases que emudecem as necessidades interiores, transferindo o que é interior para o externo e criando um dualismo existencial.

Diante da massificação, despersonalização e conformismo naturalizados, o ser humano corre o risco de esquecer-se de quem é e de perder-se de si próprio.

Dado que a capacidade de observar a sua própria vida e estabelecer motivações para sua trajetória é exclusiva do ser humano, o seguir em frente sem se perguntar sobre qual o sentido de tudo isso, já indica um descompasso.

Nessa linha de raciocínio, percebe-se que o padrão da sociedade contemporânea corrobora para que o ser se defronte com a falta de sentido em sua vida. O sujeito de desempenho, aquele que se identifica com o modelo proposto pela sociedade atual, quando irrefletidamente perde ou relativiza valores e significados, tidos como princípios éticos universais, pode se ver diante de um esvaziamento interior, com uma sensação de perda do sentido vital. Se na sociedade do cansaço não temos mais tempo nem temos mais como foco a

construção do sentido pessoal, logo, a vida se torna muito mais vulnerável ao adoecimento, justamente por carecer de sentido.

Percebe-se que em vários aspectos a sociedade do cansaço de Han é paralela à sociedade do vazio de Frankl. O indivíduo conduzido à situação de conformismo ou totalitarismo pela condição de vazio existencial de Frankl é o mesmo sujeito do desempenho de Han, que facilmente cai no conformismo ou no totalitarismo, em uma vida sem sentido.

Acredita-se que as considerações aqui desenvolvidas proporcionaram uma aproximação da problemática apontada e dos objetivos deste estudo. Espera-se que o presente trabalho tenha atingido sua finalidade por meio da análise da fundamentação teórica.

Porém, diante da limitação deste estudo, que se fundamenta em pesquisa bibliográfica de base teórico conceitual, entende-se que futuros estudos podem ser realizados envolvendo pesquisa com grupos de sujeitos da sociedade contemporânea para demonstrar e mensurar os impactos sobre a saúde mental e física dos desdobramentos dessa busca pela eficiência e produtividade na vida.



## REFERÊNCIAS

- AQUINO, T. A. A., VERAS, A. S., BRAGA, D. O., Vasconcelos, S. X. P., & BANDEIRA, L. Logoterapia no contexto da psicologia: Reflexões acerca da análise existencial de Viktor Frankl como uma modalidade de psicoterapia. **Revista Logos e Existência**, 4, 45-65, 2015. Disponível em <https://periodicos.ufpb.br/index.php/le/article/view/22840/13068>. Acesso em 22 set. 2022.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2011.
- BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.
- BOFF, Clodovis. **O livro do sentido: Crise e busca de sentido hoje**. São Paulo: Paulus, 2014.
- BOURDIEU, P. **O poder simbólico**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1989.
- BOURDIEU, P. **Sociologia**. São. Paulo: Ática, 1983.
- BOURDIEU, P.; EAGLETON, T. **A doxa e a vida cotidiana: uma entrevista**. In: ŽIŽEK, S. (Org.). Um mapa da ideologia. Rio de Janeiro: Contraponto, 2007, pp. 265-278.
- BOURDIEU, P. **A economia das trocas simbólicas**. São Paulo: Perspectiva, 2007.
- BOURDIEU, P. **A distinção: crítica social do julgamento**. Porto Alegre: Zouk, 2006.
- BOURDIEU, P. **A dominação masculina**. Rio de janeiro: Bertrand Brasil, 2002.
- BOURDIEU, P.; PASSERON, J.-C. **Os herdeiros: os estudantes e a cultura**. Florianópolis: Editora da UFSC, 2014.
- BRITO, W. C. da.; CANAVEZ, F. Modos de Subjetivação e Contemporaneidade: uma Reflexão sobre a Memória. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, Belo Horizonte, v. 13, n. 3, p. 1-24, dez. 2020. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S198382202020000300014&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198382202020000300014&lng=pt&nrm=iso)>. <http://dx.doi.org/10.36298/gerais202013e15382>. Acesso em 11 mai. 2022.
- BRUM, S. S. A positividade de uma vida em fragmentos. **Cadernos de Psicanálise**, Rio de Janeiro, v. 40, n. 39, p. 125-144, dez. 2018. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-62952018000200007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-62952018000200007&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 10 jun. 2022.

- CARNEIRO, C.; ABRITTA, S. Formas de existir: a busca de sentido para a vida. **Revista da Abordagem Gestáltica**, Goiânia, v. 14, n. 2, p. 190-194, dez. 2008. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672008000200006&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672008000200006&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 11 ago. 2022.
- COLOMBO, M. Modernidade: a construção do sujeito contemporâneo e a sociedade de consumo. **Revista brasileira psicodrama**, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 25-39, jun. 2012. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-53932012000100004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932012000100004&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 09 set. 2022.
- CORBANEZI, E. Sociedade do cansaço. **Tempo Social** [online]. 2018, v. 30, n. 3, pp. 335-342. Disponível em: <<https://doi.org/10.11606/0103-2070.ts.2018.141124>>. ISSN 1809-4554. <https://doi.org/10.11606/0103-2070.ts.2018.141124>. Acesso em 09 set 2022.
- CORDEIRO, A. M; OLIVEIRA, G. M; RENTERÍA, J. M; GUIMARÃES, C. A. Revisão sistemática: uma revisão narrativa. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões**, v. 34, n. 6, p. 428-431, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rcbc/v34n6/11>. Acesso em 15 jun. 2022.
- DAMETTO, J. A subjetividade na sociedade de consumo e suas mediações pela experiência virtual: Múltiplos olhares. **Revista Espaço Acadêmico**, n.150, nov. 2013, p.75 - 83.
- DARDOT, P.; LAVAL, C. **A nova razão do mundo: ensaio da sociedade neoliberal**. São Paulo: Boitempo, 2016.
- DUFOUR, D. R. **O divino mercado: a revolução cultural liberal**. Rio de Janeiro: Companhia de Freud, 2005.
- DUTRA, E. **Suicídio de universitários: o vazio existencial de jovens na contemporaneidade**. *Estud. pesqui. psicol.*, Rio de Janeiro, v. 12, n. 3, p. 924-937, dez. 2012. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812012000300013&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812012000300013&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 13 mar. 2022.
- ELIAS, C.S.R., SILVA L.A., MARTINS M.T.S., RAMOS N.A.P., SOUZA, M.G.G., HIPÓLITO R.L. Quando chega o fim? Uma revisão narrativa sobre terminalidade do período escolar para alunos deficientes mentais. SMAD. **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**. Disponível em: < <http://www.revistas.usp.br/smad/article/view/49594>>. Acesso em jun. 2022.
- FORTUNATO, L.; GALENO, A.; FRANÇA, F. Produção de subjetividade no capitalismo contemporâneo. **Revista Cronos**, v. 13, n. 2, p. 67–81, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/cronos/article/view/26467>. Acesso em 11 set 2022.
- FOUCAULT, M. **Vigiar e punir: nascimento da prisão**. Petrópolis: Vozes, 1987.
- FRANKL, V. E. **A presença ignorada de Deus**. Petrópolis: Vozes, 1983, 1993.

- FRANL, V.E. **A psicoterapia na prática**. Campinas: Papirus, 1991.
- FRANKL, V. E. **A questão do sentido em psicoterapia**. Campinas: Papirus, 1990.
- FRANKL, V. E. **A vontade de sentido: fundamentos e aplicações da logoterapia**. São Paulo: Paulus, 2013.
- FRANKL, V. E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Petrópolis: Vozes, 1989, 2008.
- FRANKL, V. E. **O sofrimento de uma vida sem sentido: caminhos para encontrar a razão de viver**. São Paulo: É Realizações, 2015.
- FRANKL, V. E. **Psicoterapia e sentido da vida: fundamentos da logoterapia e análise existencial**. São Paulo, SP: Quadrante, 1986, 1987, 2008.
- FRANKL, V. E. **Psicoterapia para todos: uma psicoterapia coletiva para contrapor-se à neurose coletiva**. São Paulo: Vozes, 1991, 2018.
- FRANKL, V. E. **Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo**. São Paulo: Quadrante, 2003, 2005.
- GIACOIA Jr., O. Estado, democracia e sujeito de direito: para uma crítica da política contemporânea. **Revista de Filosofia Moderna e Contemporânea**, v. 2, n. 2, p. 49–61, 2015. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/fmc/article/view/12474>. Acesso em 11 ago. 2022.
- GIACOIA Jr., O. **Nietzsche como psicólogo**. São Leopoldo: Unisinos, 2004.
- GIACOIA Jr., O. **Nietzsche versus Kant. Uma disputa permanente a respeito de liberdade, autonomia e devir**. Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2012.
- HABOWSKI, A. C.; CONTE, E. A (auto)exploração do sujeito em rede digital: a liberdade em crise? **Pro-Posições**, Campinas, SP, v. 31, p. e20190004, 2020. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/proposic/article/view/8660749>. Acesso em 9 jul. 2022.
- HAN, B. C. **Sociedade do cansaço**. 2ª ed. Petrópolis: Editora Vozes, 2015.
- HAN, B. C. **Psicopolítica: neoliberalismo e novas técnicas de poder**. Lisboa: Relógio d'Água, 2015.
- HAN, B. C. **O aroma do tempo: um ensaio filosófico sobre a arte da demora**. Lisboa: Relógio d'Água, 2016.
- HAN, B. C. **Agonia do Eros**. Petrópolis: Vozes, 2017a.
- HAN, B. C. **Favor fechar os olhos: em busca de um outro tempo**. Petrópolis: Vozes, 2021.

HAN, B. C. **Sociedade da transparência**. Petrópolis: Vozes, 2017b.

HAN, B. C. **Topologia da violência**. Petrópolis: Vozes, 2017c.

HEIDEGGER, M. **Sobre o problema do ser/O caminho do campo**. São Paulo: Duas cidades, 1969. Disponível em: <http://www.heidegger.hpg.ig.com.br/caminho.htm>. Acesso em 30 out. 2022.

LEOPARDI, M. T. et al. **Metodologia da pesquisa na saúde**. Santa Maria: Pallotti, v. 9, 2001. p.187-209.

LYOTARD, J. F. **A condição pós-moderna**. Rio de Janeiro: José Olympio, 2006.

MATTOS, A. V. V., MENDONÇA, L. G. S. F. A temporalidade na era da urgência: considerações sobre o tempo do sujeito. *Polêmica*, v.20, n. 2 (2020). Rio de Janeiro. Disponível em <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/polemica/article/view/60325158>>. Acesso em 03 jul. 2022.

MENDES, E. R. P. A falta que consome. **Reverso**, Belo Horizonte, v. 40, n. 75, p. 35-42, jun. 2018. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-73952018000100005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-73952018000100005&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 16 jul. 2022.

MIGUEZ, E. M. **Educação em Viktor Frankl: entre o vazio existencial e o sentido da vida**. 2015. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2015.doi: 10.11606/T.48.2015.tde-14122015-164230. Acesso em 23 jun. 2022.

MOCELLIN, A. D. Psicopolítica e mal-estar da contemporaneidade. *Civitas - Revista de Ciências Sociais* [online]. 2021, v. 21, n. 1, pp. 94-107. Disponível em: <<https://doi.org/10.15448/1984-7289.2021.1.39147>>. Epub 28 Maio 2021. ISSN 1984-7289. Acesso em 02 fev. 2022.

MOREIRA, N.; HOLANDA, A. Logoterapia e o sentido do sofrimento: convergências nas dimensões espiritual e religiosa. **Psico-USF** [online]. 2010, v. 15, n. 3, pp. 345-356. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-82712010000300008>>. Epub 04 Mar 2011. ISSN 2175-3563. Acesso em 09 fev. 2022.

NIETZSCHE, F. **Humano, demasiado humano**. Tradução, notas e posfácio: Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2005.

NUNES, E. D. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2007, v. 12, n. 4, pp. 1087-1088. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1413-81232007000400030>>. Epub 19 Jun 2007. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232007000400030>. Acesso em 06 jul. 2022.

OLIVEIRA, G. F. de. HAN, Byung -Chul. Sociedade do cansaço. Tradução de Enio Paulo Giachini. Petrópolis: Vozes, 2015. 80 p. **Horizontes Antropológicos** [online]. 2018, v. 24, n. 52, pp. 375-382. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0104-71832018000300017>>. ISSN 1806-9983. Acesso em 20 set. 2021.

PEREIRA, I. S. A vontade de sentido na obra de Viktor Frankl. **Psicologia USP** [online]. 2007, v. 18, n. 1, pp. 125-136. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-65642007000100007>>. Epub 10 Nov 2010. ISSN 1678-5177. Acesso em 10 jun. 2022.

RAMOS V. D. S.; ROMANOWSKI. J. P. Estudos de revisão: implicações conceituais e metodológicas. **Revista Diálogo Educacional**, vol. 14, núm. 41, enero-abril, 2014, pp. 165-189. Pontificia Universidade Católica do Paraná, Paraná, Brasil. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=189130424009>. Acesso em 30 jul. 2022

ROCHA, T. A. da. O culto da performance: o novo modelo de trabalho do século XXI. **Revista Sem Aspas**, Araraquara, v. 7, n. 1, p. 156-167, jan./jun., 2018. ISSN: 2358-4238. DOI: 10.29373/semaspas.unesp.v7.n1.jan/jun.2018.11330. Acesso em 10 mai. 2022.

ROJAS, E. **O homem moderno: a luta contra o vazio**. Curitiba: Chaín, 2013.

ROTHER, E. T. **Revisão sistemática X revisão narrativa**. Acta Paulista de Enfermagem [online]. 2007, v. 20, n. 2, pp. v-vi. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>>. Epub 17 Jul. 2007. ISSN 1982-0194. Acesso em 26 mai. 2022.

SANT'ANNA, P. A. Arquétipo, individuação e intersubjetividade: a dimensão psicossocial do sofrimento humano. **Pesquisas e Práticas Psicossociais**, São João del-Rei, v. 14, n. 4, p. 1-12, dez. 2019. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-89082019000400005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082019000400005&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 11 jun. 2022.

SECCO, A. C.; KOVALESKI, D. F. Do empreendedor de si mesmo à medicalização da performance: reflexões sobre a flexibilização no mundo do trabalho. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2022, v. 27, n. 05, pp. 1911-1918. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232022275.09572021>>. Epub 04 Maio 2022. ISSN 1678-4561. Acesso em 01 jun. 2022.

SILVA, E. L. S. DA.; ESTERA M. M. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**, 3. ed. rev. atual. Florianópolis: Laboratório de Ensino a Distância da Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC, 2001.

SILVEIRA, D. R.; GRADIM, F. J. Contribuições de Viktor Frankl ao movimento da saúde coletiva. **Revista da Abordagem Gestáltica**, Goiânia, v. 21, n. 2, p. 153-161, dez. 2015. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672015000200005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672015000200005&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 10 mai. 2022.

SOARES, L. S. et al (2013). Revisão de literatura: particularidades de cada tipo de estudo. **Revista de Enfermagem da UFPI**, 2, 14-8. ISSN:2238-7234. Disponível em: <https://ojs.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/1200/pdf>. Acesso em 23 set. 2022.

UNESP. **Tipos de revisão de literatura, 2015**. Biblioteca Prof. Paulo de Carvalho Mattos, Faculdade de Ciências Agrônomas Unesp, Campus de Botucatu. Disponível em: <https://www.fca.unesp.br/Home/Biblioteca/tipos-de-evisao-de-literatura.pdf>. Acesso em: 26 mai. 2022.