

ANSIEDADE EXISTENCIAL EM VIAGENS SIGNIFICATIVAS: verificação da dimensionalidade do Existential Concerns Questionnaire

SANDRO ALVES DE MEDEIROS

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS (UFAL)

LUCIANA ALVES RODAS VERA

UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA (UFBA)

SUSANE DE FARIAS GOMES

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS (UFAL)

GIOVANA BARBOSA CARACIOLO

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS (UFAL)

ANSIEDADE EXISTENCIAL EM VIAGENS SIGNIFICATIVAS: verificação da dimensionalidade do *Existential Concerns Questionnaire*

1 Introdução

Em momentos como os que vivemos atualmente, a efemeridade da vida emerge em nossa consciência e, se resistirmos aos mecanismos psíquicos de defesa, somos levados a reflexões profundas e por vezes incômodas sobre o significado do existir humano. Em situações um pouco mais comuns, as viagens têm sido objeto de estudo como momentos em que reflexões sobre a própria vida, os valores que trazemos da nossa cultura e questionamentos sobre quem, de fato, somos, são potencialmente suscitadas. Dadas as características de liminaridade dos espaços turísticos, os momentos vividos em lugares longe do ambiente familiar, desconectados das estruturas sociais que nos definem em nosso cotidiano, possibilitam reflexões sobre quem somos e qual o nosso lugar no mundo.

Tais reflexões suscitadas em experiências de viagem têm sido associadas a oportunidades para o crescimento pessoal, para a expansão do *self*, e para o desenvolvimento da autoidentidade, especialmente para jovens entre os 18 e 30 anos (McKay, Lannegrand-Willems, Skues, & Wise, 2019, Layland, Hill, & Nelson, 2018, Grabowski, Wearing, Lyons, Tarrant, & Landon, 2017, Bagnoli, 2009, Thomson & Taylor, 2005). Nesse sentido, seja por meio de programas estruturados, como o intercâmbio de estudos internacional, seja por meio de viagens não estruturadas, como a modalidade *backpacking*, os períodos vividos longe de casa têm surgido como uma forma de exploração de identidade (McKay *et al.*, 2019, Bagnoli, 2009).

Além disso, indivíduos já estabelecidos em suas vidas adultas também têm buscado um novo significado para suas vidas, fazendo a escolha de viajar para outros lugares como meio para novas experiências. Nesse sentido, Hirschorn e Hefferon (2013) se referem ao *gap year*, que tem surgido como um forte nicho de mercado, sendo demandado progressivamente por pessoas entre 30 e 55 anos que sacrificam carreiras já estabelecidas, recompensas financeiras e relacionamentos de longo prazo em busca da realização pessoal e do encontro consigo mesmas.

Características da vida moderna, e, mais precisamente, as transformações a elas subjacentes, trazem profundo impacto nos aspectos mais pessoais e íntimos da existência humana (Giddens, 2002). Ao se romper o referencial protetor do convívio comunitário de pequena escala, substituindo-o por instituições impessoais muito maiores, no momento atual da modernidade os indivíduos ficam sem referencial normativo que os auxiliem em sua trajetória de vida (Giddens, 2002). Nesse contexto, Giddens (2002) sugere que o sentimento de ansiedade existencial é continuamente evocado, abalando a segurança ontológica dos indivíduos.

Para restabelecer seu senso de segurança ontológica, os indivíduos precisam encontrar respostas para as questões existenciais fundamentais sobre a *natureza da existência, a finitude da vida humana, a experiência com as outras pessoas e a autoidentidade* (Giddens, 2002). Giddens (2002) entende que a desorientação cognitiva e emocional que tais questões suscitam são mantidas sob controle pelas convenções comuns da vida cotidiana, ou seja, essas questões são colocadas “entre parênteses”, de modo a permitir que a vida individual siga seu curso normal. Contemplar questões existenciais é uma parte normativa da experiência humana, mas para algumas pessoas tais pensamentos podem se tornar uma fonte de intensa ansiedade (Weems & Berman, 2018).

As ideias da filosofia existencialista foram desenvolvidas em resposta ao que Max Weber chamou de “desencantamento do mundo” impulsionado pelo surgimento da ciência moderna: o colapso das estruturas sociais tradicionais nas quais um indivíduo era visto como tendo uma função em comunidades pequenas e coesas, vivendo de acordo com às leis da natureza e governadas por regras religiosas (Kirillova, 2019). Os filósofos existencialistas se

interessaram pelas experiências humanas únicas que se seguiram às transformações consequentes do “desencantamento” e viam a perda das concepções tradicionais do absoluto com um valor e significado embutidos na vida como aterrorizantes, deixando os indivíduos “jogados” no mundo sem direção ou significado predefinidos (Kirillova, 2019).

Segundo Kirillova (2019), mesmo que implicitamente, cada vez mais profissionais e provedores de serviços no turismo reconhecem as preocupações existenciais dos turistas. Esses profissionais entendem que, além de emoções positivas, sensações de prazer e conforto, os turistas muitas vezes buscam também experiências que os coloquem em contato com aspectos existenciais da vida, desconforto, medo e até o perigo ou morte, como o *thanatourism*, o *dark tourism*, o turismo voluntário e algumas modalidades do turismo de aventura. De acordo com Kirillova (2019), atualmente, existem operadores de turismo especializados nas chamadas “experiências transformadoras”, destinadas a desafiar as visões de mundo dos turistas, ajudar a resolver dilemas pessoais ou simplesmente “(re)descobrirem-se” a si mesmos.

Contudo, do ponto de vista dos estudos científicos, o tema da ansiedade existencial no turismo tem sido abordado só mais recentemente e, apesar de fazer parte da existência humana e reconhecida como estando presente na experiência turística (Kirilova, 2019, Kirillova, Lehto, & Cai, 2016, Kirillova & Lehto, 2015, Brown, 2013), a verificação empírica da ansiedade existencial em experiências de turismo tem sido limitada, privilegiando a abordagem qualitativa, talvez devido aos fundamentos fenomenológicos do existencialismo. Uma única exceção de estudo quantitativo (pelo menos até o momento, pelo conhecimento dos autores) se refere à pesquisa de Kirillova, Lehto e Cai (2016), na qual são acessadas tanto a autenticidade existencial, por meio dos itens modificados da escala de autenticidade de Wood, Linley, Maltby, Baiouisis, & Joseph (2008), quanto a ansiedade existencial, com os itens do *Existential Anxiety Questionnaire* [EAQ] (Weems, Costa, Dehon, & Berman, 2004), também adaptados para os propósitos do estudo.

Dessa forma, o presente estudo tem o caráter exploratório e busca contribuir com o avanço das pesquisas sobre a ansiedade existencial em experiências de viagens e turismo. Para isso, utilizamos os itens de um novo instrumento desenvolvido com o objetivo de mensurar a ansiedade existencial, o *Existential Concerns Questionnaire* [ECQ] (van Bruggen, ten Klooster, Westerhof, Vos, de Kleine, Bohlmeijer, & Glas, 2017). O ECQ estende o *framework* teórico de Paul Tillich (2000) usado por Weems *et al.* (2004) na elaboração do EAQ, de modo a cobrir preocupações existenciais não contempladas nesse instrumento, inserindo fundamentos conceituais importantes, como os de Glas (2003), Yalom (1980) e da Teoria da Gestão do Terror (Koole, Greenberg, & Pyszczynsky, 2006). Além das 3 dimensões da ansiedade existencial do EAQ – ansiedade em relação: (1) à morte, (2) à culpa e (3) à falta de sentido – O ECQ acrescenta outras duas preocupações existenciais: (4) *Isolamento social*, e (5) *Identidade*.

Dessa forma, dois objetivos foram estabelecidos para o estudo: (1) mensurar a ansiedade existencial relativa a viagens significativas em uma amostra heterogênea, e (2) obter uma medida abrangente da ansiedade existencial passível de ser usada em pesquisa empírica no campo do turismo.

O presente estudo assume que a busca por um sentido para a própria existência é algo inerente à condição humana (Kirilova & Lehto, 2015). Outra premissa assumida é que os indivíduos apresentam diferentes níveis de consciência acerca de aspectos inautênticos de suas vidas e de que isso pode determinar o quanto suas experiências de viagem podem lhes ser significativas (Cohen, 1979). O estudo acessou a ansiedade existencial percebida por pessoas em viagens que elas julgaram ter sido as mais importantes ou significativas de suas vidas, assumindo-as como “momentos decisivos”, que, de acordo com Anthony Giddens (2002), constituem-se nos instantes em que as escolhas que são feitas trazem impactos definitivos para a vida da pessoa.

O artigo está dividido da seguinte forma: primeiramente, os fundamentos teóricos acerca da ansiedade existencial e a experiência turística são apresentados; em seguida, descrevem-se os procedimentos metodológicos utilizados no *survey*, e, na sequência, seus resultados são analisados. Por fim, as conclusões do estudo são sintetizadas.

2 Referencial teórico

2.1 Ansiedade existencial

Embora comumente confundidos, os sentimentos de ansiedade e medo possuem origens e natureza diferentes. O medo é uma resposta emocional a uma ameaça específica, ou seja, existe um objeto que é alvo do medo, ao passo que, na ansiedade, inexistente um objeto específico (Giddens, 2002, May, 1980, Yalom, 1980). A experiência da ansiedade, diferentemente do medo, é difusa, e suas causas são em geral inconscientes ou não claramente definidas para o indivíduo. Além disso, enquanto o medo dispara uma série de reações fisiológicas que preparam o indivíduo para uma ação diante de uma situação de perigo percebida, a ansiedade o paralisa (Tillich, 2000).

Segundo May (1980, p. 199-200), “as características especiais da ansiedade são os sentimentos de *incerteza* e *impotência* em face ao perigo. A natureza da ansiedade pode ser entendida quando indagamos *o que é ameaçado na experiência que produz ansiedade*”. Nas palavras de Giddens (2002, p. 47), “a ansiedade é essencialmente o medo que perdeu seu objeto pelas tensões emocionais inconscientemente formadas que expressam ‘perigos internos’ e não ameaças externalizadas. Devemos entendê-la essencialmente como um estado de medo inconscientemente organizado”. May (1980) distingue a ansiedade neurótica da ansiedade normal ou existencial, na medida em que esta última seria uma reação em que (1) não é proporcional à ameaça objetiva, (2) não envolve repressão ou outros mecanismos de conflito intrapsíquico e, portanto, (3) não requer mecanismos de defesa neurótica para seu controle, e, (4) pode ser enfrentada de maneira conscientemente construtiva.

Giddens (2002) afirma que a ansiedade se refere a ameaças à integridade do sistema de segurança ontológica do indivíduo, o conjunto de comportamentos, traços e reações emocionais reflexivamente acumulados ao longo de sua história de vida, que proporcionam um sentido de autoidentidade. May (1980, p. 202) complementa ao afirmar que “[...] a natureza sem objeto da ansiedade decorre do fato de a base de segurança do indivíduo estar ameaçada; e, como é em função dessa segurança que o indivíduo está apto a se experimentar como um eu em relação a objetos, a distinção entre sujeito e objeto também se desfaz”.

Para Yalom (1980), as causas da ansiedade normal derivam do enfrentamento inescapável de quatro “questões últimas” ou “dados da existência”: (1) a *morte*, o ser humano deseja viver indefinidamente mas percebe que a morte é o seu destino certo; (2) a *liberdade*, o ser humano sente necessidade de segurança, ordem e estrutura para a sua vida, mas se dá conta de que não existe um projeto ou plano universal para a vida humana além daquele que os próprios seres humanos criam, o que o faz perceber que ele é o único responsável pela criação da própria vida e do mundo em que vive; (3) o *isolamento*, apesar do desejo de estar junto, de comunhão com os outros e da necessidade de se sentir parte de algo maior, o ser humano se defronta com a inconveniente verdade de que, de fato, nasceu sozinho e de que morrerá sozinho; e (4) a *ausência de sentido*, todas essas verdades levam o ser humano a se dar conta de que não existe qualquer significado na vida, não há uma “ordem divina” ou uma “lógica universal” que dá sentido à existência, ou seja, o ser humano é um mero acaso.

Para Heidegger, a ansiedade deriva do desconforto com a fuga do ser autêntico, aquele que enfrenta a inescapável verdade da própria finitude, superando a sedução do esquecimento confortável (Shepherd, 2015). A ansiedade tem, pois, uma origem ontológica, quando o indivíduo se depara com a verdade intransponível do *ser* que traz consigo o seu *não-ser* (Tillich,

2000). Contudo, Tillich acredita que o medo e a ansiedade são imanentes, supondo que o medo da morte seria uma objetificação da ansiedade do *não-ser* (Weems *et al.* 2004).

Tillich (2000) sugere três tipos de ansiedade com base em três formas de ameaça do *não-ser* ao *ser*: o *não-ser* ameaça: (1) a autoafirmação ôntica do homem, relativamente em termos do destino e absolutamente em termos da morte; (2) a autoafirmação espiritual do homem, relativamente em termos de vazio e absolutamente em termos de ausência de sentido; e (3) a autoafirmação moral do homem, relativamente em termos de culpa e absolutamente em termos de condenação. A consciência dessas ameaças dá origem à ansiedade em suas três formas: (1) a do destino e da morte (*ansiedade da morte*) ou *ansiedade ontológica*, derivada da consciência da finitude física; (2) a do vazio e perda de sentido (*ansiedade da falta de sentido*) ou *ansiedade espiritual*, proveniente da sensação de vazio pela falta de significado na vida; e (3) a da culpa e condenação (*ansiedade de condenação*) ou *ansiedade moral*, que emerge na forma dos sentimentos de culpa e condenação, quando os indivíduos ficam aquém de sua autoafirmação e não conseguem cumprir seu verdadeiro potencial.

2.2 Ansiedade existencial e Experiência turística

O tema da ansiedade existencial no turismo é recente, embora sua “contraparte”, a autenticidade existencial (Kirilova, Lehto, & Cai, 2016, p. 14), tenha sido alvo de especulação teórica e pesquisa empírica há pelo menos duas décadas. Essa discussão assume as características liminares do espaço turístico e as atividades turísticas como viabilizadoras da autenticidade existencial, a qual envolve sentimentos pessoais ou intersubjetivos ativados pelo processo liminar da atividade turística (Wang, 1999).

Nessa concepção, uma vez estando em espaços turísticos, longe de seu lugar de origem, os turistas/viajantes se encontram em um “estado de suspensão” das regras e papéis sociais de seu cotidiano, passando a experimentar um processo ritual de transformação interior. Turner (2013) utiliza o conceito de *liminaridade*, desenvolvido antes por van Gannep (2011) ao explicar as fases dos ritos de passagem. A primeira dessas fases seria a separação, na qual o indivíduo é afastado de um grupo, “quer de um ponto fixo anterior na estrutura social, quer de um conjunto de condições culturais (ou ‘estado’), ou ainda ambos” (Turner, 2013, p. 97). Na etapa intermediária, a fase liminar (ou limiar), o indivíduo vivencia sua transição. A ambiguidade é a marca fundamental desta fase. Nas palavras de Turner (2013, p. 98): “As entidades liminares não se situam aqui nem lá; estão no meio e entre as posições atribuídas e ordenadas pela lei, pelos costumes, convenções e cerimonial. [...] a liminaridade frequentemente é comparada à morte, ao estar no útero, à invisibilidade, à escuridão, à bissexualidade, às regiões selvagens e a um eclipse do sol e da lua”. Turner (2013) afirma que, em tais circunstâncias, assiste-se a um “momento situado dentro e fora do tempo, dentro e fora da estrutura social profana que revela, embora efemeramente, certo reconhecimento (no símbolo, quando não mesmo na linguagem) de um vínculo social generalizado que deixou de existir [...]” (Turner, 2013, p. 98). Indivíduos em estado de liminaridade experimentam uma fase intermediária na qual estão distanciados de qualquer condição social (Belhassen, Caton, & Stewart, 2008).

Recentemente Grabowski *et al.* (2017) argumentaram em favor da tese da permanência em um ambiente estranho durante viagens como um rito de passagem moderno. “Nessa perspectiva, o abandono de ambientes conhecidos e a desconexão do antigo *eu* desencadeiam um período de transição à medida que os indivíduos procuram se encaixar em um novo cenário cultural” (McKay, 2019, p. 2010). Os autores sugerem que isso se deve exatamente à oportunidade de refletir sobre o eu e a sociedade a partir da perspectiva da nova cultura (McKay, 2019, p. 2010).

Brown (2013) argumenta que o tempo e o espaço fornecidos pelo turismo possibilitam uma pausa da rotina, oportunizando o silêncio e a reflexão individual. O autor desenvolve um

paralelo com o conceito Heideggeriano de *Speilraum* (espaço livre), no qual o foco é removido do mundo cotidiano, oportunizando vislumbres sobre o futuro. Nessa introspecção, por alguma razão, o indivíduo pode concluir que sua vida lhe é satisfatória. Porém, vislumbres incômodos acerca de aspectos inautênticos de sua vida também podem ocorrer, levando-o a momentos decisivos, aqueles em que os indivíduos são chamados a tomar decisões que têm consequências particulares para o futuro de suas vidas, com consequências definitivas para seu destino (Giddens, 2002, p. 107).

Kim e Jamal (2007) sustentam que a autenticidade existencial está intimamente relacionada às características liminares da experiência turística. Os autores afirmam que os turistas se veem livres das restrições da vida diária, o que lhes permite comportar-se de uma maneira em que não obedecem a normas sociais convencionais e regulamentos estruturadores da vida cotidiana, possibilitando, assim, que desenvolvam novos mundos e experiências sociais que os conduzem a um autêntico senso de si mesmo, ao invés de se perderem em papéis públicos. Os pesquisadores concluem que o relaxamento das normas ou a ausência de controle de comportamentos leva os participantes a agirem de forma mais espontânea e a perceberem que estão sendo verdadeiros consigo mesmos. Esse estado, segundo o entendimento dos autores, é o de autenticidade existencial, que é viabilizado pelo espaço “liminal” proporcionado pela experiência turística.

Kirillova e Lehto (2015) propõem uma perspectiva psicológica para o conceito de autenticidade existencial, tratando-o como um fenômeno multidimensional e dinâmico. Os autores assumem a experiência turística como parte da condição humana e sua busca existencial por sentido ante à consciência de sua finitude, e sustentam que a saída para uma viagem a turismo pode ser descrita como um ciclo, no qual a pessoa vivencia, de forma alternada, a autenticidade existencial e a ansiedade normal.

No período que antecede a viagem, a pessoa está ainda imersa no mundo cotidiano que lhe aliena do real significado de sua vida. Nessa fase, as pessoas substituem a busca existencial por sentido pelo envolvimento em tarefas rotineiras, confundindo o sentido da vida e da existência com o senso de cumprimento, por exemplo, quando realizam de forma produtiva um dia de trabalho. Nesse intervalo prevalece o sentimento de ansiedade proveniente da sensação generalizada, difusa e não consciente de insegurança ontológica (Giddens, 2002) e de ausência de sentido na vida (May, 1980).

Na fase de *ascendência*, já no espaço turístico para onde se dirigiu, o turista entra na “zona liminal” e é tomado pela admiração, pelo encantamento, pelo espanto e pela perplexidade evocados pelo ambiente estranho. Reflexões sobre a vida em sua complexidade e finitude, sobre os próprios valores e crenças começam a emergir, levando a um processo progressivo da sensação de autenticidade existencial e diminuição da ansiedade.

Na fase de “pico” acontece uma catarse, quando a pessoa passa a encarar e aceitar os dilemas existenciais que lhe são impostos. Transformações importantes podem decorrer dessas reflexões, com algumas pessoas optando por um estilo de vida que lhe seja mais significativo e represente melhor o seu *eu* verdadeiro, ou mesmo se sentindo mais à vontade naquele destino turístico, considerando que aquela sociedade está mais alinhada aos seus valores. Uma vez que os níveis de ansiedade são baixos, a pessoa passa a desfrutar do sentimento de existência em sua forma mais pura, sem a necessidade de mascarar suas emoções ou de temer se mostrar em essência. Na fase de “pico”, o indivíduo contempla o significado da vida e tenta construir os sentidos para a sua existência. Essa experiência permite que os indivíduos comecem a enxergar o mundo de uma forma diferente, em geral, compreendendo a multiplicidade de possibilidades de existência e aceitando mais resolutamente as diferenças. Além disso, ao alcançarem um senso maior de autoidentidade, os indivíduos se tornam capazes de estabelecer relacionamentos mais sinceros com outras pessoas.

A última fase, a *descendente*, coincide com o retorno para casa, quando a pessoa precisa confrontar sua vida cotidiana com as normas culturais e sociais que lhe são características e reassumir seus papéis sociais, mas, agora, com uma perspectiva diferente sobre si próprio e sobre o mundo.

Kirilova, Lehto e Cai (2016) verificaram empiricamente o efeito da experiência turística na ansiedade existencial e na autenticidade existencial. Os pesquisadores constataram que a significância percebida da experiência turística era o principal fator de influência na variação dos constructos existenciais, sugerindo que não são as experiências de turismo em si que afetam os resultados existenciais, mas os significados que os turistas atribuem a essas experiências. Os autores verificaram ainda que tanto a ansiedade existencial quanto a autenticidade existencial também eram afetadas pelo tipo de turismo, com as modalidades patrimônio histórico-cultural, passeios, parque temático, mochilão e voluntariado apresentando efeito significativamente maior do que o turismo de sol e praia.

Além disso, os estudiosos atestaram o efeito negativo da dimensão do evento frequentado na viagem, encontrando suporte na literatura para o efeito positivo das viagens solitárias na autenticidade existencial, mas contrariando a literatura que apresenta o fenômeno *communitas* como potencial desencadeador da autenticidade. Por fim, os pesquisadores verificaram o efeito do gênero, com as mulheres apresentando maiores níveis de autenticidade existencial; da idade (quanto mais velhos, maiores a autenticidade existencial e a ansiedade existencial pós viagem); e do nível educacional, com os sujeitos com nível universitário apresentando menores níveis de ansiedade existencial.

2.3 O Existential Concerns Questionnaire [ECQ]

Na literatura, observa-se certo esforço para sintetizar as ideias provenientes da filosofia e da literatura clínica acerca da ansiedade existencial, de modo a permitir a verificação empírica do constructo. Em uma revisão sistemática de instrumentos existentes para avaliar a presença de alguns dos aspectos da ansiedade existencial, van Bruggen, Vos, Westerhof, Bohlmeijer, & Glas (2015) identificaram cinco escalas que cobriam de forma abrangente a ansiedade existencial: (1) *Existential Study* (Thorne, 1973, Thorne & Pishkin, 1973), (2) *Existential Anxiety Scale* [EAS] (Good & Good, 1974), (3) *Existential Anxiety Scale* (Bylski & Westman, 1991), (4) *Fear Scale* (Walters, 2000) e (5) *Existential Anxiety Questionnaire* (EAQ) (Berman, Weems, & Stickle, 2006, Weems *et al.*, 2004).

Em sua avaliação, van Bruggen *et al.* (2015) concluíram que, “[...] em um período de quatro décadas, apenas cinco instrumentos com ampla perspectiva sobre AE [Ansiedade Existencial] foram publicados, e cada um deles foi usado em apenas alguns estudos. Isso pode estar relacionado ao caráter altamente abstrato e talvez também normativo do conceito de AE” (van Bruggen *et al.*, 2015, p. 193). Além disso, os autores consideraram quatro desses instrumentos inapropriados, seja (1) pela ausência de consistência teórica, ao partirem de uma definição não muito clara de ansiedade existencial, seja (2) pela fraca validade de conteúdo, ou ainda, (3) pela falta de uma criteriosa validação de constructo, o que torna esses instrumentos pouco confiáveis.

Dos cinco instrumentos avaliados por van Bruggen *et al.* (2015), apenas o *Existential Anxiety Questionnaire* [EAQ] (Weems *et al.*, 2004) apresentou resultados satisfatórios quanto a confiabilidade e validade. O EAQ possui 13 itens que abrangem a ansiedade em relação à morte, à culpa e à falta de sentido. O instrumento foi desenvolvido com o objetivo de verificação empírica preliminar da teoria existencial de Paul Tillich (2000), embora seus autores tenham sugerido que o conteúdo dos itens poderia ser expandido (van Bruggen *et al.*, 2017).

Com o objetivo de desenvolver uma medida para a ansiedade existencial passível de ser usada tanto em pesquisa empírica quanto na prática clínica, van Bruggen *et al.* (2017) partem das dimensões do *Existential Anxiety Questionnaire* (EAQ) (Weems *et al.*, 2004), mas,

além de Tillich (2000), também se baseiam no *framework* conceitual de Glas (2003), Yalom (1980) e da Teoria da Gestão do Terror (Koole, Greenberg, & Pyszczynsky, 2006). A escala incorporou cinco diferentes preocupações existenciais: (1) *Morte*, abordada em dois aspectos distintos: (a) o fato de que a própria vida acabará em algum momento desconhecido; e (b) a ameaça do mundo como um lugar inseguro, no qual, a qualquer momento, algo potencialmente ameaçador para a vida pode vir a acontecer; (2) *Falta de significado*, a experiência de que os sistemas de significado são relativos, existindo muitos deles, e que as próprias ideias sobre o significado do mundo não são suficientes para convencer as outras pessoas; (3) *Culpa*; por ser um conceito diferenciado e complexo em si, os autores escolhem enfatizar a experiência de não se poder satisfazer as próprias expectativas sobre a vida; (4) *Isolamento social*, a experiência de não se estar conectado a outras pessoas e não se conseguir compartilhar plenamente a perspectiva de outra pessoa; e (5) *Identidade*, não possuir o pleno conhecimento sobre si mesmo, juntamente com as inconsistências da experiência sobre si mesmo e o mundo.

Os itens que representavam quatro das cinco questões existenciais teorizadas – ansiedade relacionada à *falta de sentido*, *culpa*, *isolamento* e *identidade* – foram carregados num único fator, o que, na conclusão dos autores, reforça sua tese de que uma conceituação de ansiedade existencial que vai além da ansiedade relacionada à morte faz sentido. O instrumento apresentou boas propriedades psicométricas (consistência interna, confiabilidade teste-reteste, validades de constructo e incremental).

3 Material e métodos

Este estudo seguiu abordagem quantitativa, no qual foi realizado um *survey* utilizando um questionário como instrumento de coleta de dados. Os 22 itens do *Existential Concerns Questionnaire* [ECQ] foram primeiramente traduzidos para o português e depois adaptados para o contexto da pesquisa, que solicitava que os respondentes se recordassem da viagem mais significativa de suas vidas até o momento, aquela que foi determinante para a definição de quem eles eram como indivíduos ou aquela que mais os ajudaram em escolhas decisivas para suas vidas.

A adaptação dos itens se deu mais no modo temporal com que algumas frases eram construídas, de modo a refletir mais de perto uma possível lembrança. A fim de garantir a validade de face dos itens, além do julgamento de três especialistas, o questionário foi pré-testado em duas pequenas amostras, a primeira com 12 sujeitos e a segunda com 10. No primeiro teste foi detectado um item que gerava ambiguidade, e, em outro, dificuldade de compreensão. Esses dois itens foram reescritos com termos menos imprecisos. No segundo teste, nenhum problema de compreensão, inteligibilidade ou ambiguidade foi detectado, chegando-se à versão final do questionário.

O instrumento de coleta foi autoadministrado e, após a solicitação da recordação da viagem mais significativa, pedia-se que o respondente avaliasse o quanto cada uma das 22 afirmações do ECQ se aproximava das reflexões que fez ou dos sentimentos pelos quais passou a partir das experiências vivenciadas na viagem. As respostas foram registradas em uma escala que variava de 1 (= *Nada a ver com minhas reflexões e sentimentos*) a 10 (= *Tudo a ver com minhas reflexões e sentimentos*).

Os respondentes foram recrutados em universidades e pela internet. No primeiro caso, a estratégia foi a visita a instituições de educação superior e a explicitação dos objetivos da pesquisa ao corpo de diretores e coordenadores de curso, com o intuito de obter autorização. Uma vez autorizada a realização da pesquisa, os sujeitos eram recrutados em sala de aula com a ajuda dos respectivos docentes, e lhes era explicado sobre sua livre decisão de participar ou não da pesquisa, bem como quais eram seus objetivos. No caso do recrutamento via internet, a estratégia foi a divulgação em redes sociais e *e-mail* do link que levava à versão digital do questionário.

Após a avaliação inicial, os dados foram submetidos a procedimentos de verificação e tratamento de dados ausentes, *outliers* e normalidade. O método de análise de dados utilizado para o estudo foi a análise fatorial. A amostra final consistiu de 569 sujeitos. Devido à escolha não-aleatória dos indivíduos, a amostra é classificada como não-probabilística por conveniência.

4 Resultados e discussão

4.1 Perfil sociodemográfico da amostra

Os 569 sujeitos da amostra tinham em média 29,22 anos, em sua grande maioria solteiros (61,6%), com ensino médio completo (48,4%). Uma pequena maioria (53,6%) era do gênero masculino. A tabela 1 a seguir detalha o perfil sociodemográfico da amostra.

Table 1 – Perfil sociodemográfico da amostra

Gênero		Masculino 53,6%				Feminino 46,4%	
Status marital	Solteiro	Casado	Separado / Divorciado	União estável	Viúvo		
	61,6%	25,7%	6,7%	5,1%	0,9%		
Educação formal	Fund.	Médio	Superior	Espec./MBA	Mestrado	Doutorado	
	0,9%	48,4%	24,9%	11,1%	11,0%	3,7%	
Idade	Média	Mediana	Moda	Desvio padrão	Assimetria	Curtose	Min. Max.
	29,22	26	19	11,153	1,368	1,534	18 74

Fonte: Elaborado pelos autores.

4.2 Dimensionalidade do *Existential Concerns Questionnaire*

Os 22 itens adaptados do ECQ foram submetidos à análise das componentes principais com rotação varimax. O teste Kaiser-Meyer-Olkin de adequação da amostra ($KMO = 0,932$) e o de esfericidade de Bartlett ($\chi^2 = 4873,541$; 153 g.l.; $p < 0,001$) indicaram a viabilidade da análise fatorial para os dados. Itens com cargas fatoriais inferiores a 0,500 ou carregados em mais de um fator foram excluídos. Como consequência, 4 itens foram eliminados. Na solução final, dois fatores responsáveis por 51,319% da variância total foram extraídos. A Tabela 2 sintetiza os resultados da análise fatorial exploratória.

O primeiro fator foi formado por 11 indicadores que refletiam diferentes aspectos da ansiedade existencial teorizados pelo ECQ, sugerindo a dimensão *Ansiedade existencial ampla* do estudo original, embora com um item que pertencia originalmente à segunda dimensão do estudo de van Bruggen *et al.* (2017) [item EC_010, pertencente à dimensão original *Ansiedade da morte*]. Os indicadores suscitavam em conjunto sentimentos de “vazio”, de ausência de sentido acerca da vida, de culpa, de isolamento, de desconhecimento sobre si mesmo, e de insegurança quanto às escolhas a serem feitas na vida.

Na teoria de Tillich (2000), as duas primeiras questões existenciais – falta de sentido e culpa – dizem respeito, respectivamente, a duas ameaças do *não-ser* ao *ser*, a *autoafirmação espiritual* e a *autoafirmação moral* do homem. Esta última é colocada em xeque quando os indivíduos se sentem aquém de suas potencialidades e não conseguem realizá-las, enquanto que a primeira é ameaçada a partir da sensação de vazio proveniente da consciência da falta de significado na vida. Quando colocadas em conjunto com o (1) isolamento social – a experiência de não se estar conectado a outras pessoas e não conseguir compartilhar plenamente sua perspectiva – e a (2) insegurança acerca de quem se é, de não possuir o conhecimento sobre si mesmo, além das inconsistências da experiência sobre si mesmo e o mundo (identidade), sugere-se a sensação de vazio e de insignificância em relação à própria existência. Por esta razão, o fator foi nomeado de *Vazio existencial*. Segundo May (1996), a sensação de vazio

provém da incapacidade para se fazer algo de eficaz a respeito da própria vida e do mundo em que vivemos. Segundo o autor, “O vácuo interior é o resultado acumulado, a longo prazo, da convicção pessoal de ser incapaz de agir como uma entidade, de dirigir a própria vida, modificar a atitude das pessoas em relação a si mesmo, ou exercer influência sobre o mundo que nos rodeia” (May, 1996, p. 22).

Tabela 2 – Solução fatorial do *Existential Concerns Questionnaire*

Fator	Itens	Carga fatorial	h ²	Variância explicada (%)	Média	Desvio padrão	α
Vazio existencial	EC_001_Ansiedade com a ideia do significado que a vida poderia ter.	0,630	0,399	43,638	5,968	3,017	0,880
	EC_002_Assustado com o tanto de opções oferecidas pela vida.	0,561	0,347		5,449	3,042	
	EC_003_Preocupação por “não me sentir em casa no mundo”, como se eu não pertencesse a esse mundo.	0,715	0,526		3,950	2,997	
	EC_006_Preocupação com o significado da vida.	0,600	0,435		5,007	3,189	
	EC_008_Ansiedade por perder o contato comigo mesmo, meu eu verdadeiro.	0,730	0,582		3,572	3,000	
	EC_009_Incômodo com a ideia de eu estar, de fato, sozinho nessa vida.	0,576	0,489		3,690	3,033	
	EC_010_Ansiedade pelo fato de minha vida estar passando.	0,596	0,519		5,284	3,350	
	EC_012_Preocupação em não viver a vida que eu poderia estar vivendo.	0,555	0,454		5,548	3,204	
	EC_013_Medo em saber que as pessoas nunca me conhecerão profundamente.	0,537	0,483		3,946	3,058	
	EC_019_Ansiedade por sentir que existe uma distância entre mim e as outras pessoas.	0,561	0,478		4,043	3,016	
Morte e Finitude	EC_022_Receio por não conseguir me conhecer em um nível mais profundo.	0,538	0,456	7,681	4,156	3,164	0,876
	EC_004_Sensação de ameaça pelo simples fato de existir, como se, a qualquer momento, algo terrível fosse acontecer comigo.	0,527	0,512		3,411	2,876	
	EC_005_Medo por saber que a qualquer momento eu poderia morrer.	0,730	0,590		3,407	3,030	
	EC_014_Preocupação pelo fato de que, de repente, algo terrível poderia acontecer comigo.	0,752	0,672		3,868	3,130	
	EC_015_Afastar os pensamentos de que a vida acabará.	0,690	0,482		4,237	3,216	
	EC_017_Medo de morrer sem ter vivido o melhor da vida.	0,657	0,518		5,370	3,608	
	EC_020_Ansiedade ou preocupação por perceber o quão vulnerável meu corpo é aos perigos da vida.	0,716	0,629		4,347	3,126	
	EC_021_Ansiedade ou preocupação por ter que deixar tudo quando chegar o momento de morrer.	0,791	0,668		3,372	2,994	

Fonte: Elaborado pelos autores.

A consistência interna entre os 11 itens do fator medida pelo α de Cronbach foi elevada ($\alpha = 0,880$). A média geral do fator ($\bar{x} = 4,601$) ficou abaixo da mediana da escala ($Md = 5,5$), indicando que as lembranças da viagem mais significativa traziam algum resquício de sentimentos relacionados à ansiedade existencial experienciada, ainda que de modo pouco intenso.

Em relação ao segundo fator, consistentemente com o estudo de van Bruggen *et al.* (2017), os itens relacionados à *Ansiedade da morte*, nos dois aspectos considerados pelos pesquisadores – a consciência da própria finitude e a ameaça à própria existência – foram carregados conjuntamente na mesma dimensão, explicando 7,681% da variância total. A consistência interna dos 7 itens que formaram o fator também foi alta ($\alpha = 0,876$). O fator foi então batizado de *Morte e Finitude*. A média geral do fator ($\bar{x} = 4,002$) também ficou abaixo da mediana da escala ($Md = 5,5$), indicando reminiscências de ansiedade em relação à morte e à consciência da própria finitude durante as experiências vivenciadas na viagem mais significativa para os sujeitos. No estudo de van Bruggen *et al.* (2017), com exceção dos itens representativos da *Ansiedade da morte*, todos os demais itens apresentaram alguma inter-relação, levando os pesquisadores a vislumbrarem a possibilidade de a *Ansiedade da morte* possuir um papel particular na construção da ansiedade existencial.

O terror (pavor / desespero) é o medo potencial decorrente da consciência da terrível verdade de que “[...] nós, seres humanos, somos meramente animais transientes tentando sobreviver em um universo sem sentido, destinados apenas a morrer e a decair” (Pyszczynsky, Greenberg, Solomon, Arndt, & Schieel, 2004, p. 436). A espécie humana evoluiu ao ponto de desenvolver capacidades cognitivas que lhe permitiram a autoconsciência, garantindo-lhe, por um lado, enorme vantagem em relação às demais espécies (Kesebir & Pyszczynsky, 2012). Aliada a outras capacidades exclusivamente humanas, como a linguagem, o pensamento simbólico, o raciocínio causal e a imaginação, a autoconsciência reflexiva tem sido fundamental para a formação da sociedade e da cultura humanas com o grau de complexidade que lhes é característico (Kesebir & Pyszczynsky, 2012). Por outro lado, tais capacidades também trouxeram à tona algumas verdades, como o reconhecimento dos próprios limites físicos e a certeza da mortalidade (Kesebir & Pyszczynsky, 2012). Essa consciência acerca da própria finitude provocou profundo desconforto ao espírito humano, abalando sua autoestima (Kesebir & Pyszczynsky, 2012).

Na perspectiva de Tillich (2000), a consciência da morte corresponde à ameaça à *autoafirmação ôntica* do homem, relativamente em termos de destino e absolutamente em termos da própria morte. A consciência da finitude física dá origem à ansiedade do destino e da morte ou ansiedade ontológica.

A terceira dimensão observada no estudo de van Bruggen *et al.* (2017), a dimensão *Evitação*, não foi verificada na análise empreendida com os itens modificados do *Existential Concerns Questionnaire*. Com exceção do item EC_015, que faz menção explícita a pensamentos de morte [*Afastar os pensamentos de que a vida acabará*], nenhum dos demais itens representativos dessa dimensão apresentou cargas fatoriais nos limites mínimos, tendo sido então excluídos na solução final.

5 Conclusão

A pesquisa traz algumas contribuições para a os estudos da ansiedade existencial em experiências de turismo. O estudo verificou a dimensionalidade e a consistência interna do itens de um instrumento de avaliação da ansiedade existencial ainda pouco testado em contextos diferentes. O *Existential Concerns Questionnaire* se mostrou eficiente no levantamento das preocupações existenciais em uma amostra de indivíduos que avaliaram retrospectivamente as preocupações existenciais experienciadas durante a viagem que consideraram mais significativa para suas vidas. As duas dimensões extraídas representaram bem o *framework* teórico que

fundamentou o instrumento e apresentou evidência de que a *Ansiedade da morte* pode representar um papel particular na construção da ansiedade existencial, tal como sugerido no estudo original de van Bruggen *et al.* (2017). A dimensão *Vazio existencial* foi a que mais explicou a variação dos dados e pareceu representar melhor o conceito de ansiedade existencial em sentido lato. Essa dimensão sintetizou todas as demais conceptualizações acerca da ansiedade existencial teorizadas por van Bruggen *et al.* (2017): *Falta de significado, Culpa, Isolamento social, e Identidade, reproduzindo a dimensão ansiedade existencial ampla da escala original.*

A verificação empírica da ansiedade existencial no contexto do turismo é muito recente, carecendo de mais estudos. Nesse sentido, avaliar a ansiedade existencial em diferentes segmentos turísticos pode trazer elementos de análise que permitam associar diferentes níveis de ansiedade existencial a segmentos específicos de turismo. O *dark tourism*, por exemplo, pode evocar maior ansiedade existencial que o turismo em sítios históricos e este do que o turismo de sol e praia. Ademais, em um mesmo segmento de turismo, respostas variadas à ansiedade existencial podem ser captadas em diferentes faixas etárias, gênero e tipo de viagem – acompanhado ou não acompanhado, pacote turístico ou viagem sozinho, etc.

Apesar de suas contribuições, a pesquisa não verificou a ansiedade existencial diretamente de turistas e nenhum procedimento de verificação de validade de constructo para as dimensões da ansiedade existencial foi adotado. Além disso, a ansiedade existencial foi mensurada a partir de memórias de viagens, o que pode evocar visões cognitivas relacionadas à memória. Pesquisas futuras podem contornar essas limitações.

Considerando que a ansiedade existencial é inerente à condição humana, trazer esse constructo para os estudos no campo do turismo pode abrir grandes possibilidades de interpretação e pesquisas. No contexto da presente investigação, a ansiedade existencial foi abordada como um provável elemento do desenvolvimento da identidade e verificada a partir das memórias de viagens significativas.

Referências

- Bagnoli, A. (2009). On 'An introspective journey': Identities and travel in young people's lives. *European Societies*, 11 (3), 325–345.
- Belhassen, Y., Caton, K., & Stewart, W. P. (2008). The search for authenticity in the pilgrim experience. *Annals of Tourism Research*, 35 (3), 668–689.
- Berman, S. L., Weems, C. F., & Stickle, T. R. (2006). Existential anxiety in adolescents: Prevalence, structure, association with psychological symptoms and identity development. *Journal of Youth and Adolescence*, 35 (3), June, 303–310. DOI: 10.1007/s10964-006-9032-y.
- Brown, L. (2013). Tourism: a catalyst for existential authenticity. *Annals of Tourism Research*, 40, 176–190.
- Bylski, N. C., & Westman, A. S. (1991). Relationships among defense style, existential anxiety, and religiosity. *Psychological Reports*, 68 (3), 1389–1390.
- Cohen, E. (1979). A Phenomenology of tourist experience. *Sociology*, 13, 179–201.
- Giddens, A. (2002). *Modernidade e identidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Glas, G. (2003). Anxiety – animal reactions and the embodiment of meaning. In Fulford, B., Morris, K., Sadler, J. Z., & Stanghellini, G. (Eds.), *Nature and narrative; An introduction to the new philosophy of psychiatry*, Oxford: Oxford University Press, 231–249.
- Good, L. R., & Good, K. C. (1974). A preliminary measure of existential anxiety. *Psychological Reports*, 34, 72–74.

- Grabowski, S., Wearing, S., Lyons, K., Tarrant, M., & Landon, A. (2017). A rite of passage? Exploring youth transformation and global citizenry in the study abroad experience. *Tourism Recreation Research*, 42, 139–149. DOI: 10.1080/02508281.2017.1292177.
- Hirschorn, S., & Hefferon, K. (2013). Leaving it all behind to travel: Venturing uncertainty as a means to personal growth and authenticity. *Journal of Humanistic Psychology*, 53 (3), 283–306.
- Kesebir, P., & Pyszczynsky, T. (2012). The role of death in life: Existential aspects of human motivation. In Ryan, R. M. (Ed.), *The Oxford handbook of human motivation*, New York: Oxford University Press, 43–64.
- Kim, H., & Jamal, T. (2007). Tourist quest for existential authenticity. *Annals of Tourism Research*, 34 (1), 181–201.
- Kirillova, K. (2019). Existentialism and tourism: new research avenues. *International Journal of Tourism Cities*, 5 (3), 429–442. DOI: 10.1108/IJTC-02-2019-0033.
- Kirillova, K., Lehto, X. (2015). An existential conceptualization of the vacation cycle. *Annals of Tourism Research*, 55, 110–123.
- Kirillova, K., Lehto, X., & Cai, L. (2016). Existential authenticity and anxiety as outcomes: The tourist in the experience economy. *International Journal of Tourism Research*, 19 (1), 13–26.
- Koole, S. L., Greenberg, J., & Pyszczynsky, T. (2006). Introducing science to the psychology of the soul: Experimental existential psychology. *Current Directions in Psychological Science*, 15, 212–216.
- Layland, E. K., Hill, B. J., & Nelson, L. J. (2018). Freedom to explore the self: How emerging adults use leisure to develop identity. *Journal of Positive Psychology*, 13, 78–91. DOI: 10.1080/17439760.2017.1374440.
- May, R. (1980). *O significado de ansiedade; As causas da integração e desintegração da personalidade*. Rio de Janeiro: Zahar Editores.
- May, R. (1996). *O homem à procura de si mesmo*. 23 ed. Petrópolis: Vozes.
- McKay, S., Lannegrand-Willems, L., Skues, J., & Wise, L. (2019). Emerging adult identity development during sojourn experiences: Theoretical suggestions and new research opportunities. *Psicologia sociale*, 2, p. 205–34. DOI: 10.1482/94266
- Pyszczynsky, T., Greenberg, J., Solomon, S., Arndt, J., & Schieel, J. (2004). Why do people need self-esteem? A theoretical and empirical review. *Psychological Bulletin*, 130, 435–468.
- Shepherd, R. J. (2015). Why Heidegger did not travel: Existential angst, authenticity, and tourist experiences. *Annals of Tourism Research*, 52, 60–71.
- Thomson, R., & Taylor, R. (2005). Between cosmopolitanism and the locals: Mobility as a resource in the transition to adulthood. *Young*, 13 (4), 327–342.
- Thorne, F. C. (1973). Existential study: A measure of existential status. *Journal of Clinical Psychology*, 29, 387–392. DOI: 10.1002/1097-4679(197310)29:4<387::aid-jclp2270290402>3.0.co;2-8.
- Thorne, F. C., & Pishkin, V. (1973). A comparative study of the factorial composition of responses on the existential study across clinical groups. *Journal of Clinical Psychology*, 29, 403–410. DOI: 10.1002/1097-4679(197310)29:4<403::AID-JCLP2270290404>3.0.CO;2-J.

- Tillich, P. (2000). *The courage to be*. 2. ed. New Haven, USA; London, UK: Yale University Press.
- Turner, V. W. (2013). *O processo ritual*. Petrópolis: Vozes.
- van Bruggen, V., ten Klooster, P., Westerhof, G., Vos, J., de Kleine, E., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2017). The Existential Concerns Questionnaire (ECQ) – Development and initial validation of a new existential anxiety scale in a nonclinical and clinical sample. *Journal of Clinical Psychology*, 73 (12), 1–12. DOI: 10.1002/jclp.22474.
- van Bruggen, V., Vos, J., Westerhof, G., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2015). Systematic review of existential anxiety instruments. *Journal of Humanistic Psychology*, 55 (2), 173–201. DOI: 10.1177/0022167814542048.
- Walters, G. D. (2000). State-trait anxiety and existential fear: An empirical analysis. *Personality and Individual Differences*, 30, 1345–1352. DOI:10.1016/s0191-8869(00)00116-1.
- Wang, N. (1999). Rethinking authenticity in tourism experience. *Annals of Tourism Research*, 26 (2), 349–370.
- Weems C. F., & Berman S. L. (2018). Existential Anxiety. In: Levesque, R. J. R (ed.), *Encyclopedia of Adolescence*, Springer, Cham, 1257–1263.
- Weems, C. F., Costa, N. M., Dehon, C., & Berman, S. L. (2004). Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical examination. *Anxiety, Stress, & Coping*, 17, 383–399. DOI:10.1080/10615800412331318616.
- Wood, A., Linley, P., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: a theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55 (3), 385–399. DOI: 10.1037/0022-0167.55.3.385.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.