

O vazio existencial na contemporaneidade: impactos na subjetividade

The existential emptiness in contemporary times: impacts on subjectivity

Lôys Leine Alegre da Silva

Graduanda em Psicologia

loysleine@hotmail.com

Faculdade Galileu

Av. Marginal 200, 680 - Vila Real, Botucatu - SP, 18606-294

Juliana Paixão Talamonti

Graduação em Psicologia¹; Orientadora²

julianatalamonti@gmail.com

¹ Universidade do Sagrado Coração (USC)

² Faculdade Galileu - Av. Marginal 200, 680 - Vila Real, Botucatu - SP, 18606-294

RESUMO

Vivemos em uma época marcada pela rapidez, pela hiperconexão e pela cobrança por performance, contextos que favorecem tanto a superficialidade das relações quanto a objetificação das experiências pessoais. O estudo teve como objetivo analisar como o vazio existencial se manifesta na contemporaneidade e quais seus impactos na constituição subjetiva do sujeito. Para isso, realizou-se uma revisão integrativa da literatura em bases nacionais de acesso aberto, contemplando artigos publicados entre 2020 e 2025 que abordavam diretamente o vazio existencial e suas relações com o contexto atual. A análise dos estudos revelou que o vazio emergiu como consequência de fatores como imediatismo, hiperconexão, fragilidade dos vínculos, individualismo e busca por desempenho contínuo, elementos que intensificam sentimentos de angústia, insuficiência e perda de sentido. Identificou-se também que, apesar de associado ao sofrimento psíquico individual e coletivo, o vazio pode abrir espaço para processos de reflexão, ressignificação e retomada da autenticidade, especialmente quando acolhido em abordagens clínicas fundamentadas como na fenomenologia-existencial. Conclui-se que o fenômeno exige compreensão multifatorial e aprofundamento teórico e empírico, dada sua complexidade e relevância clínica, social e subjetiva no cenário contemporâneo.

Palavras-chave: Vazio existencial; Contemporaneidade; Subjetividade.

ABSTRACT

We live in an era marked by speed, hyperconnection, and pressure for performance, contexts that foster both the superficiality of relationships and the objectification of personal

experiences. This study aimed to analyze how existential emptiness manifests in contemporary society and what its impacts are on the subjective constitution of the individual. To this end, an integrative literature review was conducted in open-access national databases, including articles published between 2020 and 2025 that directly addressed existential emptiness and its relationship with the current context. The analysis revealed that this emptiness emerges as a consequence of factors such as the acceleration of time, hyperconnection, weakened interpersonal bonds, individualism, and the constant pursuit of performance, elements that intensify feelings of anguish, insufficiency, and loss of meaning. The findings also indicated that, although associated with individual and collective psychological suffering, existential emptiness can create opportunities for reflection, reframing, and a return to authenticity, especially when approached within clinical practices grounded in existential phenomenology. In conclusion, the phenomenon demands interdisciplinary understanding and further theoretical and empirical investigation, given its complexity and its clinical, social, and subjective relevance in the contemporary landscape.

Keywords: Existential emptiness; Contemporary society; Subjectivity.

1 INTRODUÇÃO

A contemporaneidade é atravessada por transformações socioculturais intensas e aceleradas, que possuem impacto direto sobre a constituição subjetiva do sujeito. Vivemos em uma época marcada pela rapidez, pela hiperconexão e pela cobrança por performance, contextos que favorecem tanto a superficialidade das relações quanto a objetificação das experiências pessoais (Han, 2017; Bauman, 2001). Ao invés de sustentar vínculos profundos, a sociedade parece insistir em relações fluidas, rasas e utilitárias, que Bauman (2004) denomina expressão da “modernidade líquida”. Essas mudanças estruturais têm contribuído para o aumento de diferentes formas de sofrimento psíquico, sobretudo entre jovens e adultos expostos a níveis crescentes de pressão por produção, performance, visibilidade e sucesso, uma conjuntura que tem grandes evidências de relação com o esvaziamento do sentido do existir.

No contexto da contemporaneidade, muitas vezes o sujeito pode vir a se sentir desconectado da natureza e cada vez mais isolado do mundo ao redor. Isso acontece, em parte, porque os valores humanos vêm se enfraquecendo (Vaz, 2019). Quando se diz que “não faz sentido falar do homem em seu mundo”, a ideia é que o mundo de alguém não é apenas o espaço físico onde vive, mas tudo aquilo que se entrelaça com sua história: relações, lembranças, afetos e significados pessoais. Sendo assim, o mundo não pode ser entendido só de forma objetiva ou distante, ele ganha forma a partir da experiência e da

maneira como cada pessoa se relaciona com ele. A subjetividade, nesse sentido, é essencial: é ela que nos permite sentir, perceber e dar sentido ao que vivemos (May, 2005).

A subjetividade, como sendo a forma que cada sujeito sente, pensa e é, está sempre em constante construção, não possuindo uma essência fixa, mas sim, formada ao longo da vida, a partir de experiências, relações sociais, cultura, linguagem e história pessoal. Essa subjetividade surge por meio de processos contínuos, nos quais o sujeito dá sentido às coisas que vive e sente, especialmente às experiências marcantes. Cada sujeito constrói sua subjetividade de forma única, a partir da maneira como interpreta o que acontece ao seu redor e dentro de si (Oliveira; Trindade, 2015).

É nesse cenário que o chamado vazio existencial ganha força como objeto de estudo e de reflexão clínica. Frankl (2013) define essa experiência como uma desorientação acompanhada de desconexão interna, que emerge quando o sujeito perde a referência de sentido e direção em sua vida. Aguiar e Andrade (2021) interpretam esse fenômeno como sintoma de uma crise subjetiva mais ampla, na qual ideais consumistas e competitivos substituem valores éticos, comunitários e existenciais.

Em diálogo com essa perspectiva, Heidegger (2005) argumenta que o vazio se relaciona à “queda” do Dasein (o modo de ser do sujeito em relação ao mundo, aos outros e a si mesmo), uma existência inautêntica guiada pelas expectativas impessoais do “se” (das Man). Assim, o vazio pode ser compreendido não apenas como sofrimento individual, mas como ruptura entre o sujeito e sua possibilidade de existir de modo mais próprio e autêntico.

Pesquisadores brasileiros têm aprofundado essa discussão, evidenciando como o vazio se manifesta em diversas faixas etárias e contextos. Dutra (2012) verificou sua presença entre jovens universitários, frequentemente associada a quadros depressivos, desesperança e, em situações limite, ideação suicida. Silva (2009), por sua vez, aponta a fragilidade simbólica da subjetividade contemporânea, excessivamente dependente de validações externas e da lógica de desempenho.

Ainda, Pereira (2015) analisa o esvaziamento subjetivo como efeito da competitividade neoliberal e da fragmentação dos laços, produzindo angústia, solidão e adoecimento psíquico. Figueiredo (2024) destaca ainda o papel das redes sociais e da cultura digital na constituição de identidades instáveis e comparativas, intensificando a sensação de insuficiência. Por outro lado, Ponte e Lopes (2021) apontam caminhos de

resistência subjetiva, como o silêncio, o ócio significativo e a leitura, práticas que favorecem a retomada da interioridade e a criação de sentidos mais sólidos.

Nessas condições, a subjetividade tende a se fragmentar. Fromm (1986) associa esse processo à priorização do “ter” em detrimento do “ser”, enquanto May (2005) sustenta que o vazio emerge quando o sujeito perde a capacidade de produzir sentido internamente, tornando-se dependente de estímulos e validações externas. A fragilidade dos vínculos afetivos e a mercantilização dos contatos humanos, elementos centrais da modernidade líquida (Bauman, 2004) contribuem para uma cultura que exige conexão, mas desestimula a profundidade dos vínculos.

Essa sociedade performática favorece um contexto em que tudo é filtrado pela mediação das telas, reforçando o individualismo, a necessidade constante de validação pública e a criação de identidades virtuais. Nesse cenário, as telas funcionam como janelas para o mundo, onde projetar uma imagem de si torna-se quase obrigatório, frequentemente em detrimento de vínculos mais profundos e autênticos (Veiga; Lopes; Figueiredo, 2020).

A tecnologia e as redes sociais exercem um papel central na formação da subjetividade contemporânea, funcionando como espaços de exposição pública e construção identitária, onde o indivíduo compartilha sua intimidade e molda sua imagem segundo os valores de seu grupo social. A rapidez com que referências culturais surgem e se tornam obsoletas contribui para a fragmentação das experiências e dificulta a construção de um sentido de identidade sólido, caracterizando a liquidez da vida pós-moderna (Sales; Oliveira; Nunes, 2025).

Além disso, a busca incessante por validação social e a exposição contínua da intimidade intensificam a cultura do consumo e da aparência, reduzindo a subjetividade a um reflexo das influências externas, muitas vezes não problematizadas criticamente. Nesse contexto, embora ofereça novas possibilidades de expressão, a tecnologia também atua como um dispositivo de sedução que fragmenta e molda a experiência subjetiva, contribuindo para a alienação do sujeito na sociedade atual (Oliveira; Trindade, 2015).

A partir da fenomenologia, o vazio pode ser acolhido como condição que atravessa o sujeito e o convoca a rever seu modo de ser-no-mundo. Heidegger (2005) indica que a vivência do vazio revela a inautenticidade de modos de vida alienados e automáticos. May (2005) complementa ao propor que, na clínica, o vazio não deve ser medicalizado como “erro”, mas escutado como oportunidade de transformação de si. Ainda, a perspectiva fenomenológico-existencial contribui para esse debate ao propor uma escuta sensível ao

sofrimento humano, valorizando o processo de construção de sentido como elemento central para o enfrentamento do mal-estar contemporâneo.

3 METODOLOGIA

3.1 TIPO DE ESTUDO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que seguiu seis etapas distintas: definição do tema e formulação da pergunta norteadora; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; busca na literatura; categorização dos estudos; análise crítica dos trabalhos selecionados; interpretação dos resultados e discussão dos achados. Para aumentar a transparência do processo, a seleção dos estudos foi reportada utilizando um fluxograma adaptado do PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses).

3.2 LEVANTAMENTO BIBLIOGRÁFICO

O levantamento bibliográfico desta pesquisa foi conduzido nas bases de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Periódicos de Psicologia (PePSIC), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS), Portal Brasileiro de Publicações e Dados Científicos em Acesso Aberto (Oasisbr) e Google Acadêmico, durante os meses de outubro e novembro de 2025. Essas bases foram selecionadas por constituírem referências consolidadas na área da saúde e da psicologia, reunindo produções científicas de relevância nacional e internacional. Para a busca, foram utilizados os descritores “vazio existencial” e “vazio existencial AND contemporâneo”, definidos com base em sua pertinência teórica ao objeto de estudo.

3.3 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Foram incluídos na presente revisão os estudos que se encontravam disponíveis na íntegra nas bases de dados consultadas, publicados entre os anos de 2020 e 2025, redigidos em língua portuguesa e que abordassem de maneira direta a temática do vazio existencial e/ou da contemporaneidade. Além disso, consideraram-se elegíveis os trabalhos que se enquadravam em metodologias do tipo revisão sistemática, integrativa ou de escopo, bem como pesquisas teóricas e empíricas que apresentassem contribuição significativa para a discussão do tema.

Foram excluídos da revisão os arquivos duplicados e aqueles que não estavam disponíveis para leitura completa. Excluíram-se igualmente os materiais que não configuravam artigos científicos, como resumos, capítulos de livros, dissertações, teses e relatórios técnicos, bem como os textos que, após a leitura integral, não apresentavam relação direta com a temática do vazio existencial e da contemporaneidade.

3.4 ANÁLISE DE DADOS

A análise dos dados foi conduzida por meio de uma síntese qualitativa, orientada para a identificação, organização e interpretação dos principais achados dos estudos selecionados. Inicialmente, realizou-se a leitura integral dos artigos incluídos, buscando compreender seus objetivos, metodologias e resultados. Em seguida, os conteúdos foram comparados e agrupados conforme convergências, divergências e eixos temáticos relacionados ao fenômeno investigado. Por fim, procedeu-se à integração interpretativa dos dados, articulando os temas emergentes com o referencial teórico da revisão, de modo a construir uma compreensão crítica e contextualizada sobre o vazio existencial na contemporaneidade (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

4 RESULTADOS

Segundo Galvão, Pansani e Harrad (2015), o fluxograma PRISMA, embora criado para revisões sistemáticas, também é amplamente aplicado em revisões integrativas por esclarecer visualmente todo o processo de busca, seleção e inclusão dos estudos. Sua utilização fortalece o rigor e a transparência metodológica, facilitando a compreensão dos critérios adotados e contribuindo para a replicabilidade e avaliação crítica da revisão.

Para essa revisão, inicialmente, foram identificados 255 registros nas bases de dados. Após a remoção de arquivos duplicados e indisponíveis ($n = 8$), restaram 241 estudos para triagem de títulos e resumos. Nessa etapa, 229 registros foram excluídos por não atenderem aos critérios: não serem artigos, terem sido publicados antes de 2020, não estarem em português ou não apresentarem relação temática. Assim, 12 artigos seguiram para leitura na íntegra. Destes, 8 foram excluídos por não apresentarem relação direta com a temática. Ao final, 4 estudos atenderam plenamente aos critérios e foram incluídos na análise final, os quais estão descritos no Quadro 1, contendo seus objetivos e principais resultados/conclusões.

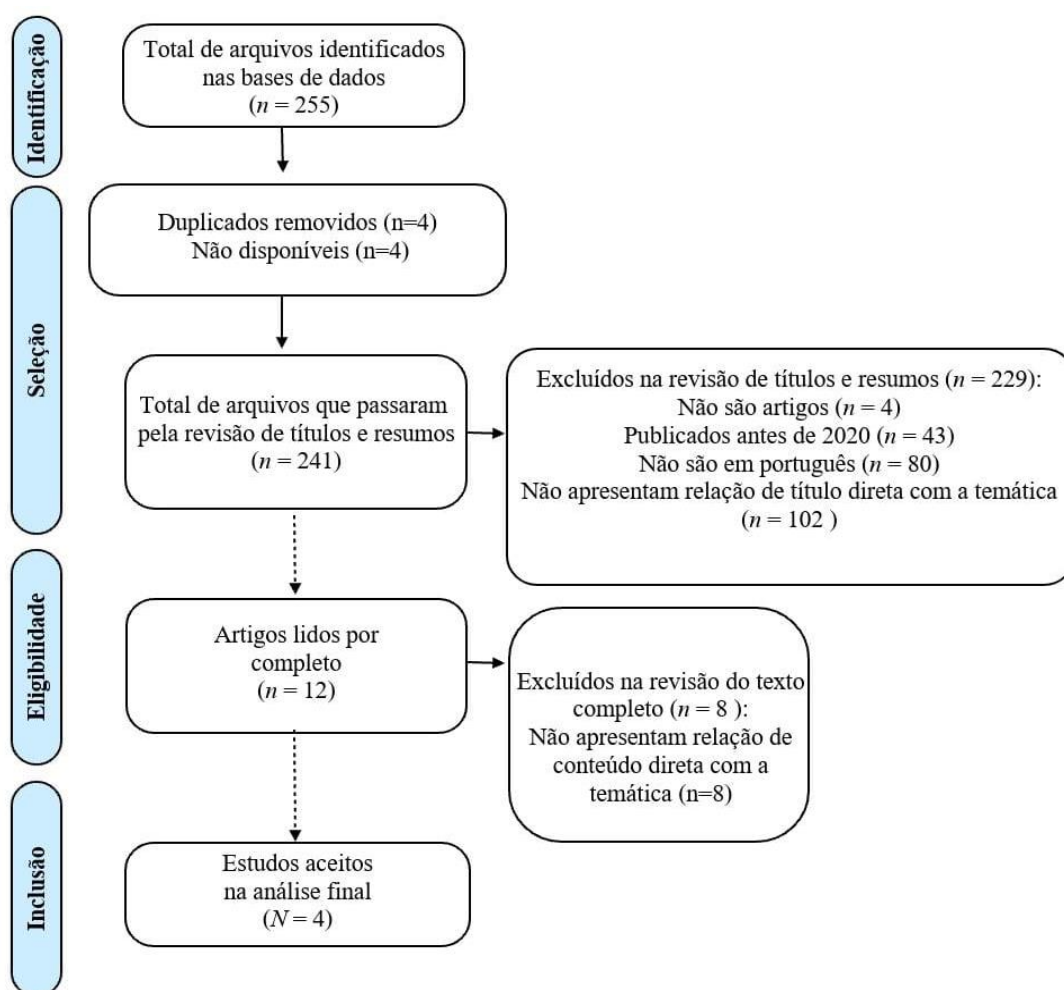


Figura1. Diagrama de Fluxo Prisma

Conforme informado por Souza, Silva e Carvalho (2010), o quadro de títulos selecionados, frequentemente utilizado em revisões integrativas, cumpre um papel essencial ao organizar e sintetizar, de forma clara e sistemática, as principais informações dos estudos incluídos na análise final. Podendo ser estruturado em colunas contendo dados como autor e ano, título, objetivo da pesquisa e principais resultados. Esse quadro permite uma visualização rápida e comparativa do conteúdo dos artigos, facilitando a identificação de convergências, divergências e tendências em torno do tema investigado, promovendo organização metodológica e contribuindo para a transparência da revisão, permitindo o acompanhamento os critérios de inclusão e compreenda como cada estudo se conecta ao fenômeno analisado. Dessa forma, sua utilização reforça o rigor da construção teórica, favorecendo a análise crítica e oferecendo suporte objetivo à síntese dos achados discutidos ao longo do trabalho.

Quadro 1. Visão geral dos estudos analisados

Autor/ Ano	Título	Objetivos	Principais Resultados/Conclusões
de Moraes, L. D. et al. (2020)	Peaceful Warrior (2006), de Dan Millman: Perspectivas Existenciais na Contemporaneidade	Refletir acerca de valores e necessidades existenciais que atravessam o ser humano na contemporaneidade marcada por apressamentos, consumismo e busca de prazeres efêmeros, utilizando o filme Peaceful Warrior (2006) como material de análise.	O estudo conclui que a dedicação ao desenvolvimento de um talento e o protagonismo das experiências subjetivas possibilitam transformações existenciais, promovendo um caminho vital com sentido no contexto contemporâneo. Ressalta-se a importância da apropriação do tempo presente, da busca de sentido e da liberdade de escolha como fundamentos de uma existência autêntica.
Rodrigues, F. R.; Porto, T. C. B. (2021)	Modernidade Líquida: compreendendo fenomenologicamente a era das relações superficiais	Compreender como a modernidade líquida impacta os laços afetivos entre jovens adultos.	As relações afetivas tornaram-se superficiais, marcadas por descartabilidade, medo de vínculos e vazio existencial, refletindo a lógica fluida e consumista da sociedade contemporânea.
Ponte, B. L. N.; Lopes, M. R. R. (2021)	O silêncio, a leitura de textos literários e o ócio como formas de resistência na contemporaneidade	Refletir sobre o silêncio, o ócio e a leitura como formas de resistência frente à sociedade produtivista e hiperconectada.	O ócio e o silêncio restaurador podem preencher o vazio existencial e favorecer a elaboração de novos sentidos para o sujeito.
Nunes, S. et al. (2022)	Felicidade individual como lógica de vida contemporânea e seus impactos na subjetividade e coletividade: uma revisão integrativa	Identificar os impactos da concepção de felicidade individual como lógica de vida contemporânea na subjetividade e coletividade.	A busca incessante pela felicidade individual, pautada no consumo e no hedonismo, mostrou-se nociva em níveis individuais e coletivos, levando ao isolamento e à perda de projetos coletivos.

Segundo o artigo de Moraes et al. (2020), os resultados indicam que a dedicação ao desenvolvimento de talentos e o protagonismo das experiências subjetivas promovem transformações existenciais, possibilitando um percurso de vida com sentido no contexto contemporâneo. Diante do vazio existencial causado pelo aceleração, pelo consumismo e pela superficialidade da vida moderna, o estudo conclui que investir na reflexão sobre si mesmo e na construção de uma experiência de vida autêntica é fundamental para alcançar uma trajetória vital significativa.

Em diálogo com essas reflexões sobre subjetividade, o estudo realizado por Rodrigues e Porto (2021) aborda os relacionamentos afetivos de jovens universitários entre 20 e 25 anos, destacando a influência da modernidade líquida proposta por Bauman. Os resultados indicam que esses jovens tendem a estabelecer relações superficiais e efêmeras, marcadas pelo descarte virtual e pela descartabilidade. As entrevistas revelaram temas como o medo de vínculos profundos, o uso de álcool para facilitar conquistas amorosas, o vazio existencial e a busca por experiências múltiplas sem envolvimento emocional. Observa-se, ainda, que o receio de sofrimento futuro leva esses indivíduos a evitarem relações sólidas, evidenciando a fragilidade dos vínculos afetivos na sociedade contemporânea.

Em contraponto a essa lógica acelerada e de vínculos frágeis, o estudo de Ponte e Lopes (2021) destaca o papel do ócio como forma de resistência às pressões da sociedade produtivista. Compreendido como uma experiência de silêncio, reflexão e contato com textos literários, o ócio surge como um espaço de resgate da subjetividade e de transformação interna. A prática do ócio, especialmente por meio da leitura e da contemplação silenciosa, contribui para uma relação mais sensível com o tempo, fortalecendo a autonomia e a abertura ao novo, mesmo diante do ritmo frenético da contemporaneidade.

Por fim, aprofundando a discussão sobre o impacto das lógicas contemporâneas na subjetividade, o estudo de Nunes et al. (2022) evidencia que a concepção de felicidade individual como lógica de vida na sociedade atual gera efeitos prejudiciais tanto na esfera subjetiva quanto coletiva. A busca incessante pela felicidade, fundamentada no individualismo e no consumismo, reforça a centralidade do indivíduo em detrimento das relações coletivas, contribuindo para a construção de subjetividades mais vulneráveis, sujeitas a frustrações e a estados de insatisfação e sofrimento psíquico.

5 DISCUSSÃO

A modernidade, marcada pela aceleração, pela hiperconectividade e pela lógica do consumo, tem produzido experiências de vazio e desamparo subjetivo. Han (2017) observa que o excesso de produtividade e autovigilância gera subjetividades exaustas e sem sentido, enquanto Bauman (2001; 2004) descreve uma “modernidade líquida” caracterizada por vínculos frágeis e descartáveis. No contexto brasileiro, Dutra (2012) identifica a presença do vazio entre universitários, associando-o à depressão e à desesperança, e autores como Pereira (2015) e Nunes et al. (2022) relacionam a lógica de alta performance e autoculpabilização ao aumento do sofrimento psíquico.

As tecnologias digitais intensificam esse quadro. Figueiredo (2024) destaca que a exposição e a busca por validação nas redes sociais promovem identidades instáveis e sensação de insuficiência, o que, conforme Fromm (1986) e May (2005), reflete a substituição do “ser” pelo “ter” e a perda de sentido interior. Entre a pressão por visibilidade e o medo de vínculos profundos, o sujeito fragmenta-se e experimenta o vazio.

Entretanto, autores como Ponte e Lopes (2021) apontam caminhos de resistência, como o ócio, o silêncio e a leitura, que possibilitam desaceleração e reconexão com a interioridade. Assim, o enfrentamento do vazio existencial requer tanto práticas pessoais de presença e reflexão, quanto uma crítica ética às estruturas socioculturais que produzem sofrimento, favorecendo modos de vida mais humanos, coletivos e significativos.

A subjetividade contemporânea apresenta-se como um campo de tensões entre autonomia e alienação, entre a possibilidade de ser e os condicionamentos impostos pela cultura digital, pelo consumo e pela lógica da performance. Nessa direção, Figueiredo e Zanetti (2024) argumentam que o modo de ser do homem atual é profundamente influenciado por fatores sociais, tecnológicos e culturais, que moldam as formas de se perceber e se relacionar com o mundo. Sob a perspectiva fenomenológica, os autores compreendem a subjetividade como um processo em constante construção, no qual o ser humano, enquanto ser de possibilidades, pode ampliar ou restringir sua existência conforme suas relações com o mundo e as pressões do contexto histórico em que está inserido.

Oliveira e Trindade (2015) reforçam esse entendimento ao compreender a subjetividade como um fenômeno relacional e dinâmico, que surge das escolhas e das experiências singulares de cada sujeito, mas é simultaneamente atravessado pelas exigências da técnica e da produtividade contemporânea. Ambas as abordagens apontam, contudo, que a crescente objetificação da experiência humana, expressa nos diagnósticos,

rótulos e padronizações, reduz a liberdade e a autenticidade, limitando a capacidade criativa e reflexiva do sujeito.

Essa crítica fenomenológica encontra apoio e ampliação nas análises de Moraes et al. (2020), que compreendem o vazio existencial como uma manifestação do empobrecimento da experiência subjetiva na sociedade acelerada e consumista. Segundo os autores, o sujeito contemporâneo busca preencher sua angústia e falta de sentido por meio de artifícios compensatórios, como o prazer imediato e o consumo, sem alcançar uma realização autêntica. Essa dinâmica de fuga do sofrimento demonstra como a lógica capitalista e o imediatismo comprometem o vínculo com o presente e produzem uma existência fragmentada (Vaz, 2019).

Essa reflexão reforça, de maneira crítica, o que Figueiredo e Zanetti (2024) identificam como a perda da abertura existencial, o ser humano, ao se submeter à técnica e à lógica do desempenho, distancia-se da própria experiência e se torna objeto de forças externas. Nesse sentido, as “vias de resistência” apontadas pelos autores, como a meditação, a reflexão crítica e a atenção consciente, podem ser interpretadas não apenas como práticas individuais, mas como gestos éticos de reconexão com o mundo, contrapondo-se à alienação denunciada por Moraes et al. (2020).

Rodrigues e Porto (2021), ao analisarem as relações afetivas sob a ótica da modernidade líquida de Bauman (2001), aprofundam a discussão sobre a fragilidade dos vínculos humanos na contemporaneidade. As relações, tornadas superficiais e descartáveis, refletem a internalização da lógica do consumo e da eficiência nas dimensões mais íntimas da vida. O medo de se vincular, a necessidade de constante atualização e a busca por liberdade individual são sintomas da mesma racionalidade performativa que, segundo Figueiredo e Zanetti (2024), reduz a existência a um processo de adaptação e visibilidade social.

Por outro lado, diferentemente da fenomenologia, que enfatiza o potencial de liberdade, a leitura sociológica de Rodrigues e Porto (2021) aponta o esvaziamento afetivo como um produto histórico e estrutural, não superável apenas pela consciência individual. A articulação crítica entre essas perspectivas sugere que a reconstrução da subjetividade exige tanto o cultivo de presença e interioridade quanto a transformação das condições sociais que sustentam a liquidez dos laços (Fonseca, 2024).

Na mesma direção, Ponte e Lopes (2021) exploram o ócio, o silêncio e a leitura literária como formas de resistência à alienação. Ao destacar o desaparecimento dos

espaços de interioridade em função da produtividade e do ritmo acelerado, os autores propõem uma revalorização do tempo vivido como experiência criativa e contemplativa. Essa proposta se aproxima da defesa de Figueiredo e Zanetti (2024) por uma escuta atenta e sensível no contexto clínico, uma escuta que permita ao sujeito se reconectar com seu próprio tempo e recuperar o sentido de presença.

Contudo, a reflexão crítica sugere que tais práticas, mesmo que emancipatórias, não estão igualmente acessíveis a todos os sujeitos, que em uma sociedade marcada pela desigualdade, o ócio e o silêncio são privilégios. Assim, a resistência proposta por Ponte e Lopes (2021) precisa ser ampliada em termos coletivos e políticos, integrando-se a uma psicologia que reconheça a dimensão social da subjetividade.

Nunes et al. (2022), por sua vez, aprofundam a crítica ao descentramento subjetivo ao analisarem a ideologia da felicidade contemporânea. Os autores demonstram como o discurso do bem-estar constante, sustentado por uma lógica individualista e hedonista, intensifica sentimento de frustração, fracasso e vazio existencial. Essa busca incessante por uma felicidade idealizada se relaciona diretamente com o fenômeno descrito por Figueiredo e Zanetti (2024) como o sujeito objetificado, que internaliza padrões externos e perde contato com sua autenticidade.

Entretanto, Nunes et al. (2022) avançam ao propor uma atuação psicológica que reconheça a importância das emoções negativas, como a tristeza e a angústia, e valorize a dimensão coletiva e comunitária do bem-estar. Essa perspectiva ressoa com a ética fenomenológico-existencial, mas amplia sua abrangência ao considerar as implicações sociais e políticas da subjetividade.

Ao articular essas perspectivas, observa-se que todos os autores convergem na denúncia de uma crise de sentido e de autenticidade que atravessa o homem contemporâneo, mas divergem quanto às formas de enfrentamento. As abordagens fenomenológicas, como as de Figueiredo e Zanetti (2024) e Oliveira e Trindade (2015) priorizam o resgate da experiência vivida e a escuta do ser, enquanto as análises sociológicas, como as de Moraes et al. (2020), Rodrigues e Porto (2021), Ponte e Lopes (2021) e Nunes et al. (2022) ressaltam os mecanismos estruturais de alienação que condicionam a subjetividade. A tensão entre esses dois campos revela que a reconstrução da subjetividade contemporânea exige uma abordagem integrada, que reconheça o sujeito como ser de possibilidades, mas situado em um mundo que impõe limites e modelos de existência.

Silva (2023) explica que, uma vez evidenciada essa tensão entre as leituras sociológicas e fenomenológicas, torna-se necessário considerar como certos fenômenos clínicos expressam, no plano da experiência individual, os impasses mais amplos da subjetividade contemporânea. Entre esses fenômenos, a ansiedade ocupa lugar central, pois condensa tanto as condições estruturais que atravessam o sujeito quanto sua maneira singular de estar-no-mundo. É justamente nesse ponto que a reflexão existencial-humanista oferece um aprofundamento decisivo, ao compreender a ansiedade não como mero produto do mal-estar social, mas como expressão fundamental da própria existência.

A autora Silva (2023), ao interpretar Rollo May, compreende a ansiedade como uma dimensão constitutiva da existência humana, que não deve ser eliminada, mas acolhida como via de autocompreensão e crescimento. Na perspectiva existencial-humanista, a ansiedade emerge do confronto do sujeito com sua liberdade e com as múltiplas possibilidades de ser, revelando tanto sua vulnerabilidade quanto seu potencial criativo. Assim, longe de ser reduzida a um sintoma patológico, a ansiedade torna-se um fenômeno revelador da condição humana e um ponto de partida para a reconstrução de sentido na vida.

O manejo clínico da ansiedade, à luz do pensamento de Rollo May, requer uma postura terapêutica que privilegie a escuta sensível e a presença, em vez da tentativa de supressão do sofrimento. Como destaca Silva (2023), “a ansiedade, em Rollo May, não é um sintoma a ser eliminado, mas um convite à reflexão sobre o modo como o indivíduo se posiciona diante das suas próprias possibilidades de ser”. Desse modo, a clínica existencial-humanista propõe um encontro com o próprio existir, em que o terapeuta acompanha o sujeito no reconhecimento de seus limites e de suas potencialidades, favorecendo uma vivência mais autêntica e consciente de si.

Em associação a isso, Souza, Wurlitzer e Moreira (2021) propõem uma abordagem descritiva e compreensiva que reconhece a ambiguidade da experiência vivida pelo paciente e integra a dimensão intersubjetiva na relação terapêutica. Em vez de se restringir a um modelo classificatório ou patologizante, a prática clínica deve buscar compreender como a ansiedade se manifesta na existência singular do indivíduo, considerando sua relação com o mundo, sua liberdade e suas possibilidades de vir a ser. Essa concepção está alinhada à psicoterapia existencial fundamentada na fenomenologia clínica, que entende o sofrimento como expressão do modo de ser e não apenas como um distúrbio a ser eliminado.

Nessa direção, o terapeuta é convidado a sustentar uma escuta sensível, atenta às ambiguidades da vivência e ao afeto fundamental que permeia a existência do paciente. O espaço terapêutico deve favorecer a expressão da subjetividade e a compreensão dos sentidos atribuídos à própria experiência, permitindo que a ansiedade seja vista como parte constitutiva da condição humana. Assim, o manejo clínico se orienta pela análise do contexto de vida do sujeito e pela facilitação de um campo de presença e reflexão, no qual o paciente possa reconhecer suas possibilidades e limites, diminuindo o encapsulamento da subjetividade e promovendo uma relação mais autêntica com o próprio existir (Souza; Wurlitzer; Moreira, 2021).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos analisados nesta revisão evidenciam que o vazio existencial não é um fenômeno isolado, restrito apenas ao sofrimento individual, mas um marcador da condição humana na contemporaneidade. A partir das diferentes abordagens teóricas revisadas, observou-se que o esvaziamento de sentido surge como resultado de múltiplas determinações, como o aceleração da vida, a lógica de produtividade, a fragilidade dos vínculos, o individualismo hedonista e a intensificação das exigências subjetivas mediadas pela tecnologia e pelas redes sociais.

Esse contexto aponta para a constituição de subjetividades fragmentadas, exaustas e vulneráveis em função de uma cultura que estimula a autoexploração e a superficialidade das relações. Os achados dos artigos contemporâneos revisados, reforçam essa tendência, evidenciando como as relações afetivas, os projetos de vida e a construção identitária têm sido moldados por dinâmicas que enfraquecem a interioridade e a reflexividade.

Contudo, do ponto de vista fenomenológico-existencial, o vazio existencial não se reduz a uma patologia, mas pode ser compreendido como um chamado para a revisão do modo de ser-no-mundo. A subjetividade é sempre um processo em construção, atravessado tanto por possibilidades quanto por condicionamentos históricos.

Assim, o vazio, quando acolhido, pode funcionar como abertura para a retomada da autenticidade, ou seja, para escolhas mais coerentes com o próprio sentido de existência. Esse movimento ganha relevância especialmente na clínica psicológica, onde a presença sensível, a descrição cuidadosa da vivência e o reconhecimento das incertezas tornam-se fundamentais para que o sujeito reencontre sua própria experiência, e não apenas as expectativas normativas dessa sociedade performática.

Os estudos clínicos analisados, reforçam essa perspectiva ao demonstrarem que a ansiedade, longe de ser apenas um sintoma, pode evidenciar o confronto do indivíduo com suas possibilidades e limitações. Nesse sentido, a clínica existencial-humanista oferece possibilidades de cuidado que pede atenção à medicalização excessiva e a normatização das experiências, priorizando o encontro terapêutico como espaço de resgate da autonomia e da construção de sentido. Essa postura crítica se contrapõe ao discurso contemporâneo da felicidade obrigatória e da autculpabilização, o qual tende a silenciar dores legítimas e a culpabilizar o sujeito pelos sofrimentos que são, em grande parte, produzidos por estruturas sociais limitantes.

A partir dessa articulação entre perspectivas sociológicas e fenomenológico-existenciais, torna-se evidente que enfrentar o vazio existencial requer mais do que intervenções individuais. Embora práticas como o ócio reflexivo, o silêncio e a leitura, sejam caminhos de resistência importantes, é necessário reconhecer que tais estratégias não estão igualmente disponíveis a todos e que os determinantes sociais da alienação continuam operando em níveis coletivos. Assim, a reconstrução da subjetividade contemporânea demanda tanto o fortalecimento da interioridade quanto a crítica às condições socioculturais que produzem esgotamento, competitividade, culpabilização e isolamento.

Portanto, pode-se entender que o vazio existencial na contemporaneidade é um fenômeno de múltiplas camadas, que exige uma abordagem integrada entre clínica, filosofia e crítica social. A psicologia, especialmente em sua abordagem fenomenológico-existencial, ocupa um lugar privilegiado nesse debate ao oferecer ferramentas para que o sujeito compreenda sua própria existência de maneira mais profunda e situada.

Contudo, cabe também ao campo psicológico reconhecer seu compromisso ético-político na análise das condições que moldam o sofrimento humano. Somente ao integrar ambas as dimensões, a singular e a estrutural-coletiva, torna-se possível promover um cuidado que não apenas venha a aliviar os sintomas, mas que tenha como compromisso ampliar a capacidade do sujeito de criar sentidos, estabelecer vínculos e sustentar modos de vida mais autênticos, humanos e coletivos.

Por fim, recomenda-se o desenvolvimento de produções que integrem análise crítica, investigação empírica e aprofundamento teórico-filosófico, favorecendo uma compreensão mais abrangente e interdisciplinar do fenômeno. Somente a partir dessa

ampliação será possível construir caminhos éticos e terapêuticos capazes de enfrentar o vazio existencial de maneira sensível, crítica e humanizada.

7 REFERÊNCIAS

AGUIAR, M. H. C.; ANDRADE, A. M. M. Vazio existencial e sofrimento psíquico na vida contemporânea: a busca de sentido. **Cadernos de Psicologia**, Juiz de Fora, v. 3, n. 5, p. 539–554, jan./jun. 2021. DOI: 10.5281/zenodo.13750792. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/316>. Acesso em: 18 out. 2025.

BAUMAN, Z. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

BAUMAN, Z. **Modernidade líquida**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

DUTRA, E. Suicídio de universitários: o vazio existencial de jovens na contemporaneidade. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, 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. Acesso em: 18 out. 2025.

FIGUEIREDO, H. C. do N.; ZANETTI, F. M. Os modos de ser do homem na contemporaneidade: uma análise fenomenológico-existencial. **Revista Psicopatologia Fenomenológica Contemporânea**, v. 13, n. 1, p. 18–37, 2024. DOI: 10.37067/rpfc.v13i1.1147. Disponível em: <https://www.revistapfc.com.br/rpfc/article/view/1147>. Acesso em: 18 out. 2025.

FONSECA, E. V. de M. et al. As faces do vazio existencial na modernidade líquida: uma aproximação conceitual. **RevistaFT**, [S. l.], v. 28, ed. 133, abr. 2024. DOI: 10.5281/zenodo.11059559. Disponível em: <https://revistaft.com.br/as-faces-do-vazio-existencial-na-modernidade-liquida-uma-aproximacao-conceitual/>. Acesso em: 18 out. 2025.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. 34. ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

FROMM, E. **Ter ou ser?** 5. ed. Rio de Janeiro: LTC, 1986.

GALVÃO, T. F.; PANSANI, T. de S. A.; HARRAD, D. Principais itens para relatar revisões sistemáticas e meta-análises: a recomendação PRISMA. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 24, n. 2, p. 335–342, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/TL99XM6YPx3Z4rxn5WmCNCf/?lang=pt> Acesso em: 18 out. 2025.

HAN, B. **Sociedade do cansaço**. Petrópolis: Vozes, 2017.

HEIDEGGER, M. **Ser e tempo**. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2005.

MAY, R. **A descoberta do ser**. Petrópolis: Vozes, 2005.

MORAES, L. D. de et al. Peaceful Warrior (2006), de Dan Millman: perspectivas existenciais na contemporaneidade. **Revista Abordagem Gestalt**, Goiânia, v. 26, n. 3, p. 329–338, dez. 2020. DOI: <https://doi.org/10.18065/2020v26n3.8>. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672020000300009&lng=pt&nrm=iso Acesso em: 05 out. 2025.

NUNES, S. Uma revisão integrativa: identificar os impactos da concepção de felicidade individual como lógica de vida contemporânea na subjetividade e na coletividade. **Diálogos & Ciência**, v. 2, n. 53, 2022. Disponível em: <https://periodicos.unifc.edu.br/index.php/dialogoseciencia/article/view/53> Acesso em: 05 out. 2025.

OLIVEIRA, A. L. de; TRINDADE, E. Apontamentos acerca da subjetividade e dos processos de subjetivação no mundo contemporâneo e suas repercussões na clínica psicoterápica. **Revista Psicologia & Saúde**, Campo Grande, v. 7, n. 1, p. 30–38, jun. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2015000100005&lng=pt&nrm=iso Acesso em: 10 out. 2025.

PONTE, B. L. N.; LOPES, M. R. R. O silêncio, a leitura de textos literários e o ócio como formas de resistência na contemporaneidade / Silence, reading literary texts and leisure as forms of resistance in contemporary times. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 7, n. 7, p. 71816–71834, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n7-384. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/33047> Acesso em: 05 out. 2025.

RODRIGUES, F. R.; PORTO, T. C. B. Modernidade líquida: compreendendo fenomenologicamente a era das relações superficiais. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 7, n. 5, p. 45223–45241, maio 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n5-103. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/29375> Acesso em: 05 out. 2025.

SALES, T. P. G. de; OLIVEIRA, M. S. B. de; NUNES, R. de M. A. A psicologia e o vazio existencial: a falta de sentido na era da inteligência artificial. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, São Paulo, v. 8, n. 19, p. e082475, 2025. DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2475. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/2475> Acesso em: 12 nov. 2025.

SILVA, C. C. da. As cidades e os portadores da angústia (o vazio existencial). **Paradoxos**, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 1–16, 2023. DOI: 10.14393/par-v8n1-2023-67845. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/paradoxos/article/view/67845> Acesso em: 12 nov. 2025.

SILVA, M. M. L. da; NOGUEIRA, V. M. O vazio existencial: de Lacan à contemporaneidade. **Contemporânea – Psicanálise e Transdisciplinaridade**, Porto Alegre, n. 7, jan./fev./mar. 2009. Disponível em: <https://www.revistacontemporanea.org.br/revistacontemporaneaanterior/site/wp-content/artigos/artigo210.pdf> Acesso em: 12 nov. 2025.

SILVA, C. C. da. O significado da ansiedade na clínica existencial-humanista: uma leitura a partir de Rollo May. **Revista Psicopatologia Fenomenológica Contemporânea**, v. 12, n. 3, 2023. DOI: 10.37067/rpfc.v12i3.1127. Disponível em: <https://revistapfc.com.br/rpfc/article/view/1127> Acesso em: 12 nov. 2025.

SOUZA, M. T. D.; SILVA, M. D. D.; CARVALHO, R. D. Revisão integrativa: o que é e como fazer? **Einstein (São Paulo)**, v. 8, p. 102–106, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTBkVJZqcWrTT34cXLjtBx/?lang=pt> Acesso em: 10 nov. 2025.

SOUZA, C.; WURLITZER, B. R.; MOREIRA, V. Revisitando a ansiedade na obra de Rollo May: diálogos com a fenomenologia clínica. **Psicologia: Revista**, Belo Horizonte, v. 27, n. 2, p. 440–454, ago. 2021. Epub 20 jan. 2025. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682021000200440&lng=pt&nrm=iso DOI: 10.5752/p.1678-9563.2021v27n2p440-454. Acesso em: 10 nov. 2025.

VEIGA, S.; LOPES, H.; FIGUEIREDO, D. Crio porque existo, existo porque fui amado. Vazio e criatividade na contemporaneidade. **Reverso**, Belo Horizonte, v. 42, n. 80, p. 15–24, dez. 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-73952020000200002&lng=pt&nrm=iso Acesso em: 10 out. 2025.

VAZ, L. B.; DIAS, C. de C. Um olhar sobre o vazio existencial e o sentido da vida na perspectiva do psiquiatra Viktor E. Frankl. **Psicologia e Saúde em debate**, [S. l.], v. 5, n. Suppl.2, p. 43–43, 2019. Disponível em: <https://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/570> Acesso em: 10 out. 2025.