O CUIDADO DE SI E A ÉTICA: contribuições para a psicologia

Sarah Fernanda Milani Guilhermino*
Marco Antônio Faccione Berbel**

JUSTIFICATIVA

Michel Foucault (1926-1984) é um filósofo que lança um olhar investigativo para o sujeito. Entre os inúmeros problemas abordados neste processo, esta tarefa tem o intuito de compreender como o indivíduo constrói seu conceito de verdade. De maneira geral, o autor identifica duas formas de organização do sujeito. Por um lado, ele se organiza por imposições exteriores, o meio ao qual está inserido e, por outro, por sua relação consigo mesmo, reflexões constantes sobre suas ações e atitudes. Foucault faz um recuo histórico para tentar explicar como o sujeito compreendia o conceito de verdade e como esse conceito está relacionado com o cuidado de si (FILOMENA, 2006).

> A primeira delas está relacionada ao campo de aplicação do preceito, que neste primeiro momento está restrito aos jovens aristocratas que vão um dia governar a cidade. O preceito do cuidado de si está assim ainda atrelado a determinado status social. A segunda condição para o exercício do cuidado de si está posta no objetivo que este tem. Objetivo que o cuidado de si tem para estes jovens aristocratas é exercer o poder sobre os outros. A finalidade do cuidado de si está ainda colocada fora dele, está colocada no governo dos outros. Finalmente, uma terceira condição do aparecimento do cuidado de si na ética socrático-platônica é que este preceito era considerado sob um de seus aspectos apenas, o do conhecimento de si. (GRABOIS, 2011 p. 9).

Nota-se que o retorno aos gregos, permite entender que a forma de exercer a si mesmo relaciona-se com as reflexões feitas a partir de condutas e atitudes que os jovens aristocratas tinham sobre si e sobre os outros. Inicialmente, o cuidado de si tinha essencialmente esse olha para si mesmo, para sua alma, entretanto, no decorrer da história, o cuidado de si passa a ser substituído pelas práticas de conhecimento, ou seja, ocupar-se com as coisas (riqueza, fama, poder) (FOUCAULT, 1982). O sujeito moral, molda, guia e afeta sua conduta. Na sociedade contemporânea, existe um aparato de ideologias que vão aperfeiçoar o modo de

*Acadêmica de Psicologia da Faculdade União de Campo Mourão – UNICAMPO.
**Mestre em Filosofia pela Universidade de São Paulo – USP. Docente da Faculdade União de Campo Mourão – UNICAMPO.
ISSN: 2358-5803

conhecer-te a ti mesmo, o que é chamado por Foucault de ética de si (HAETINGER, 2010).

Desse modo, as práticas de si são as formas de ser e pensar, que produzem subjetividade promovendo a capacidade de olhar para si mesmo e pensar “quem eu sou", ocupando-se consigo mesmo, permitindo transformar seu pensamento em ação. Entretanto, voltar-se para si mesmo, exige um exercício de tarefas para que se consiga criar essa relação entre o “eu” e o mundo externo. (GRABOIS, 2011).

Assim, o cuidado de si é a capacidade de voltar-se para si mesmo, o que, muitas vezes, o sujeito não consegue fazer sozinho, necessitando da ajuda de outro para operar sobre seu corpo, sua alma e seu pensamento. Além disso, propicia o sujeito a ver a verdade no interior do conhecimento, estabelecendo seu modo de ser e sua conduta, o que muitas vezes, torna-se uma tarefa difícil, porque, o mundo externo cria padrões de normalidade que devem ser seguidos, causando, na maioria das vezes, o distanciamento entre o sujeito e sua essência.

Portanto, Foucault apresenta uma proposta diferente para pensar o sujeito em si mesmo e sua capacidade de transformação.

> Primeiramente, o tema de uma atitude geral, um certo modo de encarar as coisas, de estar no mundo, de praticar ações, de ter relações com o outro. A.epiméleia heautou é uma atitude - para consigo, para com os outros, para com o mundo.
> Em segundo lugar, a epiméleia heautou é também uma certa forma de atenção, de olhar. Cuidar de si mesmo implica que se converta o olhar, que se o conduza do exterior para eu ia dizer" o interior"; deixemos de lado esta palavra (que, como sabemos, coloca muitos problemas) e cligamos simplesmente que é preciso converter o olhar, do exterior, dos outros, do mundo, etc. para si mesmo" . O cuidado de si implica uma certa maneira de estar atento ao que se pensa e ao que se passa no pensamento. Há um parentesco da palavra epiméleia com meléte, que quer dizer, ao mesmo tempo' exercício e meclitação assunto que também trataremos de elucidar.
> Em terceiro lugar, a noção de epiméleia não designa simplesmente esta atitude geral ou esta forma de atenção voltada para si. Também designa sempre algumas ações, ações que são exercidas de si para consigo, ações pelas quais nós assumimos, nos modificamos, nos purificamos, nos transformamos e nos transfiguramos. Daí, uma série de práticas que são, na sua maioria, exercícios, cujo destino (na história da cultura, da filosofia, da moral, da espiritualidade ocidentais)
> será bem longo. São, por exemplo, as técnicas de meditação"; as de memorização do passado; as de exame de consciência"; as de

> verificação das representações na medida em que elas se apresentam ao espírito, etc (FOUCAULT, p.14, 1982).

O objetivo de Foucault era, mostrar como o esforço para pensar sobre a própria história poderia levar a uma forma diferente de pensar sobre si e sobre os outros, mostrando que o método de práticas de si, oferece a possibilidade de aprender em que medida o esforço para se pensar a própria história pode libertar o pensamento do que ele pensa silenciosamente, e então capacitá-lo a pensar de maneira diferente" (OKSALA, 2011 p. 115)

OBJETIVO GERAL

Investigar como Foucault concebe o cuidado de si e a sua dimensão ética a partir de suas reflexões expostas nos textos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Compreender o que é cuidado de si;

Investigar a concepção ética de Foucault;

Expor como o cuidado de si está relacionado à ética;

Contribuições para a psicologia.

METODOLOGIA

Para realizar essa pesquisa será utilizado como método revisão bibliográfica. Este é caracterizado pela análise de artigos e livros que tratam do assunto sobre o cuidado de si. Esse método é conduzido por uma verificação de fontes bibliográficas de referência permitindo a obtenção rápida das informações requeridas ou a localização das obras que as contém. A abordagem desse projeto possui um viés filosófico (GIL, 2002).

BIBLIOGRAFIA BÁSICA

FILOMENA, N. **O "Cuidado De Si" Na Hermenêutica Do Sujeito De Michel Foucault.** Palestra apresentada no II Encontros com a Filosofia, em 9 de novembro de 2006. Disponível em: http://en-fil.net/ed1/conteudo/archives/ed001_Nadia.pdf

FOUCAULT, M. **A Hermenêutica do Sujeito.** São Paulo: Ed. Martins Fontes LTDA. 2006

FOUCAULT, M. **História da sexualidade 3:** o cuidado de si. Rio de Janeiro: Edições Graal LTDA. 1985.

GIL, A. C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa.** 4ª Ed. São Paulo: Editora Atlas S.A., 2002.

GRABOIS, P. F. **Sobre a articulação entre cuidado de si e cuidado dos outros no útimo Foucault:** um recuo histórico à Antiguidade. Ensaios filosóficos, Volume III – Abril 2011. Disponível em: http://www.ensaiosfilosoficos.com.br/Artigos/Artigo3/Pedro_Grabois.pdf

HAETINGER, J. F. **A Ética Do Cuidado De Si Como Prática De Liberdade E Exercício Da Virtude Em Michel Foucault.** Universidade do Vale do Rio dos Sinos, UNISINOS. XI Salão de Iniciação Científica – PUCRS, 09 a 12 de agosto de 2010. Disponível em: http://www.pucrs.br/edipucrs/XISalaoIC/Ciencias_Humanas/Filosofia/83053JOAOFRANCISCOHAETINGER.pdf

OKSALA, J. **Como Ler Focault.** Tradução Maria Luiza X. de A. Borges; revisão técnica Alfredo Veiga Neto, Karla Saraiva – Rio de Janeiro: Zahar, 2011.

CRONOGRAMA

ETAPAS	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV
Delimitação do tema e inicio das orientações acadêmicas	■									
Correções do pré - projeto.		■								
Correção do pré-projeto e entrega apresentação do projeto.			■	■						
Inicio da construção do Artigo					■					
Construção do artigo e supervisões acadêmicas para correção						■	■			
Correção final do artigo								■		
Entrega do artigo									■	
Apresentação das bancas finais										■