

## RESUMO

O presente trabalho apresenta como tema A psicologia e o aconselhamento pastoral, como instrumento na promoção da saúde emocional do indivíduo. Para essa análise foi necessário observar o empenho de pessoas que se dispõem a ajudar pessoas com problemas emocionais. O objetivo geral deste trabalho é: Compreender a importância da psicologia associada ao aconselhamento pastoral como instrumento de influência na vida das pessoas e suas características. Quanto à pesquisa, foi bibliográfica. Esse trabalho buscou mostrar a atuação do conselheiro espiritual e a importância da psicologia na vida das pessoas. Também compreende na reflexão dos problemas ocasionados por emoções desajustadas e suas consequências na vida das pessoas.

**Palavras – chave:** Psicoterapia. Aconselhamento Pastoral. Cura das emoções.

## INTRODUÇÃO

O interesse em pesquisar sobre a psicologia e o aconselhamento pastoral, como instrumento na promoção da saúde emocional da pessoa, fazendo com que estes superem suas dificuldades emocionais proporcionando mudanças de atitudes e comportamentos.

Assim sendo, a definição do problema que norteou o presente estudo foi: Como a psicologia e o aconselhamento pastoral contribuem para o processo de cura emocional das pessoas?

Este trabalho apresenta de forma aberta a importância da psicologia, assim como atuação do conselheiro espiritual no processo de cura das doenças emocionais. Para isso, foi organizado da seguinte forma.

No primeiro capítulo é apresentado o conceito de conselheiro espiritual e também suas atribuições diante do desafio de acompanhar pessoas no processo de cura das emoções. Procura mostrar também nos capítulos posteriores, os traumas que acometem as pessoas e suas consequências, assim como a cura ou reparo emocional promovido pela psicoterapia pastoral.

Quanto à metodologia aplicada a este trabalho, foi realizada pesquisa bibliográfica através de literaturas e artigos publicados em sites, onde forneceu material substancial para construção de conceitos estruturadas neste trabalho.

## 1 ACONSELHAMENTO ESPIRITUAL

No processo de cura das emoções o aconselhamento pastoral é um instrumento que utilizado junto a outros recursos permite que a pessoa caminhe em direção a sua cura. Para Danon (2003, p. 37), aconselhamento é:

[ ] Um processo de interação entre conselheiro (counselor) e um cliente, ou mais clientes, que aborda vários temas, como: na área social, o ambiente cultural, culturais, econômicos e emotivos. Pode concentrar-se sobre o modo de enfrentar e resolver problemas específicos, favorecer um processo decisório, ajudar a superar uma crise, melhorar os relacionamentos com os outros, facilitar o desenvolvimento, aumentar o conhecimento, a consciência de si e permitir a elaboração de emoções e conflitos interiores. (Danon, 2003, p. 36).

Segundo Danon (2003, p. 37), o aconselhamento tem por fim proporcionar “uma vida mais satisfatória e rica de recursos, seja como indivíduos, seja como membros de uma sociedade mais ampla”.

Para Schneider-Harpprecht, (1998, p. 23), aconselhamento é “ajudar a pessoa com problemas de saúde, problemas psíquicos, sociais ou religiosos através de curto ou médio prazo com uma pessoa ou um grupo qualificado”.

Segundo Clinebell (1976), a finalidade maior do aconselhamento pastoral é “libertar”, “potencializar” e “sustentar integralidade centrada no espírito”. O aconselhamento tem como objetivo “facilitar ao máximo o desenvolvimento de uma pessoa, em cada estágio da vida”, a fim de que o aconselhando torne-se também um instrumento no sentido de auxiliar outras pessoas.

Para Friesen (2000, p. 26), o aconselhamento busca “tratar das tensões interiores e dos diferentes complexos que interferem na qualidade de vida”, na proporção leva as pessoas a livrar-se das “atitudes inadequadas e distorções de percepção quanto à realidade”, assim como “dos medos, culpas e das iras inadequadas”.

Na visão de Bootz (2003), o aconselhamento exige um esforço na busca de conhecimento em áreas distintas do conhecimento humano, objetivando um melhor atendimento aos que buscam auxílio. Sobre isso, Bootz (2003) diz:

[ ] Enfim, o diálogo interdisciplinar, muito importante para o desenvolvimento de uma prática de aconselhamento pastoral coerente com o contexto de vida (social, econômica, política está preenchendo a prática pastoral com recursos

das áreas humanas e concomitante, escasseando o espaço dos recursos espirituais.

Nota-se, que de acordo com os estudos de Schneider-Harpprecht (1998), em que desperta para a preocupação de empregar recursos espirituais, para o aconselhamento pastoral familiar.

De acordo com Rigotto e Gomes (2002, p. 102), “a religião é vista como algo que dá sentido e parece contribuir para o esforço de alcançar níveis mais elaborados de relacionamentos com o mundo externo”.

Segundo Sanchez e Nappo (2008, p. 269) afirmam que:

[ ] A fé promove a qualidade de vida. A adoração de referenciais da religião faz com que o fiel confie na proteção de Deus e respeite as normas e valores impostos pela religião, melhorando a qualidade de vida dos adeptos. Esse comportamento levaria ao afastamento natural das drogas, à falta de interesse impulsionada pelo medo ou apenas pela conscientização da degradação moral associada ao abuso destas substâncias. O entendimento das dificuldades, a partir da perspectiva espiritual apoiado na fé, acaba proporcionando afastamento natural de atitude contrárias a moral difundida pela religião. Além disso, o fato de se contar com a ajuda irrestrita de Deus gera um amparo constante, conforto e bem-estar. (Nappo, 2008, p. 269).

A fé acompanhada de oração produz estímulos positivos, uma vez que a pessoa se religa consigo, com o Criador e com o mundo, através da espiritualidade. Sobre isso, Sanchez (2006, p. 29), afirma que “a espiritualidade é uma característica única e individual, que pode ou não incluir a crença em um Deus”.

Para Barry e Connolly (1999), O Conselheiro espiritual possuía responsabilidade de conduzir pessoa a um caminho em direção a Deus. Barry (2005), diz que, o aconselhamento espiritual está alicerçado na certeza de que Deus se relaciona com o ser humano.

O aconselhamento espiritual se apresenta como uma ajuda oferecida ao Cristão:

[ ] Ajuda essa que capacita outro a prestar atenção a comunicação pessoal de Deus com ele, a responder a esse Deus pessoalmente comunicante, a aumentar a sua intimidade com ele e a viver as consequências desse relacionamento. (Barry e Connolly, 1999, p. 22).

O Conselheiro espiritual é alguém que presta amparo as pessoas com dificuldades, proporcionando ajuda a fim de que cheguem à solução de seus

problemas. Dessa forma, é necessário que este busque se capacitar observando os aspectos, éticos, espirituais e teológicos:

[ ] O Conselheiro Pastoral (ou espiritual) não é simplesmente o confessor, é o fruto de uma longa evolução e de uma original colaboração entre teologia e ciência do comportamento, entre religião e ciência. Nos Estados Unidos, o conselheiro pastoral trabalha em estreita colaboração com os serviços de higiene mental e com as comunidades religiosas locais e oferece uma válida contribuição ao enfrentar e, sobretudo, ao prevenir muito sofrimento social, problemas ligados à droga, ao álcool, conflitos familiares, violência, depressão, suicídio, delinquência juvenil e outros. Além dos lugares de culto (igrejas, sinagogas), atua no âmbito dos hospitais, presídios, universidades, quartéis, escola primária e secundária. (Danon, 2003, p. 206).

Para Clinebell (2007), O aconselhamento espiritual utiliza experiências da fé e também várias formas de terapia, objetivando auxiliar as pessoas a encarar os seus problemas, seus conflitos existenciais e espirituais fazendo com que este venha superar suas dificuldades.

Dessa forma, o aconselhamento espiritual age como um potencializador de atitudes, que promovam o enfrentamento, dos problemas visando assim, o crescimento espiritual do aconselhando.

Sobre isso, Clinebell (2007) diz:

[ ] O aconselhamento pastoral visa ajudar as pessoas a lidar construtivamente com seus problemas imediatos, tomar decisões, encarar responsabilidades e corrigir comportamento prejudicial a si mesmas e as outras, bem como expressar, experimentar e, conseqüentemente, resolver sentimentos, atitudes e autopercepções que bloqueiam o crescimento. (Clinebell, 2007, p. 33).

Segundo Clinebell (2007, p. 47), no “aconselhamento, as verdades bíblicas são iluminadas ao serem aplicadas e testadas na arena das lutas e do crescimento humano”. Levando a pessoa a obter vitórias sobre os sentimentos negativos e hábitos nocivos.

No próximo capítulo será abordado alguns tipos de traumas, assim como suas causas e conseqüências. Será mostrado que muitas experiências vivenciadas em algum momento da via da pessoa, reflete no seu comportamento no presente e no futuro.

## 2 TRAUMAS EMOCIONAIS E SUAS CONSEQUÊNCIAS

O ser humano de acordo com Frota (2008), além de ser uma “pessoa é um indivíduo”. O Autor afirma que as particularidades únicas além de autoconsciência, autossuficiência e independência caracterizam como indivíduo, é também uma pessoa por possuir características coletivas da humanidade. Portanto, não sendo somente uma unidade isolada, mas também um ser dotado de consciência social e necessidades de estar conectado com seus semelhantes e o meio em que vive.

Dessa forma, o ser humano é o resultado somado de vários fatores, entre eles: Hereditariedade, raça, sexo, educação, circunstância de vida, fisiologia, qualidades naturais, ambiente etc. Tudo isso pode produzir traumas que interferem na vida da do ser humano. Segundo Frota (2008), “Os traumas emocionais interferem na harmonia da afetividade do indivíduo. Podem gerar e potencializar transtornos emocionais. O autor ainda diz que:

[ ] Pessoas que estão afetivamente abaladas normalmente são aquelas cuja personalidade original não tem traços naturais de sensibilidade afetiva exagerada, mas que, por razões momentâneas e circunstanciais, acabam tendo problemas afetivos. (Frota, 2008, p. 21).

Para Frota (2008), “Os traumas são decorrentes de experiências emocionais dolorosas que aconteceram no histórico de algumas pessoas e que continuam, em maior ou menor intensidade”. Estes traumas acabam interferindo na saúde emocional do indivíduo produzindo estilo de comportamento deste.

Muitas pessoas possuem traumas, e estes são tão intensos a ponto de interferir em sua vida profissional, afetiva e social. Frota (2008), afirma que “Nem sempre o homem consegue superar seus conflitos emocionais. Há casos difíceis de se controlar, daí a manifestação da dinâmica do inconsciente criando mecanismo de defesa”.

Ainda de acordo com Frota (2008), as estruturas de defesa mais conhecidas são:

[ ] Repressão - Interiorização - A mente reprime automaticamente o desejo ou pensamento que resultariam em sentimento desagradáveis. Geralmente os sentimentos reprimidos são expressos de maneira disfarçada. A inibição de uma atitude pode resultar em males físicos tais como; artrite, asma e úlceras. Destacamos aqueles considerados os mais importantes: repressão, projeção, justificação, regressão, substituição, sublimação, compensação, identificação e fantasias.

Projeção - Mecanismo de defesa que alivia o sentimento de culpa atribuindo seu mal a outra pessoa.

Justificação – Desculpas amarelas. Mecanismo de defesa que procura explicar as atitudes em termos adequados para se livrar da culpa.

Regressão - Retornar à conduta infantil, que antes lhe servia para resolver algum problema.

Substituição - Descarregar a emoção contra outra pessoa. Descarregar a ira, por exemplo, não sobre a pessoa que a provoca, mas sobre outra que não tenha medo de encarar.

Sublimação – Satisfação de um desejo em menor escala. Mecanismo de expressão de impulsos construtivos em forma positiva, mas indireta.

Compensação - Desenvolver aspectos positivos que possam compensar alguma deficiência. Compensar a incapacidade física com grandes trabalhos intelectuais, por exemplo.

Identificação - Assumir um modelo por imitação. Incluir características de outra pessoa em sua personalidade.

Fantasia - Um escape da realidade, onde a imaginação cria cenas irreais de sucesso e vitória diante de uma realidade frustrante. Há os que vivem se iludindo, negando os fatos, como se não existissem.

Negação - Negamos a existência do problema, mentimos a respeito, não queremos enfrentar a situação, nem discutir a respeito; não admitimos que temos traumas. Escondemos os traumas e construímos muralhas em volta de nossos sentimentos para que ninguém descubra nossos fracassos.

Autopunição - Punir a si mesmo como uma forma de se sentir redimido das suas culpas.

Escapismo - Tentativa de fuga do problema.

- Encher-se de atividades para se distrair;

- Compulsão: comida, bebida, sexo;

- Drogas, tranquilizantes, calmantes. (Frota, 2008, p. 34-35).

É fato que esses mecanismos naturais de defesa podem por algum tempo minimizar os efeitos traumáticos das emoções, sendo que as pessoas optam por não trazer à tona lembranças doloridas. Frota (2008) diz que:

[ ] outras procuram suprimir a dor por meio de um excesso de comida, sexo, compras ou droga; uma compulsão satisfeita pode aliviar temporariamente a dor do trauma, mas além de não resolver a situação, cria outros problemas. (Frota, 2008, p. 36).

Contudo, esses mecanismos não resolvem o problema, a resolução definitiva consiste em: 1) O Reconhecimento. 2) A Resistência – efetuando uma Modulação das emoções negativas. 3) Ajuda especializada.

### 3 PSICOTERAPIA TEOCÊNTRICA COMO INSTRUMENTO DE CURA DAS EMOÇÕES

A cura da alma ou das emoções dentro do processo de aconselhamento teocêntrico leva a pessoa libertar-se de ressentimentos, mágoas, rejeição, auto piedade, culpa, medo, complexo de inferioridade, traumas, etc. Este instrumento promove o reparo emocional. Essa restauração é importante uma vez que sara todos os tipos de traumas e acelera a cura emocional.

[ ] Muitas pessoas são escravas dos traumas e vivem num baixo padrão de vida porque estão presas às emoções negativas de experiências ruins que aconteceram no passado. Quando assumimos nossa nova identidade em Cristo, as coisas velhas ficam para trás, somos libertos delas. (Frota, 2008, p. 48).

A duração do processo psicoterápico teocêntrico não está preestabelecida. Porém, os resultados finais são extremamente eficazes, segundo Frota (2008), pois neste processo as emoções passaram por “uma reengenharia completa. Tudo vai depender da fé, do esforço, da vontade, determinação e perseverança de cada pessoa”.

Essa reengenharia das emoções na verdade é um procedimento de reprogramação da racionalidade, afetividade e vontade do indivíduo. Assim sendo, esse “processo envolve também atitudes e hábitos, a partir de uma substituição do atual modelo de comportamento por um novo; analisado, aprendido e vivenciado em conformidade com os padrões das Escrituras Sagradas”. Frota (2008).

Jung em sua trajetória de experiência com pacientes observou que estes a partir de uma certa idade, tiveram resultados positivos quando voltaram a ter uma atitude religiosa própria. Não necessariamente fazendo parte de uma organização religiosa, mas uma busca pessoal pelo sagrado encontrado nas religiões denominadas vivas.

[ ] De todos os meus pacientes que tinham ultrapassado o meio da vida, isto é, que contavam mais de trinta e cinco anos, não houve um só, cujo problema mais profundo não fosse o da atitude religiosa. Aliás, todos estavam doentes, em última análise, por terem perdido aquilo que as religiões vivas ofereciam em todos os tempos, a seus adeptos, e nenhum se curou realmente, sem ter readquirido uma atitude religiosa própria, o que, evidentemente, nada tinha a ver com a questão de confissão (credo religioso) ou com a pertença a uma determinada igreja (Jung, 1988, p. 336).

Segundo Jung (1971/2004), a transformação do indivíduo se dá por conta de uma atitude e não por doutrinas e credos religiosos. O autor compreende que, as pessoas necessitam de achar fé, esperança e amor a fim de seguirem vivos, pois estes sentimentos proporcionam estímulos pra prosseguirem a vida. Neste sentido, o conselheiro espiritual exerce a função de facilitador no processo em que a pessoa busca ajuda para seu vazio existencial espiritual.

A busca por apoio espiritual possibilita a pessoa a um crescimento como ser humano. O conselheiro espiritual, dentro dá perspectiva da psicologia analítica, oferece a pessoa auto meditação no contexto de sua intimidade, naturalmente proporcionada pelo acolhimento do conselheiro.

[ ] A direção espiritual só pode ser exercida no silêncio fecundo de um diálogo íntimo, favorecido pela atmosfera benéfica de uma confiança sem reservas. É por meio da direção espiritual que a alma deve agir sobre a alma, e é por esta razão que se sevem abrir muitas portas que estão a impedir o acesso ao que há de mais íntimo no indivíduo. (p. 354).

O autor afirma ainda que, o exercício da direção espiritual precisa ser construído sobre duas colunas principais: o diálogo e a confiança. Dessa forma, o conselheiro espiritual terá ingresso ao mundo fenomênico da pessoa que busca seu auxílio.

Para Giordani (1985), o conselheiro espiritual deve usar da concretude, a fim de promover uma boa comunicação com o aconselhando. Se a pessoa que busca ajuda expõe uma fala desconexa e confusa, o conselheiro pode intervir com indagações no sentido de auxiliá-la a expor seus sentimentos e pensamentos, facilitando assim, a auto exploração e com isso, surgindo detalhes expressivos:

[ ] Quando a pessoa está falando de uma situação específica e de seus sentimentos convém que o conselheiro espiritual não intervenha com perguntas sobre aspectos particulares. Deixando plena liberdade de auto análise, percebe-se que pode surgir recursos aparentemente secundários, mas que logo se revelam muitos significativos para entender o dinamismo presente na situação” (Giordani, 1985, p. 175).

## **METODOLOGIA**

A metodologia empregada neste trabalho utilizou como principais ferramentas de coleta de informações, o levantamento bibliográfico sobre a temática da psicologia



e aconselhamento pastoral na promoção da saúde emocional, com a finalidade de compreender de forma clara o estudo a que se propõe este trabalho.

Segundo Gil (2002), “é desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”.

Segundo Gil (2007, p. 44):

[ ] A pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. Embora em quase todos os estudos seja exigido algum tipo de trabalho dessa natureza, há pesquisas desenvolvidas exclusivamente a partir de fontes bibliográficas.

Para a preparação deste trabalho, houve a necessidade de pesquisas em literaturas direcionadas sobre o tema abordado, também estudos acadêmicos e artigos publicados e disponibilizados em sites, segundo os dizeres de Soriano (2004, p. 18):

[ ] A análise dos fenômenos será mais objetiva e precisa se os pesquisadores procurar apoio nas abordagens de outras disciplinas sociais ou que estão relacionadas com elas. A adoção desta postura é necessária, uma vez que o objeto e o sujeito da pesquisa social são o homem, a família e os grupos sociais em contínua interação, do que resulta a criação de complexas redes de relações sociais e a participação dos diversos atores sociais, de diferentes maneiras, no devir histórico da sociedade em que vivem.

A pesquisa Bibliográfica é de muita importância, pois dá sustentação ao trabalho, para isso, busca-se à ajuda de livros, artigos e outras fontes bibliográficas, objetivando adquirir conhecimento sobre o tema para construir a estrutura teórica. Esse tipo de pesquisa busca também direcionar a revisão literária de estudo, uma vez que o fundamento teórico está baseado nas obras literárias. Permitindo assim, que o pesquisador realize a leitura, faça a análise e interprete os conteúdos contidos no trabalho.

Segundo Chizzotti (2003, p. 91), esse tipo de pesquisa exige “a determinação das técnicas de coleta de dados mais apropriadas à natureza do tema, ainda, a definição das técnicas que serão empregadas para o registro e análise”

A característica da pesquisa bibliográfica se revela por nortear a revisão literária de estudo, considerando que seu fundamento está nas obras literárias, onde permite ao pesquisador, a leitura, análise e a interpretação dos conteúdos diversos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após ser apresentado as fundamentações teóricas que proporcionou a sustentação e construção deste trabalho, considera-se a grande importância de se refletir sobre a problemática das doenças emocionais. É evidente que o fator emocional influencia não somente no comportamento das pessoas, mas também na saúde do corpo, considerando que todos os dias as pessoas recebem estímulos emocionais e desencontro da alma, quando juntado a traumas e lembranças doloridas do passado se somatizam no corpo, produzindo assim diversas doenças.

Os estímulos negativos interferem nos relacionamentos afetivos e interpessoais, além de causar desencontros consigo mesmo. As emoções com tudo aquilo que significa acaba se fragilizando, adoecendo, desanima, se entristece, se deprime, entrando no processo de desistência de si mesmo.

A psicologia e o aconselhamento pastoral, surgem nesse contexto com a função de auxiliar na cura emocional daqueles que buscam e se submetem a esse processo. O fato é que as aflições e angústias ocorridas nas emoções sempre existiram na história do ser humana, porém em nossos dias elas se potencializaram.

Conclui-se que, muito se deve a aprender sobre esse tema, uma vez que atinge a todos indistintamente. Dessa forma se torna cada vez mais necessário a importância de profissionais como psicólogos e conselheiros espirituais, tecnicamente preparados a fim de ouvir, compreender e intervir objetivando uma melhor qualidade de vida física e emocional das pessoas.

## REFERÊNCIAS

- BARRY, W.A. & CONNOLLY, W.J. A Prática de Direção Espiritual. São Paulo: Ed. Loyola, 1999.
- BOOTZ, ER. Consultei a Deus, ele me colheu, e me livrou de todos os meus temores: o uso de recursos espirituais no aconselhamento pastoral. Tese de Teologia, IEPG, São Leopoldo, 2003.
- CHIZZOTTI, A. Pesquisa em ciências humanas e sociais. (Biblioteca da educação. Série 1. Escola; v. 16). 6. Ed. São Paulo: Cortez, 2003.
- CLINEBELL, H. Aconselhamento pastoral. São Paulo: Sinodal, 1976.
- CLINEBELL, H. J. Aconselhamento Pastoral: modelo centrado em libertação e crescimento, 4ª ed. São Leopoldo: Sinodal, 2007.
- DANON, Marcella. Counseling: uma nova profissão de ajuda. Curitiba: Sociedade Educacional e Editora IATES, 2003.
- FRIESEN, Albert. Cuidando do ser: treinamento em Aconselhamento Pastoral. Curitiba: Esperança, 2000.
- FROTA, Denis (Benne Den). Psicoterapia Teocêntrica – Sanidade Para os Traumas Emocionais - 1.ed. - CE – MDC - CE, 2008.
- GIL, A. C. Métodos e Técnicas de Pesquisa Social. 6. Ed. São Paulo: Atlas, 2007.
- GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- GIL, Antonio, C. **Como Elaborar Projetos de Pesquisas**. São Paulo: Atlas, 4ª ed., 2007.
- GIORDANI, B. Encuentro de Ayuda Espiritual: adaptación del método de R. R. Carkhuff. Madrid: Sociedade de Educacion Atenas, 1985.

JUNG, C. G. A prática da psicologia. In: *Obras Completas de C. G. Jung*, vol XVI/1. Petrópolis: Vozes, 1971/2004.

JUNG, C. G. Psicologia da religião ocidental e oriental. In: *Obras Completas de C. G. Jung*, vol XI. Petrópolis: Vozes, 1971/1988, pp. 329-351.

JUNG, C. G. O Eu e o Inconsciente. In: *Obras Completas de C. G. Jung*, vol VII/2. Petrópolis: Vozes, 1934/2002.

RIGOTTO, S. D. GOMES, W.B. Contexto de abstinência e recaída na recuperação da dependência química. Universidade do Rio Grande do Sul. Psicologia: Teoria e Pesquisa, 2002.

SANCHEZ, Zila van der Meer, NAPPO, Aparecida. **Intervenção religiosa na recuperação de dependentes de drogas**. Revista de Saúde Pública. São Paulo: Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas. Departamento de Psicobiologia. Universidade Federal de São Paulo, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v42n2/6163.pdf>. Acesso em 01/06/2019.

SCHNEIDER-HARPPRECHT, Christoph. A teologia prática no contexto da América Latina. São Leopoldo: Sinodal, 1998.

SORIANO, Raúl Rojas. **Manual de pesquisa social**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2004.