

## **A ANGÚSTIA EM UMA PERSPECTIVA DE AUTORES FENOMENOLÓGICO-EXISTENCIAIS**

### **ANGUISH FROM A PHENOMENOLOGICAL-EXISTENTIAL AUTHORS' PERSPECTIVE**

**Amanda Ferreira Santos<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Psicóloga, pós-graduada em Fenomenológica-existencial pela faculdade Futura,

[amandaferrs@outlook.com](mailto:amandaferrs@outlook.com)

#### **RESUMO**

O presente artigo tem como objetivo entender a angústia na perspectiva de alguns autores fenomenológico-existenciais. É significativo observar o modo pelo qual esses autores compreendiam a angústia, pois eles nos levam a refletir que é na presença, que a angústia mostra o ser para o poder-ser, logo, o ser-livre para escolher e acolher, levando o homem a ter que fazer escolhas e arcar com as responsabilidades da mesma, podendo o levar a um estado de decaída, observar o modo pelo qual Heidegger apresenta o chamado dasein, que seria o ser-no-mundo que é existente já se projetando em perspectivas de ser. A presença dita como ser-no-mundo deposita assim, à responsabilidade atribuída a esse ser. Contudo, as tentativas de silenciar a angústia serão em vão, a angústia é um pedaço da construção do existencial do ser, não há como fugir dela.

**PALAVRAS-CHAVE:** Angústia, Existencial, Fenomenológica.

#### **INTRODUÇÃO**

O homem é o único responsável por ele mesmo no mundo, não existe nada que possa escuda-lo em seu caminho. O existencialismo facilita o entendimento da vida, da existência do ser- no-mundo tal qual como dono e responsável por suas decisões, essa responsabilidade acaba a dar origem a um sentimento de angústia, desamparo frente ao mundo, à sua vivência e suas escolhas.

Angústia é uma palavra de origem latina que significa estreiteza e aperto. A partir desse ponto damos início a busca pelo compreender do que e onde se constitui esse aperto, a questão da angústia está diretamente ligada ao que vivemos, como vivemos e o olhar que desenvolvemos sobre as circunstâncias, que pode trazer consigo um grande desencanto e frustração, o ser se coloca em um papel simultâneo de liberdade e angústia, a angústia descrita como uma abertura, como a possível revelação à realidade humana.

Conforme Heidegger (1989) só na angústia subsiste a chance de uma abertura privilegiada mediante a que ela singulariza. Essa singularização extrai o ser-aí de sua decadência, logo, aponta a autenticidade e inautenticidade como possibilidades do ser.

Seguindo uma perspectiva existencial fenomenológica, onde segundo Binswanger (1958) a análise existencial se coloca como um método de pesquisa fenomenológico psiquiátrico, onde de imediato nos aponta para uma conexão entre análise existencial e método fenomenológico, ganhando importância diante das limitações das psicoterapias de exercer sua finalidade em aliviar o sofrimento dos pacientes. Torna-se compreensível, assim, a origem da direção psicoterápica que logo depois ficaria conhecida, como fenomenológico-existencial. Em sua breve e esclarecedora história do existencialismo, Huisman (1997/2001) define existência como uma crise não resolvida e aparentemente sem solução entre a apreensão dos propósitos e dos questionamentos que se assume diante da vida.

A contar com questionamentos e indagações cada vez maiores sobre seu papel dentro do mundo, o sujeito começa então, a se distanciar de crenças nas quais antes se apoiava, e começa a se enxergar em um local de profunda indagação sobre o seu papel no mundo, pois a cada desconstrução de uma ideia, encontra-se dificuldade em repor uma nova no lugar da mesma, passando a se ver como um ser sem fundamento e, assim, o fundamentador do universo que o cerca, dando início sentimentos incompreendidos e angustiantes.

Diante da descrição acima, é significativo a importância desse estudo para que se possa compreender a angústia na perspectiva fenomenológica existencial, sendo imprescindível para o esclarecimento e entendimento necessários para o eventual domínio do assunto. O presente artigo tem como objetivo analisar e discutir a angústia em sua perspectiva existencial fenomenológica baseando-se em alguns autores para assim, compreendê-la e não centralizá-la como uma patologia, ou como algo passível de cura, mas como um sinal a ser interpretado.

## **MATERIAL E MÉTODOS**

Este presente artigo debate o fenômeno da angústia, sob uma perspectiva fenomenológica - existencial para melhor entender o que sobrepõe à relação do indivíduo com ele mesmo, com suas organizações e no mundo que o cerca. O mesmo é classificado como uma pesquisa qualitativa, descritiva de revisão da literatura, onde se buscou perceber a totalidade existencial da angústia pautada nos pensamentos de autores como: Kierkegaard, Sartre e Heidegger, dentre outros, e também na literatura existencial humanista e fenomenológica. O referencial teórico escolhido possibilita uma introdução no tema, avaliando a importância da sua compreensão nas relações sociais do indivíduo. A significância deste artigo é atribuída ao reconhecimento do tema como atual, mediante ao seu papel nas relações sociais presentes na atualidade, além da grande demanda de queixa angustiante na clínica psicológica fenomenológica existencial.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O pensar de Sartre se baseia em que homem é tido como ser-no-mundo, não mediante a forma que não se movimenta, mas em movimento constante; nada constitui sua formação mediante do nada que é; pois, ele é um ser incognoscível, indeterminado e, assim vivendo incansavelmente à procura de algo que possa dar um sentido para a sua vivência, dando valor a cada experiência, trazendo cada vivência para a edificação de si (SARTRE, 1997).

Kierkegaard (1968) diz que a existência humana nasce da indeterminação. Essa indeterminação ocorre quando, ao nascermos, não recebemos a nossa existência como uma obra concluída, pelo adverso, na maneira em que vivemos, vamos dando início a nossa própria existência, a própria condição de ser. Não há nada, a priori, que possa nos determinar.

Esse caráter de indeterminação é o nada pelo qual a angústia se angustia. Ao se deparar com o seu limite existencial, com o nada, com a ausência de algo que dê sentido e coesão à sua existência, o *dasein* experimenta a angústia. A angústia é ao mesmo tempo um sentimento diante da existência como limite, mas também, uma disposição que impele o *dasein* a se tornar si-mesmo, ponto de partida para uma condição que o constitui como existente. (Dantas, 2005:26)

Para Procópio (2000) a angústia quase nunca é vivida de uma forma plena, apesar de fazer parte da constituição humana. A autora relata o ser-aí no dia a dia onde fica emergido no mundo, assim, esquecendo-se de si-mesmo, palavra usada por Heidegger (1989) como *de-cadência*, onde o ser-aí foge de *si-mesmo*, mergulhando no mundo, eludindo-se mediante aquilo que ele de fato deseja. Ao tentar esquivar-se da angústia, que é dependente ao ser-no-mundo, atenua o pesar de sua existência, logo, não aceita o encargo de ser *si-mesmo* e resulta por conglomerar-se com o outro.

Sartre (1997) coloca o termo angústia para caracterizar a reconhecimento da liberdade num todo, para a decisão/escolha que leva o indivíduo ao confronto e começa a desafiar durante a sua existência, logo, indivíduo tem medo que, mediante sua autonomia de escolha, possa tomar uma decisão errada, que afete de forma irreversível sua existência. Sartre, também, diz que a angústia é o resulta da sensação de até onde podem ir de nossas escolhas, o indivíduo ao entender a motivação em suas decisões e escolhas é tomado pelo sentimento de angústia.

Segundo Werle (2003) a angústia tem um *de que*, onde ela tem desbrío e um *pelo que*, onde a mesma receia. Neste sentido, o *de que* de cada angústia se trata sempre de um atentado ao *estar-aí (dasein)* apresentado por Heidegger (1989) como a relação com o próprio ser, onde as características são descritas como existenciais,

o Dasein é descrito em Ser e Tempo como ser-no-mundo que existe já sempre se idealizando em ideias de ser, essas ideias constroem o seu próprio ser, assim esse sentir desperta medo de sua extinção no mundo, a possibilidade de futuramente não estar mais presente aqui, entretanto, a noção do *pelo que* da angústia humana é o próprio *estar-aí*, mediante que ela, todavia há uma cautela e zelo só pela duração deste.

Comte-Sponville (2000:11) traz a angústia como um sentir que nos forma e é um pedaço da nossa vivencia, um sentimento que nos traz para a indefinida possibilidade de tudo, resultando na abertura do dasein. Perante a chance de tudo, o homem se vê na necessidade de escolher a si próprio e se responsabilizar pelas suas escolhas, entretanto, isso não quer dizer que o ser pode tudo escolher, pelo contrário, à medida que faz escolhas, as faz em desvantagens a outras. Por isso, Heidegger (1989) relata que o dasein se encontra sempre em débito, ou seja, sempre incompleto, entretanto, a possibilidade do dasein não se reconhecer como um processo de vir-a-ser e se deludir, acreditando que detém o controle da sua existência.

A abordagem fenomenológico-existencial (Halling & Nill, 1995) tem Martin Heidegger (1889) um de seus principais nomes de referência, em especial na sua obra, Ser e Tempo, publicada em 1927.

A morte é uma exatidão onde pode resultar que humano por toda a sua vida, a tema sua morte, ter medo do seu *não-poder-mais-ser*, tornar essa realidade completa pode-se dizer que a *angústia* é ligada a vida, fazendo parte do nosso *estar-aí* do qual não é possível se ver livre. (POMPEIA; SAPIENZA, 2004).

Boss (1981) frisa que toda angústia é fundamentalmente um receio da morte, do *não-poder-mais-estar-aqui* juntamente ao ser limitado. Porém, o mesmo também diz que se existisse um contra-poder à angústia, o mesmo seria manifestado por ocorrências amorosas, da confiança e do estar-abrigado.

Heidegger (2006) denomina de decaída, o desvio de si, o de-cair no mundo das ocupações, a fuga da existência que está instituída na angústia, o mesmo inspirado em Kierkegaard, não descreve a angústia como uma experiência disfuncional, um estado ou uma propensão, mas a entende como uma disposição fundamental da existência; como aquilo que se tem medo, mas, que, ao mesmo tempo, se deseja. É na angústia que a existência se abre a si mesmo.

Figueiredo (2011) enfatiza que logo que em muitas vezes o homem encontra-se no estado de *de-cadência*, o mesmo fica perdido de si-mesmo e por consequência sem rumo no mundo, sem uma referência ou responsabilidade sob própria existência, mediante a este quadro, a angústia vem a promover a ideia de movimentação, de vida, liberdade para com o mundo, ora, o ser-aí que fica angustiado, o torna por um motivo que lhe pede uma adaptação e mudança da situação da sua vida atual, logo, que o ser humano localize-se mais uma vez com si mesmo e desfrute a expressão verídica de sua essência.

Para Sartre o homem é feito de escolhas e assim, assim ele vai acusar a sua presença no mundo, o homem primeiro existe e, mediante o curso de sua existência; ele se constitui e vai desenvolvendo sua essência; logo, a existência precede a essência, a essência é o que dar forma ao humano (SARTRE, 1997).

Partimos do princípio de que homem é abertura para o mundo, livre para fazer suas escolhas diante das possibilidades, pois “ao homem, em sua liberdade, cabe à escolha; de que, frente ao ter de escolher-se, assume diversas posições” (Feijoo, 2000, p. 67).

O pensar mais dotado de angústia é quando, em um momento, chega-se a consciência que só cabe ao indivíduo decidir o que fazer. A responsabilidade de tomar uma decisão a cada momento pode tornar a vida, por vezes, insuportável (KIERKEGAARD, 1968).

Heidegger (1989) ainda nos diz que a *angústia* ajuda a concretizar a essência humana, se interpretada uma disposição condescendente que de o solo fenomenológico-hermenêutico a apreensão explícita da totalidade originária do *dasein*. Heidegger (2006) descreve a angústia como algo que apresenta o ser-no-mundo por criar o envolvimento com o produto do mundo e com os outros, de pouca significância. O *Dasein* em angústia “o ente intramundano em si mesmo é de tanta insignificância que, apenas o mundo se impõe em sua mundaniedade.”.

O homem experimenta a angústia mediante a sua liberdade e, é em liberdade que emerge em suas possibilidades, construindo o seu próprio modo de existir: “a angústia é então a liberdade da realidade como um puro possível” (Kierkegaard, 1968).

A angústia não é somente angústia com, mas, enquanto disposição é também angústia por... O porquê a angústia se angustia não é um modo determinado de ser e uma possibilidade da presença [...] Na angústia o que se encontra à mão no mundo circundante, ou seja, o ente intramundano em geral, se perde [...] na angústia se está "estranho" [...] Mas, estranheza significa igualmente "não se sentir em casa" (Heidegger, 2006, p.251- 252, grifos do autor).

Para Kierkegaard (1968) quando somos lançados frente ao nada encontramos um mundo repleto de possibilidades, porém possibilidades desconhecidas para si e sendo assim, é nada: O que há então? Nada. Mas qual seria o efeito produzido por esse nada? Este nada produz a angústia, logo, nos deparamos continuamente diante dessa realidade que é um nada, a angústia então, provém da nossa liberdade. É na liberdade que nos permitimos experimentar a angústia mediante as possibilidades, ou seja, é por sermos originariamente livres e determos a existência como obra inacabada que a angústia se faz presente.

Não existem limites para a liberdade, além da própria liberdade. Entretanto, não há possibilidade de abandonar a própria liberdade e olhar a si mesmo como um objeto finalizado: “a liberdade que sou é único fundamento a quem posso me apegar” (Perdigão, 1995, p113). A angústia que Kierkegaard (1968) nos revela não é um

sentimento que temos mediante a um perigo exterior no mundo e que constitua uma ameaça imaginária: a angústia é constitutiva da existência humana.

A angústia é inseparável à vida, ela é parte da existência humana, podemos até tentar escapar, mas será uma fuga em fadada ao fracasso, pois ela nos rodeia a todo instante e nos achará: “a angústia nunca deixa de comparecer mesmo nas situações mais insignificantes.” (Kierkegaard, 1968).

## CONCLUSÃO

Quando Kierkegaard nos estimula a pensar sobre a angústia, nos é apresentado a ideia de que mesmo com angústia fazemos uma reflexão crítica de como a existência nos é exposta e assim entendida por nós, nos levando a compreensão de que esta mesma faz parte da construção da existência humana. Na tentativa de fugir-se da angústia, lhe é dado várias definições, mas, a tentativa de desviar os olhos da angústia nos leva a crer que que ela nos afeta e que não somos capazes de nos fazer indiferentes perante ela, mesmo após múltiplas tentativas de silenciá-la, em meio a essas tentativas fica mais evidente a força que esse sentimento exerce sobre esse ser no mundo e como essa força implica na maneira como qual o mesmo se colocara no mesmo mundo, não se pode fugir da angústia, é preciso enfrenta-la.

## REFERÊNCIAS

BINSWANGER, L. (1958). **The existential analysis school of thought**. Em R. May, E. Angel & H. F., Ellenberg (Orgs.), *Existence: A new dimension in psychiatry and psychology*. New York: Simon & Schuster

BOSS, M. **Angústia, culpa e libertação**. 3ª Ed. São Paulo: Duas cidades, 1981.

COMTE-SPONVILLE, A. **Bom dia, angústia**. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

DANTAS, Jurema B. **Angústia, existência e contemporaneidade**. 2005. Dissertação — Universidade Federal Fluminense, 2005

FEIJOO, A M. L. C. (2000). A Escuta e a Fala em Psicoterapia: **Uma Proposta Fenomenológico-Existencial**. São Paulo: Vetor

FIGUEIREDO, K. F. **A angústia enquanto abertura fundamental da presença (ser-aí) em "Ser e Tempo"**. Campo Grande, Universidade Estadual da Paraíba, 2011. Disponível em:  
<http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/123456789/2044/1/PDF%20-%20Kleiton%20Ferreira%20de%20Figueiredo.pdf>

HALLING, S. & NILL, J. (1995). A brief history of existential-phenomenological psychiatry and psychotherapy. **Journal of Phenomenological Psychology**, 26(1), 1-45

HEIDEGGER M. **Ser e Tempo**. Tradução de Márcia de Sá Cavalcante. 3 ed. Petrópolis: Vozes; 1989.

HEIDEGGER, M. (2006). **Ser e Tempo**. Petrópolis: Vozes; Bragança Paulista: São Francisco. (Originalmente publicado em 1927)

HUISMAN, D. (2001). **História do existencialismo** (M. L. Loureiro, Trad.). Bauru: EDUSC. (Trabalho original publicado em 1997).

KIERKEGAARD, Sören Aabye. **O conceito angústia**. Tradução de Torrieri Guimarães. São Paulo: Hemus, 1968.

PERDIGÃO, P. (1995). Existência e Liberdade: **uma introdução a filosofia de Sartre**. Porto Alegre: L & PM.

POMPEIA, J. A.; SAPIENZA, B. T. Na presença do sentido: **uma aproximação fenomenológica a questões existenciais básicas**. São Paulo: Paulus, 2004.

PROCÓPIO, D. A crise: **como possibilidade de crescimento pessoal**. Lorena: Stiliano, 2000.

SARTRE, Jean-Paul. **O ser e o nada**: Ensaio de fenomenologia ontológica. Trad. Paulo Perdigão. 5<sup>o</sup> ed, RJ: Vozes, 1997.

WERLE, M. A. **A angústia, o nada e a morte em Heidegger.** Trans/Form/Acao, São Paulo, v.26,n.1,2003.