

A BIBLIOTERAPIA NA PRÁTICA DA PSICANÁLISE EXISTENCIAL

BIBLIOTHERAPY IN THE PRACTICE OF EXISTENTIAL PSYCHOANALYSIS

DOI: 10.18616/lendu.v9i1.9460

Janine Moreira¹

jmo@unesc.net

Cauê Cardoso²

cauecristianocardoso@hotmail.com

Leandro De Bona Dias³

debonaletras@unesc.net

RESUMO

Este estudo teve como objetivo investigar a possibilidade de integrar a biblioterapia à prática da psicanálise existencial. Para isso, foi realizada uma análise teórica baseada em obras de autores como Marc-Alain Ouaknin, Jean-Paul Sartre, Clarice Fortkamp Caldin e Daniela Ribeiro Schneider, bem como em artigos científicos relacionados ao tema. A pesquisa buscou identificar a proposta da biblioterapia e os fundamentos clínicos da psicanálise existencial, além de explorar o diálogo entre essas teorias. Os resultados indicaram que a biblioterapia, mais do que um simples recurso de leitura, atua como um meio de reflexão pessoal que permite ao sujeito questionar e ressignificar suas escolhas existenciais. Concluiu-se que a biblioterapia pode se configurar numa estratégia terapêutica para a psicanálise existencial, capaz de promover no sujeito, por meio do texto literário, uma reflexão crítica de sua situação relacional no mundo, na busca da desalienação da vivência de liberdade.

PALAVRAS-CHAVE: Biblioterapia; Psicanálise existencial; Literatura.

¹ Professora do Curso de Psicologia e do Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc). Graduada em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Mestra em Sociologia Política pela UFSC, Doutora em Psicopedagogia pela Universidade de Córdoba/Espanha (convalidado como doutorado em Educação pela UFSC). Estágio Pós-doutoral em Educação na Universidade de Múrcia/Espanha. Líder do Grupo de Pesquisa Descolonização, Educação e Processos Subjetivos.

² Licenciatura em História pela Universidade do Sul de Santa Catarina (Unisul). Especialista em Psicopedagogia pela Faculdade de Administração, Ciências, Educação e Letras - FACEL. Especialista em Arqueologia e Patrimônio Cultural pela Faculdade de Capivari (FUCAP). Graduado em Psicologia pela Unesc. Tem experiência na área da educação, arqueologia, história, e educação patrimonial e atua como professor de história, educador patrimonial e arqueólogo.

³ Graduação em Letras: Português/Inglês e Mestrado em Educação pela Universidade do Extremo Sul de Santa Catarina (Unesc). Doutor em Ciências da Linguagem pela Universidade do Sul de Santa Catarina (Unisul). Professor do Curso de Letras da Unesc e bolsista Fapesc (edital 20/2024) de Pós-Doutorado no Programa de Pós-graduação em Educação da Unesc.

ABSTRACT

This study aimed to investigate the potential for integrating bibliotherapy into the practice of existential psychoanalysis. A theoretical analysis was conducted based on works by authors such as Marc-Alain Ouaknin, Jean-Paul Sartre, Clarice Fortkamp Caldin, and Daniela Ribeiro Schneider, as well as relevant scientific articles. The research sought to identify the proposal of bibliotherapy and the clinical foundations of existential psychoanalysis, in addition to exploring the dialogue between these theories. The findings indicated that bibliotherapy, beyond being a mere reading resource, serves as a medium for personal reflection, allowing individuals to question and reframe their existential choices. It was concluded that bibliotherapy can be configured as a therapeutic strategy for existential psychoanalysis, capable of promoting in the subject, through literary text, a critical reflection of their relational situation in the world, in the search for the dealienation of the experience of freedom.

KEYWORDS: Bibliotherapy; Existential psychoanalysis; Literature.

1 INTRODUÇÃO

“Ali estava uma coisa com a qual ele já havia sonhado muitas vezes, que tinha desejado muitas vezes desde que dele se apoderara aquela paixão secreta: uma história que nunca acabasse! O livro dos livros!”

A história sem Fim (Ende, 2002, p. 12).

A biblioterapia, embora muitas vezes interpretada de forma simplificada como "terapia por meio de livros", vai além dessa concepção. Segundo Abreu, Zulueta e Henriques (2013), esta prática abrange tanto uma vertente preventiva quanto terapêutica, sem se limitar a uma única abordagem ou tipo de texto. Envolve a leitura de diferentes gêneros literários, como obras de ficção e narrativas diversas, seja de forma individual ou em grupo, com o objetivo de proporcionar uma experiência de bem-estar ou favorecer o desenvolvimento contínuo em todas as fases da vida.

A biblioterapia foi inserida no meio acadêmico por intermédio da biblioteconomia e também das faculdades de letras. No entanto, nessas áreas, a prática é mais voltada para a biblioterapia de fruição, e não para o âmbito clínico. Nesse sentido, embora elas se importem com um viés terapêutico, não buscam uma abordagem preocupada com métodos e critérios da psicologia, mas, sim, com o poder catártico da leitura e o desenvolvimento pessoal, estabelecendo algumas conexões com autores da psicologia, mas sem a preocupação clínica.

Dada a relevância das pesquisas sobre biblioterapia de fruição nas áreas de Letras e Biblioteconomia, fica evidente que a Psicologia tem um papel fundamental em aprofundar e sistematizar esse conhecimento, especialmente ao enfatizar a biblioterapia clínica. Ao integrar métodos que assegurem a coerência com os objetivos terapêuticos, é possível utilizar a prática da biblioterapia com bases sólidas, em sintonia com os princípios das abordagens psicológicas.

Nas pesquisas realizadas para a tecitura deste artigo, a tese de Clarice Fortkamp Caldin mostrou-se uma influência significativa em diversos trabalhos sobre biblioterapia. Em seu estudo, a fenomenologia de Maurice Merleau-Ponty surge como uma base central, e apesar de também citar Sartre, sua abordagem não segue uma linha explicitamente existencialista. Ainda assim, essa base fenomenológica abre caminhos para uma aproximação da biblioterapia com a psicologia existencial.

De acordo com Schneider (2011), em uma abordagem de psicologia clínica sartriana, a “cura” ocorre quando o paciente consegue transcender sua situação de alienação e transformar aquilo que os outros fizeram dele, indo além dos problemas que enfrenta. Nesse contexto, a resolução das questões ontológicas do paciente envolve a viabilização de seu projeto e desejo de ser, em novas configurações. A "cura", portanto, não se refere a uma simples acessibilidade de si, ou adaptação às situações sociais, mas, sim, à superação dessas condições.

Exposto isso, cabe a pergunta, é possível a biblioterapia contribuir nesse processo de “cura”? Sartre, enquanto escritor, se propôs a estudar a importância da literatura e leitura, e apesar de, em um primeiro olhar, não haver uma discussão sobre biblioterapia em seus escritos, há discussões sobre literatura e terapia, indicando que esse diálogo entre psicanálise existencial e biblioterapia é possível.

Este trabalho tem como objetivo investigar como a biblioterapia pode ser integrada à prática da psicanálise existencial. Parte-se da hipótese de que a literatura pode desempenhar um papel relevante no processo terapêutico existencialista. Para isso, serão abordados três objetivos específicos: identificar a proposta da biblioterapia, compreender os fundamentos da psicanálise existencial, explorar o diálogo possível entre essas abordagens, visando enriquecer a prática clínica existencialista.

2 MÉTODO

A pesquisa é uma atividade fundamental das ciências, orientada pela busca contínua de compreensão da realidade. De acordo com Minayo (1993), a prática teórica está inserida em um processo de investigação intrinsecamente inacabado e permanente, marcado por uma aproximação progressiva da realidade e pela combinação dinâmica entre teoria e dados. Nesse contexto, a presente pesquisa foi conduzida de forma bibliográfica, com caráter qualitativo e exploratório.

No que diz respeito à abordagem qualitativa, focou-se em trabalhar com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, explorando as interações entre o sujeito e o mundo real. Tal abordagem visa acessar camadas mais profundas das relações e dos fenômenos, que não podem ser traduzidos em números ou analisados por métodos estatísticos (Minayo, 1993). No caso de uma pesquisa bibliográfica, como essa, buscou-se uma compreensão reflexiva entre a biblioterapia e a psicanálise existencial, a proposta clínica da psicologia fenomenológico existencialista.

A natureza exploratória desta pesquisa teve como principal objetivo responder à questão de investigação à medida que os objetivos foram sendo alcançados. A execução envolveu um levantamento bibliográfico detalhado, seguido da análise de dados teóricos, especialmente no que se refere às concepções da Psicanálise Existencial e da Biblioterapia, além de possíveis correlações entre essas duas áreas de estudo.

Com o intuito de explorar as possibilidades de uma biblioterapia clínica fundamentada na psicanálise existencial, foram analisados os seguintes livros: "Biblioterapia" de Marc-Alain Ouaknin, "Vivências em Biblioterapia" de Cristiana Seixas, "A Literatura Para Situações" de Thaís Fernanda de Oliveira Martins e Sylvia Mara Pires de Freitas, "Sartre e a Psicologia Clínica" de Daniela Ribeiro Schneider, bem como as obras de Jean-Paul Sartre "Que é a Literatura", "O Existencialismo é um Humanismo", "O ser e o nada - Ensaio de ontologia fenomenológica" (com foco no capítulo A psicanálise existencial) e "Questão de Método". Além disso, foi utilizada a tese de doutorado de Clarice Fortkamp Caldin, "Leitura e Terapia", complementada por três artigos científicos relevantes para a temática.

As próximas quatro seções deste artigo exploram a biblioterapia sob a perspectiva da psicanálise existencial. A próxima seção introduz o conceito de biblioterapia e sua base teórica. A seção seguinte examina a psicologia na visão de Sartre, abordando conceitos da

Revista Linguagem, Ensino e Educação, Criciúma, v. 9, n.1, jan. jun. 2025

filosofia e da psicanálise existencial. Na seção de discussão, a biblioterapia é analisada na prática clínica, como possível estratégia terapêutica. Por fim, as conclusões apontam os resultados do estudo, respondendo de que modo a biblioterapia pode ser integrada à psicanálise existencial.

3 A BIBLIOTERAPIA

“Palavras são, na minha não tão humilde opinião, nossa inesgotável fonte de magia. Capazes de ferir e de curar.”

Harry Potter e as Relíquias da Morte (Rowling, 2007, p. 143).

A biblioterapia se insere, em muitos casos, como terapia complementar, centrada na leitura, e acaba tendo um aporte muito denso nos estudos do campo da literatura, daí a aproximação com as faculdades de biblioteconomia e letras, nas quais se insere principalmente a partir das contações de histórias. No livro *Biblioterapia*, Marc-Alain Ouaknin (1996 p. 11) explica que a “palavra ‘biblioterapia’ é composta de dois termos de origem grega, *βιβλιο* e *θεραπεία*, ‘livro’ e ‘terapia’. Deste modo, a ‘biblioterapia’ é a ‘terapia por meio de livros’”. O autor ressalta que, embora a palavra biblioterapia seja relativamente recente, o dicionário *Webster International*⁴ define o termo como o uso de materiais de leitura selecionados como auxiliares terapêuticos na medicina e psiquiatria, além de servir como orientação para a solução de problemas pessoais por meio da leitura dirigida. No entanto, Ouaknin (1996) critica essa definição, considerando-a limitada, por ser influenciada por concepções restritas de medicina, evidenciando a necessidade de uma abordagem mais ampla e culturalmente diversificada para se compreender o potencial da biblioterapia. Para o autor, “A biblioterapia nasce do encontro entre a ‘força’ da língua e o local de expressão primordial e primeiro dessa força’: o livro” (Ouaknin, 1996 p. 16).

Para a psicóloga Cristiana Seixas (2018), a biblioterapia é mais do que uma técnica terapêutica; é uma ferramenta poderosa para promover a “cura” e o “bem-estar”. Ao estimular a empatia e oferecer novas perspectivas, os livros podem auxiliar na resolução de conflitos

⁴ *Webster International* refere-se ao *Merriam-Webster's Third New International Dictionary*, um dos dicionários mais renomados e abrangentes da língua inglesa, que oferece definições e explicações detalhadas de palavras e seus usos, registra que o termo “*bibliotherapy*” foi utilizado pela primeira vez em 1914 (Merriam-Webster, 2024).

internos, na superação de traumas e no desenvolvimento de recursos pessoais. A autora destaca que a biblioterapia pode ser utilizada em diversos contextos, como na clínica psicológica e na educação.

Na visão da bibliotecária e pesquisadora Clarice Fortkamp Caldin (2009), a biblioterapia envolve mais do que simplesmente ler ou interpretar um texto literário. Ela pode ser compreendida como um processo terapêutico que se estende aos comentários e reflexões gerados pela leitura, onde as experiências pessoais dos leitores se mesclam com as palavras do autor. A autora destaca que a biblioterapia requer o uso de um texto como base da atividade, mas que é a utilização da imaginação do leitor ou ouvinte que possibilita a criação de novos significados a partir do texto original.

Nesse sentido, a biblioterapia pode ser concebida como uma prática ativa e transformadora, na qual o leitor se torna cocriador de significados. Ao se apropriar do texto, o indivíduo pode explorar suas emoções, desenvolver novas perspectivas e construir novos sentidos, oferecendo um caminho para seu crescimento pessoal e social (Caldin, 2009).

Em sua tese de doutorado, Caldin (2009) busca amparo na fenomenologia, com o filósofo fenomenólogo francês Maurice Merleau-Ponty, para inferir que a experiência da leitura é um processo intersubjetivo, no qual o corpo do autor, do texto e do leitor se entrelaçam. A autora enfatiza que a biblioterapia se interessa justamente por essa intercorporeidade da linguagem, investigando como os vestígios corporais presentes no texto podem afetar a experiência do leitor e promover processos de cura.

Para Caldin (2009, p. 10), “a biblioterapia é dividida em duas categorias: biblioterapia de desenvolvimento e biblioterapia clínica, sendo a primeira desenvolvida por bibliotecários e a segunda, por psicólogos clínicos”. Já Cristiana Seixas (2018) divide em biblioterapia de fruição e biblioterapia clínica e dedica um capítulo de seu livro para explicar e exemplificar essa divisão, sendo que, para ela a “biblioterapia clínica é, com o apoio do material literário, tocar nas feridas, ir ao encontro da dor para dialogar com ela e ter a possibilidade de ressignificá-la” (Seixas, 2018, p. 68).

Conceito que muito se aproxima ao de biblioterapia clínica de Caldin (2009 p. 58), que cita Margareth Hasse (2004), ao explicar que a biblioterapia clínica “[...] utiliza uma abordagem psicológica para, após um diagnóstico clínico, planejamento e conhecimentos médicos, selecionar leituras como instrumentos terapêuticos, quer dizer, o analista intervém de maneira diretiva fazendo interpretações ao paciente”.

Revista Linguagem, Ensino e Educação, Criciúma, v. 9, n.1, jan. jun. 2025

Caldin (2009) destaca que a biblioterapia de desenvolvimento não se propõe a analisar estruturas ou hipóteses psíquicas que expliquem as emoções despertadas no processo terapêutico. Enquanto as psicoterapias visam a construção de um saber de si, a biblioterapia de desenvolvimento tem um caráter essencialmente catártico⁵. Com isso, ela coloca a biblioterapia de desenvolvimento na estante da ludoterapia, arteterapia, dançaterapia, elucidando que ela “limita-se a mobilizar a criatividade dos leitores de modo a favorecer o surgimento de emoções e a produção ficcional a partir dessas emoções.” (Caldin, 2009, p. 59).

Cristiana Seixas, ao propor o conceito de biblioterapia de fruição, explica que “é a capacidade de exercer a maior das liberdades: a interior. É criar realidades mentais, através da memória e imaginação, para divertir-se, para ausentar-se de uma situação desfavorável e imaginar outra”. (Seixas, 2018, p. 59). Este conceito não se distancia muito do conceito de biblioterapia de desenvolvimento de Caldin, em ambos os casos a imaginação e as emoções são palavras-chave.

Nesse sentido, Petit (2019) ressalta que a leitura pode ser compreendida como um deslocamento saudável, um afastamento do que é habitual, permitindo ao leitor transitar para outros mundos. Tal movimento não configura uma fuga, como frequentemente se interpreta de forma pejorativa, mas uma abertura para um espaço no qual o devaneio, o pensamento, a memória e a projeção de futuros se tornam possíveis.

A imaginação e a emoção presentes nos conceitos apresentados pelas autoras são evocadas a partir da leitura, permitindo uma abertura emocional, que vai além do entretenimento, não o descarta, mas o usa como trampolim para atuar dentro da construção do momento terapêutico.

Os alicerces epistemológicos das autoras situam-se em bases filosóficas distintas, que, em um olhar mais amplo, demonstram uma visão de ser humano e de mundo diferentes. Enquanto a professora e pesquisadora Clarice Fortkamp Caldin busca na fenomenologia o suporte para a biblioterapia, a psicóloga e escritora Cristiana Seixas tem sua base na terapia cognitivo-comportamental e, conseqüentemente, no comportamentalismo.

Apesar disso, nos escritos das autoras citadas tanto na biblioterapia clínica, como na biblioterapia de fruição (Seixas, 2018) ou de desenvolvimento (Caldin, 2009), as

⁵ Catarse é aqui utilizada no sentido aristotélico, sendo compreendida como uma descarga emocional provocada pela tragédia, ao despertar no espectador sentimentos intensos (Franco, 2009).

semelhanças entre os conceitos que elas apresentam são mais perceptíveis que as diferenças. Isso se dá porque nenhuma das duas aprofunda conceitos psicológicos dentro das abordagens das quais se aproximam. Caldin se debruça em conceitos fenomenológicos mais voltados à filosofia do que à psicologia. E Seixas, apesar de citar sua abordagem de formação, a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC), não traz conceitos aprofundados dessa abordagem para sustentar os argumentos em seu livro, focando mais nas vivências de biblioterapia.

Um ponto em comum entre as autoras Caldin e Seixas é que, entre as bases de seus argumentos, está a obra do filósofo Marc-Alain Ouaknin (1996), que situa a biblioterapia enquanto uma hermenêutica da temporalidade, em que o tempo e a interpretação da palavra se entrelaçam. Ouaknin (1996) argumenta que a biblioterapia pertence à corrente da hermenêutica existencial, valorizando a subjetividade e o direito à fala do "Eu", em contraposição ao discurso institucionalizado do "nós". Nesse sentido, a leitura biblioterapêutica atua como uma disseminação que devolve vida e movimento às palavras, constituindo-as como obras de arte que ultrapassam o mero sentido literal e se abrem para múltiplos significados.

Para Ouaknin (1996), a biblioterapia se configura como um processo de abertura e diálogo interno que permite ao indivíduo adentrar em um fluxo constante de transformação. Ao promover a leitura como um ato de interpretação e desconstrução de significados, a biblioterapia possibilita a criação de um espaço de reflexão, no qual o sujeito se descobre em constante movimento e interação com o mundo.

Por fim, a biblioterapia revela-se como uma prática multidimensional, capaz de promover não apenas o bem-estar emocional, mas também uma profunda reflexão sobre a subjetividade e o mundo que nos cerca. Ao proporcionar um espaço de diálogo entre o leitor, o texto e a sua própria experiência, a biblioterapia transcende o ato da leitura, oferecendo uma oportunidade de reflexão e transformação pessoal.

4 PSICOLOGIA EM SARTRE

“Quando acordei hoje de manhã, eu sabia quem eu era, mas acho que já mudei muitas vezes desde então.”

Alice no País das Maravilhas (Carroll, 2002, p. 28).

Antes de buscar possibilidades de integrar a biblioterapia à prática de uma abordagem psicológica fundamentada na fenomenologia, com base no existencialismo, se faz necessário compreender alguns conceitos que foram amplamente desenvolvidos por Jean-Paul Sartre. Em sua obra, Sartre buscou elaborar um método para uma psicologia existencialista, conhecida como psicanálise existencial.

Segundo Sartre (1987), o existencialismo parte da ideia de que a existência precede a essência, o que significa que o ser humano primeiro existe, ou seja, surge no mundo, e é neste contexto que ele se encontra a si mesmo e se define. Nesse sentido, ao nascer, o homem não possui uma natureza ou essência pré-definida; ele se constrói continuamente por meio de suas ações e escolhas ao longo da vida. Sartre explica ainda, em diálogo com Heidegger, que a realidade humana é justamente esse ser cuja existência antecede qualquer conceito ou definição prévia.

Sartre (1987) afirma que o ser humano tem uma capacidade única de se transformar e redefinir sua própria existência através da práxis⁶, o que leva o ser humano, ao contrário dos outros seres vivos, se diferenciar pela reflexão sobre si mesmo. O filósofo argumenta que o ser humano está constantemente em um processo de questionamento de sua própria existência, sendo tanto o sujeito quanto o objeto dessa investigação. Para Sartre, o conhecimento não é uma atividade puramente teórica, mas, sim, prática e transformadora, pois ao observar o objeto, o ser humano altera sua natureza e, conseqüentemente, a si mesmo.

O existencialismo define o homem pela ação, entendendo que seu destino está nas próprias mãos, trazendo à tona a moral da ação e do engajamento. Com isso, é moralmente coerente aquele que se engaja e se compromete com suas ações, aceitando as responsabilidades

⁶ Práxis, concebida aqui como a relação dialética entre teoria e prática, mediada pela ação humana. Assim, o conhecimento não é um conjunto estático de ideias, mas um movimento dinâmico que os indivíduos produzem em resposta às condições sociais, agindo sobre elas e sendo, por sua vez, transformados por elas (Sartre, 1987).

de suas escolhas, ciente de que todo o ser humano é ontologicamente livre, por isto mesmo fadado a ter que fazer escolhas. Contudo, os existencialistas compreendem que as escolhas estão situadas em uma cultura, um tempo e em determinadas condições que delimitam, dão contorno às decisões que foram e serão tomadas pelo homem (Sartre, 1987).

A liberdade, como aponta a psicóloga e pesquisadora Schneider (2006), apresenta um caráter paradoxal. Ao mesmo tempo em que é inerente ao ser humano, está condicionada às situações nas quais o indivíduo se encontra. Essa relação dialética entre liberdade e situação demonstra que a liberdade não é um estado absoluto, mas, sim, uma experiência que se realiza em um determinado contexto histórico e social.

Schneider (2006) destaca também a influência da fenomenologia husserliana e heideggeriana sobre a obra inicial de Sartre, que, antes de desenvolver suas proposições existencialistas, dedicou-se a estudos em psicologia. Essa conexão com a fenomenologia evidencia a busca de Sartre por uma compreensão mais profunda da experiência humana e da consciência, elementos fundamentais para a construção de sua filosofia existencialista, a qual originou sua psicologia existencialista.

Sartre buscou, com muito esmero, reformular a psicologia vigente em sua época, distanciando-se do empirismo e da metafísica, para que ela (a psicologia) pudesse ser mais coerente com a condição humana. (Schneider, 2011).

Porém, quando ele propôs a *psicanálise existencial* não estava apenas alvitando um novo método psicológico, estava expondo um novo pensar para a clínica psicológica, que nos idos de 1930 e 1940, para Sartre, poderia ser considerada um sinônimo de *psicanálise*⁷. A utilização do termo *psicanálise* pode parecer, em um primeiro momento, controversa, visto as concepções divergentes nas teorias de Freud e Sartre, mas é precisamente isso que o leva a buscar o termo, pois a “função do termo é [justamente] a da demarcação da sua proposição no campo da clínica” (Schneider, 2006, p. 288).

Vale lembrar que, apesar de divergir e até mesmo criticar a teoria freudiana, Sartre deixou-se influenciar por essa teoria, “interessando-se pela temática das neuroses e demais psicopatologias, buscando, a partir de seu exemplo, construir um novo método de investigação e intervenção na realidade humana” (Schneider, 2006 p. 288).

⁷ Aqui refere-se à psicanálise desenvolvida por Freud, que foi criticada por Sartre.

Somente uma escola partiu da mesma evidência originária que nós: a escola freudiana. Para Freud, como para nós, um ato não pode limitar-se a si mesmo: remete imediatamente a estruturas mais profundas. E a psicanálise é o método que permite explicitar tais estruturas. Freud indaga, como nós, em que condições é possível que tal pessoa em particular tenha executado tal ação em particular. E, como nós, nega-se a interpretar a ação pelo momento antecedente, ou seja, conceber um determinismo psíquico horizontal. O ato lhe parece *simbólico*, ou seja, parece traduzir um desejo mais profundo, o qual só pode ser interpretado a partir de uma determinação inicial da libido do sujeito (Sartre, 2011, p. 565).

Contudo, Sartre entendia que a psicanálise freudiana acabou incorrendo em um determinismo vertical da *psiquê* humana - justamente a determinação inconsciente da libido, fruto de vivências passadas, o que teria desvirtuado muitos aspectos da teoria. Assim, a psicanálise existencial comunga com a psicanálise freudiana que a gênese dos sofrimentos remonta à infância e às estruturas sociais, mas tem um foco diferente, que está no projeto, no futuro (e não no passado), pois são eles fundamentais para compreender o significado da realidade humana e encontrar o sujeito concreto (Schneider, 2006). Sartre (2011) dá ênfase que a compreensão psicológica de um indivíduo precisa necessariamente chegar ao seu projeto original, ou seja, ao processo em que ele foi constituindo o ser que é na dialética passado, presente e futuro.

Seria então papel da psicoterapia existencialista a tarefa de colocar o ser do indivíduo em suas próprias mãos, para que ele possa viabilizar-se como sujeito. Esse processo busca que o paciente se aproprie de sua própria história, integrando-se enquanto ser singular para, assim, encontrar condições de agir de forma plena na história social (Schneider, 2011).

Na psicanálise existencial entende-se que o sujeito criou uma certeza sobre si mesmo ao longo de sua jornada. Certeza essa que está vinculada também às expectativas, inferências e certezas que ele pensa que os outros tinham dele, o que faz *dessa certeza sobre si* algo que vai além de raciocínios aprendidos e encadeados. “Ele é uma *experimentação psicofísica* de ser, ou seja, é o sujeito inteiro *encarnado* por este *saber de ser* quem ele é” (Schneider, 2006 p. 311).

Nesse contexto, a visão de Bakhtin (2017) aproxima-se dessa concepção quando destaca que cada indivíduo ocupa um lugar único e insubstituível no existir, sendo participante singular e irrepetível da existência. Esse caráter singular, segundo o autor, implica uma responsabilidade que é exclusivamente do sujeito, uma vez que o que pode ser realizado por ele jamais será realizado por outro. Para Bakhtin (2017) tal singularidade não é apenas um dado a

ser conhecido, mas algo que o sujeito reconhece e afirma de forma única, reforçando o dever concreto de agir no presente.

A frase “o essencial não é aquilo que se fez do homem, mas, sim, aquilo que ele fez daquilo que fizeram dele” (Sartre 1952, *apud* Schneider, 2006, p. 300) amarra esse conceito de liberdade existencialista com a psicanálise existencial, pois o homem nasce ontologicamente livre, mas pode ser alienado da liberdade prática, e apesar de sempre ser livre em suas escolhas, são essas escolhas também situadas e condicionadas, o que pode nos levar a ser o que os outros planejaram para nós a partir das próprias expectativas, certezas e histórias. Assim, a psicanálise existencial se apresenta otimista, pois procura mostrar ao sujeito que ele é livre para fazer algo do que foi feito dele. Ao mesmo tempo porém, tal liberdade impõe ao sujeito a responsabilidade e a responsividade, termo usado por Bakhtin (2017) e que significa uma ação de resposta ao mundo que cabe somente ao indivíduo como ser cuja singularidade é condição de existência.

Martins & Freitas (2024), ao citarem Sartre, explicam que o fundamental na análise do sujeito não está na simples soma de suas tendências empíricas, mas na comparação entre elas, com o objetivo de identificar o projeto comum que as unifica, ou seja, seu projeto original. Para elas, cada uma dessas tendências manifesta o indivíduo em sua totalidade, não de forma fragmentada. Dessa forma, cada escolha e comportamento do sujeito revela seu projeto de si mesmo, refletindo a liberdade existencial presente em todas as suas condutas.

Assim, a Psicanálise Existencial proposta por Sartre enfatiza que o ser humano, apesar de suas condições e limitações, é ontologicamente livre para construir o seu "projeto de si mesmo". Cada escolha reflete essa liberdade, expressando o sujeito em sua totalidade. Diferente de algumas outras abordagens, que tendem a fragmentar o indivíduo em tendências e desejos, a Psicanálise Existencial busca identificar um projeto comum que unifique suas ações. Assim, cada comportamento e decisão vai além de uma simples relação causa-efeito, revelando o projeto único e singular que a pessoa constrói de si mesma ao longo da vida.

Martins & Freitas (2024) explicam que, para Sartre, o ser humano lida ao longo da vida com inúmeros projetos, dos mais simples aos mais complexos, que refletem o que ele chamou de "projeto fundamental" ou "projeto de ser". Esse projeto está relacionado à busca do “Para-si”, que, sendo consciência, e com isso, uma constante negação do ser, projeta continuamente alcançar o estado de Em-si, ou seja, um ser completo, que é o que é em sua totalidade. O “Para-si”, por sua natureza, é sempre incompleto e busca tornar-se “Em-si”, que representa o estado “ideal” de ser, em que o indivíduo seria pleno e autoconsciente. “O projeto

de ser”, então, é essa tentativa contínua de preencher a falta que caracteriza o “Para-si”, transformando-o em um “Em-si-Para-si”, um ideal de completude.

Com base nas ideias de Sartre, Martins & Freitas (2024) explicam que a psicanálise existencial compreende a escolha como um elemento contingente, mas legitimamente irreduzível, e que reflete o caráter singular do ser. Nesse sentido, a escolha é entendida como parte constitutiva da existência e, por isso, não pode ser explicada por forças externas como a libido ou a vontade de poder. Ademais, a psicanálise existencial rejeita simbolizações genéricas, pois cada sujeito possui seu próprio conjunto de significantes, os quais são mutáveis de acordo com as experiências individuais. Assim, a psicanálise existencial precisa ser flexível e adaptar-se às particularidades e mudanças de cada indivíduo.

Sobre o método existencialista Sartre (1987) explica que pode ser caracterizado como regressivo-progressivo e analítico-sintético, operando num movimento contínuo entre o indivíduo e seu contexto histórico. Esse método busca compreender o sujeito a partir de sua totalidade, integrando os elementos da época em que vive com a singularidade de sua experiência. O autor elucida ainda que o retorno à biografia do sujeito permite revelar as fissuras e acasos na trajetória individual, ao mesmo tempo em que confirma o projeto original do ser, resultando num conflito dinâmico entre o indivíduo e sua época.

Conforme Martins & Freitas (2024), esse método regressivo-progressivo e analítico-sintético se desdobra em três movimentos complementares. O movimento progressivo analisa o objeto ou sujeito a partir de seu momento atual, enquanto o movimento regressivo busca entender suas condições originárias, voltando ao passado para investigar os elementos históricos que moldaram sua constituição. Por fim, o movimento analítico-sintético visa integrar essas análises, reunindo o presente e o passado de forma dialética, criando uma síntese que possibilita compreender a singularidade do sujeito ou do grupo em relação às suas escolhas, ações e trajetórias, considerando o contexto histórico em que estão inseridos.

Nesse sentido, Schneider (2006) explica que mudar uma dinâmica psicológica não se limita a informar ao sujeito que ele pode ou deve fazer escolhas diferentes. Pois, embora tenha consciência disso, ele muitas vezes não consegue agir de forma distinta. Para que essa mudança ocorra, é necessário intervir no nível mais profundo de sua subjetividade, questionando o "cogito" e as certezas que o indivíduo construiu sobre si mesmo ao longo do tempo.

Transformar a certeza que o sujeito construiu sobre si mesmo ao longo de sua trajetória não é uma tarefa simples, exigindo intervenções que vão além de meras instruções sobre a necessidade de escolhas diferentes. Nesse processo, a biblioterapia pode ser uma ferramenta valiosa, ainda que de forma moderada, ao apresentar, por meio dos livros, contos e histórias literárias, novos mundos e perspectivas.

5 A BIBLIOTERAPIA NA PRÁTICA DA PSICANÁLISE EXISTENCIAL

“Os contos de fadas não dão à criança sua primeira ideia de fantasma. O que lhe dão é a sua primeira ideia clara da possível derrota de um fantasma. O bebê conhece intimamente o dragão desde que começa a imaginar. O que o conto lhe dá é um São Jorge para matá-lo.”

Tremendas Trivialidades (Chesterton, 2012, p. 92).

No livro “Que é a Literatura”, Sartre (2019), argumenta que a leitura é uma atividade complexa que envolve tanto a percepção quanto a criação por parte do leitor. Ela exige uma interação essencial entre o sujeito e o objeto literário, na qual o leitor não apenas revela o objeto, mas também o cria ao interpretá-lo. A leitura, portanto, não é uma operação passiva ou mecânica; ao contrário, o sujeito desempenha um papel ativo na construção do sentido do texto. Esse sentido, por sua vez, não está contido nas palavras em si, mas emerge da interpretação que o leitor projeta para além das palavras, dando forma ao "tema" ou "assunto" do texto.

Nesse sentido, Sartre (2019) defende que o escritor estabelece apenas um conjunto de balizas que direcionam a leitura, mas não a determinam por completo. O leitor, por sua vez, possui um papel fundamental na construção do significado da obra, ao preencher os espaços vazios deixados pelo autor e criar um universo particular a partir do texto. Nesse sentido, as palavras possuem um poder transformador, pois são capazes de suscitar emoções e experiências no leitor. Ao atribuir sentimentos e desejos a personagens imaginárias, as palavras permitem que o leitor vivencie emoções e perspectivas que vão além de sua própria experiência, transformando a linguagem literária em um meio de transcendência e reflexão (Sartre, 2019).

Segundo Sartre (2019 p. 48), a leitura proporciona uma experiência para o leitor, em que tudo:

[...] está por fazer e tudo já está feito; a obra só existe na exata medida de suas capacidades; enquanto lê e cria, sabe que poderia ir sempre mais adiante em sua leitura, criar mais profundamente; com isso a obra lhe parece inesgotável e opaca, como as coisas.

Esse processo de constante recriação e descoberta pode ser entendido como uma forma terapêutica, na medida em que o leitor, em sua subjetividade, constrói significados próprios ao que está posto no texto, ampliando seus horizontes.

No livro *Biblioterapia*, Marc-Alain Ouaknin (1996) defende que a biblioterapia promove uma abertura essencial do ser, rompendo com uma identidade fixa e permitindo a renovação constante de quem somos. Ele sugere que o ser humano está em um processo contínuo de construção de si mesmo, marcado por uma alternância entre o estático e o dinâmico. Por intermédio da leitura, a pessoa se distancia de uma identidade rígida e limitada, abrindo espaço para novas possibilidades de compreensão de si e do mundo.

Esse movimento se dá pela linguagem, que atua como mediadora ao criar uma defasagem no ser, levando-o além de si mesmo e facilitando a eclosão de um “impulso vital” (o qual pode-se adaptar ao sentido de transcendência), possibilitando uma maior liberdade e fluidez na existência humana. Ouaknin descreve a biblioterapia como uma forma de mediar essa abertura, permitindo que o ser humano se conecte consigo mesmo e com os outros por meio de um diálogo intertextual e intersubjetivo, essencial para a dinamização da sua vida (Ouaknin, 1996).

Ao situar a biblioterapia na corrente da hermenêutica existencial, Ouaknin (1996) destaca a importância da subjetividade e da interpretação na experiência de leitura. Essa perspectiva converge com a psicanálise existencial de Sartre, que também enfatiza a importância da subjetividade e da liberdade na construção do sentido. A biblioterapia, vista sob a lente da psicanálise existencial de Sartre, pode ser compreendida como uma ferramenta terapêutica que atua na construção de um "projeto fundamental" ou "projeto de ser".

Na intersecção entre a literatura e a psicanálise existencial, emerge a possibilidade de transformar a biblioterapia em uma ferramenta poderosa que auxilia em processos de mudanças do ser no mundo. Como descrito por Ouaknin (1996), a biblioterapia promove um processo de abertura e diálogo interno, no qual o sujeito entra em um fluxo contínuo de transformação. Ao ler e entrar em contato com formas parecidas e distintas das suas de ser no mundo, o indivíduo é estimulado a reinterpretar significados e revisitar as narrativas que compõem sua experiência no mundo, criando novas perspectivas sobre suas relações e projetos

de ser. Esse processo se alinha à psicanálise existencial ao propor a possibilidade de ressignificar não apenas traumas passados, mas também o projeto de ser, permitindo que o “Para-si” (consciência) se projete para o futuro de maneira renovada. Nesse movimento, o tempo não é visto de forma linear, mas como algo que pode ser transformado por meio de um deslocamento psicológico, no qual o presente, o passado e o futuro se interpenetram, abrindo possibilidades para novas formas de ser.

Leyla Perrone-Moisés (1983, p. 55), a partir da leitura do teórico da literatura Roland Barthes, explica que a “escritura questiona o mundo, nunca oferece respostas; libera a significação, mas não fixa sentidos. Nela o sujeito que fala não é, preexistente, mas produz-se, no próprio texto, em instâncias sempre provisórias”. Assim, a leitura não direciona o indivíduo, mas o permite refletir, não apenas sobre aspectos pontuais de sua vida, mas sua própria inserção no mundo e nas suas relações. É a leitura assumida como um ato que permite ao sujeito se construir continua e inacabadamente que faz com que o texto literário se ofereça como uma oportunidade de rever a maneira como o sujeito se relaciona com os outros e com a sociedade. Nesse sentido, a biblioterapia permite que o sujeito examine seus projetos e impossibilidades, ou seja, como o presente se lança no futuro e como o passado influencia esse movimento. A literatura, ao abrir novas perspectivas, pode modificar o indivíduo em suas relações e abrir possibilidades, ou seja, liberdade, conceito central tanto para Ouaknin quanto para o existencialismo. Esse processo de transformação é terapêutico justamente porque promove a revisão das relações do sujeito com o mundo, afastando-se de idealizações e trazendo a reflexão para o concreto de suas interações e vivências.

Assim, a leitura biblioterapêutica pode atuar como um instrumento de dialetização do cogito, ou seja, mostra possibilidades de como questionar e transformar as certezas internas do sujeito, no caminho de sua desalienação. Sartre enfatiza a importância de auxiliar o indivíduo a integrar seu ser no contexto histórico-social em que vive, ajudando-o a perceber-se como agente de sua própria história. A biblioterapia apoia esse processo ao proporcionar um espaço de reflexão que permite ao sujeito examinar seu projeto de ser, seus conflitos e desejos, confrontando-se com as contradições de sua existência. Ao mergulhar nesse fluxo dialético, o indivíduo pode encontrar novas formas de se projetar para o futuro, ressignificando o passado e, assim, promovendo uma transformação interna que se coaduna com sua atuação no mundo.

Em outras palavras, na identificação com personagens e tramas, o indivíduo pode descobrir escolhas que antes não havia considerado, ou ainda, encontrar novas maneiras de

trilhar o caminho que essas escolhas oferecem. Esse encontro com novas possibilidades pode abrir espaço para uma nova percepção de si mesmo, permitindo que o sujeito revise suas certezas, suas ações, e, conseqüentemente, se reinvente dentro do contexto em que está inserido, em sintonia com sua singularidade e o movimento histórico que o envolve.

A biblioterapia, quando pensada em alinhamento com a psicanálise existencial, estimula o leitor, a se engajar em uma leitura de si e do mundo como um ato de compreender e revisar o cogito, convidando a um movimento dialético transformador.

No entanto, no contexto da aplicação clínica, sem o acompanhamento de uma reflexão crítica, de uma apropriação, a experiência permanece superficial e nada acontece. Por esse motivo, a seleção dos textos em prosa ou verso, deve ser feita pelo psicoterapeuta existencialista, de forma criteriosa, considerando a vivência e o contexto do paciente, compreendendo que cada sujeito é único, assim como são singulares as demandas apresentadas em cada caso clínico. Não há, portanto, um livro que seja universalmente aplicável.

A biblioterapia não é apresentada aqui como uma prática que se baste em si, mas, sim, como uma estratégia que pode auxiliar na prática da psicanálise existencial. Nesse sentido, cabe também ao psicoterapeuta existencialista perceber qual paciente está receptivo para a prática, e qual paciente vai realmente se comprometer com a leitura e apropriação das obras sugeridas. Assim, a obra selecionada não atua de forma independente, ela só se torna eficaz na medida em que o paciente se compromete com a leitura e o psicoterapeuta existencialista atua buscando provocar reflexões críticas.

Nesse sentido, torna-se essencial refletir sobre os critérios para a escolha dessas literaturas. É importante buscar obras que fomentem uma reflexão crítica e que desafiem interpretações rígidas ou absolutas que o paciente possa ter sobre si mesmo e o mundo. Isso porque, ao invés de fazê-lo questionar o “cogito”, obras que reafirmam verdades absolutas ou que reforçam uma visão fixa de si mesmo e do mundo, podem inviabilizar o processo de desalienação e reforçar o movimento de evadir-se da responsabilidade sobre sua liberdade, e suas escolhas.

6 CONCLUSÕES

Quem nunca chorou, às escondidas ou na frente de todo o mundo, lágrimas amargas porque uma história maravilhosa chegou ao fim e é preciso dizer adeus às personagens na companhia das quais se viveram tantas aventuras, que foram amadas e admiradas, pelas quais se temeu ou ansiou, e sem cuja companhia a vida parece vazia e sem sentido?"

Fim A história sem Fim (Ende, 2002, p.12).

Este trabalho buscou averiguar a possibilidade de integrar a biblioterapia à prática clínica da psicanálise existencial, explorando seu potencial como ferramenta terapêutica capaz de enriquecer o processo clínico e proporcionar uma experiência transformadora para o sujeito. Partindo de uma perspectiva existencialista, a biblioterapia foi analisada não apenas como um simples recurso de leitura, mas como um meio de reflexão pessoal que permite ao indivíduo questionar e ressignificar conceitos, certezas e sentidos que atribui à sua existência.

Ao identificar a proposta da biblioterapia, observou-se que ela não se limita a promover conforto emocional ou lazer, mas convida o sujeito a um processo ativo de exploração e diálogo interno. A leitura, nesse contexto, permite confrontar certezas e interrogar as narrativas que sustentam as escolhas que o indivíduo faz em sua vida. Nesse sentido, a biblioterapia pode propiciar um espaço de crescimento, onde a literatura estimula a expansão dos horizontes do sujeito. Fica evidente também, que uma das principais diferenças entre a biblioterapia de fruição/desenvolvimento e a biblioterapia clínica é a atuação do psicólogo, pois, cabe a ele o papel de escolher obras de forma criteriosa, considerando cada paciente e cada contexto clínico ao passo em que acompanha o paciente quando ele aborda questões e sentimentos profundos, tanto provocando reflexões, quanto acolhendo quando necessário.

No que diz respeito aos fundamentos clínicos da psicanálise existencial, ficou evidente que essa proposta enfatiza a liberdade e a responsabilidade do ser humano em suas decisões, as quais sempre estão inseridas em um contexto histórico e social. A prática psicanalítica existencial visa auxiliar o sujeito a tomar consciência de suas escolhas e das relações que estabelece com o mundo, incentivando-o a perceber-se como agente ativo de sua própria história. Nesse sentido, o uso da biblioterapia na clínica existencial é coerente, pois permite ao indivíduo explorar narrativas que espelham dilemas e paradoxos semelhantes aos

que enfrenta os personagens, facilitando a compreensão das suas experiências de maneira contextualizada.

Ao apresentar um possível diálogo entre a biblioterapia e a psicanálise existencial, percebeu-se que a integração dessas práticas possibilita um processo de transformação que ultrapassa o plano individual e se estende à esfera social. A leitura de narrativas complexas ou a exposição a personagens em situações existencialmente desafiadoras convida o sujeito a revisitar sua história e a questionar sua própria maneira de “ser-no-mundo”. Nesse contexto, a atuação do psicoterapeuta existencialista é fundamental, pois cabe a ele compreender a história e os contextos nos quais o paciente fundamentou seu projeto de ser, para então selecionar obras que respeitem sua singularidade, mas que também o desafiem a engajar-se reflexivamente com o mundo.

É importante ressaltar que a eficácia da biblioterapia como estratégia está diretamente relacionada à mediação do psicoterapeuta existencialista. Contudo, sua função não se limita à escolha das obras, mas se estende à mediação de um processo dialético, no qual o paciente é provocado a relacionar as situações vividas na leitura com suas próprias experiências no mundo material. Esse diálogo cria um espaço favorável para que o sujeito possa desconstruir certezas e questionar as verdades absolutas que sustentam sua visão de si mesmo e do mundo. Com isso, a biblioterapia, mediada pela psicanálise existencial, estimula o sujeito a adotar uma postura mais reflexiva, crítica e proativa, contribuindo significativamente para sua desalienação e para o desenvolvimento de uma relação mais autêntica com sua existência e suas interações sociais.

Assim, conclui-se que a combinação entre biblioterapia e psicanálise existencial pode se tornar uma estratégia valiosa para o desenvolvimento integral do indivíduo. Ao promover a leitura e a interpretação de narrativas como atos de reflexão e transformação, essa junção incentiva o sujeito a engajar-se na construção de uma vida mais autêntica e reflexiva, integrando suas experiências pessoais e sociais em um processo contínuo de reavaliação e ação no mundo.

Apesar da originalidade da temática abordada, o presente estudo apresenta limitações; diante disso, sugere-se que novas pesquisas sejam feitas, dentre elas as de revisão sistemática de literatura, para que se possa trazer trabalhos que tratem do tema a partir da perspectiva clínica. Adicionalmente, também é sugerido a aplicação de estudos empíricos, para

serem coletadas informações de entrevistas com psicólogos existencialistas sobre a utilização de literatura no contexto clínico, ainda que não necessariamente à luz da biblioterapia.

REFERÊNCIAS

ABREU, A. C.; ZULUETA, M. A.; HENRIQUES, A. Biblioterapia: estado da questão. **Cadernos BAD**, Portugal, n. 1/2, p. 96-111, 2013. Disponível em: <http://hdl.handle.net/20.500.11959/brapci/82157>. Acesso em: 6 dez. 2024.

BAKHTIN, M. **Para uma filosofia do ato responsável**. Tradução de Valdemir Miotello e Carlos Alberto Faraco. São Carlos: Pedro & João Editores, 2017.

CALDIN, C. F. **Leitura e Terapia**. 2009. Tese (Doutorado em Literatura) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2009. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/92575>. Acesso em: 04 dez. 2024.

CARROLL, L. **Alice no país das maravilhas**. Porto Alegre: L&PM, 2002.

CHESTERTON, G. K. **Tremendas Trivialidades**. Edição digital. Campinas, SP: Ecclesiae, 2012.

ENDE, M. **A história sem fim**. Edição digital. São Paulo: Martins Fontes, 1993.

FRANCO, A. C. Catarse. **E-Dicionário de Termos Literários**. Lisboa: 2009. Disponível em: <https://edtl.fcsh.unl.pt/encyclopedia/catarse>. Acesso em: 6 dez. 2024.

MARTINS, T. F. O.; FREITAS, S. M. P. **A literatura para situações**. Curitiba: Appris, 2024.

MERRIAM-WEBSTER. **Bibliotherapy**. Merriam-Webster.com Dictionary. Springfield: 2024. Disponível em: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/bibliotherapy>. Acesso em: 6 dez. 2024.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento**. São Paulo: HUCITEC, 1993.

OUAKNIN, M. A. **Biblioterapia**. Tradução de Nelly Novaes Coelho Campanário. São Paulo: Loyola, 1996.

PERRONE-MOISÉS, L. **Barthes: o saber com sabor**. São Paulo: Brasiliense, 1983.

PETIT, M. **Ler o mundo: experiências de transmissão cultural nos dias de hoje**. Tradução de Aline Vidile. São Paulo: Editora 34, 2019.

ROWLING, J. K. **Harry Potter e as Relíquias da Morte**. Rio de Janeiro: Rocco, 2007.

SARTRE, J. P. **O existencialismo é um humanismo; A imaginação; Questão de método.** Tradução de Renato Cordeiro Guedes, Lívio R. Salinas e Breno P. Junior. São Paulo: Nova Cultural, 1987.

SARTRE, J. P. **O que é a literatura.** Tradução de Carlos Felipe Moisés. Petrópolis: Vozes, 2019.

SARTRE, J. P. **O ser e o nada:** ensaio de ontologia fenomenológica. Tradução de Paulo Perdigão. 20. ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

SCHNEIDER, D. R. **Sartre e a psicologia clínica.** Florianópolis: Editora da UFSC, 2011.

SEIXAS, C. **Vivências em biblioterapia:** prática do cuidado através da literatura. Niterói: Cândido, 2018. E-book. Edição do Kindle.