

A FELICIDADE NA SOCIEDADE ATUAL: UMA COMPREENSÃO EXISTENCIAL SOBRE O TEMA

DA SILVA, Anne Caroline¹

FITARONI, Juliana Batista²

RESUMO

Este trabalho aborda a felicidade na sociedade atual, procurando compreender os efeitos que essa busca tem na construção humana. E como é a sociedade atual na qual estamos inseridas. Para isso, utilizou-se como metodologia a análise de conteúdo para analisar postagens que falam sobre essa temática, relacionando teoricamente a discussão com a teoria existencial. O intento deste estudo é promover a reflexão acerca das pressões estabelecidas pelo social a respeito do ser feliz, e sobre as possíveis consequências que vem a ocasionar muitas vezes ao indivíduo. Este estudo se faz relevante socialmente visto que é necessário que haja reflexão acerca da existência do indivíduo, e de questionamentos acerca dessa temática, visto que esta vem provocando um adoecimento social, um sofrimento demasiado com agravantes nos laços sociais, uma vez que a sociedade está continuamente individualizada.

Palavras-chave: Felicidade; Existencialismo; Sociedade; Atualidade.

¹ Acadêmica de Psicologia do UNIVAG – Centro Universitário de Várzea Grande.

² Professora e orientadora do curso de Psicologia do UNIVAG – Centro Universitário de Várzea Grande.

1 INTRODUÇÃO

É desejo de todo homem [...] viver feliz, mas quando se trata de ver claramente o que torna a vida feliz, eles tateiam em busca da luz; de fato, uma medida da dificuldade de atingir a vida feliz é que, quanto maior a energia que um homem gasta empenhando-se por ela, mais dela se afasta caso tenha errado em algum ponto do caminho. (SÊNECA apud BAUMAN, p.04, 2009).

Este trabalho se delineia como um estudo qualitativo, que por meio da análise de conteúdo, intenta compreender a noção de felicidade na sociedade atual, procurando compreender os efeitos desse discurso social na construção humana do sujeito. Nesse sentido, recorre-se como aporte de análise à teoria existencial, em suas principais categorias, cujo intento, neste estudo, é de promover a reflexão acerca das pressões estabelecidas pela sociedade acerca do ser feliz.

Alcançar a felicidade tem sido um desejo comum na contemporaneidade, o qual a sociedade, por meio do discurso social, estabelece um padrão de felicidade que todos devem alcançar padrão este que é inatingível de ser alcançado visto que a felicidade para muitos filósofos como Sêneca, é considerada como algo momentâneo, um estado, algo passageiro enquanto a sociedade estabelece o dever de ser feliz a todo o tempo (LEITE, 2013). Percebeu-se a necessidade de questionar acerca dessas normas sociais que são estipuladas para que se tenha um bom convívio e refletir a respeito das consequências a que vem causarem à subjetividade de cada sujeito, de cada indivíduo esse “bom convívio social”

A sociedade, na qual os indivíduos estão inseridos, é regida por leis e normas estabelecidas culturalmente, sendo assim, devem seguir as normas sociais para que não sejam rejeitados e vistos com olhar diferenciado, e uma dessas normas seria a busca incessante pelo alcance dessa felicidade conforme Rousseau (2003) explicita em sua obra e nomeia isso como *contrato social*.

2 AS NORMAS SOCIAIS ACERCA DA FELICIDADE

Pode-se dizer que as normas sociais influenciam no comportamento dos indivíduos pertencentes aquela sociedade essas normas que regem e doutrinam a sociedade, são como leis e normas que se estabelece e que quem

não as segue, não são considerados como inseridos num padrão da maioria estabelecido como normal ou natural. As normas sociais são engajadas de acordo com a cultura de cada local, que estabelece assim doutrinas, os parâmetros, as proibições, os tabus. Em uma das obras mais importantes do filósofo Rousseau (2003), *O contrato social*, ele descreve a respeito dessas normas, e as denomina como contrato social, fazendo uma diferenciação entre a vontade geral e a vontade particular. Segundo o autor, o mundo não conseguiria sobreviver se todos não seguissem a vontade geral, pois assim não estariam somando as forças, e sendo assim, todos deveriam abrir mão de suas vontades particulares, de sua liberdade, e colocar todos os seus direitos a favor da comunidade, a favor da vontade geral.

É estabelecida uma enorme pressão para que nos adequemos aos parâmetros convencionados socialmente ou estamos passíveis de sermos rejeitados e tratados como a escória. Na trajetória dessa busca de estar adequado, apropriado aos olhos da sociedade pode ocorrer de não nos sentirmos satisfeitos e completos. Essas regras que a sociedade compartilha são empregadas em vários âmbitos e áreas, e uma dessas áreas é o âmbito da felicidade. Antes mesmo dos filósofos se questionarem sobre o que seria moral e ético, questionava-se o que seria a felicidade e como obtê-la, mostrando como havia um grande interesse nessa temática (OLIVEIRA E OLIVEIRA, 2018).

De acordo com Oliveira e Oliveira (2018) Os filósofos apresentaram durante o decorrer dos séculos definições variadas sobre o conceito de felicidade, e os filósofos que mais se destacaram acerca da pesquisa dessa temática, dessa busca de entender e conceituar a felicidade foram: Boécio, Aristóteles, Sêneca, Epicuro, Platão. Por mais que cada qual tivesse suas diferentes teorias e definições sobre a felicidade, havia ao menos um consenso entre a maioria dos filósofos. Em seu artigo, Oliveira e Oliveira (2018) discorre que o consenso desses filósofos era de que não se obteria felicidade mediante o consumo de bens materiais, consumo e satisfação de necessidades, o problema é que isso parece estar deturpado na fala da sociedade da contemporaneidade.

O 'contrato social', do qual Rousseau (2003) dissertou, trata também da questão da felicidade que para ele seria inalcançável, uma felicidade que não condiz ao campo do real, essa felicidade é cobrada para que se estabeleça em tempo integral, sendo que felicidade é um estado provisório, "estou feliz", estado é passageiro, não se "está feliz" sempre, Porém a sociedade impõe que seja a todo o momento, de forma continua.

Não é difícil encontrar artigos, revistas, livros e palestras prometendo mostrar "o caminho da felicidade", "A receita da felicidade", pois a procura é muito grande e o mercado aproveita das oportunidades apresentadas. Há grande interesse nessa temática, pois embora ela seja estudada, e pesquisada há tantos anos, atualmente ainda não se estabeleceu um consenso sobre o conceito e sobre "a receita da felicidade", o que gera uma grande inquietação por não haver respostas conclusivas (LEITE, 2013).

Bauman (2009) indica que não há apenas uma forma de ser feliz, em um de seus livros *A arte da vida*, ele estabelece dois fatores que são responsáveis por dar forma pela vida humana, o destino e o caráter. Segundo ele o destino seria tudo aquilo que não podemos ter controle, que não possuímos influência, o caráter seria algo individual o qual é possível modificá-lo, caso queira. O autor afirma então que esses dois fatores juntos fazem com que cada sujeito seja único, pois o destino estabelece as opções que surgirão para cada indivíduo que faz a escolha com base em seu caráter que é diferente em cada um, sendo assim o que é bom para um não é bom para o outro e por que então que a felicidade deveria ser a mesma para todos?

Ao fazer uma releitura do livro de Sigmund Freud, *O mal-estar na civilização*, Bauman (2009) afirma que a obra embora tenha sido escrita em 1920 se faz muito usual como referencial ainda nos dias de hoje. Freud afirma que a civilização é uma troca, é necessário que se dê algo de um valor para receber algo em troca. O problema da civilização da sua época, segundo o autor austríaco, é que eles entregaram liberdade demais em prol da segurança.

Sobre o texto de Freud, Bauman (2009) afirmou que atualmente a civilização ainda é uma troca, mas de forma oposta. Os problemas seriam originados por termos cambiado demais nossa segurança em prol de mais liberdade. Sendo assim ele conclui que nunca haverá uma solução perfeita

para tal dilema, que não será encontrada uma fórmula perfeita para ambas estarem na mesma medida, e que a procura da resposta desse dilema não se cessará.

A necessidade de se enquadrar é tão exacerbada que chega a ocorrer tentativas de ocultar ou mascarar a própria infelicidade. Pode-se observar isso por meio das redes sociais, onde é apresentado à sociedade um mundo ideal, em que a maioria das pessoas se mostram felizes a todo o momento e compartilham de fotos que “comprovam” a felicidade, uma felicidade de um segundo que é o necessário para a pose e logo após a realidade contrária.(Moraes,2012)

Goffman (1985) utiliza-se de uma metáfora para abordar esses papéis desempenhados nas relações com o social, como sendo representação teatral. É como se tudo não passasse de uma cena teatral, no qual o sujeito modifica sua apresentação de acordo com a audiência, e nesse caso das redes sociais, a audiência e o público que assiste são os amigos da rede social do sujeito. Em que, ao que parece, há uma grande necessidade em agradar o público que está ali assistindo seu espetáculo dramático.

Tendo em vista o conhecimento acerca da visão que a sociedade na qual estamos inseridos tem a respeito da felicidade, conseguimos então compreender um pouco melhor essa necessidade que o sujeito demonstra de ter sempre que estar feliz, de toda essa “cena” que ele monta, principalmente na internet, nas redes sociais, onde se tem mais autonomia para escolher o que quer ou não mostrar, sendo verdade ou não. A verdade é selecionada, para que o sujeito consiga se enquadrar nos padrões de vida estabelecidos como “normais” pela sociedade.

Bauman (2009) discorre que a receita da felicidade é estabelecida atualmente por uma sociedade capitalista, pelo consumismo, onde o indivíduo acredita que a sua felicidade está em obter produtos, atribuindo a um objeto a responsabilidade de obtenção de felicidade e nisto o sujeito não obtém êxito, pois a obtenção de prazer é parcial, uma satisfação momentânea, fazendo assim com que o ciclo de consumação nunca pare já que não há obtenção da satisfação por um período que não seja curto.

3 O EXISTENCIALISMO

De acordo com Penha (1997) o existencialismo surgiu após a 2ª guerra mundial durante uma crise que a Europa passava em todos os contextos, entre eles políticos, econômicos entre outros. O existencialismo nasceu em um panorama pós-guerra, em que o ambiente era de desânimo, desespero, e a população, principalmente a juventude, aparentemente estavam descrentes acerca das contradições da sociedade e da capacidade do homem em solucioná-las.

O existencialismo surge e se desenvolve justamente em meio a essa crise, repercutindo à medida que suas teses correspondiam e esclareciam o momento histórico sobrevivendo da guerra. Daí, certamente, o motivo por que o movimento se propagou tão rapidamente (PENHA, 1997, p. 07).

Afinal, o que seria o existencialismo? “o existencialismo é uma doutrina filosófica que centra sua reflexão sobre a existência humana considerada em seu aspecto particular, individual e concreto.” (PENHA, 1997, p. 07).

Um dos representantes mais importantes para o movimento do existencialismo foi Sartre, um dos filósofos mais populares da história, e uma das razões para essa popularidade foi justamente o fato de ter se o porta-voz do existencialismo quando esse preencheu o vazio espiritual no atual cenário que a Europa estava vivendo (STRATHERN, 1999).

Somos as escolhas de nossas vidas e, claro, estas escolhas afetam o todo, escolhemos a cada segundo o que seremos e faremos no momento seguinte. E o grande esforço do Existencialismo é o de pôr todo homem no domínio do que ele realmente é e de lhe atribuir total responsabilidade por sua existência (ERTHAL, 2013, p.7).

O homem é a categoria central da existência e a premissa do Existencialismo é que “existência precede à essência” (SARTRE, citado por ERTHAL, 2018) “significa dizer que o homem precisa escolher a cada momento o que será no momento seguinte; só existindo poderá ser”. Para Sartre, o homem é aquilo que faz de si próprio, uma construção constante, um processo de vir-a-ser. É um ser livre que através das escolhas traça seu projeto

existencial, devendo ser responsável por suas escolhas (ERTHAL, 2013, p. 30).

Em suma, a liberdade é um valor positivo que coloca o homem com a responsabilidade de alcançar a autodeterminação ótima, embora a autodeterminação completa seja ilusória. A causação contribui para a determinação dos efeitos, mas não os produz por inteiro. A causa pode desencadear o processo, mas não o determina por completo (ERTHAL, 2013, p. 39).

Sendo assim Erthal (2013) afirma que o existir do homem é por meio de sua própria liberdade, se responsabilizando por essa escolha, que só é liberdade se esta for colocada no mundo. O homem com sua liberdade de escolher opta o que quer ser e assim este se transforma.

4 METODOLOGIA

A presente pesquisa é um estudo de abordagem qualitativa, de natureza exploratório-descritiva. O esboço foi do tipo estudo de casos em que se tinha como intuito descobrir um fenômeno dentro do seu contexto de realidade a partir de visões de mundo através de características particulares (GIL, 2008).

A pesquisa se realizou a partir de seis postagens em blogs e revistas eletrônicas, nas quais os autores expressavam seu entendimento e reflexões acerca da felicidade e a sociedade no contexto atual. A busca foi realizada no Google com as palavras-chave: “felicidade”, “sociedade atual” e “blog”. Os critérios para escolha dos textos se deu em torno do objeto de estudo do presente artigo, que seria como a felicidade é vista pela sociedade na atualidade, e após ser feita uma busca sobre essa temática obtivemos esses seis textos os quais foram utilizados na nossa análise. Não haverá divulgação dos sites relacionados por uma questão de ética, visto que não se obteve autorização dos autores. Logo, o trabalho foi realizado em conformidade com as normas exigidas para a publicação de trabalhos desta categoria. Os nomes dos blogs e revistas *online* não serão identificados para preservar os participantes.

A publicação de dados ou opiniões em um sistema aberto ou semipúblico implica que estes podem ser trabalhados e divulgados

pelos pesquisadores, sem a necessidade de autorização das pessoas que os originaram ou daquelas às quais as publicações dizem respeito, perspectiva a qual vem sendo comumente adotada no Brasil (BOUSSO, RAMOS, FRIZZO, SANTOS, & BOUSSO, 2014, p. 173).

Ao todo foram analisadas seis publicações que ocorreram no período de 2009 a 2017. A busca foi feita com o intuito de discutir a percepção da felicidade veiculada na internet com a visão Existencial de ser-no-mundo. Nessa busca apareceram postagens tanto sendo de blogs como em revistas eletrônicas, que tratavam sobre mídia e publicidade como influência da sociedade atual de consumo e capitalista, abordando o conceito de felicidade para a sociedade e a pressão da exigência de ser feliz para se adequar ao social e as consequências do não alcance dessa felicidade.

O material proveniente das publicações foi analisado por meio da Análise de Conteúdo, que segundo OLABUENAGA & ISPIZÚA (1989), citado por Moraes (1999) é um método para ler e decodificar o conteúdo de toda classe de dados.

A Análise de Conteúdo conduz a descrições sistemáticas, qualitativas ou quantitativas, ajuda a reinterpretar as mensagens e a atingir uma compreensão de seus significados num nível que vai além de uma leitura comum (MORAES,1999).

5 RESULTADOS

O conteúdo sobre a felicidade foi obtido por meio da análise de postagens selecionadas, visando identificar o significado desse processo para os autores das publicações. A análise dos dados foi realizada inicialmente com a leitura flutuante do material, com a qual surgiram três categorias: “*Felicidade*”, “*Sociedade Atual*” e “*Não-felicidade*”. Para cada elemento de análise apresentado, foram elencados trechos dos textos analisados que os exemplificam. Segue a descrição destas, compartmentadas em subcategorias e temáticas de análise (Tabela 1).

CATEGORIA	SUBCATEGORIA	TEMA DE ANÁLISE
1. FELICIDADE	1.1 Conceito para sociedade	1.1.1 Mundo dos desejos 1.1.2 Exigência social 1.1.3 Bens de consumo
	1.2 Conceito para o autor	1.2.1 Autoconhecimento 1.2.2 Caminho 1.2.3 Cultural
	1.3 Como alcançar a felicidade	1.2.4 Felicidade banalizada 1.2.5 Não existe fórmula. 1.3.1 Autoconhecimento 1.3.2 Engajamento 1.3.3 Equilíbrio
2. SOCIEDADE ATUAL	2.1 Características	2.1.1 Capitalismo 2.1.2 Cultura de consumo 2.1.3 Consumo 2.1.4 Mídia 2.1.5 Hedonismo
3. NÃO-FELICIDADE	3.1 Consequências	3.1.1 Angústia 3.1.2 Inautenticidade

Tabela 1. Síntese das categorias, subcategorias e temáticas de análise do tema “*Felicidade*”.

5.1 Categoria 1. Felicidade

A primeira categoria identificada nas publicações analisadas se refere aos conceitos de felicidade.

5.1.1 Subcategoria 1.1 Conceito de felicidade para a sociedade

Nesta subcategoria, foram constatadas as percepções de definição acerca da felicidade para a sociedade. Houve um numero considerável de publicações nas quais a sociedade acredita que a felicidade está relacionada com bens materiais, e que a felicidade é uma exigência social:

Ou seja, passamos de um tempo (início do século 20) em que à felicidade era um desejo, para o tempo em que a felicidade passou a

ser uma ordem, um imperativo, onde se deve ser feliz, por meio do consumo de bens materiais publicados, por exemplo. (Texto 4).

Mostramos a eles que estamos sempre ótimos, adaptados a um momento no qual “estar bem” não é apenas um caminho a tentar se seguir, e sim um imperativo social. (Texto 2).

Na sociedade contemporânea, o indivíduo busca a qualquer maneira preencher as lacunas de sua vida, sejam elas: solidão, angústias e afetividades. Além desses espaços vazios, o indivíduo contemporâneo agregou ao sentimento de felicidade a necessidade do consumo, assim, hoje se pensa que a felicidade está em possuir um “i-PHONE 5”, i-Pad”, bem como outros bens de consumo duráveis. (Texto 3).

Para a sociedade atual a felicidade se caracteriza como um *Mundo dos desejos* (1.1.1), onde há uma *Exigência social* (1.1.2) em ser feliz, em alcançar a felicidade a todo custo, sendo que os *Bens de consumo* (1.1.3) são relacionados como o sinônimo dessa felicidade.

5.1.2 Subcategoria 1.2 Conceito de felicidade para o autor

Em relação ao conceito de felicidade para a maioria dos autores das postagens foram identificados vários pensamentos em comuns, sendo que os que mais se destacam são sobre a felicidade ser justamente essa busca incessante, e que a felicidade é algo cultural:

Portanto, a felicidade é um conceito volúvel que é modificado a cada época. (Texto 3).

Felicidade, por definição, é um estado no qual não temos vontade de mudar nada. Ou seja, se passássemos tempo demais assim, nossas vidas estacionariam. A busca da felicidade é o que nos empurra para frente – se agarramos a cenoura, paramos de correr e a brincadeira perde completamente a graça. Portanto, um pouco de ansiedade, de insatisfação, é perfeitamente saudável. (Texto 6).

Segundo os autores dos textos analisados a felicidade, é *Cultural* (1.2.3), tem o significado deturpado, uma *felicidade banalizada* (1.2.4), muitos acreditam que o *caminho* (1.2.2) para conseguir estabelecer o que é a felicidade é o *autoconhecimento* (1.2.1), outros acreditam que para a felicidade *não existe formula* (1.2.5).

5.1.3 Subcategoria 1.3 Como alcançar a felicidade

Em relação à definição de como alcançar a felicidade de acordo com o que os autores trazem nas postagens, observou-se que a maioria acredita que deve ser pelo autoconhecimento, ou por 3 pilares, são eles: prazer, engajamento e significado:

Quando olhamos para dentro, podemos descobrir um universo tão grande quando o universo exterior, infinito. Dentro de cada um de nós existe um portal que, quando aberto, nos conecta com a fonte da felicidade (Texto 1).

Um dos motivos pelos quais a felicidade é tão difícil de alcançar é que nem sabemos bem o que ela é. Daí a importância das pesquisas do psicólogo americano Martin Seligman, da Universidade da Pensilvânia. Seligman concluiu que felicidade é na verdade a soma de três coisas diferentes: prazer, engajamento e significado. (Texto 6).

Mas, se você se conscientizar de que basta juntar essas três coisas – prazer, engajamento e significado – para a felicidade vir de brinde, a tarefa torna-se menos penosa (Texto 6).

De acordo com alguns textos em que se falava como alcançar a felicidade, alguns autores dizem que para ser feliz precisa se conhecer, ter *autoconhecimento* 1.3.1, alguns citam que há uma fórmula para que se possa alcançá-la e essa conta com 3 pilares, o *engajamento* 1.3.2, o significado e o prazer, mas ele salienta que é necessário que acima de tudo se tenha leveza e *equilíbrio* 1.3.3.

5.2 Categoria 2 :Sociedade atual

A segunda categoria diz respeito a como a sociedade é identificada nas postagens pesquisadas.

5.2.1 Subcategoria 2.1 Características

Esta subcategoria se estabelece em relação à percepção de sociedade no contexto atual, identificou-se nas postagens definições de sociedade atual como capitalista, consumista:

A sociedade, entretanto, ensina os valores do capital material, desde os primórdios de nossa existência. Para a sociedade onde vivemos, a felicidade está ligada ao sucesso, às riquezas materiais, ao poder. (Texto 1)

Presencia-se na atualidade uma concepção difundida de que a lógica capitalista, com o auxílio da publicidade, especula a felicidade como dependente da satisfação dos desejos materiais do homem. (Texto 4)

A sociedade é denominada pelos autores como capitalista (2.1.1) inserida dentro de uma *cultura de consumo* (2.1.2) por influência da *mídia* (2.1.3) baseada no *hedonismo* (2.1.4) no prazer acima de tudo.

5.3 Categoria 3: Não- felicidade

Nessa terceira e última categoria se trata sobre a Não felicidade, a felicidade estabelecida pelo social.

5.3.1 Subcategoria 3.1 Consequências

Essa subcategoria diz a respeito das consequências do não alcance dessa “felicidade”. Segue a percepção dos autores sobre as consequências que o não alcance dessa felicidade traz para o indivíduo e para a sociedade.

Vivemos uma época em que ser feliz é uma obrigação – as pessoas tristes são indesejadas, vistas como fracassadas completas. A doença do momento é a depressão. “A depressão é o mal de uma sociedade que decidiu ser feliz a todo preço” (Texto 6).

Muitos de nós estão fazendo força demais para demonstrar felicidade aos outros – e sofrendo por dentro por causa disso. Felicidade está virando um peso: uma fonte terrível de ansiedade. (Texto 6).

Isso tem tornado os homens vivenciadores de crises de referências, como bem atestam alguns psicanalistas, à medida que percebem que não só a mídia (publicidade), mas, o meio que o cerca tem muitas vezes a capacidade de artificializar as relações humanas, fazendo com que não tenha vontade própria, realizando o desejo e a vontade dos outros e não as suas. (Texto 4).

Como consequências do não alcance da felicidade que fora estabelecida pela sociedade ocorre *angústia* (3.1.1) para com o indivíduo, e o mesmo se torna *inautêntico* (3.1.2) por apenas seguir o que fora estabelecido sem questionamentos.

6 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

No percorrer do estudo, pode-se perceber que a felicidade é algo volúvel, atemporal, que tem seu conceito modificado no passar dos anos, devido sua construção social, sua importância aparenta se estabelecer, mesmo com o passar do tempo. Atualmente ela é vista pela sociedade como algo necessário, e interligada a bens de consumo, riqueza material.

Pode ser que a felicidade ligada a bens ocorra como reflexo das características da sociedade atual que, como foi citada nas postagens, mostra-se capitalista e tendo como característica uma cultura de consumo. Como citado em uma das postagens que se segue:

Todo o ser humano quer ser feliz. A sociedade, entretanto, ensina os valores do capital material, desde os primórdios de nossa existência. Para a sociedade onde vivemos, a felicidade está ligada ao sucesso, às riquezas materiais, ao poder. (Texto 1).

E como identificado nas postagens, a felicidade é vista pela sociedade como um dever, uma ordem a ser seguida.

De acordo com o existencialismo o homem é livre para fazer escolhas, mas Marques (1998) vai dizer que essa liberdade tem condições que a limitam na sociedade, pois a sociedade possui regras, e é por conta disso que o indivíduo se sente angustiado, pois ao mesmo tempo em que ele é livre para escolher, a sociedade limita isso.

Heidegger (1989), citado por Werle (2003), chama de *Dasein* (ser-aí ou ente), e utiliza-se deste para tentar explicar o enigma do ser, ele estabelece que a característica básica do *Dasein* é de compreender e responder a tudo aquilo que está na presença. Em relação a isso Heidegger vai nomear a expressão ser-no-mundo, e isso se torna uma determinação essencial do *Dasein*. Pois não podemos pensar em um indivíduo sem relacioná-lo ao seu mundo, ao mundo no qual ele está inserido.

Uma das 'exigências' que a sociedade estabelece atualmente é a da felicidade constante, o indivíduo para ser integrado nesse grupo de "normais" precisa estar sempre feliz, ser feliz. Erthal (2013) nos mostra que o indivíduo ao se ver diante da pressão de cumprir as obrigações, as quais a sociedade estabelece, se vê angustiado com esse dilema de ser livre para escolher, mas não é livre das consequências dessas escolhas.

Uma demonstração cinematográfica atual sobre a percepção da sociedade acerca da felicidade é o filme *Divertida Mente*, que tem como título original *Inside Out* (DOCTER, 2015). No filme é retratado o funcionamento da mente de uma garota de 11 anos, na qual há cinco emoções que disputam o

painel de controle, que é coordenado pela Alegria. As cinco emoções, e personagens centrais do filme, que compõem a mente da personagem principal são Alegria, Tristeza, Medo, Nojo, Raiva. A Alegria é quem controla o painel de controle, sendo que todas as emoções tem uma importância no funcionamento, mas a Alegria tenta sempre manter a Tristeza afastada, tentando assegurar que a criança esteja sempre feliz, seu lema é que um dia bom é um dia sem tristeza.

A Tristeza é então retratada na maior parte do filme como algo ruim, sem utilidade, tanto que a Alegria não designa função para ela em relação à tomada de atitudes sobre a menina, sempre tenta afastá-la do painel de controle por acreditar que a menina deve estar feliz a todo o momento, sendo assim, não possibilita espaço para a tristeza.

Como exaltado no filme, não há espaço para expressão de sentimentos infelizes em qualquer lugar que seja. Isso se mostra como reflexo da sociedade que não tolera a expressão de sentimentos tristes, que incomodam (KOVÁCS, 2003) acerca da pressão de se enquadrar nas normas de convivência em sociedade, que estabelece a felicidade contínua, a felicidade se tornou um dever, ser feliz te torna parte do grupo.

E então o indivíduo no meio deste dilema acaba optando pela “má-fé” (MARQUES, 1998, p. 79), em que o sujeito mente para si próprio, tentando, desta forma, ludibriar as responsabilidades que lhe são pertencentes. O indivíduo se introduz no estado da “não-felicidade” quando esse não consegue atingir o esperado pelo social, trazendo uma série de consequências, a pessoa se vê em estado de angústia, sentimentos de tristeza e deixa de lado sua autenticidade ao tentar mascarar tudo isso.

Heidegger, citado por Erthal (2013), denomina que existem dois tipos de inautenticidade: a subjetiva e a objetiva. Ao pensar em como as pessoas têm encarado a felicidade como obrigação, podemos relacioná-la com a inautenticidade subjetiva, onde o indivíduo tem o abandono de sua subjetividade, não dá voz ao seu *eu*, para se juntar ao social na procura de uma diminuição de sua responsabilidade.

Faz-se importante dissertar acerca dessa questão da busca constante do homem por um sentido de vida. A felicidade se enquadra nesse objetivo, onde podemos nos questionar o porquê disso parecer que é característica inerente do indivíduo. Um dos autores das postagens acredita que a felicidade em si é ter esse sentido, ser movido por essa busca constante, e que caso conseguíssemos alcançá-la depois de um tempo perderia a graça, pois não teríamos nada para nos motivar a existência.

Já para o existencialismo a Erthal (2013) denomina que possuímos uma noção de vazio, e isso nos move para procurar um significado para vida em prol de preencher esse vazio. O objetivo humano é a autorrealização que ocorre nessa procura, e quando o indivíduo luta para perseguir algo, como nesse caso a felicidade, esse não poderá a encontrar, pois ele perde de panorama esse intento ao se voltar cada vez mais em busca desse objeto de desejo.

Frankl (1959) citado por Erthal (2013, p.41):

Uma vez que o homem tenha razão para ser feliz, ou quando tenha encontrado um sentido para a sua existência ou quando estabelece uma relação afetiva com o outro, isso o torna feliz. A felicidade é uma consequência, a felicidade acontece, e deve-se deixar que ela ocorra. O que ocorre quando o homem luta diretamente pela felicidade? (...) Quanto mais o indivíduo se volta para a felicidade, ou quanto mais se envolve numa busca direta da felicidade, é quando precisamente ele perde de vista a razão para ser feliz, e, conseqüentemente, a felicidade desaparecerá, já que para ele não há mais outra razão senão a de ser feliz. Não se sente mais motivado a ser feliz. Não mais preocupa-se com a busca do sentido de vida, ou a busca do outro; vê a felicidade como um objetivo imediato a ser alcançado. (...) O prazer é uma consequência natural, não o objetivo básico das motivações humanas, é uma consequência natural de um encontro com o sentido, a consequência natural de um encontro com um outro ser humano.

Como ocorre no final do filme *Divertida mente* (DOCTOR, 2015), conseguimos visualizar que a Tristeza tem que ter seu espaço e sua importância, que não é possível viver o tempo todo feliz, como era estabelecido no filme e como é atualmente pela sociedade. Compreendemos, portanto, que a tristeza parece ser necessária para nosso momento de questionamento, de aprendizado e amadurecimento.

O que se deve ocorrer é um equilíbrio, como comentado nos resultados. Os autores dos textos analisados sugerem que não há uma fórmula única e estruturada, que a seguindo todos conseguiriam ser feliz. Somos indivíduos diferentes, complexos, com pensamentos distintos e cada qual com sua subjetividade, com gostos e desgostos singulares, seria impossível existir uma fórmula que conseguisse abranger a todos. A felicidade por si só já é algo de difícil definição, então se torna improvável um caminho único para algo tão particular.

Temos anseio de nos encaixar no padrão que a sociedade estabelece, apesar de todas as incógnitas acerca do conceito do que é felicidade. De acordo com Goffman (1985), nós “representamos” uma cena na qual somos indivíduos completos de felicidade e seguimos representando o que o social indica como um sujeito feliz precisa ser. Apenas repetimos, seja nas redes sociais, seja pessoalmente, até porque não queremos passar a imagem de fracassados e correr o risco de sermos rechaçados pelo grupo social.

Com base nos dados e no aporte teórico utilizado podemos perceber que embora ocorram sentimentos ansiogênicos em relação a esse tema, há essa busca e a tentativa do preenchimento do vazio dentro de si e toda a pressão estabelecida pela sociedade acerca de ser alguém feliz e que a tristeza é demonstração de fracasso. Erthal (2013) coloca que é nessa procura de sua essência, de se aperfeiçoar, que faz a pessoa viver ultrapassando suas limitações. A valorização do indivíduo se faz também com essa angústia, nisso se dá o processo de autoconhecimento, porque a angústia sinaliza que algo não está coerente na existência, que precisa ocorrer uma mudança, e consequentemente acarreta amadurecimento e a saída de um estado inautêntico para um estado autêntico.

O existencialismo compreende que a angústia é um sentimento inerente ao ser humano e que sinaliza um incômodo que faz com que se perceba que algo não está bem, exigindo um repensar do modo de existir (HEIDEGGER, 2005). Conforme a premissa do Existencialismo é na angústia que se abre para a mudança e conscientização de si, a tristeza serve para amadurecimento, serve para gerar reflexão, desenvolvimento de pensamento crítico.

Percebe-se que nada em excesso faz bem (PASTORE, 2013), sendo assim a tristeza e a angústia se fazem necessárias para alcançar a autenticidade e um sentido para a existência. A angústia leva à reflexão e ampliação da consciência de si, faz com que a pessoa seja autora da sua existência (ERTHAL, 2013; PENHA, 1997).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Espera-se com esse estudo contribuir para melhor compreensão acerca do conceito contemporâneo sobre a felicidade, refletindo o porquê é dada tanta importância para o discurso social e como estes podem acarretar em uma série de problemas psíquicos. O papel da psicologia diante da temática é o de refletir, provocar questionamentos e discussões sociais para que apareçam mais interessados sobre a exigência da felicidade, a fim de ampliarem as pesquisas. A felicidade tem uma função muito importante na atual sociedade, além de ser um tema muito rico e tão escasso de pesquisas mais aprofundadas.

Com base na pesquisa feita por meio de autores e com base na análise de conteúdo realizada neste trabalho, conseguimos verificar acerca de como é a sociedade na qual estamos inseridos e como o reflexo disso surge nos meios de comunicação, principalmente as redes sociais, que estabelecem um padrão a ser seguido pelos indivíduos para que consigam ser aceitos socialmente.

Por meio da análise de conteúdo feita por meio de postagens consegue-se entender que a felicidade é um conceito volúvel, cultural e que tem sido ligada diretamente a bens materiais, bens de consumo. O indivíduo sofre com as pressões da sociedade acerca de ser feliz a todo o momento e tendo a tristeza demonstrada é entendida como fraqueza, e nem sempre o indivíduo consegue possuir essa felicidade até porque essa felicidade é ilusória, não condizente com a realidade, ou seja, de difícil alcance podendo-se dizer, impossível.

Concluiu-se que a felicidade na verdade é uma 'não-Felicidade', pois é processo de construção singular. A felicidade mascarada faz com que ocorram frustrações e adoecimentos, um dos exemplos nos dias atuais dessa máscara

ocorre nas redes sociais onde todo mundo aparenta ser feliz em tempo integral, ou seja, ocasiona com que o indivíduo deixe de lado sua autenticidade, sua subjetividade para tentar se enquadrar no discurso de felicidade ilusória, assumindo uma felicidade irreal.

REFERÊNCIAS

BAUMAN, Zygmunt. **A arte da vida**. Tradução, Carlos Alberto Medeiros. - Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2009.

_____. **O mal estar da pós-modernidade**. Tradução, Mauro Gama, Claudia Martinelli Gama- Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed.,1998.

BOUSSO, Regina Szyliet et al. Facebook: um novo lócus para a manifestação de uma perda significativa. **Psicologia USP**, v. 25, n. 2, p. 172-179, 2014.

Divertida Mente (Inside out). Direção: Pete Docter. Produção: Jonas Rivera. Walt Disney Pictures, 2015. 94 min, cor.

ERTHAL, Tereza Cristina Saldanha. **Trilogia da existência: teoria e prática da psicoterapia vivencial**. 1. ed. – Curitiba: Appris, 2013..

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. - São Paulo: Atlas, 2002.

GOFFMAN, Erving. **A representação do eu na vida cotidiana**. Petrópolis: Vozes, 1985.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e tempo**. Vol. II. Petrópolis: Vozes, 2005.

KOVÁCS, M. J. **Educação para a morte: temas e reflexões**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003

LEITE, Gisele. **Reflexões sobre o conceito de felicidade para sociedade contemporânea**. Disponível em: <<http://www.egov.ufsc.br/portal/conteudo/reflex%C3%B5es-sobre-o-conceito-de-felicidade-para-sociedade-contempor%C3%A2nea>>. Acesso em 24 maio 2018.

LOPES, Bruno César Oliveira. **A Busca da Felicidade e o Bem-Estar no Mundo Pós-Moderno**, 2013. Disponível em: <<https://psicologado.com/abordagens/psicanalise/a-busca-da-felicidade-e-o-bem-estar-no-mundo-pos-moderno>> . Acesso em 15 abril 2017.

MARQUES, Ilda Helena. Sartre e o existencialismo. **Μετανόια**, São João del-Rei, n. 1. p. 75-80, jul. 1998. Disponível em: <https://ufsj.edu.br/portal-repositorio/File/lable/revistametanoia_material_revisto/revista01/texto09_existencialismo_sartre.pdf>. Acesso em 20 de maio de 2018.

MORAES, Fabiana. **Nunca fomos tão felizes**, 2012. Disponível em: <http://m.jc.ne10.uol.com.br/canal/cultura/noticia/2012/12/03/nunca-fomos-tao-felizes-65516.php>. Acesso em 20 de março de 2017.

MORAES, Roque. **Análise de conteúdo**. Revista Educação, Porto Alegre, v. 22, n. 37, p. 7-32, 1999.

OLIVEIRA, Osmar Nascimento; OLIVEIRA, Terezinha. **O conceito de felicidade na filosofia: Aproximações entre Boécio, Aristóteles, Epícuro e Sêneca**, 2018. Disponível em : <<http://www.ppe.uem.br/jeam/anais/2012/pdf/j-q/28.pdf> >. Acesso em 14 maio 2018.

PASTORE, Jassanan Amoroso Dias. **É possível uma existência sem excesso?. Ide** (São Paulo), São Paulo, v. 35, n. 55, p. 43-58, jan. 2013. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-31062013000100005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 20 de maio de 2018.

PENHA, J. **O que é existencialismo?** São Paulo: Brasiliense, 1997.

ROUSSEAU, Jean-Jacques. **Do Contrato Social**. Coleção A Obra Prima de Cada Autor. São Paulo – SP: Editora Martin Claret, 2003.

STRATHERN, Paul. **Satre em 90 minutos**. Zahar, 1999.

WERLE, Marco Aurélio. A angústia, o nada e a morte em Heidegger. **Trans / Form / Ação**, Marília, v. 26, n. 1, p. 97-113, 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/trans/v26n1/v26n1a04.pdf>>. Acesso em 20 de abril de 2018.