

## **CULTURA DE ALTA PERFORMANCE E VAZIO EXISTENCIAL: UMA ANÁLISE FENOMENOLÓGICA DAS EXPECTATIVAS CULTURAIS DE PRODUTIVIDADE**

**Ana Raissa de Oliveira**

Graduanda em Psicologia - Faculdade Dom Adélio Tomasin (FADAT)

[ana.raissa124@gmail.com](mailto:ana.raissa124@gmail.com)

**Ana Carolina da Silva Oliveira**

Graduanda em Psicologia – Faculdade Dom Adélio Tomasin (FADAT)

[anacarol.dasilvaoliveira@gmail.com](mailto:anacarol.dasilvaoliveira@gmail.com)

**Maria Flávia Lima de Souza**

Docente do curso de Psicologia da Faculdade Dom Adélio Tomasin - FADAT.

[flavialima@professor.fadat.edu.br](mailto:flavialima@professor.fadat.edu.br)

**Área Temática:** Psicologia Social e Comunitária

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** XIII Encontro de Iniciação à Pesquisa

### **RESUMO**

A cultura de alta performance, marcada pela exigência de produtividade e excelência contínua, tem contribuído para o surgimento de um crescente vazio existencial. Este estudo teve como objetivo refletir, a partir de uma perspectiva fenomenológica e existencial, sobre a relação entre expectativas culturais de desempenho e o aumento de sofrimento psíquico. Foi realizada uma revisão bibliográfica integrativa em bases como CAPES, SciELO e Google Acadêmico, com artigos publicados entre 2018 e 2025, utilizando os descritores “alta performance”, “vazio existencial”, “fenomenologia”, “logoterapia” e “perfeccionismo”. Selecionaram-se quatro estudos centrais, além de obras clássicas de Viktor Frankl e Miguel Chaloub. Os resultados apontam que a lógica performativa, ao privilegiar o “ter” em detrimento do “ser”, fomenta angústia, ansiedade e crises de identidade. A Logoterapia, ao valorizar a busca de sentido, oferece alternativa para ressignificar frustrações e resgatar valores existenciais autênticos. Conclui-se que romper com padrões de produtividade excessiva e recuperar narrativas simbólicas e espirituais são caminhos necessários para enfrentar o sofrimento existencial contemporâneo.

**Palavras-chave:** Alta performance; Vazio existencial; Fenomenologia; Logoterapia; Perfeccionismo.

## INTRODUÇÃO

A contemporaneidade tem sido marcada por uma intensa cultura de alta performance, que valoriza o sucesso, a eficiência e a produtividade como medidas centrais e determinantes de valor pessoal. No entanto, essas expectativas culturais podem ter consequências profundas na saúde mental dos indivíduos. De acordo com a reportagem realizada pelo Jornal Estado de Minas (2023), a partir de dados da Associação Nacional de Medicina do Trabalho (Anamt), cerca de 30% dos trabalhadores brasileiros sofrem com a Síndrome de Burnout, uma das principais repercussões advindas da imposição de produtividade a qualquer custo. Nesse cenário, a busca por desempenho deixa de ser apenas uma meta profissional e passa a ocupar o centro da experiência subjetiva, criando uma sensação constante de insuficiência. O imperativo de performar, como discutido por Barros (2014), transforma a existência em um campo de produção e resultado, onde a pausa, o erro e o não saber tornam-se inaceitáveis. Esse modelo, ao invés de oferecer sentido à vida, acaba por despersonalizar o sujeito e ampliar o sentimento de vazio existencial — conceito que, segundo Frankl (2019), emerge quando o indivíduo perde a conexão com valores existenciais autênticos e com um propósito de vida significativo. Ferreira e Santos (2018) complementam ao destacar que essa lacuna de sentido é intensificada por uma sociedade que valoriza mais o “fazer” do que o “ser”, dificultando espaços de elaboração simbólica e acolhimento da angústia. Assim, a cultura da alta performance, ao mesmo tempo que promete autorrealização, tem se tornado um terreno fértil para a emergência de sofrimentos existenciais silenciosos.

Diante desse cenário, o presente estudo objetiva refletir, a partir de uma revisão bibliográfica, pautada em uma perspectiva fenomenológica e existencial, como a busca incessante por produtividade pode contribuir para exacerbar o sentimento de vazio existencial, além dos principais impactos decorrentes dessa condição. Para fundamentar a análise, será utilizada a teoria da Logoterapia de Viktor Frankl (2019), complementada por reflexões contemporâneas sobre perfeccionismo e a crise da subjetividade e da Psicologia.

## METODOLOGIA

O estudo que se segue é uma revisão bibliográfica integrativa, que compreende a análise e a síntese dos principais estudos anteriores sobre um determinado tema. Foram

coletados artigos científicos com período de publicação entre 2018 a 2025, no idioma português. Foram consultadas as bases de dados Capes, Scielo e Google Acadêmico com os descritores: “alta performance”, “vazio existencial”, “fenomenologia”, “logoterapia” e “perfeccionismo”, o que resultou em 55 artigos. Para a seleção dos trabalhos foram utilizados como critérios de inclusão: textos publicados no intervalo de tempo dos últimos 7 anos (2018-2025); estudos multidisciplinares de produção nacional; e artigos com conexão direta com a fenomenologia e com o tema do trabalho. Como critérios de exclusão foram descartados estudos repetidos nas plataformas; que fugissem da perspectiva fenomenológica; que não abordassem diretamente a crise existencial moderna; e trabalhos com mais de 8 anos de publicação. A partir dos critérios estabelecidos, selecionaram-se 4 artigos, um de cada plataforma supracitada, que abordaram rigorosamente o vazio existencial e a problemática da cultura de produtividade, a partir da perspectiva fenomenológica e existencial. Devido a imperatividade de uma conceituação mais aprofundada, integrada e sensata acerca da crise existencial do homem moderno, optou-se, excepcionalmente, pelo uso das obras de Viktor Frankl (2019) e de Chaloub (1980), referências na temática em questão.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A literatura analisada demonstra que a cultura da alta performance, alimentada por ideais de perfeição, contribui diretamente para o surgimento do vazio existencial. Boccaccini (2021) evidencia que o perfeccionismo moral, mesmo que fundado em emoções corretas, pode conduzir a um distanciamento da experiência autêntica e genuína da vida. Chaloub (1980) alerta para o risco de se patologizar as emoções humanas naturais, impondo padrões irrealistas que ampliam o sofrimento existencial. Além disso, a pesquisa de Alencar (2024) reforça essa perspectiva ao apontar que o ser humano contemporâneo, imerso em filosofias pragmáticas e dadaístas, experimenta um profundo desajuste existencial, decorrente do afastamento de seu *mythos* e da fragmentação do sentido da vida. Complementarmente, Santos e Ferreira (2018) destacam que a cultura da performance gera uma angústia existencial marcada pela constante pressão de corresponder a expectativas sociais, resultando em sofrimento psíquico e crise de identidade.

De acordo com Barros (2021), a cultura da alta performance paulatinamente foi ganhando espaço na modernidade e substituindo o “ser” pelo “ter”. E este “ter” voltado sobretudo para uma modalidade de consumo de conteúdo. A vasta variedade de entretenimento, de fácil acesso, sem cultura e valores foram se tornando o pão e circo da

atualidade. Sem propósito algum de elevar-se a pessoa humana, mas unicamente com a finalidade de entretenimento.

A partir da abordagem fenomenológica existencial da Logoterapia, entende-se que a solução para essa crise existencial reside no resgate do sentido da vida. Desta forma, não é na intensificação da performance em si, que a existência adquire sentido. Hoje urge o resgate da dimensão simbólica e expressiva da existência, como defende Alencar (2024), somente mediante a busca por valores mais elevados que se pode oferecer uma via para a reconstrução do sentido em meio à lógica utilitarista e materialista vigente. Ademais, Frankl (2019) discorre acerca da intolerância a frustrações e ao sofrimento, especialmente o existencial, que perdeu o valor humano e habitual e se atrela frequentemente a um fenômeno patológico e intragável, quando na verdade é uma condição necessária para um desenvolvimento e crescimento autêntico, pleno e integral. O autor afirma que: “Frustração existencial em si mesma não é patológica nem patogênica. A preocupação ou mesmo o desespero da pessoa sobre se sua vida vale a pena ser vivida é uma angústia existencial, mas de forma alguma uma doença mental” (p.72).

A partir dessa compreensão, é possível associar as expectativas culturais por produtividade ao sofrimento existencial que se instaura na vivência de muitos indivíduos. Barros (2014) argumenta também que a sociedade contemporânea opera sob o domínio de uma lógica performativa, na qual o sujeito é convocado constantemente a otimizar sua existência e produzir resultados visíveis. Isso gera uma constante insatisfação e um sentimento de inadequação frente a padrões inalcançáveis, o que amplia o esvaziamento do sentido de vida. De modo convergente, Santos e Ferreira (2018) apontam que a angústia e o sofrimento existencial são reflexos da ausência de espaços de escuta e elaboração simbólica das experiências humanas. Ambos os autores reforçam que o enfrentamento dessa crise exige a ruptura com a lógica do desempenho como único critério de valor, abrindo-se à construção de sentidos mais alinhados à singularidade do ser.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desta maneira, tendo em vista os artigos supracitados, bem como o estudo desta presente pesquisa, evidencia-se a necessidade da adoção de uma postura crítica perante as expectativas contemporâneas de produtividade e seus impactos na saúde mental. Assim, torna-se fundamental a promoção de práticas que resgatem o sentido existencial e a necessidade de se despatologizar emoções e frustrações humanas cotidianas, conforme propõe

a Logoterapia de Frankl, e o aprofundamento da articulação entre práticas fenomenológicas, existenciais e humanistas como estratégia de enfrentamento aos desafios contemporâneos. Espera-se, portanto, que o ser humano supere a ótica e a imposição produtiva, utilitarista e patologizante e compreenda e encontre seu valor de sentido e de existência, para que alcance o pleno desenvolvimento que lhe é destinado.

## REFERÊNCIAS

ALENCAR, K. C. L.(2024). **Vazio existencial contemporâneo: diálogo epistemológico entre logos e mythos na psicologia** [Dissertação de Mestrado, Universidade Católica de Brasília]. Disponível em: <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/handle/tede/3461>. Acesso em maio de 2025.

BARROS, F. A. M. G. (2021) **O Sentimento de vazio existencial na sociedade dos excessos.** [TCC,Universidade Estadual da Paraíba] Disponível em: <https://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/bitstream/123456789/25712/1/PDF%20-%20Felipe%20Alexandre%20Marques%20Gama%20de%20Barros>. Acesso em maio de 2025.

BOCCACCINI, F. (2021). **Psicologia moral e perfeccionismo em Brentano.** Guairacá Revista de Filosofia, 37(1), 254-271. <https://doi.org/10.5935/2179-9180.20210016> Disponível em: <https://revistas.unicentro.br/index.php/guaiaraca/article/view/7028/4900>. Acesso em maio de 2025.

CHALOUB, M. (1980). **A crise da psicologia contemporânea – II.** Arquivos Brasileiros de Psicologia, 32(1), 30-34. Disponível em: <https://periodicos.fgv.br/abp/article/download/18264/17011/34181>. Acesso em maio de 2025.

FRANKL, V. E. (2019). **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração** (Trad. Walter O. Schlupp e Carlos C. Aveline, 45ª ed.). Petrópolis: Vozes.

FRANKL, V. E. (2005). **Um sentido para a vida: psicoterapia e humanismo** (11. ed.) Ed. Ideias & Letras.

SANTOS, L. F.; FERREIRA, L. C. (2018). **Vazio existencial e angústia: sofrimento contemporâneo.** Psicologia e Saúde em Debate, 4(6), 81-100. Disponível em: <https://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/350>. Acesso em maio de 2025.