



ISPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

A Religião em Psicoterapia:
Experiências de Terapeutas com Clientes Religiosos

Raquel Sofia Pires C. Borges

Co-orientador de Dissertação:

Prof. Doutor António Gonzalez

Coordenador de Seminário de dissertação:

Prof. Doutor António Gonzalez

Tese submetida como requisito parcial para a obtenção de grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Psicologia Clínica

2015

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação
de António José Gonzalez, apresentada no ISPA –
Instituto Universitário para obtenção de grau de
Mestre na especialidade de Psicologia Clínica

AGRADECIMENTOS

Tenho a agradecer às seguintes pessoas pela sua ajuda e contributo por tornarem possível a realização desta investigação:

Ao Prof. Dr. António José Gonzalez, todo o apoio, coragem, motivação e pelas palavras certas que me soube transmitir principalmente nos momentos em que as dúvidas surgiram e o futuro desta tese parecia duvidoso.

Aos participantes, que de forma voluntária demonstraram disponibilidade física e emocional para que esta investigação fosse realizada

Ao Prof. Emanuel Pestana por, mesmo sem saber, ter despertado em mim a paixão pela Psicologia.

Aos meus pais por terem-me incentivado e possibilitado seguir a minha paixão.

Ao meu marido, pelo amor, paciência, e incentivo nas horas de maior desânimo.

Às minhas queridas filhas, por mesmo sem saberem, terem sido a minha força e a minha maior motivação.

Um sincero agradecimento aos meus colegas e amigos pelo apoio e ajuda prestada.

Aos meus familiares, que direta ou indiretamente, contribuíram para o desenrolar desta Dissertação de Mestrado.

RESUMO

O estudo que me proponho realizar está enquadrado no contexto de uma investigação qualitativa e tem como objetivo compreender e descrever a qualidade da experiência clínica de terapeutas relativamente às crenças religiosas dos seus clientes quando estas surgem em contexto terapêutico.

A metodologia aplicada neste estudo insere-se na utilização do método fenomenológico de Amadeo Giorgi com o intuito de estudar os fenómenos intencionais vividos pelos diferentes indivíduos e alcançar uma descrição final com os constituintes essenciais e invariáveis desta experiência subjetiva. A amostra é constituída por quatro participantes, dois do sexo feminino e dois do sexo masculino com idades compreendidas entre os 46 e os 61 anos, que passaram pela experiência de se confrontar com as crenças religiosas dos seus clientes. Os resultados indicam que a forma como vivem e lidam com as crenças religiosas dos clientes é semelhante entre estes quatro terapeutas e foram encontrados seis constituintes essenciais do fenómeno - vivência da Religião em contexto terapêutico. Assim, é verificável que todos mantêm uma postura de Abertura/Respeito pelo outro e pela sua forma de estar no mundo. Vêm a Religião como dimensão do ser humano e como suporte emocional/Estratégia de coping. Consideram que a Religião pode ser uma projeção de outras vivências significativas para o sujeito, que em psicoterapia por vezes é fundamental o autoquestionamento, e todos consideram que as diferentes crenças e ideologias, entre cliente e terapeuta, podem constituir Entraves para a Relação terapêutica.

Palavras-chave: religião, psicoterapia, método fenomenológico, estratégias de coping religioso

ABSTRACT

The study I commit myself to do is regarding a qualitative research and the main goal is to understand and describe the quality of clinic experiences made by therapists regarding the religious beliefs of their clients in therapeutic context.

This study is based on the Amedeo Giorgi phenomenological method with the intention of studying intentional phenomenon's experienced by different individuals to reach a final description with all the invariable and essential constituents of this subjective experience. The sample is made up of four participants, two women and two men aged between 46 and 61 years old who had the experience of confronting themselves with the religious beliefs of their clients.

The results show that the way the four therapists live and deal with their client's religious beliefs are similar and were found six essential constituents of this phenomenon- experience Religion in therapeutic context. This way it's possible to verify that all of them keep an Opening mind/Respect position with others and with their own way of being in the world. They see Religion as a dimension of human race and an emotional support/coping strategy. They consider that religion can be a personal projection due other significant living experiences, that sometimes in psychotherapy it's fundamental the self-questioning and they all consider that the different beliefs and ideologies, between client and therapist, constitute barriers to the therapeutic relationship.

Keywords: religion, psychotherapy, phenomenological method, religious coping strategies

ÍNDICE

INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO I.....	3
ENQUADRAMENTO TEÓRICO	3
Religião e psicologia: Diálogo entre Teologia e Psicologia.....	3
A Religião.....	4
Religião: Patologia ou promotora da saúde mental	5
Coping religioso	7
A Psicoterapia: Definição e história	8
A RELIGIÃO EM PSICOTERAPIA	11
Integração das crenças religiosas no processo terapêutico.....	12
Como e quando abordar a experiência religiosa.....	13
Expectativas.....	14
METODOLOGIA.....	16
Objetivos do Estudo	16
Participantes	16
Material.....	17
Procedimentos	17
Investigação Qualitativa	19
Método Fenomenológico.....	20
Método Fenomenológico de Amadeo Giorgi	22
CAPÍTULO III	23
APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS	23
Descrição da Estrutura Geral de Significado nos 4 Participantes	23
Constituintes Essenciais da Estrutura Geral de Significado e Variações Empíricas	24

CAPÍTULO V	36
DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	36
Diálogo com a literatura	36
Conclusões.....	40
Limitações do estudo.....	41
Potencialidades e Propostas de Intervenção	42
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	43
ANEXOS.....	48
Anexo A: Transcrição das Entrevistas	49
Anexo B: Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Caráter Psicológico	75

TABELAS

Tabela 1. Análise dos Constituintes Essenciais e das Variações Empíricas	32
--	----

FIGURAS

Figura 1. Relação dos Constituintes Essenciais da Experiência Religião em Contexto Terapêutico	40
--	----

INTRODUÇÃO

Enquadrado no contexto de uma investigação qualitativa e através de uma leitura fenomenológica à luz do método de Amadeo Giorgi, o presente estudo tem como objetivo principal a compreensão e descrição da experiência subjetiva dos terapeutas que vivenciaram o confronto com as crenças religiosas dos seus clientes, ou seja, perceber o fenómeno “vivência da religião em contexto terapêutico” através do olhar dos terapeutas, realizada no âmbito da Dissertação de Mestrado Integrado em Psicologia Clínica no ISPA – Instituto Superior de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida.

O meu interesse pelo tema da religião acompanha-me desde tenra idade. Nasci numa família Católica e sempre fui ativa na comunidade paroquial.

No entanto, conforme ia crescendo, muitas iam sendo as dúvidas que se iam gerando e surgindo. Entre elas, questionava-me sobre a existência de Deus e sobre o porquê de ter que seguir o que outros me diziam. Conforme fui desenvolvendo a minha relação com Deus, também fui descobrindo-me a mim mesma. Outras questões se levantavam, mas agora, sobre mim. O porquê de ser de determinada maneira, o porquê de ter certos comportamentos e atitudes, o porquê de sentir determinadas coisas e da maneira que as sentia. Foi aqui que conheci a psicologia, através de um Professor por quem tenho um grande carinho, e percebi que esta minha curiosidade se estendia também aos outros. Ao entrar para a faculdade, fui estabelecendo uma relação, também, com a Psicologia, e fui-me apaixonando por esta imensidão e complexidade que é o mundo psicológico do ser humano.

Ao perceber que existia uma tensão entre Psicologia e Religião, duas partes de mim, fui sentindo a necessidade de perceber como é que para mim eram dois mundos que faziam sentido e se interligavam. Foi por este motivo que decidi aprofundar os meus conhecimentos sobre o tema e saber o que outras pessoas pensavam sobre o mesmo. Fui lendo vários artigos, teses, revisões de literatura e livros para concretizar este presente trabalho.

Assim, esta dissertação de Mestrado começa por enquadrar, no Capítulo I, a temática da Religião e da Psicologia revendo alguns conceitos existentes na literatura para tentar melhor compreender como é que as duas temáticas se podem interrelacionar.

O carácter psicológico da experiência religiosa é um assunto que tem vindo a ser negligenciado nas discussões científicas dentro da psicologia.

É frequentemente considerado um aspeto menos importante da personalidade da pessoa, sendo encarado como uma fraqueza ou mecanismo de defesa, que visa compensar uma falta física e real (Arcuri, Ancona, 2007).

Contudo, nos últimos tempos, são vários os autores que têm reconhecido cada vez mais a importância da dimensão religiosa para a saúde física e mental (Post, Wade, 2009). Existem, inclusive, evidências empíricas que demonstram uma ligação positiva entre estas duas dimensões, através de uma variedade de mecanismos, tais como: redução de *stress* e pressão arterial, melhor qualidade do sono, gestão da dor crónica e redução da depressão e abuso de substâncias (Grossman et al., 2004; Koenig et al., 2001, Rogers, Poey, Reger, Tepper, Coleman, Esther, 2002). Este é um fenómeno resultante de vários fatores tais como: estilo de vida, suporte social, um sistema de crenças, práticas religiosas, direção e orientação espiritual.

Para muitos psicólogos ainda é difícil lidar com o divino e, como tal, muitas vezes substituem a experiência religiosa do sujeito por outras noções dos seus sistemas teóricos gerando sentidos para esta em detrimento do que ela de facto é para o indivíduo.

Por este motivo, muitos são os clientes que optam por terapeutas que partilhem das suas crenças religiosas de modo a que se sintam acolhidos e compreendidos.

No capítulo II, será apresentada a metodologia, o objetivo do estudo, os participantes, o material e os procedimentos utilizados. O método fenomenológico de Amedeo Giorgi servirá de suporte para a pesquisa em estudo.

No Capítulo III, será realizada a apresentação e análise dos resultados das experiências vividas de confronto com as crenças religiosas dos clientes, sendo estas analisadas criteriosamente e ilustradas graficamente através dos constituintes essenciais e das variações empíricas nas descrições dos quatro participantes.

Por fim, no Capítulo IV serão discutidos os resultados por meio de uma dialética com a literatura existente e sugerem-se novas possibilidades para futuras investigações assim como as limitações encontradas no presente estudo.

CAPÍTULO I

ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Religião e psicologia: Diálogo entre Teologia e Psicologia

Tradicionalmente, os psicoterapeutas mantiveram a distância dos assuntos espirituais e religiosos.

Freud, o pai da psicoterapia, considerou a religião uma patologia e como parte do problema em vez de uma dimensão da vida, essencial, ou mesmo como um recurso em terapia. Deste modo, contribuiu para a ambivalência que os psicoterapeutas desenvolveram sobre a abordagem de questões espirituais e religiosas nas sessões de terapia (Rodrigues, 2014).

Reduziu o fenómeno religioso a uma realidade intrapsíquica, segundo a qual a religião seria fruto de regressão infantil, de ilusões, de projeções, etc. que serviriam para fazer frente à difícil realidade da vida (Cantelmi, Laselva, Paluzzi, 2004).

Esta visão negativa da religião no campo da saúde mental permaneceu até os tempos modernos por meio das obras de Ellis e Watters (citados por Koenig, 2007) que enfatizaram a natureza irracional das crenças religiosas e o seu potencial malefício.

Esta foi uma perspetiva que não se baseava em pesquisas e investigações nem em cuidadosas observações objetivas, mas sim nas opiniões pessoais e experiências clínicas de pessoas poderosas e influentes dentro da psiquiatria que tiveram pouca experiência com religiosidade saudável (Koenig, 2007).

A impossibilidade de um diálogo entre a psicologia e a teologia foi, assim, fruto de uma educação positivista do séc. XIX e XX.

Foi com o Concílio Vaticano II que se retomou um confronto e diálogo entre a teologia e a psicologia. Compreendendo a importância de conhecer o homem e o seu dinamismo interior, é atribuído à psicologia um papel importante no seio da Religião (Cantelmi, Laselva, Paluzzi, 2004).

A Religião

"Diz-se que a ciência, em princípio, nega a religião. Mas a religião existe. Constitui-se num sistema de fatos dados. Em uma palavra: ela é uma realidade. Como poderia a ciência negar tal realidade?"

Durkeim

A história da religião é tão antiga como a história do próprio homem. É isto o que nos dizem os arqueólogos e os antropólogos. Mesmo entre as civilizações mais primitivas, há evidências de algum tipo de adoração. De fato, até onde os peritos conseguiram descobrir, jamais existiu um povo, em qualquer parte, em qualquer tempo, que não fosse de algum modo religioso (Piazza, 1996).

Contudo, ao falar de religiosidade é preciso que se consiga tornar este conceito mais claro, uma vez que apesar de alguns psicólogos clínicos considerarem que a religião pode ser estruturante, promovendo o equilíbrio e a harmonia, consideram igualmente que é um conceito pouco claro e que por vezes é confundido com espiritualidade.

Deste modo, “a espiritualidade é uma procura pelo significado da vida e o relacionamento com o sagrado/transcendente. A pessoa espirituosa apesar de acreditar e ter devoção em algo superior, não possui, necessariamente, uma crença religiosa, nem participa de uma religião institucionalizada” (Pessanha, Andrade, 2009).

Smith, Bartz e Richards (2007), definem espiritualidade como se referindo a uma experiência individual e transcendente com Deus ou outras forças no universo.

Já Angerami (citado por Pessanha, Andrade, 2009), sugere que a espiritualidade é uma tentativa de superação humana, de alcançar objetivos mais ambiciosos e transcender as suas limitações existenciais.

A religião é reconhecida como uma experiência externa de expressão formal que associa sistemas de adoração, tradições, práticas, doutrinas, crenças, códigos morais acompanhados por dogmas que representam ideologias específicas e partilhadas por um grupo de fiéis, como referido por Underwood-Gordan, Peters, Bijur, Fuhrer, McColl, Bickenbach, Johnston, Nishihama, Schumaker, Smith, et al. Green, Benshoff, Harris-Forbes (citados por Johnstone, Glass & Richard, 2007).

Para Andersen e Worthen (citados por Ungureanu e Sandberg, 2010), a religião é percebida como uma forma de espiritualidade organizada que se manifesta através de rituais, sagradas escrituras, doutrinas, regras de conduta e outras práticas.

Psicólogos da religião, como Jenkins e Pargament (citados por Ungureanu, Sandberg, 2010), definem-na de modo semelhante indicando que a religião se refere a um sistema organizado de crenças e práticas ou reconhecidos sistemas de ideias teológicas.

De acordo com Ileana Ungureanu e Jonathan G. Sandberg (2010), a definição preferida dos teóricos e psicoterapeutas refere-se a um conceito amplo de uma relação entre o sistema humano e o metafísico.

Para Jung (1971), estes fenómenos devem ser estudados enquanto realidades psíquicas sem nunca nos pronunciarmos sobre a sua correspondência com a realidade externa.

Costa Freitas (citado por Rodrigues, 2014) indica que a palavra religião evoca de imediato um complexo de representações, de ritos e de observâncias que traduzem as relações do homem com o divino e o sagrado.

Segundo Walsh (2008), a religião é considerada um sistema organizado de crenças que inclui uma partilha de valores morais institucionalizados, práticas, envolvimento numa comunidade crente e, para a maioria, crenças em Deus ou num poder Superior.

De acordo com Ohlig (citado por Rodrigues, 2014) a religião revela-se como resposta aos problemas do sentido da vida humana e do seu destino assim como atos religiosos como os de adoração, invocação, louvor, dar graças, pedir perdão e reconhecer a dependência a esta Dimensão Sagrada.

Para William James (1902), a religião é uma experiência do interior subjetivo, um entusiasmo individual ou um sentimento original de uma grande felicidade provocada pelo contacto com o divino. Considera também, que a religião consiste nos sentimentos, atos e experiências individuais de cada um e, como tal, o estado religioso de um indivíduo é sempre um fenómeno psíquico e, por isso, incomunicável.

Religião: Patologia ou promotora da saúde mental

Ao longo do tempo a religião e a psicologia têm mantido uma relação distante e seguido caminhos que raramente se cruzam. Na psicologia, os assuntos religiosos tendem a ser desvalorizados e muitas vezes vistos como um obstáculo à saúde mental (Koenig, 2007).

Segundo Pierre, (citado por Koenig, 2007), para que a experiência religiosa seja considerada patológica é necessário que esta prejudique a capacidade de a pessoa desempenhar as suas tarefas quotidianas, como por exemplo: dificuldade em manter o emprego, problemas legais, comportamentos suicidas ou homicidas e dificuldade de pensar com clareza, entre outras.

Assim, segundo o mesmo autor, de acordo com alguns estudos já realizados na área, existem critérios específicos que podem ajudar a distinguir a pessoa mentalmente doente da pessoa religiosa. A pessoa religiosa tem insight na natureza dos seus relatos, normalmente faz parte de um grupo de pessoas que partilha as suas crenças e experiências, não tem outros sintomas de doença mental que afetem o processo dos seus pensamentos, é capaz de manter o seu trabalho, evitar problemas legais e não causar danos a si mesma.

Contudo, existem algumas evidências de que a religião pode de facto ser vivida de forma negativa e pode ser percebida como causadora ou sintoma de problemas mentais como é o caso de suicídios em massa entre membros de um culto religioso, pessoas que matam por acreditarem que estão a obedecer a uma ordem de Deus, pais que se recusam a providenciar aos seus filhos doentes assistência médica, etc. Assim como, sinais de luta espiritual (abandono e punição de Deus, raiva de Deus) podem aumentar as probabilidades de depressão, ansiedade, ideação paranoide e perda de independência funcional (Pargament, 2007).

De acordo com Kelley e Chan (2012), o modo como se vivencia a religião e a relação com Deus, depende do estilo de vinculação experienciado com as figuras de objeto. De acordo com Kirkpatrick (citado por Kelley e Chan, 2012) muitos aspetos da religião e do comportamento religioso podem refletir a dinâmica do processo vincutivo.

No entanto, a literatura indica que mesmo que a pessoa seja mentalmente doente, a religião pode ser benéfica na medida em que pode ajudar a lidar com o *stress* causado pela doença mental. Do mesmo modo, para uma pessoa mentalmente sadia, a religião pode ser um recurso importante como forma de ajustamento e adaptação a situações de vida stressantes (Jackson, Bergeman, 2011) que, geralmente, não são em si stressantes, pelo que, o que vai determinar essa condição e alterar o funcionamento humano é o modo como são avaliadas e sentidas pelo indivíduo e a forma como os sujeitos mobilizam esforços e adotam recursos para enfrentar a situação stressante, processo designado de *coping*.

Deste modo, coping traduz-se, então, em qualquer tipo de ação ou comportamento adotado para lidar com um perigo ou situação ameaçadora ou adversa e que facilita o ajustamento individual ou a adaptação a essa mesma situação.

Ao longo dos anos, vários têm sido os autores que se dedicaram ao estudo do coping divergindo tanto a nível teórico quanto metodológico.

Inicialmente, a ideia de coping derivava da tradição da psicologia do ego de inspiração psicanalítica que concebeu os processos de coping como mecanismos de defesa mais adaptados (Parker, Endler, 1992).

Freud (citado por Rodrigues, 2014) designava por mecanismos de defesa os processos inconscientes que os indivíduos utilizavam para lidar com ameaças internas ou conflitos.

Embora tanto os mecanismos de defesa como as estratégias de coping possam reduzir o desconforto provocado por situações adversas e causadoras de *stress*, os mecanismos de defesa são classificados como rígidos e inadequados em relação à realidade externa, com origem em questões do passado e derivados de elementos inconscientes e os comportamentos associados ao coping são classificados como mais flexíveis e propositais, adequados à realidade, orientados para o futuro e com derivações conscientes como referido no estudo de Gelder, Gath, Mayou e Cowen (citados por Ribeiro, Rodrigues, 2004).

A partir daqui o coping passou a ser considerado como um processo de resposta consciente ou uma reação a um acontecimento externo negativo (contrariamente ao interno de Freud) ou stressante (Parker, Endler, 1992).

Coping religioso

Um número significativo de estudos tem demonstrado que a religião é muitas vezes envolvida nos processos acima descritos e tem evidenciado os benefícios dos recursos religiosos para o processo de ajustamento a situações de *stress* (Kelley, Chan, 2012).

Algumas explicações para este facto, no estudo de Pargament e Pargament & Abu Maiyra (citados por Kelley e Chan, 2012), avançam na direção de que estes recursos oferecem algo para além dos limites do nosso mundo quando as pessoas se confrontam com uma crise de significado e sentido da vida. Alguns destes recursos religiosos podem traduzir-se em crenças sobre Deus, atividades religiosas e rituais e ligação a uma comunidade crente.

De acordo com Pargament (citado por Kelley e Chan, 2012) as funções das estratégias de coping religioso, vão ao encontro dos cinco objetivos principais da religião: procura de

significado, controlo, conforto espiritual, intimidade com Deus e com outros membros da sociedade e transformação de vida. Contudo, realça que os efeitos do coping religioso são moderados por três fatores: estas estratégias são mais úteis para indivíduos religiosos; são mais eficazes em situações de limite e, por último, pertencendo a uma certa religião, o coping religioso irá ter diferentes efeitos em pessoas com distintas afiliações religiosas.

Deste modo, Pargament e Pargament & Abu Maiyra (citados por Kelley e Chan, 2012) sugerem que, em termos de efeitos no bem-estar mental, físico e espiritual do indivíduo, nem todas as estratégias de coping parecem ser criadas de igual forma sendo que, algumas são benéficas enquanto outras aparentam ser prejudiciais.

Após alguns anos de investigação nesta área, Koenig, Pargament, and Nielsen (1998) sugerem que as estratégias de coping religioso, que produzem efeitos úteis ao longo do tempo (redução da depressão e ansiedade), refletem uma relação segura com Deus, uma crença que há um significado maior por ser descoberto na vida e um sentimento de ligação espiritual aos outros.

As estratégias que aparentam produzir efeitos nocivos para o indivíduo, refletem uma visão do mundo ameaçadora e uma luta religiosa para encontrar e conservar o significado da vida sendo que, neste caso, a religião pode contribuir para o aumento da depressão, pobre qualidade de vida e saúde e maior nível de *stress*, como referido por Pargament et. Al. (citados por Bjorck e Thurman, 2007).

Deste modo, importa ressaltar que, embora vários estudos apontem para uma ligação positiva entre saúde e religião e como sendo uma estratégia de coping adaptativa, ela pode, também, contribuir para o inverso como referido por Hood et al. e Koenig (citados por Bjorck e Thurman, 2007).

A Psicoterapia: Definição e história

O sofrimento está, indiscutivelmente, associado à existência e à condição humanas e desde sempre existiram formas de o minimizar e de conduzir os indivíduos à aceitação desse mesmo sofrimento. Trata-se de uma dor psíquica que por vezes pode ser persistente e violenta e que é o resultado de um conjunto de situações inesperadas que, por qualquer razão, interrompem o normal desenrolar da vida do sujeito (Leal, 2005).

O tratamento psicológico, assim como qualquer outra forma de tentar aliviar o sofrimento, tem acompanhado desde sempre o ser humano e, em todas as épocas alguém se

encarregou de curar através da palavra (por conhecer os espíritos, por ter acesso a uma relação com os deuses, por ser velho ou sábio).

Assim, apesar de nem sempre se ter a oportunidade de refletir, pensar e falar sobre o seu sofrimento, como em psicoterapia, a existência de alguém com este poder de curar, ou de alguma forma, minimizar o sofrimento inicial, parece sempre ter feito parte da nossa história.

O sagrado e o transcendente também surgem como formas de atenuar, ou apenas dar sentido ao sofrimento do sujeito. Deste modo, sempre houve técnicas que, através da palavra, procuravam uma mudança de comportamento ou de sentimento dos outros.

Sidney Block (citado por Leal, 2005) afirma que “a terapia de apoio tem uma longa tradição. Há séculos que membros designados da sociedade têm ajudado aqueles que estão psicologicamente perturbados. As ordens religiosas em particular tiveram um papel, e continuam a ter, de terapeuta. Além disso, nas sociedades relativamente coesas, os parentes e amigos têm sido responsáveis pelo apoio de longa duração àqueles que dele precisam”.

Neste sentido, alguns autores estabeleceram uma ligação entre psicologia e religião, considerando que ambas têm o objetivo de fornecer respostas para as questões fundamentais da existência: quem somos, o que fazemos aqui, para onde vamos e qual o sentido da vida.

Contudo, apesar destas terapias de apoio terem uma função terapêutica, isto é, desempenharem um papel tranquilizante, catártico, clarificador, sugestivo, etc., usando os recursos disponíveis, de forma real ou imaginária, no momento necessário para ajudar nas dificuldades e a resolver problemas, uma psicoterapia é promovida por um psicoterapeuta obedecendo a critérios e modelos teóricos estáveis (Leal, 2005).

Alguns autores apontam alguns fatores comuns fundamentais entre as psicoterapias existentes. Entre eles podemos encontrar: capacidade do terapeuta de suscitar confiança e de propor ao cliente ângulos diversos sobre ele próprio e o mundo; capacidade de estabelecer uma relação terapêutica, empática, e revelando aceitação incondicional do doente; fornecimento ao cliente de uma experiência emocional corretiva; estabelecimento da psicoterapia como um processo social onde há construção de uma relação de confiança significativa, uma explicação racional do mecanismo e estratégia terapêutica, redefinição do problema, expectativa e esperança pela ajuda, facilitação da ativação emocional e a experiência de sucesso durante o processo terapêutico (Feixas e Miró, 1995).

Há, assim, uma intencionalidade consciente do psicoterapeuta na construção de um projeto psicoterapêutico, baseada em saberes específicos e em regras de condutas técnica e deontológica (Leal, 2005).

A RELIGIÃO EM PSICOTERAPIA

Muito tem mudado nos últimos 30 anos. A Religião e a espiritualidade já não são tabu para a psicologia. De acordo com alguns especialistas, a Religião e a Espiritualidade representam uma das cinco maiores forças na psicologia moderna, embora nem sempre se tenha dado atenção a esta questão (Aten, O'Grady e Worthington, 2012).

Em 1902, William James, reconheceu a importância do papel da fé na vida de muitas pessoas e estudou este fenómeno de um ponto de vista científico.

De acordo com Caplan (citado por Aten, O'Grady e Worthington, 2012) nos anos 1900 o movimento Emmanuel, também se expandiu pelos Estados Unidos. Este movimento consistia na colaboração entre a medicina e a Igreja, com o objetivo de providenciar educação e aconselhamento médico e religioso. Tornou-se num movimento nacional que tentou unir o que a psicologia e a religião tinham de melhor na altura, com a esperança de providenciar um tratamento que tivesse em vista a pessoa inteira.

Ao longo dos últimos 100 anos, muitos outros seguiram as pisadas de tais pensadores e clínicos. Por exemplo, Carl Jung, analista, e o psiquiatra Victor Frankl, fizeram grandes contribuições significativas para a psicologia da religião. Contudo, para alguns, os assuntos relacionados com a fé eram frequentemente associados a questões negativas ligadas à saúde mental. Freud teve um papel importantíssimo e pioneiro numa visão negativa da religião e, o desdém pela religião foi espalhado.

Segundo Blazer (citado por Aten, O'Grady e Worthington, 2012) esta visão negativa da religião e saúde mental permaneceu e continuou a surgir entre os clínicos durante décadas, nomeadamente entre behavioristas como Skinner e Albert Ellis, até início dos anos 80.

No entanto, ao longo dos anos 80, o movimento da psicologia da religião contou com a contribuição de psicólogos sociais e de personalidade para o seu desenvolvimento. Foram psicólogos, tais como Allport e Emmons que deram o maior contributo para a evolução e sustentabilidade desta subespecialidade. Mesmo em períodos em que a maior parte dos psicólogos pareciam resistir ao estudo desta integração da religião na psicologia, discussões sobre como isso poderia acontecer, continuavam a ocorrer (Aten, O'Grady e Worthington, 2012).

Foi nos anos 90 que a aceitação da religião dentro da psicologia se começou a espalhar através de psicólogos como Jones (1994) e Shafranske (1996).

Os anos 2000 ficaram marcados por uma ainda maior abertura e interesse na religião, da mesma forma, que aumentou a colaboração entre os clínicos, continuando até hoje (Aten, O'Grady e Worthington, 2012).

Integração das crenças religiosas no processo terapêutico

A literatura mais recente que tem realizado investigação no campo da religião e psicologia, demonstra que a religião é importante para a maior parte dos cidadãos americanos (Sperry, 2012; Wade, Worthington, Vogel, 2007).

Em outras partes do mundo, Asia, Médio Oriente e alguns países Europeus, a crença religiosa é igual ou mesmo superior aos Estados Unidos (Wade, Worthington, Vogel, 2007). Em Portugal, segundo os censos de 2011 realizados pelo Instituto Nacional de Estatística, 81% da população é católica (<http://censos.ine.pt>).

Estes dados sugerem que grande parte dos indivíduos tem uma afiliação com a religião e que procuram suporte nas suas crenças, práticas e experiências religiosas. Deste modo, muitos dos clientes podem desejar que a sua vivência religiosa faça parte da sua terapia.

Alguns estudos sugerem que a maior parte dos terapeutas não partilham das crenças religiosas dos seus clientes e como tal, não reconhecem nem valorizam as suas experiências religiosas o que pode dificultar o estabelecimento da aliança terapêutica (Shumway and Waldo, 2012).

A capacidade do terapeuta para incorporar as necessidades do cliente e as suas expectativas, é essencial para a construção de uma boa aliança terapêutica da mesma forma que é essencial perceber movimentos de resistência e contratransferência em si mesmo que possam causar sentimentos de desconforto e falta de confiança por parte do cliente (Sperry, 2012).

Sendo assim, é necessário que o terapeuta não desvalorize a relação cliente-religião para que a relação empática terapeuta-cliente ocorra. Esta postura empática permitirá que o cliente se sinta acolhido independente da sua crença ser igual ou não à do terapeuta.

O importante é permitir que o cliente se sinta compreendido e acolhido sem ser necessário que o terapeuta partilhe das mesmas crenças que ele. Como salienta Angerami (citado por Pessanha, Andrade, 2009):

“Acolher é respeitar e aceitar as diferenças de maneira a que estas não sejam impeditivas do pleno desenvolvimento do processo psicoterápico. Quando o paciente procura

a psicoterapia com base na orientação religiosa do psicoterapeuta, a aceitação de tais diferenças é um fator bastante importante para que o processo possa fluir sem nenhum tipo de dificuldade em seu desenvolvimento.”

Quando um cliente procura a psicoterapia, ele não vem como uma “tábua rasa”. Vem acompanhado de uma forma de ver o mundo que é o produto de um contexto diverso composto por género, etnia, idade, família, amigos, congregação, comunidade e cultura (Pargament, 2007).

A experiência religiosa faz parte da cultura do ser-humano e é usada por ele nas suas escolhas, decisões e julgamentos (Pessanha, Andrade, 2009).

Para William James (citado por Reber, 2006) não se pode dissociar a experiência religiosa do indivíduo nem a ignorar no decorrer da terapia porque, de acordo com o mesmo autor, a experiência religiosa é tão descritível como qualquer outra experiência humana e, como tal, tão passível de compreensão e estudo como as outras. Este estudo a que W. James se refere é ao estudo psicológico do ser humano e é importante não excluir a sua experiência religiosa porque para muitos indivíduos as crenças e práticas religiosas estão associadas a muitos outros fenómenos psicológicos abordados ao longo da sua terapia. Deste modo, uma compreensão psicológica do indivíduo, completa, requer um exame das suas experiências religiosas assim como da relação destas experiências com estes outros fenómenos psicológicos considerados importantes (Reber, 2006).

Como e quando abordar a experiência religiosa

Para muitos psicólogos, ainda é difícil lidar com o divino. Na maior parte dos currículos académicos a religião não é contemplada e muitos dos psicólogos não são crentes, como tal, não procuram saber mais acerca desta dimensão espiritual e, por isso, substituem a experiência religiosa do sujeito por noções dos seus sistemas teóricos gerando, assim, sentidos para este em detrimento do que ela de facto é para o indivíduo (Delaney, Miller, Bisonó, 2007).

Contudo, Reber (2006) ressalva que o fenómeno/experiência religiosa não é apenas um conjunto de variáveis do pensamento e comportamento humano que podem ser estudadas, manipuladas, medidas e previstas, mas sim uma relação que é real, da pessoa com Deus ou uma força superior. Como tal, torna-se imprescindível compreender a experiência religiosa como ela é vivida pelo sujeito e não a alterar.

As crenças religiosas que um indivíduo tem, são dirigidas a um ser divino ou sobrenatural e auxiliam o sujeito a compreender a criação do mundo e dele próprio. Contudo, não são apenas as crenças que fazem parte da identidade da pessoa, mas também valores, atitudes princípios éticos e morais, que têm o objetivo de mediar o comportamento humano (Epelboim, 2006).

A maior dificuldade que os profissionais encontram ao procurar conhecer a religiosidade do cliente é a de lidar com os seus próprios preconceitos. Para ter em consideração as crenças religiosas do cliente, é necessário distanciar as representações que tem em si, sobre algumas organizações religiosas e más experiências que tenha tido. Apesar de ser improvável que os terapeutas optem livremente por não estar abertos às crenças e valores do cliente e por não respeitarem o seu modo de estar e ver o mundo, o que acontece é que muitas vezes não sabem quando e como o fazer (Post e Wade, 2009).

Segundo Delaney, Miller e Bisonó (citado por Post e Wade, 2009), a maioria dos psicólogos que participou num estudo sobre religiosidade e espiritualidade entre os psicólogos (N=258), vê a religião como benéfica para os seus clientes acreditando numa relação positiva entre religiosidade e saúde mental. Contudo, não consideram ter as capacidades nem o conhecimento necessário para trabalhar com clientes religiosos.

Frequentemente, as questões religiosas dos clientes são reduzidas a problemas mais fundamentais como por exemplo, raiva a Deus torna-se um sinal de raiva ao pai, vazio espiritual torna-se um sintoma de depressão, etc. A maior parte das vezes não se acede diretamente ao problema religioso porque se assume que são meros sinais de desajustamentos psicológicos que representam algo mais apropriado para tratamento.

Contudo é de ressaltar que existem terapeutas que têm o cuidado de acolher e escutar os problemas religiosos dos clientes não impondo os seus próprios valores ou crenças aos mesmos. Procuram facilitar a discussão sobre esses problemas assumindo uma postura de abertura para os explorar com o cliente (Post e Wade, 2009).

Expectativas

Segundo Knox, Catlin, Casper, Schlosser (citados por Post e Wade, 2009) muitos são os clientes que desejam expor problemas relacionados com a religião ao seu terapeuta e que indicam que a religião é de extrema importância para a sua cura e crescimento.

Contudo, Goedde (citado por Knox, Catlin, Casper, Schlosser, 2004) considera que uma grande parte expressa preocupação em o fazer por recearem não ser entendidos, ser julgados, verem a sua religiosidade ser tida como patológica, não falarem a mesma linguagem religiosa que os terapeutas e como tal, terem que instruir o terapeuta, terem a imposição dos valores do terapeuta e ter um terapeuta que não seja sensível o suficiente para saber quando e como abordar os assuntos religiosos em terapia. No entanto, segundo Belaire e Young (citados por Post e Wade, 2009) esperam que o terapeuta respeite as suas crenças religiosas e tenha uma atitude aberta perante a religião.

Existem melhores resultados durante o processo terapêutico, quando as crenças religiosas do cliente coincidem com as do terapeuta. Wade, Worthington, Vogel (2007), indicam que quanto mais as crenças religiosas do cliente são semelhantes às do terapeuta, mais estes se sentem próximos do terapeuta e mais eficaz é a terapia.

Para alguns clientes, a religião é de facto o valor mais central das suas vidas e, por este motivo, alguns clientes procuram, explicitamente, terapeutas religiosos não tendo que se expor a terapeutas que tenham valores diferentes (Worthington e Sandage, 2001).

METODOLOGIA

Objetivos do Estudo

O presente estudo está enquadrado no âmbito de uma investigação qualitativa que se prende na leitura à luz da fenomenologia. Esta investigação tem como objetivo principal a descrição e compreensão da experiência subjetiva dos terapeutas relativamente ao modo como lidam com as crenças religiosas dos seus clientes pelo que, desta forma, pretende-se perceber o fenómeno da “vivência da religião em contexto terapêutico” através do olhar dos terapeutas que vivenciaram esta experiência.

De uma forma mais particular, pretende-se analisar de um modo fenomenológico a experiência vivenciada por estes terapeutas, isto é, como é que lidam com as crenças religiosas dos seus clientes quando surjem e se surgirem em contexto terapêutico, com o propósito de entender a essência dos significados subjetivos associados ao fenómeno em questão.

Participantes

A amostra é constituída por quatro participantes, dois do sexo masculino e dois do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 46 e 61 anos.

Os critérios de seleção dos participantes nesta amostra basearam-se na aceitação e disponibilidade dos participantes em realizar uma entrevista presencial, bem como na comprovação da existência de experiência com clientes religiosos por parte dos participantes, à exceção de um participante.

Os participantes foram contactados por telefone, foi-lhes explicado que o estudo e os seus dados seriam mantidos confidenciais e, após aprovação dos participantes em se juntarem a esta investigação, foi marcado um dia e uma hora, e a entrevista presencial foi realizada ou nos seus consultórios ou no ISPA.

Segue-se uma breve descrição de cada um dos participantes, de acordo com as informações facultadas pelas mesmas:

P1 é uma mulher de 50 anos, licenciada em Psicologia Clínica pela Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação de Lisboa; exerceu a sua prática clínica durante 16 anos em contexto de clínica privada e em ambiente escolar. É católica.

P2 é uma mulher de 56 anos, licenciada em Psicologia Clínica pela Universidade Clássica de Lisboa. Tem uma pós-graduação em Orientação e Mediação Familiar e formou-se em Logoterapia pela Associação Espanhola de Logoterapia. Exerce a sua prática clínica há 15 anos em contexto de clínica privada. É católica.

P3 é um homem de 61 anos, doutorado em Psicologia Clínica pelo Instituto Superior de Psicologia Aplicada, pela Universidade René Descartes em Paris e pela Universidade Nova. É Psicanalista titular da Associação de Psicanálise. Exerce a sua prática clínica há 25 anos em contexto de clínica privada. Não é praticante.

P4 é um homem de 46 anos, licenciado em Psicologia Clínica em Londres e Lisboa. É formado em psicoterapia Existencial e exerce a sua prática clínica há 20 anos em contexto de clínica privada. Não é religioso.

Material

A entrevista presencial foi eleita como o método escolhido, visto ser o meio principal para obtenção de uma descrição completa e detalhada da experiência vivida pelos entrevistados, tanto como as explicitações de significado sobre o fenómeno descrito. As entrevistas efetuadas foram gravadas num telemóvel em modo áudio, e transcritas na íntegra para um computador portátil.

O tratamento dos dados recolhidos na entrevista foi feito a partir do método fenomenológico de Amadeo Giorgi.

Procedimentos

Dois dos participantes foram contactados pelo orientador de dissertação desta dissertação, com o propósito de averiguar a sua disponibilidade para participarem nesta

investigação. Os outros dois participantes foram contactados pelo investigador através da Instituição Católica existente no local de residência do mesmo.

Os participantes contactados pelo orientador, foram informados que iriam ser contactados telefonicamente pelo investigador, com o intuito de participar numa investigação de Mestrado que estaria a ser desenvolvida sobre a Religião em Psicoterapia e, após o consentimento dos participantes, os mesmos foram contactados telefonicamente de modo a marcar um dia e local para efetuar a entrevista presencial. Posteriormente à aceitação da realização da entrevista por parte dos entrevistados, o investigador agradeceu a disponibilidade dos mesmos e, de seguida, foram-lhes referidos novamente os objetivos do estudo, efetuado um pedido de autorização para que as entrevistas pudessem ser registadas no modo áudio do telemóvel e foi reforçado que todos os seus dados pessoais seriam tratados confidencialmente. De seguida foi pedido aos participantes que descrevessem o modo como lidam com as crenças religiosas dos seus clientes quando estas surgem em contexto terapêutico.

A entrevista deu início com uma pergunta aberta, sendo que as questões seguintes e intervenções do investigador surgiram a partir do fluxo das descrições efetuadas pelos participantes. É importante salientar que o entrevistador dispunha de um guião de entrevista aberta apesar de ter sido dada aos participantes a liberdade para direcionarem a entrevista.

Desta forma, a questão colocada inicialmente pelo entrevistador foi: “Gostaria que me indicasse como é que ao longo da sua experiência clínica tem lidado com as crenças religiosas dos seus clientes quando, e caso, estas tenham surgido em contexto terapêutico.”

A duração mínima das entrevistas foi de 20 minutos e a máxima de 1 hora 30 min., variando, desta forma, de participante para participante e a conversação dependeu da facilidade dos participantes em verbalizar a sua experiência.

Após a aplicação das entrevistas exploratórias de cariz descritivo e das mesmas serem transcritas na íntegra, estas foram analisadas através do método fenomenológico de Amadeo Giorgi.

Tendo este estudo o objetivo de explorar a experiência subjetiva e individual da vivência da religião em contexto terapêutico, a escolha de um método qualitativo, de natureza fenomenológica, parece a mais indicada à investigação, na medida em que parte da descrição de experiências pessoais para alcançar a descoberta do significado psicológico, expresso pelos indivíduos. Os métodos de pesquisa devem ser selecionados, ajustados e desenvolvidos tendo em conta a compatibilidade com a natureza do fenómeno estudado, como tal, é o fenómeno que dita o método incluindo o tipo de participantes (Groenewald, 2004).

Posto isto, anteriormente ao desenvolvimento do método deste estudo, torna-se relevante compreender que atualmente o método fenomenológico faz parte de um todo que é a investigação qualitativa.

A investigação qualitativa tem como principal objetivo desenvolver uma compreensão de como o mundo é construído, reflexão que pode ser realizada sob diferentes perspetivas. A investigação qualitativa é humanista, e parte do princípio que individualmente e, coletivamente, criamos o mundo em que vivemos e somos por ele responsáveis. Este tipo de investigação produz essencialmente conhecimento em três áreas: o conhecimento do outro, o conhecimento do fenómeno e o conhecimento reflexivo. É implícita a qualquer forma de pesquisa qualitativa a ideia que, em última análise, não podemos conhecer realmente como é que o mundo é construído, não conseguimos atingir a compreensão “científica” do mundo humano (McLeod, 2001).

A investigação qualitativa tem vindo a ganhar aos poucos o seu lugar no estudo da condição humana e tem-se caracterizado por uma forma de trabalhar e recolher dados mais vulnerável, no entanto, possui um pilar comum que assenta numa integração do estudo da psicologia com a riqueza dos seus contextos históricos, sociais e culturais. Ainda assim, ressalta-se a especial atenção que a investigação dá às pessoas, às suas experiências, situações e respetivos contextos, tomando sempre em consideração o facto de os indivíduos serem atores principais na criação de significados intencionais sobre essas experiências (Maracek, 2003).

Como tal, os fenómenos que não apresentam uma fácil quantificação são os mais apropriados para serem analisados pelos métodos e procedimentos da investigação qualitativa, que procuram uma compreensão particular do fenómeno em estudo, não se interessando por

generalizações, princípios ou leis, na medida em que o foco da atenção é centralizado no específico, no peculiar, no individual (Coltro, 2000).

Em termos gerais, o resultado final de uma investigação qualitativa segue normalmente uma conduta orientadora que integra simultaneamente a experiência dos participantes, a reflexão do investigador, a descrição e interpretação do problema e as propostas de intervenção em relação à literatura (Creswell, 2007).

Método Fenomenológico

Todos os métodos de investigação são fundados em certos pressupostos epistemológicos sobre como conhecemos, ou qual é a natureza da realidade. A percepção permite aceder à experiência do mundo como é dada antes de qualquer análise. A fenomenologia reconhece que os significados são dados na percepção e modificados na análise (Donalek, 2004).

A perspetiva fenomenológica da vivência psicológica está mais relacionada com o *como* os dados se apresentam à consciência, do que com o que *realmente* são. O que significa que para compreendermos a realidade psicológica, é necessário compreendermos a essência do fenómeno, conhecer como é que as coisas se apresentam a nós. A ciência psicológica deve ter em consideração as dimensões qualitativas do fenómeno experimentado (Giorgi, 2000).

A fenomenologia, que se dedica ao estudo da essência do fenómeno, teve início com o trabalho de Edmund Husserl, tendo vindo a exercer a sua influência nas ciências sociais. Segundo os seus pressupostos, podemos ter ao nível da consciência a certeza sobre a forma como apreendemos os fenómenos em si mesmos, ilusórios ou reais, mesmo que não exista evidência sobre a existência independente das coisas. Toda a consciência é consciência de alguma coisa, o que significa que não há consciência sem um objeto de referência, o pensamento está sempre voltado para algum objeto.

Uma noção importante da fenomenologia é esta ideia de intencionalidade da consciência, entendida como a sua essência. Todos os objetos da consciência transcendem o ato em que aparecem. Na Psicologia, o comportamento é compreendido como intencional, ele é dirigido a situações que transcendem o comportamento em si (Giorgi & Giorgi, 2003).

Segundo Giorgi e Sousa (2010) os aspetos cruciais de uma abordagem fenomenológica assentam em primeiro lugar na compreensão do fenómeno da consciência, e em segundo lugar, na totalidade da experiência vivida de uma determinada pessoa. Neste

sentido o papel da consciência é assumido como a principal fonte de construção de significado, em relação aos objetos ou fenômenos que se apresentam intuitivamente.

O método fenomenológico propõe uma descrição exaustiva do fenômeno da experiência quotidiana, com o intuito de chegar à compreensão das suas estruturas essenciais. Neste sentido, é necessário um alheamento de teorias e crenças a que Husserl denominou de *epoché* ou *redução fenomenológica*, caracterizada pela exploração do fenômeno enquanto algo puro livre dos elementos pessoais e culturais, o que facilita o alcance da essência.

A *epoché* consiste numa atitude de suspender quaisquer pressupostos, conhecimentos ou crenças sobre o fenômeno investigado e a *redução fenomenológica* implica que os objetos são reduzidos, mas não os atos da consciência, com os quais os objetos estão correlacionados, o que significa que eles são reconhecidos exatamente como se apresentam a si mesmo, são pensados como presenças, não realidades. Os objetos ou aspetos da situação são considerados intencionais, enquanto os atos são entendidos como correlacionados com a subjetividade existente (Giorgi, 2000). Assim, na raiz da fenomenologia, o que se pretende é compreender o fenômeno em si, e permitir a emergência da sua essência (Groenewald, 2004).

De um modo geral, a investigação fenomenológica psicológica propõe-se clarificar situações vividas pelas pessoas na vida quotidiana. A fenomenologia pretende permanecer o mais fiel possível ao fenômeno e ao contexto em que ele aparece no mundo. Na análise fenomenológica de um determinado fenômeno, os participantes descrevem uma experiência vivida num contexto específico, que é depois analisada com o objetivo de conhecer a essência psicológica desse fenômeno. A importância do uso de descrições está relacionada com a necessidade de conhecer como alguém experimenta o que está a ser vivido (Giorgi & Giorgi, 2003).

A descrição é obtida através de uma entrevista, cuja finalidade é que o participante descreva, com o maior detalhe possível, a experiência de uma situação do interesse do investigador. A transcrição da entrevista constitui os dados brutos da investigação. A partir da descrição, o investigador analisa-a de todos os ângulos e perspetivas (variação livre imaginativa, de forma a separar os aspetos do fenômeno contingentes a circunstâncias particulares, dos que se mantêm constantes, para alcançar a essência do fenômeno (McLeod, 2001).

O método fenomenológico científico é descritivo, uma vez que parte das descrições concretas de experiências vividas pelos participantes e o resultado final do processo de análise

é uma descrição da essência psicológica ou constituintes essenciais da estrutura do fenómeno (Giorgi & Giorgi, 2003).

Método Fenomenológico de Amadeo Giorgi

Para Giorgi o conceito operativo da investigação fenomenológica é a descrição. O objetivo do investigador é descrever, com a maior precisão possível o fenómeno, abstendo-se dos conhecimentos anteriores sobre o mesmo, mas permanecendo fiel aos factos (Groenewald, 2004). O método fenomenológico delineado por Amadeo Giorgi é constituído por quatro passos essenciais:

1. Estabelecer o Sentido Geral; ler a descrição na sua totalidade, para conhecer o seu sentido geral.
2. Determinação das Partes; a descrição do participante é dividida em partes, em unidades de significado, facilitando uma análise mais aprofundada da experiência descrita.
3. Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico; vai permitir um refinamento progressivo do sentido da descrição original. Esta transformação explicita o que está implícito, especialmente em relação ao significado psicológico, o que permite à análise revelar significados que são vividos, mas não necessariamente articulados de forma clara ou totalmente conscientes. As unidades de sentido são transformadas através da variação livre imaginativa.
4. Determinação da Estrutura Geral de Significados Psicológicos; consiste em determinar quais os constituintes essenciais, os significados invariantes da experiência. O investigador examina cada uma das unidades transformadas e seleciona os constituintes verdadeiramente invariantes que são utilizados na construção da estrutura.

No final o investigador dialoga com a literatura de forma a estabelecer uma comparação entre os dados por si obtidos e as investigações existentes (Giorgi & Sousa, 2010).

CAPÍTULO III

APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

Baseados no método fenomenológico de Giorgi, os resultados serão apresentados de acordo com duas vertentes principais, sendo a primeira referente à *estrutura geral de significados psicológicos*, que congrega a essência comum das experiências subjetivas dos quatro participantes em relação ao tema em estudo, e a segunda vertente referente à descrição e análise dos sentidos mais invariantes, denominados *constituintes essenciais* da experiência, bem como das respectivas *variações empíricas*.

A transcrição das entrevistas e a transformação das unidades de significado em expressões de caráter psicológico de acordo com os quatro passos do método fenomenológico de Giorgi podem ser consultadas na secção do Anexos – Anexo A e Anexo B, respectivamente.

Descrição da Estrutura Geral de Significado nos 4 Participantes

Os 4 participantes demonstraram lidar de forma semelhante com as crenças religiosas dos seus clientes quando estas surgem nos seus contextos terapêuticos.

É unanime a opinião de que o cliente, as suas crenças, a sua visão do mundo, deve ser respeitada e a postura e atitude do terapeuta deve ser a de abertura e receptividade para melhor compreender e chegar ao outro apesar de nem sempre ser possível deixar os seus próprios preconceitos e opiniões de parte, o que pode afetar negativamente a relação terapêutica.

A Religião é considerada pela maior parte dos participantes como uma forma de o sujeito dar significado e sentido à sua existência. Pode ser vivida de forma equilibrada e estruturante ou de forma disfuncional dependendo da estrutura e do mundo psicológico do sujeito. Assim, segundo o que foi possível apurar através das entrevistas, para os participantes, o modo como o sujeito vive e se relaciona com o seu mundo religioso pode ser um reflexo de como se desenvolveram e evoluíram as suas relações mais precoces.

Em casos em que a Religião tem um impacto negativo na vida do sujeito, o terapeuta pode ajudar o sujeito a questionar as suas atitudes, comportamentos, sentimentos e emoções de modo a ajudar o outro a compreender, explorar e aprofundar o significado das suas experiências.

Constituintes Essenciais da Estrutura Geral de Significado e Variações Empíricas

Os constituintes essenciais representam os significados invariantes que foram encontrados no espectro da experiência de lidar com as crenças religiosas dos clientes em contexto terapêutico dos quatro participantes. Assim, foram identificados seis constituintes essenciais na estrutura geral de significado: Abertura/Respeito pelo outro, Religião como dimensão do ser humano, Vivência da Religião como projeção de outras vivências, Religião como suporte emocional/Estratégia de coping, Autoquestionamento, Entraves para a Relação terapêutica.

Estes constituintes essenciais serão apresentados de seguida, juntamente com uma análise das suas respetivas variações empíricas que serão completadas através das citações mais significativas dos próprios participantes. Por fim, a síntese dos constituintes essenciais e das variações empíricas é ilustrada no final desta secção através da apresentação da Tabela 1.

Abertura/Respeito pelo outro

A postura que os quatro participantes parecem adotar frente a um cliente que em terapia partilhe as suas crenças religiosas, é de abertura e respeito perante o mesmo e pelas suas crenças e ideologias.

A Participante 1 (P1) inicia o seu discurso dizendo que perante as crenças do cliente, assumia sempre uma postura profissional de respeito pelo outro:

“Isso fazia parte da minha experiência... da minha postura como psicóloga, como profissional. Um grande respeito, quando há um desentendimento... não é desentendimento, quando a mensagem do outro, não consigo captá-la ou não consigo entendê-la (...)”

A participante 2 (P2) explica que não é moralista e, como tal, quando os clientes demonstram ter crenças diferentes das suas ou diferentes formas de estar na vida, respeita-os:

“Eu não sou moralista, portanto... eu respeito a liberdade da pessoa e eu acredito firmemente que uma pessoa que seja de uma determinada religião deve segui-la honesta e profundamente.”

Para o participante 3 (P3) é fundamental que o psicoterapeuta, por princípio respeite a visão do mundo de cada um. Eticamente deve respeitar as convicções do sujeito:

“outro aspeto que me parece fundamental é o psicoterapeuta, por princípio, deve respeitar a visão do mundo de cada um. A visão política, a visão do mundo a visão que ele tem, a religiosa, não é, portanto, não deve pôr em causa... por princípio, deve, portanto, eticamente respeitar essa visão e as convicções do sujeito (...)”

Por fim, o participante 4 (P4) indica que procura ter uma atitude de abertura e um posicionamento de não juízo prévio:

“a primeira coisa que eu lhe posso dizer relativamente a como é eu lido é com aquilo a que nós normalmente denominamos como uma abertura e um posicionamento de não juízo prévio.”

Religião como dimensão do ser humano

Para os quatro participantes, as crenças religiosas são algo que faz parte do mundo psicológico da pessoa. Assim como o ser humano é composto por uma dimensão biológica, fisiológica, emocional, também o é por uma dimensão espiritual. A religião deixa de ser uma coisa abstrata para ser algo real e concreto que é vivido e experienciado através de comportamentos, atitudes, pensamentos, sentimentos e emoções.

Para P1, a terapia não basta para curar porque não contempla a dimensão espiritual do ser humano:

“não é completa porque estamos a trabalhar no foro psicológico e emocional mas não estamos a falar do foro espiritual e por isso aí já há uma lacuna. Se o psicólogo, se o paciente é crente, mas o psicólogo não é, há sempre uma lacuna. Não podem entrar no desenvolvimento... da parte da espiritualidade.”

P2 afirma que a dimensão religiosa faz parte da pessoa e, deste modo, deve ser abordada tendo isso em conta:

“É assim, para mim, a dimensão religiosa faz parte da pessoa e, portanto, tem que ser abordada exatamente nessa perspetiva.”

Para P3 é evidente que a crença religiosa e a espiritualidade são uma dimensão importante para a cultura e civilização:

“Em relação à crença religiosa e à espiritualidade é evidente que a crença religiosa e a espiritualidade constituem uma dimensão importantíssima da cultura e da civilização, não é...”

P4 considera que o terapeuta deve tentar compreender a outra pessoa em todas as suas dimensões onde se inclui o seu sistema de crenças:

“o que é que a outra pessoa é em todas as suas variantes, em todas as suas dimensões de ser pessoa onde se inclui o seu sistema de crenças, digamos assim, incluindo as crenças religiosas. “

Vivência da Religião como projeção de outras vivências

Relativamente ao modo como a religião é vivida pelos clientes, todos os quatro participantes são da opinião de que depende do modo como a pessoa foi desenvolvendo ao longo da sua vida, o seu mundo psicológico. Como foram vividas as suas relações mais precoces e como isso influenciou todo o processo de construção da sua identidade.

P1 indica que as expectativas que temos em relação ao outro afeta o nosso relacionamento com o mesmo e como tal, por vezes as expectativas que os pais colocam sobre os filhos não são correspondidas e isso pode levar a sentimentos menos positivos:

“tem todas as nossas expectativas em relação ao outro e isso afeta o nosso relacionamento com o outro.

Por isso, os pais que têm altas expectativas em relação aos filhos e os filhos não têm um sucesso escolar e não sei quê...pronto... somos humanos não é...nós somos cristãos mas estamos neste mundo e nós aprendemos a nos desprender do mundo mas não conseguimos totalmente e em termos terapêuticos ajuda... poder falar destes acontecim....sentir”

Para P2 a forma como as pessoas vivem a Religião tem a ver com a forma como a relação com os pais se processou:

“(...) e muitas vezes a forma como as pessoas vivem a sua dimensão religiosa tem a ver com questões familiares, com a forma como a relação com os pais se processou (...)

Com a vivência de um pai ultra dominador, ou castrador ou castigador, tem a ver depois com um Deus castigador também, não é, criam-se, projetam-se essas imagens...”

P3 coloca a hipótese de a vivência negativa da religiosidade poder ser uma punição do seu superego e uma atitude mais passiva poder refletir como que uma submissão aos pais:

“Não será que o sujeito está a atribuir à religião e ao seu Deus, quando se obriga a castigar, a punição do seu superego? Não é... quando ele projeta para a religião... (...) aí está uma submissão, por exemplo, não é uma submissão ao pai ou à mãe, mas é uma submissão às figuras e aos preceitos religiosos.”

P4 considera que o modo como o nosso mundo psicológico se vai desenvolvendo, com toda a sua complexidade e tudo aquilo que o compõe, é determinante para o modo como é vivida a religiosidade:

“eu acho é que depois a nossa vida, a maneira como nós vamos desenvolvendo a nossa vida, o nosso mundo psicológico, é tão complexo e cruza tantas dimensões que nós podemos ter uma pessoa que (...) Equilibrada (...) pode ser desenvolvida por alguns de nós de uma forma que em vez de nos trazer um enquadramento e uma estrutura, como eu dizia, equilibrada, não é, leva-nos porventura ao sofrimento, ao exagero, a uma radicalização de argumentos ou de posturas que, podem trazer, lá está, um sofrimento e um mau estar ao próprio e a terceiros.”

Religião como suporte emocional/Estratégia de coping

Para os quatro participantes, a Religião é vista como algo que proporciona proteção, amparo, amor, perdão e contenção ajudando o sujeito a superar os seus sentimentos de fragilidade, imaturidade e insegurança. Dá significado à existência e permite que o sujeito se sinta como fazendo parte de algo.

Para P1, o sujeito encontra a resposta para todas as suas necessidades na Religião. Segundo a mesma, é onde se aprende a viver, amar, perdoar e aceitar:

“... quem faz uma caminhada cristã, tem lá tudo. Não precisa do psicólogo porque na vida.... A gente tem que aprender a viv... amar, viver, amar, a perdoar, aceitar... tudo. Agora, a psicologia usa algumas técnicas que nos ajuda a fazê-lo? Sim, é verdade, mas a raiz está no cristianismo.”

P2 considera que a relação com Deus é extremamente importante porque, não sendo abstrata, pode-se experimentar o perdão e o amor, o que pode modificar o modo como o sujeito se vê a si próprio e aos outros:

“Mas a relação com Deus ajuda porque não é uma relação abstrata, não é... é uma relação em que, principalmente na dimensão do perdão é extremamente importante (...) que a pessoa é verdadeiramente amada, que é verdadeiramente desejada por alguém, que é fruto do amor de alguém, e que esse alguém tem por ela uma atenção tão grande que todos os cabelos da sua cabeça estão contados com certeza que modifica a forma como a própria pessoa se vê a si própria, não é... e como olha também para os outros”

P3 indica que a Religião é algo que o Homem criou para se sentir seguro e amparado devido à sua fragilidade. Confere, igualmente, um sentido para a vida:

“a religião é uma forma que a civilização, a cultura, o ser humano arranjou para se sentir mais seguro, para se sentir mais amparado devido à sua fragilidade, imaturidade e também para dar sentido à existência...”

Para P4, através da religião o sujeito pode escapulir as suas angústias e sentir-se mais seguro por partilhar um espaço com outros, onde a linguagem que dá significado à sua existência, é a mesma:

“(...) eu posso-lhe dizer que nós podemos escapulir parte das nossas angústias através de uma religião e, portanto, podemos sentir mais seguros devido ao espaço onde estamos com outros, onde há uma linguagem que dá um significado a esta existência nesta vida...”

Autoquestionamento

A psicoterapia é vista pelos quatro participantes como um espaço em que o cliente se pode e se deve auto questionar. O terapeuta deve ajudar o sujeito a compreender, explorar, aprofundar e questionar o porquê de ser de determinada maneira, sentir determinadas coisas, sentir-se obrigada a determinados comportamentos e se a sua vivência faz sentido para si e porquê.

A P1 indica que para um cliente religioso, o espaço terapêutico permitiu-lhe descobrir, falar e ouvir-se de modo a entender qual era a sua vocação:

“em termos terapêuticos foi uma descoberta se estava a fugir dos seus próprios medos e que o facto de não ser bem-sucedido numa relação com a parceira, com a rapariga, que isso é que o levou a escolher a vida sacerdotal ou não, por isso é que a terapia ajudou,

ajudou... também foi um espaço em que lhe foi permitido falar e ouvir-se de modo a que entendesse qual era a sua própria vocação.”

P2 ressalva um caso em que primeiro tentou perceber o contexto da vivência relatada e depois tentou levar o sujeito a pensar se para si fazia sentido e porquê:

“(...) pronto, era tentar perceber o contexto e depois fazer, eventualmente, a pessoa pensar se isso lhe faz sentido e porquê.”

Para P3, a psicoterapia é um autoquestionamento, um espaço que leva o sujeito a conhecer-se a si mesmo e a perguntar-se o porquê de sentir, pensar e comportar-se de determinada forma:

“A psicoterapia é um questionamento, é um autoquestionamento (...) a psicoterapia, ou a psicanálise é um processo em que o sujeito se vai, com a ajuda do psicoterapeuta ou psicanalista, se vai Auto questionar e perguntar-se porque é que ela é assim de determinada coisas, sente determinadas coisas, sente-se obrigada a ter determinados comportamentos”

Em P4 é notória a atitude de questionamento no sentido de ajudar o sujeito a compreender-se e ajudar-se a si próprio enquanto terapeuta:

“Mas nós podemos compreender porque é que a pessoa não está tão bem ou porque é que pode vir a estar melhor, ou porque é que está a viver as coisas do modo que está a viver. Ajuda a compreender, não é...”

Entraves para a relação terapêutica

Para os quatro participantes, o cliente e o terapeuta terem crenças distintas pode ser um problema para o estabelecer da relação terapêutica. Apesar de todos concordarem que as suas posições devem ser de respeito e abertura perante o outro, por vezes na prática, não se torna fácil deixar de fora os aspetos e crenças pessoais de cada um. Outras vezes é o próprio cliente que vê isso como um entrave e prefere procurar um psicoterapeuta que partilhe das mesmas crenças religiosas.

P1 refere que os pacientes que recebia eram, na maior parte, indicados precisamente por sentirem uma dificuldade de comunicação com os terapeutas que não eram religiosos:

“(...) que me eram indicados exatamente pelo facto de serem cristãos e católicos e sentirem que com os outros terapeutas não tinham tanto à vontade e não podiam...por isso tinham sempre ali... não os entendiam, não porque não pudessem, mas não os entendiam (...)”

P2 indica que atualmente os clientes a procuram precisamente por ser católica. Quando chegam a si, já sabem o querem e não acontece por acaso. Querem ser atendidas por um psicólogo Católico e isso faz parte de si:

“Muitas vezes... atualmente quando as pessoas me procuram, a maior parte das pessoas já sabem que eu estou ligada à religião católica e que sou presidente da Associação de Psicólogos Católicos e é por isso que me procuram (...) mas as pessoas já sabem aquilo que querem, e portanto, é um bocadinho uma mudança de perspetiva porque não é uma coisa que aparece por acaso mas já vêm com essa ideia e portanto isso faz parte da pessoa.”

P3 considera que, para os clientes religiosos, por vezes o melhor caminho é a confissão até porque pode ser considerada uma espécie de terapia:

“Por exemplo, em certos casos, entre um sujeito fazer uma psicoterapia ou uma confissão com o seu líder religioso, por vezes a confissão, para um sujeito religioso, é o melhor caminho que ele tem a seguir até porque a confissão de certo modo pode se ver como uma espécie de terapia (...)”

P4 relata uma experiência sua que demonstra a dificuldade de o terapeuta se despojar das suas próprias ideias, posições e opiniões e de como isso pode dificultar a relação terapêutica:

“ eu acho que não tive a capacidade como psicoterapeuta de lidar com aspetos que são sobretudo meus e da forma como a pessoa se estava a... a... posicionar enquanto pessoa (...) não sentiu o elemento absolutamente crucial que é a confiança no psicoterapeuta, e eu acho que ele não sentiu confiança em mim porque eu não estive na relação de uma forma mais ativa como eu julgo que esta pessoa precisava.”

Tabela 1. Análise dos Constituintes Essenciais e das Variações Empíricas

Constituintes Essenciais	Variações Empíricas			
	P1	P2	P3	P4
Abertura/Respeito pelo outro	Isso fazia parte da minha experiência... da minha postura como psicóloga, como profissional. Um grande respeito, quando há um desentendimento... não é desentendimento, quando a mensagem do outro, não consigo captá-la ou não consigo entendê-la (...)	Eu não sou moralista, portanto... eu respeito a liberdade da pessoa e eu acredito firmemente que uma pessoa que seja de uma determinada religião, deve segui-la honesta e profundamente.	outro aspeto que me parece fundamental é o psicoterapeuta, por princípio, deve respeitar a visão do mundo de cada um. A visão política, a visão do mundo a visão que ele tem, a religiosa, não é, portanto, não deve pôr em causa... por princípio, deve portanto, eticamente respeitar essa visão e as convicções do sujeito (...)	a primeira coisa que eu lhe posso dizer relativamente a como é eu lido é com aquilo a que nós normalmente denominamos como uma abertura e um posicionamento de não juízo prévio.

Religião como dimensão do ser humano	não é completa porque estamos a trabalhar no foro psicológico e emocional, mas não estamos a falar do foro espiritual e por isso aí já há uma lacuna. Se o psicólogo, se o paciente é crente, mas o psicólogo não é, há sempre uma lacuna. Não podem entrar no desenvolvimento... da parte da espiritualidade.	É assim, para mim, a dimensão religiosa faz parte da pessoa e portanto tem que ser abordada exatamente nessa perspetiva	Em relação à crença religiosa e à espiritualidade é evidente que a crença religiosa e a espiritualidade constituem uma dimensão importantíssima da cultura e da civilização, não é...	o que é que a outra pessoa é em todas as suas variantes, em todas as suas dimensões de ser pessoa onde se inclui o seu sistema de crenças, digamos assim, incluindo as crenças religiosas.
Vivência da Religião como projeção de outras vivências	tem todas as nossas expectativas em relação ao outro e isso afeta o nosso relacionamento com o outro. Por isso, os pais que têm altas expectativas em relação aos filhos e os filhos não têm um sucesso escolar e não sei quê...pronto... somos humanos não é...nós somos cristãos mas estamos neste mundo e nós aprendemos a nos desprender do mundo mas não conseguimos totalmente e em termos terapêuticos ajuda... poder falar destes	e muitas vezes a forma como as pessoas vivem a sua dimensão religiosa tem a ver com questões familiares, com a forma como a relação com os pais se processou (...) Com a vivência de um pai ultra dominador, ou castrador ou castigador, tem a ver depois com um Deus castigador também, não é, criam-se, projetam-se	Não será que o sujeito está a atribuir à religião e ao seu Deus, quando se obriga a castigar, a punição do seu superego? Não é... quando ele projeta para a religião (...) ai está uma submissão, por exemplo, não é uma submissão ao pai ou à mãe, mas é uma submissão às figuras e aos preceitos religiosos.	eu acho é que depois a nossa vida, a maneira como nós vamos desenvolvendo a nossa vida, o nosso mundo psicológico, é tão complexo e cruza tantas dimensões que nós podemos ter uma pessoa que (...) Pode ser desenvolvida por alguns de nós de uma forma que em vez de nos trazer um enquadramento e uma estrutura, como eu dizia,

	acontecim....sentir estas coisas...	essas imagens...		equilibrada, não é, leva-nos porventura ao sofrimento, ao exagero, a uma radicalização de argumentos ou de posturas que, podem trazer, lá está, um sofrimento e um mau estar ao próprio e a terceiros,
Religião como suporte emocional/ Estratégia de coping	... quem faz uma caminhada cristã, tem lá tudo. Não precisa do psicólogo porque na vida.... Agente tem que aprender a viv... amar, viver, amar, a perdoar, aceitar... tudo. Agora, a psicologia usa algumas técnicas que nos ajuda a fazê-lo? Sim, é verdade, mas a raiz está no cristianismo.	Mas a relação com Deus ajuda porque não é uma relação abstrata, não é... é uma relação em que, principalmente na dimensão do perdão é extremamente importante (...) que a pessoa é verdadeiramente amada, que é verdadeiramente desejada por alguém, que é fruto do amor de alguém, e que esse alguém tem por ela uma atenção tão grande que todos os cabelos da sua cabeça estão contados com certeza que	a religião é uma forma que a civilização, a cultura, o seu humano arranjou para se sentir mais seguro, para se sentir mais amparado devido à sua fragilidade, imaturidade e também para dar sentido à existência...	as pessoas, eu posso-lhe dizer que nós podemos escapular parte das nossas angústias através de uma religião e portanto podemos-nos sentir mais seguros devido ao espaço onde estamos com outros, onde há uma linguagem que dá um significado a esta existência nesta vida...

		modifica a forma como a própria pessoa se vê a si própria, não é... e como olha também para os outros		
Autoquestionamento	Em termos terapêuticos foi uma descoberta se estava a fugir dos seus próprios medos e que o facto de não ser bem-sucedido numa relação com a parceira, com a rapariga, que isso é que o levou a escolher a vida sacerdotal ou não, por isso é que a terapia ajudou, ajudou... também foi um espaço em que lhe foi permitido falar e ouvir-se de modo a que entendesse qual era a sua própria vocação.	Pronto, era tentar perceber o contexto e depois fazer, eventualmente, a pessoa pensar se isso lhe faz sentido e porquê.	A psicoterapia é um questionamento, é um autoquestionamento (...) a psicoterapia, ou a psicanálise é um processo em que o sujeito se vai, com a ajuda do psicoterapeuta ou psicanalista, se vai Auto questionar e perguntar-se porque é que ela é assim de determinada coisas, sente determinadas coisas, sente-se obrigada a ter determinado comportamentos	Mas nós podemos compreender porque é que a pessoa não está tão bem ou porque é que pode vir a estar melhor, ou porque é que está a viver as coisas do modo que está a viver. Ajuda a compreender, não é...

Entraves para a relação terapêutica	que me eram indicados exactamente pelo facto de serem cristãos e católicos e sentirem que com os outros terapeutas não tinham tanto à vontade e não podiam...por isso tinham sempre ali... não os entendiam, não porque não pudessem, mas não os entendiam, e...	Muitas vezes... atualmente quando as pessoas me procuram, a maior parte das pessoas já sabem que eu estou ligada à religião católica e que sou presidente da associação de psicólogos católicos e é por isso que me procuram (...) mas as pessoas já sabem aquilo que querem, e portanto, é um bocadinho uma mudança de perspectiva porque não é uma coisa que aparece por acaso mas já vêm com essa ideia e portanto isso faz parte da pessoa.	Por exemplo, em certos casos, entre um sujeito fazer uma psicoterapia ou uma confissão com o seu líder religioso, por vezes a confissão, para um sujeito religioso, é o melhor caminho que ele tem a seguir até porque a confissão de certo modo pode se ver como uma espécie de terapia,	eu acho que não tive a capacidade como psicoterapeuta de lidar com aspetos que são sobretudo meus e da forma como a pessoa se estava a... a... posicionar enquanto pessoa (...) não sentiu o elemento absolutamente crucial que é a confiança no psicoterapeuta, e eu acho que ele não sentiu confiança em mim porque eu não estive na relação de uma forma mais ativa como eu julgo que esta pessoa precisava.
-------------------------------------	--	--	---	--

CAPÍTULO V

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Pretende-se compreender e clarificar como a estrutura do significado comum a estas quatro subjetividades está intimamente relacionada com o que a literatura revela sobre esta experiência. No final deste subcapítulo apresenta-se uma ilustração gráfica através da Figura 1, com vista a auxiliar a clarificação da relação entre os constituintes essenciais da experiência de vivência da religião em contexto terapêutico.

Na parte final do capítulo, será destacada uma conclusão possível sobre o estudo, juntamente com a apresentação das limitações e potencialidades encontradas no mesmo, sugerindo-se também propostas para investigações futuras.

Diálogo com a literatura

O primeiro constituinte essencial, Abertura/Respeito pelo outro, encontra-se relacionado com a postura que o terapeuta assume ou deve assumir perante um cliente com crenças, valores e modos de estar e ser no mundo diferentes das suas.

Com isto, torna-se importante destacar que uma das principais situações invariantes na experiência destes participantes é o respeito pela visão do mundo do outro e a abertura perante questões que não são do seu domínio estando, assim, este constituinte essencial em concordância com a literatura existente visto que esta é a posição defendida pela grande parte dos terapeutas e a posição que está contemplada no código de ética dos mesmos.

O cliente deve ser escutado e os seus problemas sejam eles religiosos ou não, devem ser compreendidos e acolhidos pelo terapeuta que não deve impor os seus próprios valores ou crenças (Post e Wade, 2009).

Deste modo, deve-se procurar fazer uma compreensão psicológica do cliente completa em que o essencial seja explorar, aprofundar e compreender o seu universo psicológico, do qual as crenças religiosas fazem parte.

Por este motivo, a religião foi identificada pelos quatro participantes como uma dimensão do ser-humano, isto é, é uma vivência e experiência que faz parte da vida do outro na medida em que influencia o seu modo de ver e estar no mundo, sendo este o segundo constituinte essencial encontrado.

As crenças religiosas de um indivíduo são mais do que um conjunto de variáveis do pensamento e comportamento humano que podem ser estudadas. Elas são o produto de uma relação real com Deus ou uma força superior e, como tal, esta é uma experiência que deve ser compreendida tal como é vivida pelo sujeito (Reber, 2006). Todos os seus comportamentos, atitudes, sentimentos, emoções serão vividos de acordo com a crença que o sujeito tem acerca de Deus e do modo como se dá esta interação.

Apesar de ser identificada como uma experiência positiva e estruturante e que tem benefícios para o processo de ajustamento a situações de *stress* (Kelley e Chan, 2012), por vezes, esta é uma experiência que pode ser vivida com algum sofrimento, de forma disfuncional e destrutiva estando esta experiência negativa muitas vezes associada à depressão e a uma visão do mundo ameaçadora (Aten, O'Grady e Worthington, 2012), bem como às características da personalidade da pessoa em questão que são fruto do desenvolvimento do seu mundo psicológico. O modo como viveram e se relacionaram com as figuras que, supostamente providenciam suporte emocional, segurança e conforto, também pode influenciar o modo como se vão relacionar com Deus. Assim, se esta relação precoce foi vivida de forma negativa e disfuncional, é possível que a relação com os outros e com Deus também seja vivida dessa mesma forma.

Relativamente a esta questão acima mencionada, os quatro participantes partilharam da mesma opinião e visão sobre o fenómeno sendo assim identificado o terceiro constituinte essencial - Vivência da religião como projeção de outras vivências.

Relativamente ao quarto constituinte essencial de significado encontrado, Religião como suporte emocional/Estratégia de coping, os quatro participantes concordaram relativamente ao facto que a experiência religiosa, confere ao indivíduo segurança, suporte, contenção, sentido para a vida e uma rede de significados partilhada por outros, havendo, assim, um sentimento de pertença (Kelley e Chan, 2012).

Enquanto para P1 e P2, o ênfase está nos sentimentos provocados pelo bem-estar de pertencer a uma religião (amor, aceitação, perdão) e por estar em contacto com o divino (William James, 1902), P3 e P4 evidenciam o suporte e segurança devido a se estar num espaço com outros que partilham a mesma linguagem e os mesmos significados (Walsh, 2008; Rodrigues, 2014).

O quinto constituinte essencial identificado é o Autoquestionamento. Para a formação deste constituinte foram tidas em conta as respostas dos quatro participantes relativamente à forma como lidavam com os clientes que demonstravam viver a religiosidade de forma

negativa ou que mostravam sentimentos contraditórios. Os quatro participantes indicaram que a sua posição é sempre de levar o cliente a pensar e refletir de modo a questionar se determinado acontecimento, comportamento, sentimento, emoção, faz sentido para si e porquê para que possa compreender a essência do problema nunca se pretendendo que o sujeito abandone as suas ideologias ou crenças.

O que se pretende é que o cliente seja capaz de aprofundar e explorar outras formas de pensar e ver o mundo e a si mesmo como forma de ultrapassar o desconforto ou sofrimento sentido (Feixas e Miró, 1995).

Contudo, esta é uma técnica que deverá ser utilizada com cuidado e requer alguma sensibilidade por parte do terapeuta uma vez que os clientes podem sentir que não estão a ser compreendidos, apesar de a maior parte esperar uma atitude de abertura e respeito por parte dos seus terapeutas (Belaire & Young, 2002).

Este é um dos fatores encontrados, tanto nas respostas dos participantes como na literatura, relativamente às dificuldades que se podem encontrar num processo terapêutico que envolva crenças e ideologias diferentes por parte dos terapeutas e dos clientes, no estabelecimento da relação/aliança terapêutica e que constitui o sexto e último constituinte essencial identificado.

A capacidade do terapeuta para incorporar as necessidades do cliente e as suas expectativas é essencial para a construção de uma boa aliança terapêutica, da mesma forma que é fundamental que perceba movimentos de resistência e contratransferência em si mesmo que possam causar sentimentos de desconforto e falta de confiança por parte do cliente (Sperry, 2012). Este é um dos fatores que talvez represente maior dificuldade para os terapeutas, porque não partilhando das mesmas crenças religiosas que os clientes, por vezes, não reconhecem nem valorizam as suas experiências religiosas, apesar de na maior parte das vezes este seja um processo inconsciente (Schumway e Waldo, 2011).

Através das entrevistas de P1 e P2, verificamos que alguns dos seus clientes religiosos demonstravam precisamente a sua preferência por terapeutas, também eles, religiosos por se sentirem mais entendidos e mais próximos deste (Wade, Worthington e Vogel, 2007).

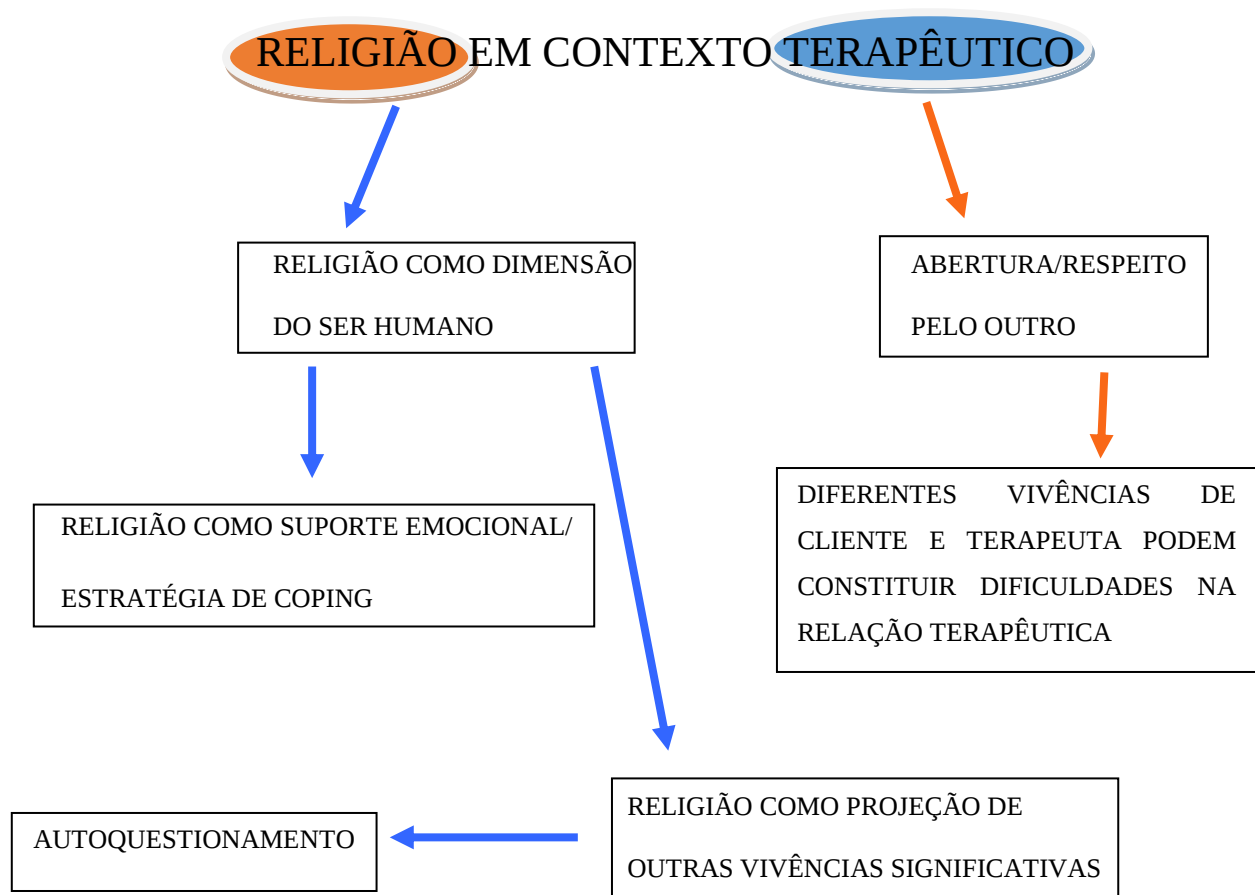
Para P3 e P4, é mais enfatizada a dificuldade em lidar com os seus próprios aspetos enquanto terapeutas não religiosos não favorecendo o fortalecimento da relação, em P4, nem dando lugar ao estabelecimento de confiança por parte do cliente (Post e Wade, 2009).

Conclui-se que apesar da subjetividade do tema, é possível encontrar pontos de convergência entre as várias experiências dos quatro participantes. Embora metade da amostra

fosse religiosa e a outra metade não, todos demonstraram um grande respeito e dedicação à sua prática profissional, mostrando que procuram sempre o melhor resultado para o cliente, independentemente das suas crenças e ideologias pessoais.

Em forma de síntese daquilo que foi referido anteriormente, a figura em baixo representada, explica a relação dos vários constituintes essenciais da experiência com a religião em contexto terapêutico.

Figura 1. Relação dos Constituintes Essenciais da Experiência Religião em Contexto Terapêutico.



Conclusões

O estudo fenomenológico da experiência subjetiva dos participantes que lidaram com as crenças religiosas dos clientes em contexto terapêutico demonstrou que este fenómeno é bastante complexo apesar de todos terem demonstrado lidar com ele de forma que tem dimensões semelhantes.

O modo como a Religião é vivida por aqueles que nela crêem, é mais do que acreditar num conjunto de ideologias e dogmas, regras e mandamentos. É uma forma de estar e ver o mundo diferente daqueles que não crêem. Implica uma relação concreta e real com Deus e uma afiliação verdadeira e honesta aos ensinamentos deste. São valores e princípios intrínsecos e que alteram a forma de pensar, sentir, e viver e que fazem parte da dimensão espiritual do indivíduo.

Esta é uma experiência que permite ao indivíduo sentir-se desejado, amado, aceite por Deus, mas também pelo conjunto de pessoas do grupo a que pertence. Aqui encontra suporte emocional, social e estratégias que o ajudam a superar situações de crise ou sofrimento profundo.

Muitas vezes, senão sempre, é difícil para quem não partilha desta experiência, perceber ou até mesmo aceitar alguns comportamentos e atitudes adotadas por estes que vivem a religião, por esse motivo, existe uma maior proximidade entre os que partilham as mesmas crenças. São muitos os casos de clientes religiosos que procuram terapeutas também religiosos, a fim de se sentirem mais compreendidos e acolhidos uma vez que falam a mesma linguagem e partilham a mesma experiência, o que facilita a relação terapêutica.

No entanto, a maior parte dos terapeutas partilha da visão de que se deve adotar uma postura de respeito pelo outro, pelas suas crenças e formas de ver e estar no mundo. Para isso, o terapeuta tem que ter a capacidade de incorporar as necessidades e expectativas do cliente e ser capaz de perceber as suas próprias resistências e contratransferência para poder assumir uma postura neutra. Como os participantes referiram, é fundamental ter uma postura de abertura e respeito e tentar compreender o mundo psicológico do sujeito no seu todo.

Quando a religião é vivida de forma negativa, disfuncional e destrutiva, o terapeuta pode ajudar o indivíduo a questionar-se sobre o porquê de viver a religião desse modo, do porquê de sentir e pensar de determinada forma com o objetivo de em conjunto refletirem sobre como poderá ter uma vivência mais tranquila e gratificante e o ajudar a superar uma situação de sofrimento, nunca tendo como objetivo levar o sujeito a alterar o seu sistema de

crenças e valores. Caso tal aconteça, deve ser por vontade do sujeito ou pelo decorrer natural do processo terapêutico, não estabelecendo esse objetivo *a priori*.

Pode-se correr o perigo de catalogar a vivência negativa da religião como uma evidência de que esta pode ser nociva para o ser humano, como alguns académicos consideraram, como Freud e seus seguidores. Contudo existem já várias abordagens que atribuem a causa da vivência negativa, ao modo como o mundo psicológico do sujeito se foi desenvolvendo ao longo da sua vida, começando ainda em tenra idade na relação com as figuras de referência. Assim, o modo como nos relacionamos com os outros e com Deus, pode ser fruto de toda uma vivência e experiência que nos constitui enquanto pessoas.

Concluindo, apesar de esta ser uma experiência subjetiva e complexa, foi possível verificar que existem fatores comuns a todos os participantes sendo notório que todos eles têm a pretensão de adotar uma postura de respeito e abertura perante o outro de modo a facilitar a relação terapêutica, consideram a religião uma dimensão do ser humano e que é vivida de acordo como o seu mundo psicológico se foi desenvolvendo. Todos encontram na religião uma rede estruturante de significados e sentidos para o sujeito concedendo-lhe suporte emocional e estratégias para lidar com o sofrimento.

Consideram que o terapeuta deve ajudar o indivíduo a pensar e refletir sobre si mesmo tendo sempre em vista o resultado de uma experiência mais gratificante e tranquila para este.

Limitações do estudo

O método escolhido para esta investigação permite que o investigador faça uma análise subjetiva da experiência individual dos participantes. No entanto, face ao reduzido número de participantes nesta investigação não é possível que se faça uma generalização ou uma universalização das questões levantadas nesta investigação. Desta forma, as considerações finais realizadas têm como base de discussão um fenómeno, mas esta discussão não pode ser generalizada a todos os intervenientes que vivenciaram a experiência da Religião em Contexto Terapêutico.

Outra limitação encontrada ao longo desta investigação foi o facto dos sujeitos, para participarem nesta investigação, terem obrigatoriamente que ter passado pela experiência da religião em contexto terapêutico. Ou seja, terem tido clientes que abordassem questões relacionadas com a sua religiosidade, desta forma, é possível observar que numa das

entrevistas tal não aconteceu apesar de o participante ter querido dar o seu parecer sobre o tema.

As limitações encontradas ao longo desta investigação levantam questões ao investigador que podem existir outras e diferentes opiniões e posturas a explorar, relativamente à aquisição e interpretação dos dados aqui expostos.

É de igual forma importante lembrar que foi feito um esforço por parte do investigador para conseguir tomar uma atitude fenomenológica perante o tratamento dos dados, no entanto, é difícil que apenas um sujeito, independentemente do método usado, consiga realizar todas as possibilidades existentes acerca do fenómeno. Desta forma ficam outras possibilidades por explorar.

Potencialidades e Propostas de Intervenção

O tema da Religião em Psicoterapia, atualmente, é ainda pouco explorado e para alguns, desconhecido, bem como as suas realidades. Deste modo, seria pertinente um maior conhecimento da sociedade em geral, para garantir respostas mais eficazes e adequadas tanto para os terapeutas como para os clientes religiosos.

Um trabalho prático futuro, uma mais-valia nesta área, poderia explorar mais as questões de como ajudar os terapeutas a terem respostas mais adequadas para estes clientes de forma a não limitar a sua procura por terapeutas quando necessitam fazer um processo terapêutico, como por exemplo, sensibilizar mais os estudantes de psicologia para este fenómeno ou garantir uma formação mais assente na antropologia filosófica.

Outra contribuição nesta área, seria entrevistar os clientes religiosos sobre quais as suas perceções e expectativas sobre os terapeutas de modo a complementar a informação já obtida.

Visto que este estudo tem poucos participantes, seria interessante aprofundar a exploração das vivências individuais dos terapeutas que passam por esta experiência, prolongando, desta forma, a uma maior população, para que seja realmente possível perceber o que é essencial e invariante nesta experiência.

Concluindo, o Método Fenomenológico Amadeo Giorgi tornou-se, ao longo desta investigação, um método muito vantajoso, visto que é um método que consegue incluir os aspetos essenciais e também as variâncias que existem no fenómeno.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arcuri, I. G., Ancona, M. L. (2007). Temas em psicologia da religião. São Paulo: Vetor Editora, 334.
- Aten, J. D., O'Grady K. A., Worthington, E. L. (2012). *The Psychology of religion and spirituality for clinicians: Using Research in Your Practice*. Routledge.
- Belaire, C., Young, J. S. (2002). Conservative Christians' Expectations of Non-Christian Counselors. *Counseling and Values*, 46, 175–187.
- Bjorck, J. P., Thurman, J.W. (2007). Negative life events, patterns of positive and negative religious coping, and psychological functioning. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 46, 159–167
- Cantelmi, T., Laselva, P., Paluzzi, S. (2004). *Psicologia e Teologia in Dialogo*. Edizioni San Paolo.
- Coltro, A. (2000). A fenomenologia: Um enfoque metodológico para além da modernidade. *Caderno de Pesquisas em Administração*, 1, (11).
- Creswell, J. (2007). *Qualitative inquiry and research design: choosing among five pproaches*. London: Sage Publications.
- Delaney, H. D., Miller, W. R., Bisonó, A. M. (2007). Religiosity and spirituality among psychologists: A survey of clinician members of the American Psychological Association. *Professional Psychology: Research and Practice*, 38(5), 538-546.
- Donalek, J. G. (2004). Demystifying nursing research: phenomenology as a qualitative research method. *Urologic nursing*, 24, (6).
- Feixas G., Miró M. T., (1995). *Psicoterapia Integrada: Um Modelo para o Processo Terapêutico*. Quarteto Editora, Coimbra, 2003

Giorgi, A. (2000). *Phenomenology & Psychological Research*. USA.

Giorgi, A & Giorgi, B. (2003). The descriptive phenomenological psychological method. In P. M. Comic, J E. Rodhes & L., Kordley (Eds.), *Qualitative Research in Psychology: Expanding Perspectives in Metodology & Design*, 243-271. Washington D.C: APA.

Giorgi & Sousa. (2010). *Método Fenomenológico de Investigação em Psicologia*. Lisboa: Fim de Século.

Groenewald, T. (2004). A phenomenological research design illustrated. *International Journal of Qualitative Methods*, 3.

Grossman, P., Niemann, L., Schmidt, S., & Walach, H. (2004). Mindfulness-based stress reduction and health benefits: A meta-analysis. *Journal of Psychosomatic Research*, 57, 35 – 43.

<http://censos.ine.pt>

Jackson, B. R., Bergeman, C. S., (2011). How Does Religiosity Enhance Well-Being? The Role of Perceived Control. *Psychology of Religion and Spirituality*, 3, 149-161

James, W. (2009). *The Varieties of Religious Experience. A Study in Human Nature*. The University of Adelaide Library.

Johnstone, Brick, Glass, Bret A., Oliver, Richard E. (2007). Religion and disability: Clinical, research and training considerations for rehabilitation professionals. *Disability and Rehabilitation*, 29, 1153 – 1163

Jung, C. (1971). *Interpretação Psicológica do Dogma da Trindade*. Petrópolis: Vozes

Kelley, M. M., Chan, K.T., (2012). Assessing the Role of Attachment to God, Meaning, and Religious Coping as Mediators in the Grief Experience. *Death Studies*, 36, 199 - 227

- Koenig, H. G., Pargament, K. I. & Nielsen, J. (1998). Religious coping and health status in medically ill hospitalized older adults. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 186, 513-521
- Koenig, H. G., McCullough, M. E., & Larson, D. W. (2001). *Handbook of religion and health*. New York: Oxford University Press.
- Koenig, H. G. (2007). Religião, espiritualidade e transtornos psicóticos. *Revista psiquiatria Clínica*, 34, 95-104.
- Knox, S., Catlin, L., Casper, M., Schlosser, L. Z. (2005). Addressing religion and spirituality in psychotherapy: client's perspectives. *Psychotherapy Research*, 15 (3), 287-303.
- Leal, I. (2005). *Iniciação às Psicoterapias*. Fim de século edições
- Maracek, J. (2003). Dancing through minefields: toward a qualitative stance in psychology. In P.M. Camic, J.E. Rhodes & L. Yardley (Eds.), *Qualitative Research in Psychology: Expanding Perspectives in Methodology and Design*, 49-69. Washington, D.C. American Psychological Association.
- McLeod, J. (2001). The phenomenological approach. *Qualitative Research in Counselling and Psychotherapy*, 3, 33-54. London: Sage Publications.
- Pargament K. I. (2007). *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. New York: Guilford.
- Parker, J. D. A., Endler N. S. (1992). Coping with Coping Assessment: A critical review. *European Journal of Personality*, 6, 321–344.
- Pessanha, P. P., Andrade, E. R. (2009). Religiosidade e prática clínica: Um olhar fenomenológico-existencial. *Perspectivas online*, 3(10).

Piazza, W.O. (1996). Religiões da humanidade. Edições Loyola

Post, B. C., Wade, N. G. (2009). Religion and Spirituality in Psychotherapy: A Practice Friendly Review of Research. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 65, 131 - 146.

Reber, J. S. (2006). Secular psychology: What's the problem? *Journal of Psychology and Theology*, 34, 193-204.

Ribeiro, J. L. P., Rodrigues, A. P. (2004). Questões acerca do Coping: A Propósito do Estudo de Adaptação do Brief COPE. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 5, 3-15.

Rodrigues, V. A. (2014). Psico(pato)logía Psicoanalítica y Religión: De Freud a la investigación contemporánea. Tese de doutoramento apresentada à Universidade da Extremadura, Badajoz.

Rogers, Steven A., Poey, Evelyn L., Reger, Greg M., Tepper, Coleman, Esther M. (2002). Religious coping among those with persistent mental illness. *The international Journal for the Psychology of Religion*, 12, 161-175.

Smith, T. B., Bartz, J., Richards, P.S. (2007). Outcomes of religious and spiritual adaptations to psychotherapy: A meta-analytic review. *Psychotherapy Research*, 17(6), 643-655.

Sperry, L. (2012). *Spirituality in Clinical Practice. Theory and Practice of Spiritually Oriented Psychotherapy*. Second Edition. Routledge.

Shumway, B., Waldo, M. (2012). Client's religiosity and expected working alliance with theistic psychotherapists. *Psychology of Religion and Spirituality*. 4, 85-92.

Ungureanu, I., Sandberg J. G. (2010). Broken Together: Spirituality and religion as coping strategies for couples dealing with the death of a child: A literature review with clinical implications. *Journal Contemporary Family Therapy*, 32, p. 302-319.

Walsh, F. (2008). *Spiritual resources in family therapy* (2^a ed.). New York: The Guilford Press.

Wade, Nathaniel G.; Worthington Jr., Everett L.; Vogel, David L. (2007). Effectiveness of religiously tailored interventions in Christian therapy. *Psychotherapy Research*, Vol 17(1), 91-105.

Worthington, E. L., Sandage, S. J. (2001). Religion and spirituality. *Psychotherapy*, 38 (4).

ANEXOS

ANEXO A: Transcrição das Entrevistas

Entrevista com Participante 1

Investigador (I): Gostaria que me indicasse como é que ao longo da sua experiência clínica tem lidado, ou neste caso, lidou, com as crenças religiosas dos seus clientes quando, e caso, estas tenham surgido em contexto terapêutico.

Participante 1 (P1): Em relação à minha experiência, daquilo que eu me recordo é que houve toda uma evolução. De início quase que era um tabu entrar-se no âmbito das crenças religiosas. A partir do momento em que eu já tinha mais à vontade no processo terapêutico, foi uma coisa que eu deixava a oportunidade de a pessoa falar e de a pessoa se exprimir...

I: Mas a P1 é que proporcionava esse....

P1: Não, não... se o cliente viesse... dissesse qualquer coisa acerca disso e se sentia necessidade e vontade de falar, pois claro, era um tema que vinha para o espaço terapêutico e era falado e ouvido tal como todos os outros temas, sem qualquer restrição ou impedimento... Depois na minha fase final da minha terapia, da minha experiência terapêutica, já me era, já tinha vários pacientes que...

I: Que lhe eram indicados...

P1: Exatamente... que me eram indicados exatamente pelo facto de serem cristãos e católicos e sentirem que com os outros terapeutas não tinham tanto à vontade e não podiam...por isso tinham sempre ali... não os entendiam, não porque não pudessem, mas não os entendiam, e...

I: E alguma vez fizeram algum comentário?

P1: Sim, sim, sim...

I: E o que é que eles diziam?

P3: Que não percebiam... lembro-me perfeitamente de um... rapaz, de um profissional na área da saúde que dizia: se eu falo de que o Senhor falou-me nesta palavra, eles deviam pensar que eu era um psicótico, ou que estava com alucinações e tudo e então sentia-se extremamente limitado.

Outro seminarista que também me foi indicado, também só se sentia bem com... porque falávamos a mesma linguagem no espaço terapêutico entendíamos-nos muito bem porque falávamos a mesma linguagem. Dada a experiência que tínhamos dentro da Igreja, isso permitia-nos aprofundar, aperceber e discernir o que é patológico ou o que é uma experiência natural e normal da vivência cristã.

I: Essa é uma dificuldade nos que não são...

P1: Exato nos psicólogos que não são crentes. É uma linguagem completamente descabida. Quer dizer, quando nós, cristãos, pronto eu falo muito mais na minha experiência de cristã... quando nós dizemos: eu sentia-me na morte... quer dizer, para um terapeuta esta linguagem não lhe diz absolutamente nada... o que é que é isso, sentir-se na morte, não é... sentir que está completamente destruído, que não.... A nossa morte ontológica e não a morte fisiológica, pronto... isto é difícil para quem está de fora.

I: Muito bem.... E quando, por exemplo, não sei se alguma vez aconteceu, mas imagine que algum cliente seu, que tivesse crenças diferentes das suas, ou que mesmo dentro do próprio catolicismo, visse as coisas de maneira diferente, ou que não fosse de todo religioso e fosse contra as suas ideologias....

P1: Isso fazia parte da minha experiência...da minha postura como psicóloga, como profissional. Um grande respeito, quando há um desentendimento... não é desentendimento, quando a mensagem do outro, não consigo captá-la ou não consigo entendê-la, há que explorá-la, ver qual o ponto de vista, em que é que isso pode beneficiar o paciente, se isso é uma crença, se isso é ... pronto, suposições ou, ou, como é que se chama aquilo.... Ancora, digamos assim, na vida dessa mesma pessoa, mas partia muito na base do respeito, mas não tive muito.... Nós aqui em Portugal temos muito a, a... é a religião Católica que predomina mais... não houve assim... houve mais o caso de pessoas completamente agnósticas que...

I: lembra-se de algum exemplo? De aborto, homossexualidade...

P1: Pronto... tive casos... um dos casos que tive acerca da homossexualidade foi tratado como se tivesse um bebé ao meu colo. Pronto, não sei se me entende a expressão mas, era um jovem muito... que necessitava mesmo de ter toda o meu, a minha... aceitação. Porque era um jovem que se sentia muito, muito perdido e incompreendido. Com um sofrimento muito grande, nem podia partilhar com os próprios pais. Pronto, e o espaço terapêutico ajudou-o

muito nesse sentido. De poder estar aberto e falar.... Mas acho que isso... se não fosse católica, um outro meu colega faria um trabalho idêntico...

I: Pois, porque aqui neste caso tem que se calhar... pôs à frente os princípios éticos da psicologia em vez de dos da religião...

P1: Sim, sim... e há...em casos de aborto... o que me fazia mais impressão era a dualidade que as pessoas viviam. Mostrar aos outros que tinha sido um ato natural e normal e que só no espaço terapêutico é que a pessoa podia... sofrer. Entende? Ali, eu posso mostrar aquilo que vai dentro de mim, eu ali tenho a.... O que é muito bom, porque se as pessoas não são cristãs e não têm este apoio dado pela Igreja e pelo sacerdote e pelo diretor espiritual ou qualquer coisa, é muito bom que haja o psicólogo, não é, que haja um espaço onde a pessoa se sinta completamente à vontade e poder falar daquilo que sofre muito, muito, muito... porque depois há toda uma capa cá fora, foi um ato muito normal, natural e, e.... Pronto... e

I: Para tentar também, se calhar... não se culpar tanto...

P1: Sim... culpa... montes... não só culpa mas...

I: E por exemplo. Agora a P1 estava a dizer que é muito importante para quem não está na Igreja, ter alguém com quem falar do seu sofrimento, das suas mortes... E para quem está na Igreja?

P1: Como é que vê o Psicólogo?

I: Sim. Qual é que acha que é ali a linha que separa o psicólogo do...

I: tive sempre esta luta...Esta luta muito grande no meu percurso profissional....

I: Não é... porque há quem diga que tem o padre, tem os catequistas, não é... e que tem...

P1: Sim. Uma luta muito grande. Que começou já quando eu era estudante. Enquanto eu era estudante e se calhar até na orientação... não sei se calhar depois no fim... tive uma professora... Teresa Fagulha (...) Porque houve uma procura. Eu... no meu... eu tive uma grande procura durante este longo percurso da minha vida... o que é que... o que é que cura? A Psicologia ou a Religião? E é assim... a Psicologia ajuda, mas não cura, não salva... Jesus Cristo, salva. E este encontro com Jesus, salva. Entende? Pronto... E a psicologia ajuda, ajuda muitíssimo... é melhor do que nada. É um bocado isto... e essas questões todas sobre a

psicologia e a religião... tive muito no período da faculdade com os professores, muito. Grandes discussões com eles e até que encontrei pessoas, como essa professora, que disse... que pronto... que era uma professora que vivia sem conflito a sua religião e a sua vida profissional. Pronto. O que me ajudou a ver que era possível era compatível. Agora hoje no meu espaço terapêutico, se era 100% psicóloga e não cristã, não... por exemplo, hoje não sei o que é que é da psicologia e o que é que adquiri na religião. É um misto. Sou eu, entende. Já não consigo discernir que isto vem da psicologia, não isto vem da religião... até porque a psicologia não trás nada de novo que o cristianismo/catolicismo não.... Nada de novo, nada.

I: É como que se complementam...

P1: É que nem isso... nem mesmo complementam-se. Para mim é como se a psicologia fosse beber, não é... o que é que a psicologia faz? Bebe das raízes todas do cristianismo e do... no meu ponto de vista. Porque está lá tudo... quem faz uma caminhada cristã, tem lá tudo. Não precisa do psicólogo porque na vida.... Agente tem que aprender a viv... amar, viver, amar, a perdoar, aceitar... tudo. Agora, a psicologia usa algumas técnicas que nos ajuda a fazê-lo? Sim, é verdade, mas a raiz está no cristianismo. E eu não sou fanática, nunca fui uma cristã beata... nunca...nunca. Tenho pouca religiosidade natural... por isso.... Porque este encontro com Jesus Cristo, este encontro com a Igreja, esta comunhão... isto salva.

I: E quando a terapia é bem-sucedida e a pessoa consegue fugir a um caminho de morte e destruição devido à terapia? Considera que a pessoa é salva? Há cura? Como a P1 estava a dizer que Jesus cura e a psicologia não... Nestes casos, há cura?

P1: Não... cura, a psicologia cura...não salva... é ao contrário...porque ambos curam... como é que eu vou explicar aquilo que eu vejo....o que é que dá a psicologia e o que é que dá a Igreja, digamos assim...este corpo da Igreja... a... a Psicologia, tem coisas fantásticas....em termos de orientação profissional é fantástico, em termos sociais é fantástico, em termos da própria dinâmica e em terapias familiares ajuda a orientar, mas qual é o objetivo da psicologia? É exatamente este: é que a pessoa se sinta amada... isto é um bocado... o que, o grave problema do ser humano é sempre esta necessidade constante desde que nasce, de ser amado, sempre. O psicólogo quando ama o seu paciente ama.... Não fisicamente não é, pronto. Não este amar emocionalmente, é ama porque está interessado no outro. Escuta o outro, tem tempo para o outro, etc., etc., a pessoa sente-se bem com isso e isso é um processo de cura. A pessoa.... Hoje em dia, se calhar o psicólogo como não se vê os frutos tão

rapidamente em termos terapêuticos, a pessoa sente-se bem quando está inserida num grupo, a pessoa sente-se bem quando vai ao ginásio, a pessoa sente-se muitíssimo bem quando vai às massagens, porquê? Porque é um tempo que alguém dedica algum do seu tempo a si próprio, não é, a nós... quando lá vamos alguém ou nos toca, ou nos fala, ou ouve, não é... entende? É um tempo, é o nosso tempo... até estas novas teorias do não sei quê... do reiki e não sei quantos, o que é que se passa ali? Não se passa... não é... passa-se é que é um tempo em que nós estamos ali dedicados a nós, é um tempo para nós, em que alguém está-nos a dar atenção. Pronto. E este é o grave problema em termos sociais. Hoje em dia a pessoa entra num mundo tão individualista, tão egoísta... ninguém tem tempo para ninguém... chega-se a ser mais fácil pagar para não me chatear. Toma, não me chateies, não tenho tempo para ti... porque.... Depois vem o dinheiro, vem as preocupações da vida, em termos sociais, a crise e isto e aquilo...e isto acaba por afastar as pessoas. Os pais não têm tempo para ter filhos, não têm tempo para dar atenção, etc. e quando damos por nós estamos todos perdidos. Quer seja adultos, crianças, adolescentes, está tudo perdido...e então temos que arranjar aaaa.... Como é que se diz....Mecanismos, tábuas de salvação. Uns vão para um lado, outros vão para a droga, outros vão uma sexualidade totalmente descontrolada e desordenada, muitos têm uma quantidade de ídolos, pode ser o trabalho, pode ser o dinheiro, pode ser a própria formação, os estudos, sei lá... pode ser tanta coisa...mas tudo para quê? Para fugir deste sofrimento, porque deixa de haver comunhão entre as pessoas e o ser humano é um ser de comunhão. Uma pessoa tem que viver com outra, e pode viver.... O viver sozinho, é o problema da sociedade.... Neste aspeto acho que a psicologia ajuda mas é uma, é uma dessas tábuas de salvação, pode salvar alguém, pode salvar, na verdade, ou melhor, ajudar...agora, não é completa porque estamos a trabalhar no foro psicológico e emocional mas não estamos a falar do foro espiritual e por isso aí já há uma lacuna. Se o psicólogo, se o paciente é crente, mas o psicólogo não é, há sempre uma lacuna. Não podem entrar no desenvolvimento... da parte da espiritualidade. Trabalha duas áreas, digamos assim, física e emocional/psicológica mas não trabalha a parte espiritual. Se ambos forem, ou se o psicólogo for, ou se tiver essa vertente, digamos assim, trabalhada, poderá ser um grande contributo na área da psicologia. E eu era muitas vezes solicitada exatamente nesse sentido... casais, problemas de casais... porquê sofrer? É outra coisa... um psicólogo que não tenha uma experiência cristã... que difícil é entender que um casal que está a passar por uma crise que pode ser uma crise situacional ou uma... pronto... e que deveria ser ajudado... mas por que razão é que o divórcio será a solução? Se calhar um psicólogo cristão já vai trabalhar outras áreas de outra maneira de

modo a ajudar e não pronto... não não...porque se eu própria não entendo o sofrimento não entendo... eu vou ter que entrar numa linguagem cristã. Se eu não entendo a salvação através da cruz.... Eu não sei como é que vais trabalhar isto (risos) ...se uma pessoa não tem esta experiência de que é salva aceitando a sua própria cruz, eu questiono-me não é...

I: No fundo... eu às vezes penso nisso um bocadinho como... não sei se vai de encontro ao que a P1 estava a falar mas eu vejo a cruz, a cruz é um bocadinho o sofrimento de cada um, não é, as coisas que se calhar gostávamos de mudar na nossa vida mas não podemos, aaa....e o facto de, quando a P1 me diz: Salvarmo-nos através da cruz, passa um bocado por aceitarmos, agora não falando uma linguagem cristã, se calhar aceitarmos um bocadinho aquelas coisas que não conseguimos mudar, em vez de estarmos constantemente a lutar, porque às vezes também é isso um bocadinho isso que nos leva à destruição. O facto de não aceitarmos ou de não conseguirmos compreender o porquê de certas coisas acontecerem nas nossas vidas...

P1: O que acontece é que a cruz não é só isso... é muito mais que isso... é aquilo que nos afasta de Deus... podemos ter uma doença e a doença não ser a nossa cruz. Se estás numa relação e se há aceitação... é porque depois vêm um bocado a religião como resignação e como uma... como é que se diz.... Um consolo. E não é. É muito mais que isso (...) O que eu acho é que muitos de nós não sabemos o que é que é o ser... isto tem tanto que se lhe diga... É porque há diferença. Uma coisa é seres religiosa e tens essas crenças e não sei quê e é o que nos dá aqueles grandes....Digamos profetas que vêm falar do amor e isto e aquilo e que são todos muito... pronto... é o budismo, é o Dalai Lama, não é...são pessoas fantásticas e isto e aquilo... mas não é disso que eu estou a falar (...) Na experiência de que Deus está na tua vida, que Deus está na tua vida. Mas quem é que faz esta experiência? É uma minoria... porque é muito para além disso... e não é um sacrifício... não é um sacrifício... é tanta coisa não sei...é um despojar completo de tanta outra coisa não é...é tao difícil resumir isto em tao poucas palavras... Não sei como é que hei-de resumir. Porque este encontro com... eu vejo... Bem faz lá mais perguntas...

I: Como entraste para a Igreja?

P1: Eu tinha a minha vivência de Igreja tradicional. Pais católicos, iam à missa ao domingo e quase que, na adolescência eramos tirados a ferros de casa para irmos à missa, porque aquilo era uma autêntica seca e o padre era... só falava no dinheiro, que era preciso dinheiro para as

obras da Igreja e que não... pronto. E era uma pessoa extremamente crítica em relação à Igreja porque via exatamente uma incompatibilidade e uma incongruência entre aquilo que se apregoa e aquilo que se vive dentro da Igreja e depois tive este encontro com as catequeses do caminho neocatecumenal exatamente na altura em que comecei também o curso e, por isso, as duas coisas surgiram praticamente na mesma altura.

I: Tiveste alguma vez algum caso em que a religião tenha sido claramente benéfica para aquele cliente? Que tenha passado por aí a sua cura ou salvação? (...)

P1: Não. Tenho o contrário.... Bom eu tive um caso que em termos de vivência de, de... casal, isso sim. Eu tive um casal cristão, ou católico, na Igreja, que a Psicologia ajudou a encontrarem tempo e espaço para se reencontrarem, porque... é importante o casal rezar em conjunto quando... pronto... mas tu podes fazer isto também mecanicamente não é... E depois disso continua a não haver diálogo então, há que arranjar estratégias, digamos, para que o casal se encontre, que fale face a face. Lógico que o terapeuta estando aqui como intermediário e com algumas regras, permite e ajuda, quando as coisas já estão muito distorcidas e muito destruídas, ajuda a que o casal se oiça porque quando estamos numa discussão dois a dois, não é possível o diálogo há monólogos e não diálogo e então a terapia ajuda imenso. Por exemplo, neste caso em que o casal estava a passar uma grande crise, em que o casal encontra novamente um tempo em que possa haver um certo diálogo ou mesmo que não haja no início, há monólogos mas em que o outro tem a possibilidade de escutar. E isso é ótimo. Se calhar só com a religião, só com a oração em casal, não é suficiente, encontrar este tempo para ambos. E agora...Um outro jovem... Estava com....o tal seminarista...estava com graves problemas em termos vocacionais e então...depois...em termos terapêuticos foi uma descoberta se estava a fugir dos seus próprios medos e que o facto de não ser bem-sucedido numa relação com a parceira, com a rapariga, que isso é que o levou a escolher a vida sacerdotal ou não, por isso é que a terapia ajudou, ajudou... também foi um espaço em que lhe foi permitido falar e ouvir-se de modo a que entendesse qual era a sua própria vocação. Pronto. E eu acho que o espaço terapêutico ajudou bastante nesse sentido. E não afetou a vocação, apesar de ter tido um período de ... uma grande luta e de grande sofrimento mas teve que... foi importante o espaço terapêutico para isso... e depois independentemente de sermos cristãos ou não ou termos vivência cristã ou não... tem todas as nossas expectativas em relação ao outro e isso afeta o nosso relacionamento com o outro.

Por isso, os pais que têm altas expectativas em relação aos filhos e os filhos não têm um sucesso escolar e não sei quê...pronto... somos humanos não é...nós somos cristãos mas estamos neste mundo e nós aprendemos a nos desprender do mundo mas não conseguimos totalmente e em termos terapêuticos ajuda... poder falar destes acontecim....Sentir estas coisas...

I: ok....e nunca tiveste assim, por exemplo um caso em que.... Imagina que a pessoa tenha sido sempre criada na religião e com estas crenças e que se veja numa situação em que a religião ou Deus.... Ou que veja Deus como castigador, ou que ache que o que lhe está a acontecer é castigo de Deus, ou seja, que a religião esteja a prejudicar....

P1: É assim.... A maior parte das pessoas vive assim, não é...A maior parte das pessoas chega a uma certa idade e se não forem bem orientadas a Igreja deixa de....não lhes dá as respostas que procuram e revoltam-se.... É assim, experiência profissional.... É que....eu acho que é assim, as pessoas quando procuravam o psicólogo estavam muito nessa mesma situação, de que Deus não lhes.... É assim, quando não conhecem a Deus, Deus não lhes dá respostas, não é.... Não encontram Deus na vida deles. E quando nós não aceitamos alguma coisa na nossa vida se formos ver, nós também não aceitamos Deus, por isso, era um bocado isto.... Vejo um bocado, se calhar não como terapeuta mas agora mais como mãe, que vejo as minhas filhas nessa luta não é, de quererem...De quererem entrar ou querem viver a mesma vida que os amigos vivem, convencidas que os amigos é que são felizes, e que se elas forem cristãs não podem fazer aquilo que eles fazem e então, ajudar-lhes a ver exatamente o contrário, porque não só a experiência terapêutica me deu ou me mostrou tal como a palavra de Deus me mostra que é exatamente o contrário...que há determinadas coisas que não são proibidas, não é uma questão de ser proibida, porque o pecado original não era uma questão de ser proibido mas era uma questão de que por amor, não faças para não vir a sofrer e...e... porque depois de ter feito já não há nada a fazer, já ficou... já...

I: Ficam as consequências...

P1: Exato. Mas que não conhecem não é, como ainda são muito jovens e pensam que é tudo normal e que, enfim....aqui podemos entrar no âmbito da sexualidade, podemos entrar no âmbito de tantas outras coisas erradas não é, que é tudo visto como normal, que o cristianismo é que é o castrador como ouvia tantas vezes pelos meus colegas, e que só ao fim de quase 20

anos é que se calhar dizem “tu é que tinhas razão”, não é...mais.... Tu afinal é que escolheste o melhor caminho, pronto.

Entrevista com Participante 2

Investigador (I): Gostaria que me indicasse como é que ao longo da sua experiência clínica, tem lidado com as crenças religiosas dos seus clientes quando têm surgido em contexto terapêutico.

Participante 2 (P2): Sim... desde o início que surge... porque eu trabalho muito com o sentido da vida que é a logoterapia, é basicamente isso... é fazer a psicoterapia com base na... encontrar um sentido para as circunstâncias e para a vida e portanto, muitas vezes vem isso à baila e eu utilizo isso como um instrumento que faz parte da pessoa, como tudo aquilo que a pessoa me trás. Provavelmente traz-me dificuldades de relação com outras pessoas, também trás dificuldades de relação com Deus e, portanto, tudo isso é tratado no âmbito da psicoterapia com a maior das naturalidades. Muitas vezes... atualmente quando as pessoas me procuram, a maior parte das pessoas já sabem que eu estou ligada à religião católica e que sou presidente da associação de psicólogos católicos e é por isso que me procuram. Ainda no outro dia... bem recebo frequentemente pedidos a dizer quero um psicólogo católico, não tenho que ser necessariamente eu, mas muitas vezes sou eu, ou encaminho, mas as pessoas já sabem aquilo que querem, e portanto, é um bocadinho uma mudança de perspetiva porque não é uma coisa que aparece por acaso mas já vêm com essa ideia e portanto isso faz parte da pessoa.

É assim, para mim, a dimensão religiosa faz parte da pessoa e portanto tem que ser abordada exatamente nessa perspetiva e muitas vezes a forma como as pessoas vivem a sua dimensão religiosa tem a ver com questões familiares, com a forma como a relação com os pais se processou, porque no fundo os pais são os primeiros sinais de Deus na vida das crianças e portanto é aquele sinal da onipotência e do pode tudo e do amor incondicional que depois é transferido para Deus e se isso corre mal com o pai, depois também corre mal com Deus.

I: Sim... já li alguns estudos que apontam para isso.... A vivência negativa da religiosidade tem a ver com uma vivência...

P2: Com a vivência de um pai ultra dominador, ou castrador ou castigador, tem a ver depois com um Deus castigador também, não é, criam-se, projetam-se essas imagens...

Sta. Teresinha do Menino Jesus dizia: (...) que se os pais soubessem a responsabilidade que têm na forma como sinalizam ou refletem Deus nos filhos, teriam muito mais cuidado com o que fazem. De facto pode ficar uma marca, mas também é verdade, e isso é uma coisa que muitas vezes também é verdade, muitas vezes as pessoas vêm com ideias de... quase escrupulosas de...de...coerência e necessidade de coerência e de facto também é preciso desmistificar isso, quer dizer, nós não somos perfeitos nem temos que o ser e portanto é um bocadinho perceber que no meio das nossas fragilidades e no meio da nossa normalidade e das nossas circunstâncias há que fazer um caminho, portanto, a relação com Deus, passa um bocadinho por ai também. Não passa pelos pais terem que ser perfeitos nem por nós termos que ser perfeitos, não é...

(...)

I: Já aconteceu... alguma vez.... Algum paciente ter crenças diferentes das suas ou que entrem em conflito, digamos assim...

P2: Não... quer dizer eu respeito muito o que cada um pensa não é...

I: Mas como é que lida com isso quando...

P2: Eu não sou moralista, portanto... eu respeito a liberdade da pessoa e eu acredito firmemente que uma pessoa que seja de uma determinada religião, deve segui-la honesta e profundamente. Portanto se me aparece aqui alguém, uma pessoa muçulmana, e os muçulmanos são muito religiosos, deve seguir com total honestidade aquilo que a sua religião lhe propõe. Acho que não é por acaso que nós nascemos num ou noutro país ou numa ou noutra cultura e isso faz parte também de quem nós somos e isso tem que ser respeitado. Tive já várias pacientes, testemunhas de jeová, são muito difíceis, porque não se abrem facilmente mas não tive problemas nenhuns de religião com eles... nós temos a ideia que eles querem nos converter à viva força, mas de facto nunca tive esse problema, nunca, de todo....Digamos que falávamos, quando era caso disso, da relação com Deus de uma forma mais... da forma mais abstrata possível, sem entrar em muitos detalhes. Muitas vezes as pessoas precisam de alguma catequese e neste caso não era o indicado. Era mesmo, então o que é que na sua religião, o que é que Deus pensa sobre esse assunto, ou o que é que os anciãos lá dos coiso... diriam disto... pronto, era tentar perceber o contexto e depois fazer, eventualmente, a pessoa

pensar se isso lhe faz sentido e porquê. Mas isso é um trabalho normal com qualquer religião, não é (...)

I: Ainda recebe pacientes que não sejam católicos de todo?

P2: Sim...

I: Estava a pensar... ao verem (parede com posters com informações sobre a religião), eles não questionam, não dizem nada?

P2: Não, aliás recebo, por exemplo, tenho um amigo evangélico, que vem cá muitas vezes e, tenho aqui uma imagem de Nossa Senhora, e ele não se importa (risos). De vez enquanto telefona-me a pedir ajuda para pessoas que ele conhece. Já sabes que o meu critério é ser competente e ser cristã... portanto, no fundo... não, as pessoas não se questionam.... Para já aqui ninguém vem por acaso, quer dizer, já aconteceu uma ou outra vez vir alguém.... Aqui há tempos veio um casal e foi engraçado.... Chamaram-me para falar com a filha porque era um casal que se tinha separado e tinha voltado a juntar-se e a filha mais velha não estava a reagir bem, então eu falei com a miúda, mas depois quis falar com eles e na conversa com eles fiquei a perceber que eles não eram casados, nunca tinham casado, mas aqui encontraram o sitio, o ambiente para me dizer que nunca fomos casados mas desta vez gostávamos de casar com tudo certinho... e se este fosse um ambiente mais acético, se calhar isto não tinha vindo à baila não é...por que carga de água é que eles haviam de dizer à psicóloga que queriam Deus na vida deles, portanto, eu acho que é uma coisa boa...

I: Portanto... com certeza que já aconteceu ver que a religião ajudou alguém claramente, no processo terapêutico...

(...)

P2: Em casos de homossexualidade. Claramente...as pessoas quando vêm é porque não se sentem bem na religião, porque a religião não aceita a homossexualidade, o homossexual sim, mas a homossexualidade não, portanto nesses casos, claramente...

I: E como? Como é que isso acaba por os ajudar em vez de, se calhar os afastar?

P2: Porque procuram, quer dizer, eles percebem... às vezes vêm à procura de uma opinião de... tipo... um bocadinho mais livre... ah não, isso é o que diz a Igreja, você faz o que quer... mas eu não faço isso, portanto...é assim, e a pessoa decide o que quer.... Mas a relação com Deus ajuda porque não é uma relação abstrata, não é... é uma relação em que, principalmente na dimensão do perdão é extremamente importante, e isso acontece com todos os tipos de terapias, com todas as doenças, não é só com a homossexualidade e é muito visível neste trabalho que eu faço com mulhees que abortavam. Se não for a possibilidade de se sentirem perdoadas, se não for essa certeza, de serem perdoadas não encontram cura.

I: E o facto de terem esta imagem de Deus que as perdoa, é isso que ...

P2: O facto de elas terem a certeza que Deus perdoa. Porque há uma relação com Deus. E o facto... o que nós temos que trabalhar é aquilo que as impede que elas aceitem o perdão. Os psicólogos em geral dizem “tens que te perdoar a ti próprio” mas eu nunca utilizo essa expressão porque nós não nos perdoamos a nós próprios, o perdão é sempre o resultado de uma relação com o outro, é-nos dado, mas para nós o podermos acolher, tem que estar... objetivamente é dado o perdão mas depois muitas vezes não é aceite, não é acolhido e aí é que nós temos que trabalhar não é... se nós conseguirmos que a pessoa se sinta livre para acolher o perdão, o que é que é preciso normalmente, é que ela própria seja capaz de perdoar a outras pessoas...portanto trabalhamos isso, não é...e depois a pessoa acolhe e pronto... fica tudo bem, ou melhor... mas a vida é assim continuamente, destas coisa, não é... de ressentimentos que nós temos, de zangas por isto e por aquilo, portanto, o saber que há um... que a pessoa é verdadeiramente amada, que é verdadeiramente desejada por alguém, que é fruto do amor de alguém, e que esse alguém tem por ela uma atenção tão grande que todos os cabelos da sua cabeça estão contados com certeza que modifica a forma como a própria pessoa se vê a si própria, não é... e como olha também para os outros, portanto, em todos os casos onde a religião é abordada, são casos em que é...é...este é o mecanismo, quer dizer...

I: E nunca aconteceu o contrário? Por exemplo, que a religião estivesse a ser um impedimento para aquela pessoa conseguir...

P2: Nunca. Nem imagino como é que isso poderia acontecer a não ser...

I: Tendo uma relação negativa com Deus, a religião...

P2: Exatamente, mas isso também se corrige, isso pode-se corrigir, não é...

I: Mas já aconteceu?

P2: Já, mas foi corrigindo-se, foi... por acaso era uma rapariga muito... ela era católica, praticante, mas percebia-se que havia ali um problema na relação com as outras pessoas que tinha a ver com a relação com Deus porque para ela a imagem de Deus era de um Deus muito castigador. Portanto, ela vivia sempre à defesa. E depois percebi que aquilo tinha a ver com o pai... portanto acabou por se resolver... Mas quer dizer, este não responde bem á ideia de que se não fosse a religião não se tinha resolvido, porque aí, não se adequa a essa pergunta mas... mas...

I: Sim, mas até certo ponto era a religião que, era Deus que a estava a impedir...

P2: Sim, exatamente, mas era uma visão errada de Deus (...)

Estou-me a lembrar de um... era um problema de casal e eu a certa altura resolvi fazer o que fazia o Peter Damgaard Hansen, que disse... ele usava muito as histórias da bíblia para as pessoas se reverem na parábola e eu a certa altura fiz isso com uma pessoa também, a propósito do sim de Nossa Senhora, da resposta que Nossa Senhora deu à realidade, nem era tanto da relação com Deus mas fui buscar a história de Nossa Senhora para perceber que quando nós dizemos que aceitamos a realidade não é uma coisa teórica, é uma coisa que passa pela nossa carne, passa pela nossa vida, tem consequências na nossa vida e depois esmiuçando o exemplo de Nossa Senhora, quer dizer, aquilo, ela ao dizer que sim a Deus, disse que sim à circunstância, à vocação, à realidade dela e isso teve consequências nela, logo a primeira consequência foi a gravidez (risos), neste sentido, acaba por ser muito útil porque as pessoas realmente nem sempre pensam na religião desta maneira, portanto também acaba por ser educativo, de certa maneira....

Entrevista com Participante 3

Investigador (I): Gostaria que me indicasse como é que ao longo da sua experiência clínica, tem lidado com as crenças religiosas dos seus clientes, caso já tenham surgido em contexto terapêutico.

Participante 3 (P3): Pois... portanto... nunca tive numa situação de psicoterapia ou psicanálise em que este problema se tivesse posto. Nunca apareceu ninguém com ... portanto, religioso e em que este problema se debatesse...

Bem, então:

Em relação à crença religiosa e à espiritualidade é evidente que a crença religiosa e a espiritualidade constituem uma dimensão importantíssima da cultura e da civilização, não é...portanto, a religião é uma forma que a civilização, a cultura, o seu humano arranjou para se sentir mais seguro, para se sentir mais amparado devido à sua fragilidade, imaturidade e também para dar sentido à existência... exato, para dar um sentido à existência.

I: No fundo é o que todos procuramos

P3: Exato... Exatamente dar um sentido à existência, exato... depois, a... eu penso haver uma dicotomia entre a psicoterapia, o processo terapêutico, não é, e a religião. A psicoterapia é um questionamento, é um autoquestionamento não é... a pessoa chega com problemas, com uma insatisfação na vida, com várias insatisfações e procura uma ajuda para tentar superar essas dificuldades, que podem ser maiores ou menores, para ter uma vida mais realizada, mais tranquila, até para encontrar muitas vezes encontrar um sentido para a sua própria existência não é..., e a religião não é isto. A religião é uma crença, um todo constituído que o sujeito não vai questionar, tende a seguir os mandamentos, por fé, não é, exato, portanto há aqui uma distinção que me parece absoluta.

A.... A... mas, portanto, outro aspeto que me parece fundamental, é o psicoterapeuta, por princípio, deve respeitar a visão do mundo de cada um. A visão política, a visão do mundo a visão que ele tem, a religiosa, não é, portanto, não deve pôr em causa... por princípio, deve portanto, eticamente respeitar essa visão e as convicções do sujeito, não é... mas em certos aspetos, em certos casos, o terapeuta pode, em casos muito específicos, o terapeuta pode

discutir religião com o sujeito. Principalmente em casos, por exemplo, em que os comportamentos religiosos põem em causa aspetos vitais da vida do sujeito.

Por exemplo, imaginemos um sujeito que pertence a uma seita religiosa que preconiza, por exemplo, um suicídio coletivo, não é? O terapeuta ou psicanalista deve por isto em causa, não é...

Por exemplo aspetos não tão extremados... o paciente pune-se e castiga-se por um sentimento de culpa, pecaminoso, devido a comportamentos considerados pecaminosos, vergonhosos, etc., não é... depois, outro.... O terapeuta pode pôr em causa isto não é? Não será que o sujeito está a atribuir à religião e ao seu Deus, quando se obriga a castigar, a punição do seu superego? Não é... quando ele projeta para a religião...

I: Sim... mas por exemplo, aí é só ajudar, por exemplo, a pessoa a questionar-se a ela própria sobre se aquele comportamento será realmente adequado ou levá-la mesmo a acreditar que deve abandonar aquele comportamento? Ou.... Simplesmente questionar não é...

P3: é como eu lhe disse de início, a psicoterapia, ou a psicanálise é um processo em que o sujeito se vai, com a ajuda do psicoterapeuta ou psicanalista, se vai auto questionar e perguntar-se porque é que ela é assim de determinadas coisas, sente determinadas coisas, sente-se obrigada a ter determinados comportamentos, portanto, o sujeito, por exemplo pode dizer: a religião a que pertenço, e a Igreja Católica é o que diz, não é, obriga-nos ou é justificável um sofrimento, sofrer sozinho, quanto mais sofrimento melhor, porque só assim é que nós alcançamos a Graça Divina e o paraíso e o... não é... e o psicoterapeuta pode questionar isto não é... pode e deve, portanto aqui está-se a intrometer na religião, está a direcionar o sujeito, a ajudar o sujeito a pôr-se em causa a Auto questionar-se.

A... quer dizer... fundamentalmente é isto, não é? auto questionar não é... É o imperativo que está subjacente à prática psicoterapêutica e que é o conhece-te a ti mesmo porque só te conhecendo a ti mesmo é que tu podes ter hipóteses de transformar a... atitudes, comportamentos, pensamentos, sentimentos de modo a teres uma vida mais realizada e talvez mais tranquila e mais rica não é... é este o processo da psicoterapia não é...

Por exemplo, em certos casos, entre um sujeito fazer uma psicoterapia ou uma confissão com o seu líder religioso, por vezes a confissão, para um sujeito religioso, é o melhor caminho que ele tem a seguir até porque a confissão de certo modo pode se ver como uma espécie de

terapia, partilhar com outra pessoa, pôr em palavras e partilhar com outra pessoa o seu sofrimento não é... portanto... proporciona alívio psicológico... mais alguma questão?

I: Ah... não. Basicamente era isso. Perceber um bocadinho como é que, apesar de nunca ter tido nenhum caso, o que é que o P3 Pensava sobre isso...

P3: Não. Mas é esta a minha visão depois de ter refletido melhor... mas eu já lhe tinha comunicado...

I: Sim, sim...

P3: Portanto, por princípio o psicoterapeuta deve ter respeito pelas convicções religiosas ou políticas do seu paciente, agora, quando estas convicções políticas ou religiosas parecem interferir excessivamente no bem-estar do sujeito, o psicoterapeuta pode levar o sujeito a questionar-se.

I: Sim, acontece muitas vezes as pessoas mais religiosas, nem sequer questionarem, não é, seguirem aquilo que a Igreja diz...

P3: Exato, sem pôr em causa, exato... aí está uma submissão, por exemplo, não é uma submissão ao pai ou à mãe, mas é uma submissão às figuras e aos preceitos religiosos.

Entrevista com Participante 4

Investigador (I): Gostaria que me indicasse como é que ao longo da sua experiência clínica, tem lidado com as crenças religiosas dos seus clientes quando têm surgido em contexto terapêutico.

Participante 4 (P4): Bom... é assim... eu em primeiro lugar devido à minha formação, não digo de base, mas toda a minha formação, na área da psicoterapia, a primeira coisa que eu lhe posso dizer relativamente a como é eu lido é com aquilo a que nós normalmente denominamos como uma abertura e um posicionamento de não juízo prévio. Supostamente as pessoas, pelo menos com formação na minha área, na clínica e na intervenção psicoterapêutica em particular, procuramos adotar. Ou seja, posicionarmo-nos com a pessoa, perante a pessoa, perante o outro de uma forma de... sem realizar juízos prévios. Portanto, independentemente do meu próprio posicionamento pessoal relativamente à questão que estamos aqui hoje a falar, que é a questão da religião, eu procuro, tento... ia dizer devo, estar com a outra pessoa de uma forma digamos, aberta. E o que é que quer dizer esta abertura, duas questões: uma é nós estarmos recetivos ao outro tal como a pessoa se apresenta, quando eu digo apresenta, eu digo, o que é que a outra pessoa é em todas as suas variantes, em todas as suas dimensões de ser pessoa onde se inclui o seu sistema de crenças, digamos assim, incluindo as crenças religiosas. Portanto, o meu primeiro objetivo, não é... eu não tenho, digamos assim, uma grelha interpretativa que me leva a considerar a religião necessariamente como um fator de perturbação, por exemplo, ou como um fator de... uma espécie de ópio do povo ou um dos ópios que o povo pode ter, não é essa a questão independentemente dos pensamentos e das reflexões que eu possa ter como pessoa não é... ou seja, na clínica o meu primeiro objetivo é: eu tenho que estar recetivo para tentar perceber qual é o sistema de crenças desta pessoa que está à minha frente. Este é o meu primeiro objetivo. E nesse sistema de crenças pode surgir, estou a dizer sistema de crenças porque eu acho que em linguagem psicológica é mais compreensível para nós, no fundo é um sistema de significados que as pessoas constroem, não é, e que esse é o meu primeiro objetivo, é tentar compreender. Portanto, eu tenho que tentar estar atento a esta abertura porque isto que eu lhe estou a dizer é o posicionamento teórico, não é, vamos dizer assim, e teórico-prático, portanto, isto é o que eu supostamente faço, procuro fazer, procuro estar na prática. Pode não acontecer porque podem haver reações tendo-me em conta a mim como pessoa, quem diz em relação à religião diz em relação a outros aspetos e portanto eu tenho que estar atento às reações emocionais,

mais racionais, mais pré-reflexivas que eu possa ter em relação à pessoa que está à minha frente, não é... e este digamos que é o meu primeiro ponto de partida é: eu não sei o que é que significa para si, esse outro essa religião ou maneira como se situa relativamente ao seu quadro religioso e quero compreender, saber como é que é, como é que é para aquela pessoa em particular, por exemplo, se me falarem na religião A ou B ou C eu não sei o que é que isso quer dizer para aquela pessoa, quais são as dimensões do quadro religioso a que a pessoa dá mais, por exemplo, mais ênfase, de que modo é que dá como é que é importante, porque é que é importante... este é o primeiro ponto.

O 2º ponto é tentar compreender depois de nós percebermos melhor esta fase final que eu estava agora a dizer, não é, quais são os significados que a pessoa tem, o que é que ela valoriza mais, tentarmos perceber como é que esse mundo religioso tem expressão digamos assim através do mundo psicológico da pessoa...o que é que ela me diz, o que é que ela pode expressar sobre o mundo psicológico da pessoa. Não se trata de valorizar em termos de se é bom, se é mau se é adequado, se não é inadequado ou se é inadequado. É uma questão de tentar compreender qual é o tipo de impacto e o que é que isso pode dizer, não é? Mas o que é que isso pode dizer da estrutura... psicológica daquela pessoa, não é, e aí... é uma sequência natural da primeira, se quisermos, da primeira parte que eu lhe estava a referir, tentar compreender o que é que isso me pode dizer da pessoa e o que é que ela própria diz sobre isso. Isto assim em termos psicológicos são os dois grandes... os dois grandes objetivos. Portanto não tenho, em relação também a alguma coisa que referiu, não tenho *a priori*... dizer é muito religioso, é um problema é preciso ser curado, não é essa a abordagem, não é essa nem é outra, portanto é, não é outra no sentido de dizer ah ainda bem que é religioso e ainda bem que tem uma estrutura, não, é... temos é que tentar compreender se as dimensões de cariz religioso, como é que elas se inerem, digamos, na existência da pessoa que está à minha frente, o que é que isso significa, não é, e essa é... digamos o meu posicionamento enquanto psicoterapeuta.

I: Disse-me que já tinha alguns casos...

P4: Já

I: E será que me podia falar de algum deles?

P4: Posso. Olhe posso-lhe falar de um ou dois. Um para lhe dar o exemplo que eu acho que não correu consoante as premissas que eu acabei de lhe referir e não correu, vou dizer assim, bem, porque na altura eu acho que não tive a capacidade como psicoterapeuta de lidar com aspetos que são sobretudo meus e da forma como a pessoa se estava a... a... posicionar enquanto pessoa, portanto que não... que é como ela se sentia bem, portanto, que era... estamos a falar de um homem, era um homem, dos seus 40 e tal anos 50as, portanto, tinha desenvolvido uma série de ataques de pânico, repentinamente que é, enfim... uma reação psicológica até muito comum mas que pode ser ao mesmo tempo muito dolorosa e a pessoa até me tinha sido reencaminhada por uma companhia de seguros, portanto, e era um líder religioso de uma Igreja e era uma pessoa muito ativa e que tinha muito, posso-lhe dizer, um posicionamento que foi sentido por mim como aquela pessoa que deve dizer aos outros, o que é que os outros devem fazer para viverem melhor, está a ver, portanto, de um lado interventivo ativo, mas essa atividade tinha por base a ideia de que, eu senti assim, eu, psicoterapeuta senti como, o seu líder, o seu papel de líder religioso tinha pelo menos implícito esta ideia de que eu sei o que é melhor para si, eu... e para você ter uma melhor vida deve fazer isto, isto e isto e isto é uma boa vida e isto é uma má vida. E eu do ponto de vista pessoal e até mesmo do ponto de vista técnico, tenho grandes dúvidas deste posicionamento, mas isso é a minha visão não a visão do outro, não é, e portanto, esta minha dificuldade de ter percebido isto no momento do processo, nós fizemos um processo, porque na altura era um processo terapeutico limitado no tempo, estava assumido que eram 12 consultas, mas porventura poderiam haver mais 12, está a ver, porque isto estava por uma companhia de seguros...e o balanço que eu faço, o balanço que eu faço, não é um balanço positivo desta intervenção terapêutica. Algumas questões que levaram lá a pessoa se calhar, ele poderá ter tido algum beneficio da intervenção, por exemplo, nomeadamente, a questão dos ataques de pânico, podem ter melhorado e tal, tudo bem... mas eu sinto que havia espaço para nós podermos continuar um trabalho terapêutico que não foi feito porque eu penso que a pessoa não sentiu que eu estava... não sentiu o elemento absolutamente crucial que é a confiança no psicoterapeuta, e eu acho que ele não sentiu confiança em mim porque eu não estive na relação de uma forma mais ativa como eu julgo que esta pessoa precisava. Está a ver, portanto, o que eu estou a querer dizer é isto: como eu me sentia algo constrangido e pouco identificado com aquele homem a maneira como eu fui estando, provavelmente na terapia, foi de me retrair mais, ser mais passivo, não é, quase como um contraponto áquilo que eu achava que ele era, um homem ativo que dizia aos outros como é que se vivia bem, então fui eu

recuando na cadeira, percebe, fui estando mais passivo, mais silencioso, menos ativo, menos... provavelmente sem ter noção disso na altura, estava a tentar segurar-me por hipótese, com receio de poder estar a reagir em contraponto áquilo que aquele homem queria e penso que chegou a pedir-me: diga-me se devo fazer assim, se devo fazer assado, não é, pronto. Isto já lá vão uns anos e eu julgo com melhor reflexão que nós poderíamos, eu poderia ter tido um outro tipo de intervenção. Primeiro perceber melhor dos meus próprios aspetos que estavam claramente presentes na relação, naquela intervenção, e se eu tivesse feito esse movimento, de certeza que me poderia ter soltado para poder abordar esta pessoa de forma diferente e até abordar as questões de forma genuína, aberta, transparente porventura teria ajudado para desbloquear algo que partiu de mim fundamentalmente e não da pessoa, não é... pelo menos este é o entendimento que eu faço assim á luz exterior. E portanto, foi um exemplo, é um exemplo de um caso, repito, que eu não faço um balanço tão positivo da intervenção globalmente falando e eu acho que não pus em pratica aquilo que eu acabei de lhe dizer lá mais no inicio da nossa conversa, está a ver, portanto, o espirito de abertura, essa capacidade de aceitar o sistema de crenças e de valores do outro tal como surge a... quer dizer, teoricamente eu fui com esse espirito, percebe, eu acho é que na prática isso não aconteceu e portanto é um exemplo que eu gostava de dar porque é um exemplo em que é preciso às vezes ter atenção porque, por várias razões, quer dizer, uma coisa é aquilo que nós temos racionalmente e que temos os nossos modelos teóricos, outra coisa é viver a relação com as pessoas e é aí, no espaço de vivencia com o outro onde tudo verdadeiramente acontece, não é, e portanto esse é um exemplo claro, para mim, de não adaptação ao outro. Este é um caso.

Outro caso aaa.... Talvez diferente... tenho tido vários casos onde as pessoas trazem o seu sistema de valores, não é... em Portugal, como calcula, não é nada incomum as pessoas trazerem um sistema mais católico, não é... quer dizer, eu acho que são valores, para já não são valores.... Valores e dimensões, não estou apenas a falar de valores, estou até a falar de vivências, por exemplo, as pessoas vivem... por exemplo, a confrontação das pessoas com a questão da morte, os processos de luto, as questões da culpa, uma angústia muitas vezes associada a situações de culpa, quer dizer....e.... tenho tido vários casos, onde....onde... e ai sim, eu acho que já está mais em funcionamento aquilo que eu lhe dizia no inicio da nossa conversa, ou seja, não é, por exemplo, imagine, se uma situação de culpabilidade surge em razão do sistema de crenças do sujeito religioso, portanto, é uma chatice você tem é que mudar o seu sistema de valores porque...ou tem que mudar de religião. Não é essa a questão

está a ver... para mim o trabalho psicoterapêutico não passa por aí, portanto, tem que ver um bocadinho mais com aquilo que eu lhe estava a dizer anteriormente, é... vamos lá ver que culpa é essa, como é que está a viver, e a culpabilidade está associada a quê e porque é que está a viver desse modo e primeiro, ajudar a pessoa a identificar, porque muitas vezes eu acho que as pessoas vivem estas, têm estas vivências sem terem consciência delas, sem terem uma, enfim, se quisermos, uma consciencialização e uma reflexividade sobre as suas próprias emoções, sobre as suas próprias vivências e, portanto, num primeiro passo, muitas vezes passa primeiro por ajudar as pessoas a identificar, a explorar e aprofundar o significado dessas experiências e desses significados, passo a redundância, e depois pôr as pessoas, digamos assim, naquilo que É a teoria da... da teoria que é transteórica e que não tem que ver com nenhum modelo teórico específico que é por as pessoas numa fase mais de contemplação sobre ela própria e sobre o seu sistema de valores e de crenças e ver o que é que faz mais sentido a pessoa poder adaptar, ajustar ou esse sistema, ou se quisermos o seu modo psicológico e o comportamento, mas portanto o meu objetivo não é dizer assim, imagine, porque tem a religião A está a ter como impacto imediato X, uma maior dose de culpabilidade, então temos que mudar o sistema... não é isso. Não passa por aí.

E é aqui a nossa intervenção passa muito primeiro por uma fase, se quiser, mais descritiva, portanto, tentar compreender, trazer as pessoas para um nível de maior consciencialização. Eu acho que só isso ajuda muito... acho não, vemos as pessoas a poder... não é necessariamente a mudar, transformar logo, num sentido mais profundo do termo, psicoterapeuticamente falando, mas é ajudar a identificar não é, e isso por si só tem impactos muitas vezes positivos para as pessoas.

I: Uma das coisas que eu pensei ao começar a ler sobre este assunto foi, se a religião seria promotora, digamos assim, da saúde mental ou o contrário, não sei se o P4 tem alguma noção sobre....

P4: É uma boa questão...eu acho que pode ser ambas. Porque é assim... eu acho que pode ser ambas...quer dizer... eu acho é que depois a nossa vida, a maneira como nós vamos desenvolvendo a nossa vida, o nosso mundo psicológico, é tão complexo e cruza tantas dimensões que nós podemos ter uma pessoa que tem, imagine, uma educação religiosa, eu vou dizer assim apesar de... e digamos que.... Equilibrada, em que as pessoas têm os seus valores, têm a sua religião, têm o seu diálogo com Deus, o seu posicionamento perante a

morte, os seus valores que os conduzem na vida, não é, e a religião pode ser neste sentido, estruturante. Porque dá significado à pessoa, não é, dá sobretudo porque dá significado à pessoa, dá-lhes uma estrutura, dá-lhes uma baliza porque precisamos que as coisas nos façam sentido. Todos nós precisamos que as coisas nos façam sentido e todos nós construímos redes de significado que nos permitem andar neste mundo, não é... uns arranjam mais por uma forma, outros por outras, alguns de nós arranjam também através de sistemas religiosos. Portanto, se calhar isto tem um bocadinho que ver com conta e medida não é...eu acredito que nós podemos ter uma estrutura psicológica equilibrada, e quando eu digo isto, estou a dizer assim, quando nos sentimos bem connosco próprios, quando nos sentimos livres de fazer a nossa vida e quando estamos bem, genericamente bem, nas nossas relações interpessoais e ter uma religião, uma estrutura religiosa que nos dê um enquadramento ou que seja parte do nosso enquadramento na vida e que isso seja estruturante. Acho também que pode acontecer que a religião possa ser vivida, e não a religião em si própria que causa isso não é, mas pode ser inculcada, pode ser elaborada, pode ser desenvolvida por alguns de nós de uma forma que em vez de nos trazer um enquadramento e uma estrutura, como eu dizia, equilibrada, não é, leva-nos porventura ao sofrimento, ao exagero, a uma radicalização de argumentos ou de posturas que, podem trazer, lá está, um sofrimento e um mau estar ao próprio e a terceiros, portanto, não me parece que seja uma resposta de linha única não é, de dizer assim, olhe se é religioso é uma pessoa perturbada ou se é religioso é uma pessoa equilibrada, depende muito de diferentes variáveis e a religião pode ser... pá, é depois há opiniões pessoais, quer dizer... eu estou a dizer isto do ponto de vista psicológico, depois cada um nós tem o seu entendimento sobre a vida, quer dizer... as pessoas, eu posso-lhe dizer que nós podemos escapular parte das nossas angustias através de uma religião e portanto podemos-nos sentir mais seguros devido ao espaço onde estamos com outros, onde há uma linguagem que dá um significado a esta existência nesta vida, e que nos prepara para uma outra vida assim como muitas pessoas sentem necessidade de ir a um estádio de futebol, expressar a sua agressividade, as suas zangas e não vivem só o futebol como uma... como um divertimento não é....e portanto depende muito da maneira como nós estamos perante os fenómenos, perante as coisas.

I: E será que se lembra, ou teve algum caso que seja um exemplo, digamos, dessas duas vertentes. Em que a religião tenha sido realmente um ponto fundamental para o processo, não

sei se podemos dizer processo de cura, enfim, mas para o processo terapêutico daquela pessoa e o contrário, portanto, em que claramente tenha prejudicado e atrasado, se calhar, diria eu...

P4: Vamos lá a ver... eu, o exemplo que eu... o primeiro exemplo que eu lhe dei, é um exemplo de um caso onde a re.... Quer dizer não foi por causa da pessoa que o seu sistema, a sua religião prejudicou o processo terapêutico, se prejudicou, não foi pela pessoa foi por mim, psicoterapeuta...

I: Peço desculpa de o interromper. Falou-me que esse cliente tinha ataques de pânico, não era? E isso era gerado pelas crenças dele ou não tinha nada a ver com...

P4: Não é assim, não, não... não podemos falar, creio eu, de uma relação causa-efeito, está a ver, a pessoa tinha ataques de pânico porque tinha um sistema religioso X ou Y ou com esta ou aquela particularidade. Acho que tem a ver com a globalidade, lá está, da estrutura psicológica onde se insere as crenças religiosas que por sua vez, podem, porventura, contribuir em parte, mas para isso nós temos que ir... por isso é que a mim faz-me sentido falar de rede de significados, mas não numa causa direta, de dizer assim, olha a pessoa tem esta religião ou tem esta crença religiosa, isto há-de remeter para... não, porque normalmente as coisas são mais complexas do que isto, a vida das pessoas são... agora o que me parece é que sim pode contribuir. Estava-me a perguntar casos em que contribui e casos em que... quer dizer é devido a esta complexidade que eu tenho mais tendência a dizer-lhe que... que... ambas as coisas podem acontecer. Ou seja, vamos lá a ver, as pessoas podem por via do seu quadro religioso, este mesmo quadro influenciar, contribuir, promover mal-estar, mas como eu estava a dizer à pouco, tem muito que ver com a maneira que uma pessoa está a viver isso. Portanto, o nosso objetivo na intervenção terapêutica, a não ser que tal se justifique, por próprio pedido do sujeito, ou pelo próprio desenvolvimento das reflexões que façamos em conjunto e daquilo que a pessoa disser, o nosso objetivo não é, vamos lá, mudar a religião, ou as crenças religiosas para, isso pode acontecer mas é por via de transformação do fluxo do processo terapêutico e não previamente o terapeuta estabelecer o objetivo que é isso que tem que se fazer para supostamente a pessoa passar para um melhor bem-estar, não é, porque lá está, penso que não deve ser esse o princípio. O princípio, por exemplo, pode ser muito mais do ajustamento do que é que está a acontecer a pessoa, por exemplo sofrer, ou está menos bem psicologicamente, o ajustamento daquilo que é a vivência com o seu próprio sistema de valores, não é, esse ajustamento em determinadas situações pode levar à própria

transformação do sistema de valores, ok, a pessoa por vezes pode mudar isso, sendo que isso não é, julgo eu, um objetivo predefinido por um terapeuta. Por outras vezes não há uma mudança de sistema, de valores, há mudança de, se quiser, estar, forma de estar e da maneira como há um entendimento de significado relativamente às escolhas, ao seu próprio sistema, ao seu próprio comportamento, o seu próprio sentir, não é, e portanto muitas vezes o sistema de crenças religioso, ajuda no processo terapêutico. Mas nós podemos compreender porque é que a pessoa não está tão bem ou porque é que pode vir a estar melhor, ou porque é que está a viver as coisas do modo que está a viver. Ajuda a compreender, não é...sei lá... às vezes as pessoas podem... dou-lhe um exemplo... lembro-me de uma pessoa contar um sonho, atendendo, lá está, às suas crenças religiosas, era-lhe muito estranho. Era um sonho que lhe trazia angústia e preocupação, nós por vezes já sentimos isso nos sonhos, não é, e portanto, esta pessoa até demonstrava o seu incómodo, não é, e à luz do seu quadro de valores religioso este sonho poderia parecer ou poderia ser, digamos assim, terrível. Procurando explorar significados, para que possam estar presentes naquele sonho, tendo em atenção a história de vida da pessoa, o próprio processo terapêutico, coisas que ela já tinha partilhado connosco, o sonho se calhar tem uma outra dimensão, passou a ter uma outra dimensão, no espaço terapêutico e para a própria pessoa poder compreender, ah ok, isto pode significar isto e aquilo, para mim isto pode ter a ver com estas minhas preocupações. Portanto, isto é um exemplo de como é que, sem dizer que o sistema de valores da pessoa, sem dizer que o sistema está errado, podemos construir em conjunto novos significados, interpretando, neste caso um sonho que permita à pessoa compreender outros significados que o sonho pode ter para ele próprio e para a sua existência e como isso ajudar a pessoa, está a ver? Eu não sei se estou a ser claro... por um lado é nem é o criticar, por outro lado é o ver outras janelas de leitura sobre o mesmo fenómeno que a pessoa tem ou nos trás que pode cruzar como seu sistema religioso mas que nem por isso o põe em causa necessariamente, não é... Isto é um exemplo, digamos assim, equilibrado e que não tem que ver porque repare, o... quando as pessoas estão em sofrimento e precisam fazer um processo psicológico, processo psicoterapêutico, as pessoas querem mudar, mas ao mesmo tempo a mudança é assustadora e portanto, nós podemos estar em sofrimento, sim senhor, e podemos querer sentirmo-nos bem, mas genericamente nós somos seres que procuramos equilíbrio, estamos a fazer isso ao longo da nossa vida mas às vezes as mudanças também assustam, nós gostamos de ter o nosso espaço de conforto, aquilo que nós conhecemos, aquilo que nos faz sentir, na maneira como fomos agindo durante a vida, e nos situamos não é, portanto, penso que para as pessoas uma

eventual mudança tem que ser sempre respeitada e a terapia tem que ser sempre algo que vai muito par a par com o outro e nunca tendo como predefinição, agora mudar o sistema de crenças religioso do outro.

I: ... ok... acho que está tudo. Ajudou-me bastante e agradeço ter tido este tempo para mim.

ANEXO B: Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico

Participante 1 - Determinação das partes: Divisão das unidades de significado e transformação das unidades de significado em Expressões de Carácter Psicológico

Unidades de significado	Transformação das unidades de significado em Expressões de Carácter Psicológico
1. Investigador (I): gostaria que me indicasse como é que ao longo da sua experiência clínica tem lidado, ou neste caso, lidou, com as crenças religiosas dos seus clientes quando, e caso, estas tenham surgido em contexto terapêutico. Participante 1 (P1): Em relação à minha experiência, daquilo que eu me recordo é que houve toda uma evolução. De início quase que era um tabu entrar-se no âmbito das crenças religiosas. A partir do momento em que eu já tinha mais à vontade no processo terapêutico, foi uma coisa que eu deixava a oportunidade de a pessoa falar e de a pessoa se exprimir... I: Mas a P1 é que proporcionava esse.... P1: Não, não... se o cliente viesse... dissesse qualquer coisa acerca disso e se sentia necessidade e vontade de falar, pois claro, era um tema que vinha para o espaço terapêutico e era falado e ouvido tal como todos os outros temas, sem qualquer restrição ou impedimento...	P1 indica que nem sempre foi frequente nem natural falar acerca das crenças religiosas pois era um assunto considerado tabu. Após alguns anos de prática clínica, nota que esse era um assunto que surgia com mais frequência e era abordado, quando os clientes assim desejavam, com naturalidade.
2. Depois na minha fase final da minha terapia, da minha experiência terapêutica, já me era, já tinha vários pacientes que... I: Que lhe eram indicados... P1: Exatamente... que me eram indicados exactamente pelo facto de serem cristãos e católicos e sentirem que com os outros terapeutas não tinham tanto à vontade e não podiam... por isso tinham sempre ali... não os entendiam, não porque não pudessem, mas não os entendiam, e...	P1 alega que após vários anos de prática clínica, os clientes já a procuravam por esta ser religiosa. Indica que os clientes se sentiam mais compreendidos e acolhidos ao falarem a mesma linguagem.

3. I: E alguma vez fizeram algum comentário? P1: Sim, sim, sim... I: E o que é que eles diziam? P3: Que não percebiam... lembro-me perfeitamente de um... rapaz, de um profissional na área da saúde que dizia: se eu falo de que o Senhor falou-me nesta palavra, eles deviam pensar que eu era um psicótico, ou que estava com alucinações e tudo e então sentia-se extremamente limitado. Outro seminarista que também me foi indicado, também só se sentia bem com... porque falávamos a mesma linguagem no espaço terapêutico entendíamos muito bem porque falávamos a mesma linguagem. Dada a experiência que tínhamos dentro da Igreja, isso permitia-nos aprofundar, aperceber e discernir o que é patológico ou o que é uma experiência natural e normal da vivência cristã.	P1 afirma que um psicólogo que partilhe as mesmas crenças religiosas que o seu cliente pode aprofundar, aperceber e discernir melhor, o que é patológico ou o que é uma experiência natural e normal da vivência cristã.
4. I: Essa é uma dificuldade nos que não são... P1: Exato nos psicólogos que não são crentes. É uma linguagem completamente descabida. Quer dizer, quando nós, cristãos, pronto eu falo muito mais na minha experiência de cristã... quando nós dizemos: eu sentia-me na morte... quer dizer, para um terapeuta esta linguagem não lhe diz absolutamente nada... o que é que é isso, sentir-se na morte, não é...sentir que está completamente destruído, que não.... A nossa morte ontológica e não a morte fisiológica, pronto... isto é difícil para quem está de fora.	P1 indica que para os Psicólogos não religiosos, é difícil compreenderem a linguagem cristã porque não têm essa experiência na sua vida.
5. I: Muito bem.... E quando, por exemplo, não sei se alguma vez aconteceu, mas imagine que algum cliente seu, que tivesse crenças diferentes das suas, ou que mesmo dentro do próprio	Quando questionada sobre a forma como reage quando as crenças do cliente não vão ao encontro das suas, P1 afirma que assumia uma postura profissional, de respeito pelo outro.

catolicismo, visse as coisas de maneira diferente, ou que não fosse de todo religioso e fosse contra as suas ideologias.... P1: Isso fazia parte da minha experiência...da minha postura como psicóloga, como profissional. Um grande respeito, quando há um desentendimento... não é desentendimento, quando a mensagem do outro, não consigo captá-la ou não consigo entendê-la, há que explorá-la, ver qual o ponto de vista, em que é que isso pode beneficiar o paciente, se isso é uma crença, se isso é ... pronto, suposições ou, ou, como é que se chama aquilo.... Ancora, digamos assim, na vida dessa mesma pessoa, mas partia muito na base do respeito, mas não tive muito.... Nós aqui em Portugal temos muito a, a... é a religião Católica que predomina mais... não houve assim... houve mais o caso de pessoas completamente agnósticas que...	
6. I: lembra-se de algum exemplo? De aborto, homossexualidade... P1: Pronto... tive casos... um dos casos que tive acerca da homossexualidade foi tratado como se tivesse um bebé ao meu colo. Pronto, não sei se me entende a expressão mas, era um jovem muito... que necessitava mesmo de ter toda o meu, a minha...aceitação. Porque era um jovem que se sentia muito, muito perdido e incompreendido. Com um sofrimento muito grande, nem podia partilhar com os próprios pais. Pronto, e o espaço terapêutico ajudou-o muito nesse sentido. De poder estar aberto e falar.... Mas acho que isso... se não fosse católica, um outro meu colega faria um trabalho idêntico... I: Pois, porque aqui neste caso tem que se calhar... pôs à frente os princípios éticos da psicologia em vez de dos da religião... P1: Sim, sim... e há...	Ao referir um exemplo de um caso de homossexualidade, indica que por ter como princípio o respeito pelo outro, foi possível, para este cliente, partilhar o seu sofrimento. Colocou em primeiro, os seus princípios éticos, enquanto psicóloga.
7. Em casos de aborto... o que me fazia	P1, ao mencionar outro exemplo de um

mais impressão era a dualidade que as pessoas viviam. Mostrar aos outros que tinha sido um ato natural e normal e que só no espaço terapêutico é que a pessoa podia... sofrer. Entende? Ali, eu posso mostrar aquilo que vai dentro de mim, eu ali tenho a.... O que é muito bom, porque se as pessoas não são cristãs e não têm este apoio dado pela Igreja e pelo sacerdote e pelo diretor espiritual ou qualquer coisa, é muito bom que haja o psicólogo, não é, que haja um espaço onde a pessoa se sinta completamente à vontade e poder falar daquilo que sofre muito, muito, muito... porque depois há toda uma capa cá fora, foi um ato muito normal, natural e, e.... pronto... e I: Para tentar também, se calhar... não se culpar tanto... P1: Sim... culpa... montes... não só culpa mas...	caso em que a visão do mundo do cliente ia contra a sua visão, reconhece que a psicologia é essencial para quem não tem a religião devido ao suporte emocional que aí adquire.
8. I: E por exemplo. Agora a P1 estava a dizer que é muito importante para quem não está na Igreja, ter alguém com quem falar do seu sofrimento, das suas mortes... E para quem está na Igreja? P1: Como é que vê o Psicólogo? I: Sim. Qual é que acha que é ali a linha que separa o psicólogo do... P1: tive sempre esta luta...Esta luta muito grande no meu percurso profissional.... I: Não é... porque há quem diga que tem o padre, tem os catequistas, não é... e que tem... P1: Sim. Uma luta muito grande. Que começou já quando eu era estudante. Enquanto eu era estudante e se calhar até na orientação... não sei se calhar depois no fim... tive uma professora... Teresa Fagulha... Porque houve uma procura. Eu... no meu... eu tive uma grande procura durante este longo percurso da	Quando questionada sobre se a psicologia só seria importante para as pessoas que não estão na Igreja, P1 relembra como foi viver este confronto entre a Psicologia e a Religião ao longo do seu percurso académico e profissional. Acabando por afirmar que as duas coisas são compatíveis mas, na maior parte das vezes, para quem é religioso, a Igreja basta pois a Psicologia cura, mas Deus salva.

minha vida... o que é que... o que é que cura? A Psicologia ou a Religião? E é assim... a Psicologia ajuda, mas não cura, não salva... Jesus Cristo, salva. E este encontro com Jesus, salva. Entende? Pronto... E a psicologia ajuda, ajuda muitíssimo... é melhor do que nada. É um bocado isto... e essas questões todas sobre a psicologia e a religião... tive muito no período da faculdade com os professores, muito. Grandes discussões com eles e até que encontrei pessoas, como essa professora, que disse... que pronto... que era uma professora que vivia sem conflito a sua religião e a sua vida profissional. Pronto. O que me ajudou a ver que era possível era compatível.	
9. Agora hoje no meu espaço terapêutico, se era 100% psicóloga e não cristã, não... por exemplo, hoje não sei o que é que é da psicologia e o que é que adquiri na religião. É um misto. Sou eu, entende. Já não consigo discernir que isto vem da psicologia, não isto vem da religião... até porque a psicologia não trás nada de novo que o cristianismo/catolicismo não.... Nada de novo, nada. I: É como que se complementam... P1: É que nem isso... nem mesmo complementam-se. Para mim é como se a psicologia fosse beber, não é... o que é que a psicologia faz? Bebe das raízes todas do cristianismo e do... no meu ponto de vista. Porque está lá tudo... quem faz uma caminhada cristã, tem lá tudo. Não precisa do psicólogo porque na vida.... Agente tem que aprender a viv... amar, viver, amar, a perdoar, aceitar... tudo. Agora, a psicologia usa algumas técnicas que noa ajuda a fazê-lo? Sim, é verdade, mas a raiz está no cristianismo. E eu não sou fanática, nunca fui uma cristã beata... nunca...nunca. Tenho pouca religiosidade natural... por isso.... Porque este encontro com Jesus Cristo, este encontro com a Igreja, esta comunhão... isto salva.	P1 indica que hoje em dia já não sabe o que lhe trouxe a psicologia e o que deu a religião. Alega que ambas são semelhantes e ambas fazem parte se si, enquanto pessoa. Para P1, as raízes da Psicologia encontram-se no cristianismo e a única coisa que trás de novo, são as técnicas que ajudam a pôr em prática os ensinamentos cristãos.

10. I: E quando a terapia é bem-sucedida e a pessoa consegue fugir a um caminho de morte e destruição devido à terapia? Considera que a pessoa é salva? Há cura? Como a P1 estava a dizer que Jesus cura e a psicologia não... Nestes casos, há cura? P1: Não... cura, a psicologia cura... não salva... é ao contrário... porque ambos curam... como é que eu vou explicar aquilo que eu vejo....o que é que dá a psicologia e o que é que dá a Igreja, digamos assim...este corpo da Igreja... a... a Psicologia, tem coisas fantásticas....em termos de orientação profissional é fantástico, em termos sociais é fantástico, em termos da própria dinâmica e em terapias familiares ajuda a orientar, mas qual é o objetivo da psicologia? É exatamente este: é que a pessoa se sinta amada... isto é um bocado... o que, o grave problema do ser humano é sempre esta necessidade constante desde que nasce, de ser amado, sempre. O psicólogo quando ama o seu paciente ama.... Não fisicamente não é, pronto. Não este amar emocionalmente, é ama porque está interessado no outro. Escuta o outro, tem tempo para o outro, etc., etc., a pessoa sente-se bem com isso e isso é um processo de cura.	Para clarificar um pouco a questão de a Igreja bastar para quem é religioso, P1 foi questionada sobre os casos de sucesso em Psicologia e em que a religião não é abordada. P1 volta a referir que nesses casos a pessoa pode ser curada mas não salva, dando novamente ênfase à religião.
11. A pessoa.... Hoje em dia, se calhar o psicólogo como não se vê os frutos tão rapidamente em termos terapêuticos, a pessoa sente-se bem quando está inserida num grupo, a pessoa sente-se bem quando vai ao ginásio, a pessoa sente-se muitíssimo bem quando vai às massagens, porquê? Porque é um tempo que alguém dedica algum do seu tempo a si próprio, não é, a nós... quando lá vamos alguém ou nos toca, ou nos fala, ou ouve, não é... entende? É um tempo, é o nosso tempo... até estas novas teorias do não sei quê... do reiki e não sei quantos, o que é que se passa ali? Não se passa... não é... passa-se é que é um tempo em que nós estamos ali dedicados a nós, é um tempo para nós, em que alguém está-nos a dar atenção.	P1 alega que o grande problema do ser humano é não se sentir amado e ser cada vez mais individualista. Vive cada vez mais sozinho, o que é contra a sua natureza. Por este motivo, procura tudo aquilo que lhe proporcione bem-estar emocional sujeitando-se a pagar para obter esse benefício. Para fugir do sofrimento e da solidão.

Pronto. E este é o grave problema em termos sociais. Hoje em dia a pessoa entra num mundo tão individualista, tão egoísta... ninguém tem tempo para ninguém... chega-se a ser mais fácil pagar para não me chatear. Toma, não me chateies, não tenho tempo para ti... porque.... Depois vem o dinheiro, vem as preocupações da vida, em termos sociais, a crise e isto e aquilo...e isto acaba por afastar as pessoas. Os pais não têm tempo para ter filhos, não têm tempo para dar atenção, etc. e quando damos por nós estamos todos perdidos. Quer seja adultos, crianças, adolescentes, está tudo perdido...e então temos que arranjar aaaa.... Como é que se diz....Mecanismos, tábuas de salvação. Uns vão para um lado, outros vão para a droga, outros vão uma sexualidade totalmente descontrolada e desordenada, muitos têm uma quantidade de ídolos, pode ser o trabalho, pode ser o dinheiro, pode ser a própria formação, os estudos, sei lá... pode ser tanta coisa...mas tudo para quê? Para fugir deste sofrimento, porque deixa de haver comunhão entre as pessoas e o ser humano é um ser de comunhão. Uma pessoa tem que viver com outra, e pode viver.... O viver sozinho, é o problema da sociedade....	
12. Neste aspeto acho que a psicologia ajuda mas é uma, é uma dessas tábuas de salvação, pode salvar alguém, pode salvar, na verdade, ou melhor, ajudar...agora, não é completa porque estamos a trabalhar no foro psicológico e emocional mas não estamos a falar do foro espiritual e por isso aí já há uma lacuna. Se o psicólogo, se o paciente é crente, mas o psicólogo não é, há sempre uma lacuna. Não podem entrar no desenvolvimento... da parte da espiritualidade. Trabalha duas áreas, digamos assim, física e emocional/psicológica mas não trabalha a parte espiritual. Se ambos forem, ou se o psicólogo for, ou se tiver essa vertente, digamos assim, trabalhada, poderá ser um grande contributo na área da psicologia.	Pi considera que a Psicologia é uma das coisas que pode proporcionar este bem-estar emocional procurado, contudo, não é a solução porque, segundo a mesma, não contempla a dimensão espiritual do ser humano.

13. E eu era muitas vezes solicitada exatamente nesse sentido... casais, problemas de casais... porquê sofrer? É outra coisa... um psicólogo que não tenha uma experiência cristã... que difícil é entender que um casal que está a passar por uma crise que pode ser uma crise situacional ou uma... pronto... e que deveria ser ajudado... mas por que razão é que o divórcio será a solução? Se calhar um psicólogo cristão já vai trabalhar outras áreas de outra maneira de modo a ajudar e não pronto... não não... porque se eu própria não entendo o sofrimento não entendo... eu vou ter que entrar numa linguagem cristã. Se eu não entendo a salvação através da cruz.... Eu não sei como é que vais trabalhar isto (risos)...se uma pessoa não tem esta experiência de que é salva aceitando a sua própria cruz, eu questiono-me não é...	P1 declara que era muitas vezes solicitada precisamente por ser cristã. Afirma que um psicólogo cristão trabalha outras áreas que um psicólogo não cristão não trabalha. Isto porque a experiência religiosa concede um entendimento sobre o sofrimento e uma aceitação da cruz.
14. I: No fundo... eu às vezes penso nisso um bocadinho como... não sei se vai de encontro ao que a P1 estava a falar mas eu vejo a cruz, a cruz é um bocadinho o sofrimento de cada um, não é, as coisas que se calhar gostávamos de mudar na nossa vida mas não podemos, aaa....e o facto de, quando a P1 me diz: Salvarmo-nos através da cruz, passa um bocado por aceitarmos, agora não falando uma linguagem cristã, se calhar aceitarmos um bocadinho aquelas coisas que não conseguimos mudar, em vez de estarmos constantemente a lutar, porque às vezes também é isso um bocadinho isso que nos leva à destruição. O facto de não aceitarmos ou de não conseguirmos compreender o porquê de certas coisas acontecerem nas nossas vidas... P1: O que acontece é que a cruz não é só isso... é muito mais que isso... é aquilo que nos afasta de Deus... podemos ter uma doença e a doença não ser a nossa cruz. Se estás numa relação e se há aceitação... é porque depois vêm um bocado a religião como resignação e como uma... como é que se diz.... Um consolo.	Após tentar clarificar o significado de cruz para P1, P1 indica que a cruz não é só sofrimento mas mais que isso. Indica que só tendo uma vivência cristã se pode perceber e compreender o seu significado. A religião não é resignação nem consolo.

E não é. É muito mais que isso.	
15. O que eu acho é que muitos de nós não sabemos o que é que é o ser... isto tem tanto que se lhe diga... É porque há diferença. Uma coisa é seres religiosa e tens essas crenças e não sei quê e é o que nos dá aqueles grandes....Digamos profetas que vêm falar do amor e isto e aquilo e que são todos muito... pronto... é o budismo, é o Dalai Lama, não é...são pessoas fantásticas e isto e aquilo... mas não é disso que eu estou a falar (...) Na experiência de que Deus está na tua vida, que Deus está na tua vida. Mas quem é que faz esta experiência? É uma minoria... porque é muito para além disso... e não é um sacrifício... não é um sacrifício... é tanta coisa não sei...é um despojar completo de tanta outra coisa não é...é tao difícil resumir isto em tao poucas palavras... Não sei como é que hei-de resumir. Porque este encontro com... eu vejo... Bem faz lá mais perguntas...	Indica que há diferença mesmo entre as pessoas religiosas e que a diferença está precisamente nesta experiência de estar numa relação com Deus. Ser cristão é mais do que ter crenças e seguir algo de que outros falam.
16. I: Como entraste para a Igreja? P1: Eu tinha a minha vivência de Igreja tradicional. Pais católicos, iam à missa ao domingo e quase que, na adolescência eramos tirados a ferros de casa para irmos à missa, porque aquilo era uma autêntica seca e o padre era... só falava no dinheiro, que era preciso dinheiro para as obras da Igreja e que não... pronto. E era uma pessoa extremamente crítica em relação à Igreja porque via exatamente uma incompatibilidade e uma incongruência entre aquilo que se apregoa e aquilo que se vive dentro da Igreja e depois tive este encontro com as catequeses do caminho neocatecumenal exatamente na altura em que comecei também o curso e, por isso, as duas coisas surgiram praticamente na mesma altura.	Ao tentar perceber qual a formação religiosa de P1, esta indica que sempre esteve ligada à Igreja, contudo, demonstra alguma desilusão com a vivência superficial da religião.
20. I: Tiveste alguma vez algum caso em que a religião tenha sido claramente benéfica para aquele cliente? Que tenha passado por ai a sua cura ou salvação? (...)	Quando questionada acerca de exemplos de casos em que seja claro o benefício da religião para a terapia, P1 indica que não teve nenhum, sendo que depois reconsidera a sua resposta e dá o exemplo

P1: Não. Tenho o contrário.... Bom eu tive um caso que em termos de vivencia de, de... casal, isso sim. Eu tive um casal cristão, ou católico, na Igreja, que a Psicologia ajudou a encontrarem tempo e espaço para se reencontrarem, porque... é importante o casal rezar em conjunto quando... pronto... mas tu podes fazer isto também mecanicamente não é... E depois disso continua a não haver diálogo então, há que arranjar estratégias, digamos, para que o casal se encontre, que fale face a face. Lógico que o terapeuta estando aqui como intermediário e com algumas regras, permite e ajuda, quando as coisas já estão muito distorcidas e muito destruídas, ajuda a que o casal se oiça porque quando estamos numa discussão dois a dois, não é possível o diálogo há monólogos e não diálogo e então a terapia ajuda imenso. Por exemplo, neste caso em que o casal estava a passar uma grande crise, em que o casal encontra novamente um tempo em que possa haver um certo diálogo ou mesmo que não haja no início, há monólogos mas em que o outro tem a possibilidade de escutar. E isso é ótimo. Se calhar só com a religião, só com a oração em casal, não é suficiente, encontrar este tempo para ambos. E agora...	de um casal em que é visível que a religião e a terapia em conjunto contribuíram para o sucesso do seu matrimónio.
21. Um outro jovem... Estava com....o tal seminarista...estava com graves problemas em termos vocacionais e então...depois...em termos terapêuticos foi uma descoberta se estava a fugir dos seus próprios medos e que o facto de não ser bem-sucedido numa relação com a parceira, com a rapariga, que isso é que o levou a escolher a vida sacerdotal ou não, por isso é que a terapia ajudou, ajudou... também foi um espaço em que lhe foi permitido falar e ouvir-se de modo a que entendesse qual era a sua própria vocação. Pronto. E eu acho que o espaço terapêutico ajudou bastante nesse sentido. E não afetou a vocação, apesar de ter tido um período de ... uma grande luta e de grande sofrimento mas teve que... foi	Um outro exemplo que P1 relata é de um seminarista que estava com duvidas em relação à sua vocação. P1 reconhece mais uma vez que a religião e a terapia contribuíram para o bem-estar emocional do cliente.

importante o espaço terapêutico para isso... e depois independentemente de sermos cristãos ou não ou termos vivência cristã ou não... tem todas as nossas expectativas em relação ao outro e isso afeta o nosso relacionamento com o outro.	
22. Por isso, os pais que têm altas expectativas em relação aos filhos e os filhos não têm um sucesso escolar e não sei quê...pronto... somos humanos não é...nós somos cristãos mas estamos neste mundo e nós aprendemos a nos desprender do mundo mas não conseguimos totalmente e em termos terapêuticos ajuda... poder falar destes acontecím....Sentir estas coisas...	P1 refere o impacto que a vivência das relações pode ter na relação com Deus.
23. I: ok....e nunca tiveste assim, por exemplo um caso em que.... Imagina que a pessoa tenha sido sempre criada na religião e com estas crenças e que se veja numa situação em que a religião ou Deus.... Ou que veja Deus como castigador, ou que ache que o que lhe está a acontecer é castigo de Deus, ou seja, que a religião esteja a prejudicar.... P1: É assim.... A maior parte das pessoas vive assim, não é...A maior parte das pessoas chega a uma certa idade e se não forem bem orientadas a Igreja deixa de....não lhes dá as respostas que procuram e revoltam-se.... É assim, experiência profissional.... É que....eu acho que é assim, as pessoas quando procuravam o psicólogo estavam muito nessa mesma situação, de que Deus não lhes.... É assim, quando não conhecem a Deus, Deus não lhes dá respostas, não é.... Não encontram Deus na vida deles. E quando nós não aceitamos alguma coisa na nossa vida se formos ver, nós também não aceitamos Deus, por isso, era um bocado isto....	Quando é pedido a P1 um exemplo de um caso em que a religião seja vivida de uma forma mais negativa a ponto de interferir na terapia, P1 alega que grande parte das pessoas vive assim porque não têm uma experiência de Deus mais séria nas suas vidas.
24. Vejo um bocado, se calhar não como terapeuta mas agora mais como mãe, que vejo as minhas filhas nessa luta não é, de quererem...De quererem entrar ou querem viver a mesma vida que os amigos vivem, convencidas que os amigos é que são	P1 dá o exemplo das filhas que apesar de serem religiosas, por vezes sentem-se confrontadas com outras realidades, fora da Igreja, que lhes parecem ser mais

felizes, e que se elas forem cristãs não podem fazer aquilo que eles fazem e então, ajudar-lhes a ver exatamente o contrário, porque não só a experiência terapêutica me deu ou me mostrou tal como a palavra de Deus me mostra que é exatamente o contrário...que há determinadas coisas que não são proibidas, não é uma questão de ser proibida, porque o pecado original não era uma questão de ser proibido mas era uma questão de que por amor, não faças para não vir a sofrer e...e... porque depois de ter feito já não há nada a fazer, já ficou... já... I: Ficam as consequências... P1: Exato. Mas que não conhecem não é, como ainda são muito jovens e pensam que é tudo normal e que, enfim....	atraentes e entram em conflito interno.
25. Aqui podemos entrar no âmbito da sexualidade, podemos entrar no âmbito de tantas outras coisas erradas não é, que é tudo visto como normal, que o cristianismo é que é o castrador como ouvia tantas vezes pelos meus colegas, e que só ao fim de quase 20 anos é que se calhar dizem “tu é que tinhas razão”, não é...mais.... Tu afinal é que escolheste o melhor caminho, pronto.	E a religião passa a ser vista como castradora, contudo, P1 afirma que é o melhor caminho.

Participante 2- Determinação das partes: Divisão das unidades de significado e transformação das unidades de significado em Expressões de Carácter Psicológico

1. Investigador (I): Gostaria que me indicasse como é que ao longo da sua experiência clínica, tem lidado com as crenças religiosas dos seus clientes quando surgem em contexto terapêutico. Participante 2 (P2): Sim, desde o início que surge, porque eu trabalho muito com o sentido da vida que é a logoterapia, é basicamente isso... é fazer a psicoterapia com base na... encontrar um sentido para as circunstâncias e para a vida e portanto, muitas vezes vem isso à baila e eu utilizo isso como um instrumento que faz parte da pessoa, como tudo aquilo que a pessoa me trás	1.P2 indica que ao longo da sua prática clínica, têm surgido casos de clientes com crenças religiosas. Como na sua prática utiliza a logoterapia, alega que o seu trabalho é, em conjunto com o cliente, encontrar um sentido para a vida e, como tal, as crenças religiosas dos clientes são naturalmente abordadas assim como todas as outras componentes que o constituem enquanto pessoa.
2. Provavelmente traz-me dificuldades de relação com outras pessoas, também trás dificuldades de relação com Deus e, portanto, tudo isso é tratado no âmbito da psicoterapia com a maior das naturalidades.	P2 declara que a relação que os seus clientes têm com Deus não é diferente da relação que mantêm com as outras pessoas. Por esse motivo, se existem dificuldades na relação com os outros, também as há na relação com Deus. No entanto, indica que tudo é tratado em psicoterapia com naturalidade.
3. Muitas vezes... atualmente quando as pessoas me procuram, a maior parte das pessoas já sabem que eu estou ligada à religião católica e que sou presidente da associação de psicólogos católicos e é por isso que me procuram. Ainda no outro dia... bem recebo frequentemente pedidos a dizer quero um psicólogo católico, não tenho que ser necessariamente eu, mas muitas vezes sou eu, ou encaminho, mas as pessoas já sabem aquilo que querem, e portanto, é um bocadinho uma mudança de perspetiva porque não é uma coisa que aparece por acaso mas já vêm com essa ideia e portanto isso faz parte da pessoa.	P2 reconhece que na maior parte das vezes, quando os clientes a procuram, já sabem que ela é Católica e é por esse motivo que a procuram. Uma vez que é Presidente da Associação de Psicólogos Católicos, frequentemente lhe são pedidos Psicólogos Católicos para realizar psicoterapia a clientes religiosos.
4. É assim, para mim, a dimensão religiosa faz parte da pessoa e portanto tem que ser abordada exatamente nessa perspetiva e muitas vezes a forma como as pessoas vivem a sua dimensão religiosa	Para P2, a dimensão religiosa faz parte da pessoa e, como tal, a forma como é vivida, está intimamente ligada à forma como foram vividas e experienciadas as relações mais precoces com os cuidadores.

tem a ver com questões familiares, com a forma como a relação com os pais se processou, porque no fundo os pais são os primeiros sinais de Deus na vida das crianças e portanto é aquele sinal da onnipotência e do pode tudo e do amor incondicional que depois é transferido para Deus e se isso corre mal com o pai, depois também corre mal com Deus. 5. I: Sim... já li alguns estudos que apontam para isso.... A vivência negativa da religiosidade tem a ver com uma vivência... P2: Com a vivência de um pai ultra dominador, ou castrador ou castigador, tem a ver depois com um Deus castigador também, não é, criam-se, projetam-se essas imagens... Sta. Teresinha do Menino Jesus dizia: (...) que se os pais soubessem a responsabilidade que têm na forma como sinalizam ou refletem Deus nos filhos, teriam muito mais cuidado com o que fazem.	Alega que estes são os primeiros sinais de Deus para a criança, através da onnipotência, do amor incondicional, etc. P2 indica que a relação disfuncional com Deus, pode ser uma projeção da relação precoce com um pai dominador, castrador ou castigador.
6. De facto pode ficar uma marca, mas também é verdade, e isso é uma coisa que muitas vezes também é verdade, muitas vezes as pessoas vêm com ideias de... quase escrupulosas de...de...coerência e necessidade de coerência e de facto também é preciso desmistificar isso, quer dizer, nós não somos perfeitos nem temos que o ser e portanto é um bocadinho perceber que no meio das nossas fragilidades e no meio da nossa normalidade e das nossas circunstâncias há que fazer um caminho, portanto, a relação com Deus, passa um bocadinho por ai também. Não passa pelos pais terem que ser perfeitos nem por nós termos que ser perfeitos, não é...	Apesar de os pais serem o reflexo de Deus para os filhos, isso não quer dizer que tenham que ser perfeitos.
7. I: Já aconteceu... alguma vez.... Algum paciente ter crenças diferentes das suas ou que entrem em conflito, digamos assim... P2: Não... quer dizer eu respeito muito o	Quando questionada sobre a sua atitude perante clientes que tenham crenças diferentes das suas ou formas de estar na vida diferentes, P2 indica que não é moralista e, como tal, respeita a liberdade do outro nunca impondo as suas próprias

que cada um pensa não é... I: Mas como é que lida com isso quando... P2: Eu não sou moralista, portanto... eu respeito a liberdade da pessoa e eu acredito firmemente que uma pessoa que seja de uma determinada religião, deve segui-la honesta e profundamente. Portanto se me aparece aqui alguém, uma pessoa muçulmana, e os muçulmanos são muito religiosos, deve seguir com total honestidade aquilo que a sua religião lhe propõe. Acho que não é por acaso que nós nascemos num ou noutro país ou numa ou noutra cultura e isso faz parte também de quem nós somos e isso tem que ser respeitado. Tive já várias pacientes, testemunhas de jeová, são muito difíceis, porque não se abrem facilmente mas não tive problemas nenhuns de religião com eles... nós temos a ideia que eles querem nos converter à viva força, mas de facto nunca tive esse problema, nunca, de todo....Digamos que falávamos, quando era caso disso, da relação com Deus de uma forma mais... da forma mais abstrata possível, sem entrar em muitos detalhes. Muitas vezes as pessoas precisam de alguma catequese e neste caso não era o indicado. Era mesmo, então o que é que na sua religião, o que é que Deus pensa sobre esse assunto, ou o que é que os anciãos lá dos coiso... diriam disto... pronto, era tentar perceber o contexto e depois fazer, eventualmente, a pessoa pensar se isso lhe faz sentido e porquê. Mas isso é um trabalho normal com qualquer religião, não é (...)	crenças. Quanto muito ajuda a pessoa a auto questionar-se para perceber se aquela experiência faz sentido para si.
8. I: Ainda recebe pacientes que não sejam católicos de todo? P2: Sim... I: Estava a pensar... ao verem (parede com posters com informações sobre a religião), eles não questionam, não dizem nada?	Ao ver que o consultório de P2 está repleto de posters com informações sobre eventos religiosos, é perguntado a P2 se recebe clientes que não sejam católicos e qual a sua reação, ao que P2 responde que recebe e que reagem com naturalidade. O seu princípio é ser competente e cristã, independentemente da religião. Refere que ninguém vai ao seu consultório

P2: Não, aliás recebo, por exemplo, tenho um amigo evangélico, que vem cá muitas vezes e, tenho aqui uma imagem de Nossa Senhora, e ele não se importa (risos). De vez enquanto telefona-me a pedir ajuda para pessoas que ele conhece. Já sabes que o meu critério é ser competente e ser cristã... portanto, no fundo... não, as pessoas não se questionam.... Para já aqui ninguém vem por acaso, quer dizer, já aconteceu uma ou outra vez vir alguém.... Aqui há tempos veio um casal e foi engraçado.... Chamaram-me para falar com a filha porque era um casal que se tinha separado e tinha voltado a juntar-se e a filha mais velha não estava a reagir bem, então eu falei com a miúda, mas depois quis falar com eles e na conversa com eles fiquei a perceber que eles não eram casados, nunca tinham casado, mas aqui encontraram o sitio, o ambiente para me dizer que nunca fomos casados mas desta vez gostávamos de casar com tudo certinho... e se este fosse um ambiente mais acético, se calhar isto não tinha vindo à baila não é...por que carga de água é que eles haviam de dizer à psicóloga que queriam Deus na vida deles, portanto, eu acho que é uma coisa boa...	por acaso e quando tal aconteceu considera que até foi benéfico para o cliente pois pôde demonstrar a sua vontade em se aproximar de Deus.
9. I: Portanto... com certeza que já aconteceu ver que a religião ajudou alguém claramente, no processo terapêutico... (...) P2: Em casos de homossexualidade. Claramente...as pessoas quando vêm é porque não se sentem bem na religião, porque a religião não aceita a homossexualidade, o homossexual sim, mas a homossexualidade não, portanto nesses casos, claramente... I: E como? Como é que isso acaba por os ajudar em vez de, se calhar os afastar? P2: Porque procuram, quer dizer, eles percebem... às vezes vêm à procura de	Após ser questionada sobre os benefícios da religião no processo terapêutico, P2 indica que em casos de homossexualidade e aborto vê isso claramente porque desenvolvendo uma relação com Deus, surge a possibilidade de se sentirem perdoados, e é a certeza de serem perdoados por Deus que possibilita a evolução do processo terapêutico.

uma opinião de... tipo... um bocadinho mais livre... ah não, isso é o que diz a Igreja, você faz o que quer... mas eu não faço isso, portanto...é assim, e a pessoa decide o que quer.... Mas a relação com Deus ajuda porque não é uma relação abstrata, não é... é uma relação em que, principalmente na dimensão do perdão é extremamente importante, e isso acontece com todos os tipos de terapias, com todas as doenças, não é só com a homossexualidade e é muito visível neste trabalho que eu faço com mulheres que abortavam. Se não for a possibilidade de se sentirem perdoadas, se não for essa certeza, de serem perdoadas não encontram cura. I: E o facto de terem esta imagem de Deus que as perdoa, é isso que ... P2: O facto de elas terem a certeza que Deus perdoa. Porque há uma relação com Deus. E o facto... o que nós temos que trabalhar é aquilo que as impede que elas aceitem o perdão.	
10. Os psicólogos em geral dizem “tens que te perdoar a ti próprio” mas eu nunca utilizo essa expressão porque nós não nos perdoamos a nós próprios, o perdão é sempre o resultado de uma relação com o outro, é-nos dado, mas para nós o podermos acolher, tem que estar... objetivamente é dado o perdão mas depois muitas vezes não é aceite, não é acolhido e aí é que nós temos que trabalhar não é... se nós conseguirmos que a pessoa se sinta livre para acolher o perdão, o que é que é preciso normalmente, é que ela própria seja capaz de perdoar a outras pessoas...portanto trabalhamos isso, não é...e depois a pessoa acolhe e pronto... fica tudo bem, ou melhor... mas a vida é assim continuamente, destas coisa, não é... de ressentimentos que nós temos, de zangas por isto e por aquilo, portanto, o saber que há um... que a pessoa é verdadeiramente amada, que é verdadeiramente desejada por alguém, que	Para P2, o perdão não é algo que possamos dar a nós próprios, mas algo que vem de Deus. E como tal, o que tem que ser trabalhado é a capacidade da pessoa acolher o perdão, ajudando-a a ela própria ser capaz de perdoar a outras pessoas. O facto de saberem que têm alguém que os ama e desejou, também modifica a forma como a pessoa se vê a si própria e a forma como olha para os outros.

é fruto do amor de alguém, e que esse alguém tem por ela uma atenção tão grande que todos os cabelos da sua cabeça estão contados com certeza que modifica a forma como a própria pessoa se vê a si própria, não é... e como olha também para os outros, portanto, em todos os casos onde a religião é abordada, são casos em que é...é...este é o mecanismo, quer dizer...	
11. I: E nunca aconteceu o contrário? Por exemplo, que a religião estivesse a ser um impedimento para aquela pessoa conseguir... P2: Nunca. Nem imagino como é que isso poderia acontecer a não ser... I: Tendo uma relação negativa com Deus, a religião... P2: Exatamente, mas isso também se corrige, isso pode-se corrigir, não é... I: Mas já aconteceu? P2: Já, mas foi corrigindo-se, foi... por acaso era uma rapariga muito... ela era católica, praticante, mas percebia-se que havia ali um problema na relação com as outras pessoas que tinha a ver com a relação com Deus porque para ela a imagem de Deus era de um Deus muito castigador. Portanto, ela vivia sempre à defesa. E depois percebi que aquilo tinha a ver com o pai... portanto acabou por se resolver... Mas quer dizer, este não responde bem á ideia de que se não fosse a religião não se tinha resolvido, porque aí, não se adequa a essa pergunta mas... mas... I: Sim, mas até certo ponto era a religião que, era Deus que a estava a impedir... P2: Sim, exatamente, mas era uma visão errada de Deus (...)	Quando questionada sobre se alguma vez teve algum caso em que a religião fosse um impedimento para o processo terapêutico, P2 primeiramente responde que não, mas seguidamente recorda-se de um caso em que tal aconteceu. Explica que nesse exemplo, o que estava a impedir era a relação que a cliente tinha com Deus. Tinha uma visão de um Deus castigador o que fazia com que fosse muito defensiva nas suas relações com os outros. Mais tarde P2, veio a perceber que os problemas de relação desta cliente tinham a ver com o seu pai. P2 indica que o motivo para a religião estar a ser um impedimento para a evolução da terapia, era o facto de aquela cliente ter uma visão errada de Deus.
12. Estou-me a lembrar de um... era um problema de casal e eu a certa altura	Num outro caso, P2 recorda que recorreu às histórias da bíblia para ajudar um casal.

resolvi fazer o que fazia o Peter Damgaard Hansen, que disse... ele usava muito as histórias da bíblia para as pessoas se reverem na parábola e eu a certa altura fiz isso com uma pessoa também, a propósito do sim de Nossa Senhora, da resposta que Nossa Senhora deu à realidade, nem era tanto da relação com Deus mas fui buscar a história de Nossa Senhora para perceber que quando nós dizemos que aceitamos a realidade não é uma coisa teórica, é uma coisa que passa pela nossa carne, passa pela nossa vida, tem consequências na nossa vida e depois esmiuçando o exemplo de Nossa Senhora, quer dizer, aquilo, ela ao dizer que sim a Deus, disse que sim à circunstância, à vocação, à realidade dela e isso teve consequências nela, logo a primeira consequência foi a gravidez (risos), neste sentido, acaba por ser muito útil porque as pessoas realmente nem sempre pensam na religião desta maneira, portanto também acaba por ser educativo, de certa maneira....	Através da história de Nossa Senhora, tentou demonstrar que aceitar a realidade não é uma coisa teórica, mas que passa pela nossa carne e trás consequências. Deste modo conclui dizendo que é uma outra forma de a religião ajudar o cliente em terapia.
--	--

Participante 3 - Determinação das partes: Divisão das unidades de significado e transformação das unidades de significado em Expressões de Carácter Psicológico

Unidades de significado	Transformação das unidades de significado em Expressões de Carácter Psicológico
1. Investigador (I): Gostaria que me indicasse como é que ao longo da sua experiência clínica, tem lidado com as crenças religiosas dos seus clientes caso já tenham surgido em contexto terapêutico. Participante 3 (P3): Pois... portanto... nunca tive numa situação de psicoterapia ou psicanálise em que este problema se tivesse posto. Nunca apareceu ninguém com ... portanto, religioso e em que este problema se debatesse...	O P3 começa por indicar que nunca teve nenhum caso, em que as crenças religiosas do cliente surgissem ao longo da terapia.
2. Bem, então: Em relação à crença religiosa e à espiritualidade é evidente que a crença religiosa e a espiritualidade constituem uma dimensão importantíssima da cultura e da civilização, não é... portanto, a religião uma forma que a civilização, a cultura, o ser humano arranjou para se sentir mais seguro, para se sentir mais amparado devido à sua fragilidade, imaturidade e também para dar sentido à existência... exato, para dar um sentido à existência. I: No fundo é o que todos procuramos P3: Exato... Exatamente dar um sentido à existência, exato...	Contudo, dá o seu parecer quanto ao assunto da pergunta inicial. Declara que a religião e a espiritualidade são dimensões importantes do ser humano pois são formas que o homem arranjou para se sentir mais protegido e seguro e dar um sentido à sua existência.
3. depois, a... eu penso haver uma dicotomia entre a psicoterapia, o processo terapêutico, não é, e a religião. A psicoterapia é um questionamento, é um autoquestionamento não é... a pessoa chega com problemas, com uma insatisfação na vida, com várias insatisfações e procura uma ajuda para tentar superar essas dificuldades, que podem ser maiores ou menores, para ter uma vida mais realizada, mais tranquila, até para encontrar muitas vezes encontrar um sentido para a sua própria existência não é...,	Considera a religião distinta da psicoterapia pois esta última leva ao autoquestionamento para proporcionar uma vida melhor, mais realizada, mais tranquila e até para chegar ao sentido da própria existência.

4.e a religião não é isto. A religião é uma crença, um todo constituído que o sujeito não vai questionar, tende é seguir os mandamentos, por fé, não é, exato, portanto há aqui uma distinção que me parece absoluta.	Acredita que a religião é distinta da psicoterapia porque não leva o sujeito a questionar-se. É um conjunto de mandamentos, crenças e fé que as pessoas tendem a seguir sem questionar.
5. A.... A... mas, portanto, outro aspeto que me parece fundamental, é o psicoterapeuta, por princípio, deve respeitar a visão do mundo de cada um. A visão política, a visão do mundo a visão que ele tem, a religiosa, não é, portanto, não deve pôr em causa... por princípio, deve portanto, eticamente respeitar essa visão e as convicções do sujeito, não é...	Contudo, afirma que o psicoterapeuta deve respeitar a visão do mundo de cada um seja ela política, religiosa, etc. Eticamente, deve respeitar o cliente.
6. mas em certos aspetos, em certos casos, o terapeuta pode, em casos muito específicos, o terapeuta pode discutir religião com o sujeito. Principalmente em casos, por exemplo, em que os comportamentos religiosos põem em causa aspetos vitais da vida do sujeito. Por exemplo, imaginemos um sujeito que pertence a uma seita religiosa que preconiza, por exemplo, um suicídio coletivo, não é? O terapeuta ou psicanalista deve por isto em causa, não é... Por exemplo aspetos não tão extremados... o paciente pune-se e castiga-se por um sentimento de culpa, pecaminoso, devido a comportamentos considerados pecaminosos, vergonhosos, etc., não é... depois, outro.... O terapeuta pode pôr em causa isto não é?	Considera que em alguns casos específicos, em que os comportamentos religiosos coloquem em causa aspetos vitais da vida do sujeito, o terapeuta pode discutir com o cliente, as suas crenças religiosas.
7. Não será que o sujeito está a atribuir à religião e ao seu Deus, quando se obriga a castigar, a punição do seu superego? Não é... quando ele projeta para a religião...	P3 coloca a hipótese de estes atos de punição religiosa como uma projeção da punição do superego de cada um.
8. I: Sim... mas por exemplo, aí é só ajudar, por exemplo, a pessoa a questionar-se a ela própria sobre se aquele comportamento será realmente adequado ou levá-la mesmo a acreditar que deve abandonar aquele comportamento? Ou.... Simplesmente questionar não é... P3: é como eu lhe disse de início, a psicoterapia, ou a psicanálise é um	Quando questionado se a intenção do terapeuta será só levar o indivíduo a questionar-se ou a mudar/abandonar o seu quadro de crenças religiosas, P3 responde que a intenção é levar o sujeito a questionar-se sobre os seus sentimentos e comportamentos.

processo em que o sujeito se vai, com a ajuda do psicoterapeuta ou psicanalista, se vai Auto questionar e perguntar-se porque é que ela é assim de determinada coisas, sente determinadas coisas, sente-se obrigada a ter determinados comportamentos	
9. portanto, o sujeito, por exemplo pode dizer: a religião a que pertenço, e a Igreja Católica é o que diz, não é, obriga-nos ou é justificável um sofrimento, sofrer sozinho, quanto mais sofrimento melhor, porque só assim é que nós alcançamos a Graça Divina e o paraíso e o... não é... e o psicoterapeuta pode questionar isto não é... pode e deve, portanto aqui está-se a intrometer na religião, está a direcionar o sujeito, a ajudar o sujeito a pôr-se em causa a auto questionar-se. Aaa... quer dizer... fundamentalmente é isto, não é? Auto questionar não é...	Mais uma vez, P3 reforça a ideia de que quando a religião é vivida de forma negativa e disfuncional, deve-se direcionar o sujeito para o autoquestionamento.
10. É o imperativo que está subjacente à prática psicoterapêutica e que é o “conhece-te a ti mesmo” porque só te conhecendo a ti mesmo é que tu podes ter hipóteses de transformar ah... atitudes, comportamentos, pensamentos, sentimentos de modo a teres uma vida mais realizada e talvez mais tranquila e mais rica não é... é este o processo da psicoterapia não é...	P3 alega que só o sujeito se conhecendo, consegue mudar as suas atitudes, pensamentos, sentimentos, comportamentos, de modo a ter uma postura, perante a vida, mais adequada.
11. Por exemplo, em certos casos, entre um sujeito fazer uma psicoterapia ou uma confissão com o seu líder religioso, por vezes a confissão, para um sujeito religioso, é o melhor caminho que ele tem a seguir até porque a confissão de certo modo pode se ver como uma espécie de terapia, partilhar com outra pessoa, pôr em palavras e partilhar com outra pessoa o seu sofrimento não é... portanto... proporciona alívio psicológico... mais alguma questão?	P3 afirma que em alguns casos, para clientes religiosos, a confissão é o melhor caminho a seguir e pode ter o papel de terapia pois é um espaço onde também se partilha o sofrimento, proporcionando alívio psicológico.
12.I: Aaa... não. Basicamente era isso. Perceber um bocadinho como é que, apesar de nunca ter tido nenhum caso, o que é que o prof. Pensava sobre isso... P3: Não. Mas é esta a minha visão depois	P3 resume o que foi dito durante a entrevista realçando a importância do respeito pelo cliente e do autoquestionamento.

de ter refletido melhor... mas eu já lhe tinha comunicado... I: Sim, sim... P3: Portanto, por princípio o psicoterapeuta deve ter respeito pelas convicções religiosas ou políticas do seu paciente, agora, quando estas convicções políticas ou religiosas parecem interferir excessivamente no bem-estar do sujeito, o psicoterapeuta pode levar o sujeito a questionar-se.	
13. I: Sim, acontece muitas vezes as pessoas mais religiosas, nem sequer questionarem, não é, seguirem aquilo que a Igreja diz... P3: Exato, sem porem em causa, exato... aí está uma submissão, por exemplo, não é uma submissão ao pai ou à mãe, mas é uma submissão às figuras e aos preceitos religiosos.	Após intervenção do investigador, P3 refere que o ato de seguir as crenças sem se questionarem revela uma submissão às figuras e aos preceitos religiosos, semelhante à submissão à mãe e ao pai.

Participante 4 - Determinação das partes: Divisão das unidades de significado e transformação das unidades de significado em Expressões de Carácter Psicológico

Unidades de significado	Transformação das unidades de significado em Expressões de Carácter Psicológico
1. Investigador (I): Gostaria que me indicasse como é que ao longo da sua experiência clinica, tem lidado com as crenças religiosas dos seus clientes quando têm surgido em contexto terapêutico. Participante 4 (P4): Bom... é assim... eu em primeiro lugar devido à minha formação, não digo de base, mas toda a minha formação, na área da psicoterapia, a primeira coisa que eu lhe posso dizer relativamente a como é eu lido é com aquilo a que nós normalmente denominamos como uma abertura e um posicionamento de não juízo prévio. Supostamente as pessoas, pelo menos com formação na minha área, na clinica e e na intervenção psicoterapêutica em particular, procuramos adotar. Ou seja, posicionar-mo-nos com a pessoa, perante a pessoa, perante o outro de uma forma de... sem realizar juízos prévios. Portanto, independentemente do meu próprio posicionamento pessoal relativamente à questão que estamos aqui hoje a falar, que é a questão da religião, eu procuro, tento... ia dizer devo, estar com a outra pessoa de uma forma digamos, aberta.	P4 indica que a sua postura frente a um cliente religioso, é de abertura e de não juízo prévio. Independentemente da sua posição pessoal relativamente à Religião, procura estar com o outro de forma aberta.
2. E o que é que quer dizer esta abertura, duas questões: uma é nós estarmos recetivos ao outro tal como a pessoa se apresenta, quando eu digo apresenta, eu digo, o que é que a outra pessoa é em todas as suas variantes, em todas as suas dimensões de ser pessoa onde se inclui o seu sistema de crenças, digamos assim, incluindo as crenças religiosas. Portanto, o meu primeiro objetivo, não é... eu não tenho, digamos assim, uma grelha interpretativa que me leva a considerar a religião necessariamente como um fator de perturbação, por exemplo, ou como um	Explica que uma postura aberta significa estar recetivo ao outro tal como se apresenta, como é em todas as suas variantes e dimensões onde se inclui o seu sistema de crenças religiosas, para tentar compreender o sistema de significados da pessoa. Compreender o que é que significa para esse outro essa religião ou a maneira como se situa relativamente ao seu quadro religioso.

fator de... uma espécie de ópio do povo ou um dos ópios que o povo pode ter, não é essa a questão independentemente dos pensamentos e das reflexões que eu possa ter como pessoa não é... ou seja, na clínica o meu primeiro objetivo é: eu tenho que estar recetivo para tentar perceber qual é o sistema de crenças desta pessoa que está à minha frente. Este é o meu primeiro objetivo. E nesse sistema de crenças pode surgir, estou a dizer sistema de crenças porque eu acho que em linguagem psicológica é mais compreensível para nós, no fundo é um sistema de significados que as pessoas constroem, não é, e que esse é o meu primeiro objetivo, é tentar compreender. Portanto, eu tenho que tentar estar atento a esta abertura porque isto que eu lhe estou a dizer é o posicionamento teórico, não é, vamos dizer assim, e teórico-prático, portanto, isto é o que eu supostamente faço, procuro fazer, procuro estar na prática. Pode não acontecer porque podem haver reações tendo-me em conta a mim como pessoa, quem diz em relação à religião diz em relação a outros aspetos e portanto eu tenho que estar atento às reações emocionais, mais racionais, mais pré-reflexivas que eu possa ter em relação à pessoa que está à minha frente, não é... e este digamos que é o meu primeiro ponto de partida é: eu não sei o que é que significa para si, esse outro essa religião ou maneira como se situa relativamente ao seu quadro religioso e quero compreender, saber como é que é, como é que é para aquela pessoa em particular, por exemplo, se me falarem na religião A ou B ou C eu não sei o que é que isso quer dizer para aquela pessoa, quais são as dimensões do quadro religioso a que a pessoa dá mais, por exemplo, mais ênfase, de que modo é que dá como é que é importante, porque é que é importante... este é o primeiro ponto.	
3. O 2º ponto é tentar compreender depois de nós percebermos melhor esta fase final	Para P4, é importante compreender quais os significados que a pessoa tem, o que

que eu estava agora a dizer, não é, quais são os significados que a pessoa tem, o que é que ela valoriza mais, tentarmos perceber como é que esse mundo religioso tem expressão digamos assim através do mundo psicológico da pessoa...o que é que ela me diz, o que é que ela pode expressar sobre o mundo psicológico da pessoa. Não se trata de valorizar em termos de se é bom, se é mau se é adequado, se não é inadequado ou se é inadequado. É uma questão de tentar compreender qual é o tipo de impacto e o que é que isso pode dizer, não é? Mas o que é que isso pode dizer da estrutura... psicológica daquela pessoa, não é, e aí... é uma sequência natural da primeira, se quisermos, da primeira parte que eu lhe estava a referir, tentar compreender o que é que isso me pode dizer da pessoa e o que é que ela própria diz sobre isso. Isto assim em termos psicológicos são os dois grandes... os dois grandes objetivos. Portanto não tenho, em relação também a alguma coisa que referiu, não tenho <i>a priori</i>... dizer é muito religioso, é um problema é preciso ser curado, não é essa a abordagem, não é essa nem é outra, portanto é, não é outra no sentido de dizer ah ainda bem que é religioso e ainda bem que que tem uma estrutura, não, é... temos é que tentar compreender se as dimensões de cariz religioso, como é que elas se inerem, digamos, na existência da pessoa que está à minha frente, o que é que isso significa, não é, e essa é... digamos o meu posicionamento enquanto psicoterapeuta.	valoriza mais, e como é que o mundo religioso tem expressão através do seu mundo psicológico. Indica que não é sua pretensão classificar como bom ou mau o sistema de crenças do cliente mas sim compreender o que isso pode dizer sobre a sua estrutura psicológica.
4. I: Disse-me que já tinha alguns casos... P4: Já I: E será que me podia falar de algum deles? P4: Posso. Olhe posso-lhe falar de um ou dois. Um para lhe dar o exemplo que eu acho que não correu consoante as premissas que eu acabei de lhe referir e não correu, vou dizer assim, bem, porque	Após ser pedido um exemplo de um caso que reflita o que proferiu no seu discurso, P4 dá o exemplo de um caso que na sua opinião não correu bem porque, como indica, não teve capacidade de lidar com aspetos seus

na altura eu acho que não tive a capacidade como psicoterapeuta de lidar com aspetos que são sobretudo meus e da forma como a pessoa se estava a... a... posicionar enquanto pessoa, portanto que não... que é como ela se sentia bem, portanto, que era... estamos a falar de um homem, era um homem, dos seus 40 e tal anos 50as, portanto, tinha desenvolvido uma série de ataques de pânico, repentinamente que é, enfim... uma reação psicológica até muito comum mas que pode ser ao mesmo tempo muito dolorosa e a pessoa até me tinha sido reencaminhada por uma companhia de seguros, portanto, e era um líder religioso de uma Igreja e era uma pessoa muito ativa e que tinha muito, posso-lhe dizer, um posicionamento que foi sentido por mim como aquela pessoa que deve dizer aos outros, o que é que os outros devem fazer para viverem melhor, está a ver, portanto, de um lado interventivo ativo, mas essa atividade tinha por base a ideia de que, eu senti assim, eu, psicoterapeuta senti como, o seu líder, o seu papel de líder religioso tinha pelo menos implícito esta ideia de que eu sei o que é melhor para si, eu... e para você ter uma melhor vida deve fazer isto, isto e isto e isto é uma boa vida e isto é uma má vida. E eu do ponto de vista pessoal e até mesmo do ponto de vista técnico, tenho grandes dúvidas deste posicionamento, mas isso é a minha visão não a visão do outro, não é, e portanto, esta minha dificuldade de ter percebido isto no momento do processo, nós fizemos um processo, porque na altura era um processo terapêutico limitado no tempo, estava assumido que eram 12 consultas, mas porventura poderiam haver mais 12, está a ver, porque isto estava por uma companhia de seguros...	
5. e o balanço que eu faço, o balanço que eu faço, não é um balanço positivo desta intervenção terapêutica. Algumas questões que levaram lá a pessoa se calhar, ele poderá ter tido algum benefício da	P4 alega que a intervenção terapêutica poderia ter sido mais proveitosa caso tivesse percebido mais cedo que estes aspetos seus estavam a interferir no modo como conduziu a terapia.

intervenção, por exemplo, nomeadamente, a questão dos ataques de pânico, podem ter melhorado e tal, tudo bem... mas eu sinto que havia espaço para nós podermos continuar um trabalho terapêutico que não foi feito porque eu penso que a pessoa não sentiu que eu estava... não sentiu o elemento absolutamente crucial que é a confiança no psicoterapeuta, e eu acho que ele não sentiu confiança em mim porque eu não estive na relação de uma forma mais ativa como eu julgo que esta pessoa precisava. Está a ver, portanto, o que eu estou a querer dizer é isto: como eu me sentia algo constrangido e pouco identificado com aquele homem a maneira como eu fui estando, provavelmente na terapia, foi de me retrair mais, ser mais passivo, não é, quase como um contraponto áquilo que eu achava que ele era, um homem ativo que dizia aos outros como é que se vivia bem, então fui eu recuando na cadeira, percebe, fui estando mais passivo, mais silencioso, menos ativo, menos... provavelmente sem ter noção disso na altura, estava a tentar segurar-me por hipótese, com receio de poder estar a reagir em contraponto áquilo que aquele homem queria e penso que chegou a pedir-me: diga-me se devo fazer assim, se devo fazer assado, não é, pronto. Isto já lá vão uns anos e eu julgo com melhor reflexão que nós poderíamos, eu poderia ter tido um outro tipo de intervenção. Primeiro perceber melhor dos meus próprios aspetos que estavam claramente presentes na relação, naquela intervenção, e se eu tivesse feito esse movimento, de certeza que me poderia ter soltado para poder abordar esta pessoa de forma diferente e até abordar as questões de forma genuína, aberta, transparente porventura teria ajudado para desbloquear algo que partiu de mim fundamentalmente e não da pessoa, não é... pelo menos este é o entendimento que eu faço assim á luz exterior. E portanto, foi um exemplo, é um exemplo de um caso, repito, que eu não faço um balanço tão positivo da	Indica que apesar de considerar que a terapia poderá ter sido benéfica na questão dos ataques de pânico, sente que havia espaço para se continuar o trabalho terapêutico. Aponta a falta de confiança do cliente no terapeuta como um dos motivos para a terapia não ter evoluído. Considera que apesar de na teoria ter um posicionamento e uma visão daquilo que deve ser e fazer enquanto terapeuta, na prática, não conseguiu aceitar o sistema de crenças e de valores daquele cliente tal como lhe surgiu.
--	--

intervenção globalmente falando e eu acho que não pus em pratica aquilo que eu acabei de lhe dizer lá mais no início da nossa conversa, está a ver, portanto, o espirito de abertura, essa capacidade de aceitar o sistema de crenças e de valores do outro tal como surge a... quer dizer, teoricamente eu fui com esse espirito, percebe, eu acho é que na prática isso não aconteceu e portanto é um exemplo que eu gostava de dar porque é um exemplo em que é preciso às vezes ter atenção porque, por várias razões, quer dizer, uma coisa é aquilo que nós temos racionalmente e que temos os nossos modelos teóricos, outra coisa é viver a relação com as pessoas e é aí, no espaço de vivencia com o outro onde tudo verdadeiramente acontece, não é, e portanto esse é um exemplo claro, para mim, de não adaptação ao outro. Este é um caso.	
6. Outro caso aaa.... Talvez diferente... tenho tido vários casos onde as pessoas trazem o seu sistema de valores, não é... em Portugal, como calcula, não é nada incomum as pessoas trazerem um sistema mais católico, não é... quer dizer, eu acho que são valores, para já não são valores.... Valores e dimensões, não estou apenas a falar de valores, estou até a falar de vivências, por exemplo, as pessoas vivem... por exemplo, a confrontação das pessoas com a questão da morte, os processos de luto, as questões da culpa, uma angústia muitas vezes associada a situações de culpa, quer dizer...	P4 indica que tem recebido vários casos de clientes com um sistema de valores religioso, até porque em Portugal, considera que é algo muito comum. Refere que este sistema de valores, não são apenas valores mas sim vivências, porque as pessoas vivem questões como a morte, processos de luto, culpa, angustia, etc.
7. e.... tenho tido vários casos, onde....onde... e aí sim, eu acho que já está mais em funcionamento aquilo que eu lhe dizia no início da nossa conversa, ou seja, não é, por exemplo, imagine, se uma situação de culpabilidade surge em razão do sistema de crenças do sujeito religioso, portanto, é uma chatice você tem é que mudar o seu sistema de valores porque...ou tem que mudar de religião. Não é essa a questão está a ver... para mim o trabalho psicoterapêutico não passa	Indica que já teve outros casos em que aplicou aquilo que acredita ser o mais correto, abertura e recetividade ao outro. Dá o exemplo de casos em que o cliente surge com o sentimento de culpa associado ao seu sistema de crenças religiosas, em que o seu objetivo é compreender de onde vem a culpa, como é que o cliente a vive, e o porquê de a viver daquele modo.

por aí, portanto, tem que ver um bocadinho mais com aquilo que eu lhe estava a dizer anteriormente, é... vamos lá ver que culpa é essa, como é que está a viver, e a culpabilidade está associada a quê e porque é que está a viver desse modo e primeiro, ajudar a pessoa a identificar, porque muitas vezes eu acho que as pessoas vivem estas, têm estas vivências sem terem consciência delas, sem terem uma, enfim, se quisermos, uma consciencialização e uma reflexividade sobre as suas próprias emoções, sobre as suas próprias vivências e, portanto, num primeiro passo, muitas vezes passa primeiro por ajudar as pessoas a identificar, a explorar e aprofundar o significado dessas experiências e desses significados, passo a redundância, e depois pôr as pessoas, digamos assim, naquilo que É a teoria da... da teoria que é transteórica e que não tem que ver com nenhum modelo teórico específico que é por as pessoas numa fase mais de contemplação sobre ela própria e sobre o seu sistema de valores e de crenças e ver o que é que faz mais sentido a pessoa poder adaptar, ajustar ou esse sistema, ou se quisermos o seu modo psicológico e o comportamento, mas portanto o meu objetivo não é dizer assim, imagine, porque tem a religião A está a ter como impacto imediato X, uma maior dose de culpabilidade, então temos que mudar o sistema... não é isso. Não passa por aí. E é aqui a nossa intervenção passa muito primeiro por uma fase, se quiser, mais descritiva, portanto, tentar compreender, trazer as pessoas para um nível de maior consciencialização. Eu acho que só isso ajuda muito... acho não, vemos as pessoas a poder... não é necessariamente a mudar, transformar logo, num sentido mais profundo do termo, psicoterapeuticamente falando, mas é ajudar a identificar não é, e isso por si só tem impactos muitas vezes positivos para as pessoas.	Como indica, pretende primeiro que a pessoa tome consciência daquilo que está a viver e reflita sobre isso. Ajudar a identificar, explorar e aprofundar o significado das suas experiências e não mudar ou transformar o seu sistema de crenças.
8. I: Uma das coisas que eu pensei ao começar a ler sobre este assunto foi, se a	Ao ser colocada a questão se a Religião seria promotora da saúde mental ou não,

religião seria promotora, digamos assim, da saúde mental ou o contrário, não sei se o P4 tem alguma noção sobre.... P4: É uma boa questão...eu acho que pode ser ambas. Porque é assim... eu acho que pode ser ambas...quer dizer... eu acho é que depois a nossa vida, a maneira como nós vamos desenvolvendo a nossa vida, o nosso mundo psicológico, é tão complexo e cruza tantas dimensões que nós podemos ter uma pessoa que tem, imagine, uma educação religiosa, eu vou dizer assim apesar de... e digamos que.... Equilibrada, em que as pessoas têm os seus valores, têm a sua religião, têm o seu diálogo com Deus, o seu posicionamento perante a morte, os seus valores que os conduzem na vida, não é, e a religião pode ser neste sentido, estruturante. Porque dá significado à pessoa, não é, dá sobretudo porque dá significado à pessoa, dá-lhes uma estrutura, dá-lhes uma baliza porque precisamos que as coisas nos façam sentido. Todos nós precisamos que as coisas nos façam sentido e todos nós construímos redes de significado que nos permitem andar neste mundo, não é... uns arranjam mais por uma forma, outros por outras, alguns de nós arranjam também através de sistemas religiosos. Portanto, se calhar isto tem um bocadinho que ver com conta e medida não é...eu acredito que nós podemos ter uma estrutura psicológica equilibrada, e quando eu digo isto, estou a dizer assim, quando nos sentimos bem connosco próprios, quando nos sentimos livres de fazer a nossa vida e quando estamos bem, genericamente bem, nas nossas relações interpessoais e ter uma religião, uma estrutura religiosa que nos dê um enquadramento ou que seja parte do nosso enquadramento na vida e que isso seja estruturante. Acho também que pode acontecer que a religião possa ser vivida, e não a religião em si própria que causa isso não é, mas pode ser incutida, pode ser elaborada, pode ser desenvolvida por alguns de nós de uma forma que em	P4 responde que pode ser ambas as coisas. Por um lado pode ser estruturante, na medida em que concede significado e sentido à vida mas por outro pode ser vivida de forma exagerada e levar a uma radicalização de posturas e comportamentos que se traduzam num mau estar e sofrimento psicológico.
---	---

vez de nos trazer um enquadramento e uma estrutura, como eu dizia, equilibrada, não é, leva-nos porventura ao sofrimento, ao exagero, a uma radicalização de argumentos ou de posturas que, podem trazer, lá está, um sofrimento e um mau estar ao próprio e a terceiros, portanto, não me parece que seja uma resposta de linha única não é, de dizer assim, olhe se é religioso é uma pessoa perturbada ou se é religioso é uma pessoa equilibrada, depende muito de diferentes variáveis e a religião pode ser (...) portanto depende muito da maneira como nós estamos perante os fenómenos, perante as coisas.	
9. I: E será que se lembra, ou teve algum caso que seja um exemplo, digamos, dessas duas vertentes. Em que a religião tenha sido realmente um ponto fundamental para o processo, não sei se podemos dizer processo de cura, enfim, mas para o processo terapêutico daquela pessoa e o contrário, portanto, em que claramente tenha prejudicado e atrasado, se calhar, diria eu... P4: Vamos lá a ver... eu, o exemplo que eu... o primeiro exemplo que eu lhe dei, é um exemplo de um caso onde a re.... Quer dizer não foi por causa da pessoa que o seu sistema, a sua religião prejudicou o processo terapêutico, se prejudicou, não foi pela pessoa foi por mim, psicoterapeuta... I: Peço desculpa de o interromper. Falou-me que esse cliente tinha ataques de pânico, não era? E isso era gerado pelas crenças dele ou não tinha nada a ver com... P4: Não é assim, não... não podemos falar, creio eu, de uma relação causa-efeito, está a ver, a pessoa tinha ataques de pânico porque tinha um sistema religioso X ou Y ou com esta ou aquela particularidade. Acho que tem a ver com a globalidade, lá está, da estrutura psicológica onde se insere as crenças religiosas que por sua vez, podem, porventura, contribuir em	Quando questionado sobre exemplos de casos onde fosse visível que a Religião foi fundamental para o sucesso ou insucesso do processo terapêutico do cliente, P4 indica que no exemplo que acima deu, a Religião prejudicou o processo terapêutico. Não por culpa do cliente, mas por culpa do psicoterapeuta que não conseguiu lidar com os seus próprios aspetos pessoais e opiniões sobre este tema, a Religião. Para tentar perceber o impacto da vivência Religiosa nas dificuldades sentidas pelo cliente, foi questionado se esta teria sido a geradora dos sintomas de sofrimento psicológico, os ataques de pânico. Ao que P4 responde que não pode relacionar diretamente uma coisa com a outra. Indica que a Religião pode de facto influenciar de forma negativa tendo em conta a estrutura psicológica do cliente.

parte, mas para isso nós temos que ir... por isso é que a mim faz-me sentido falar de rede de significados, mas não numa causa direta, de dizer assim, olha a pessoa tem esta religião ou tem esta crença religiosa, isto há-de remeter para, não, porque normalmente as coisas são mais complexas do que isto, a vida das pessoas são... agora o que me parece é que sim pode contribuir (...) tem muito que ver com a maneira que uma pessoa está a viver isso.	
10. Portanto, o nosso objetivo na intervenção terapêutica, a não ser que tal se justifique, por próprio pedido do sujeito, ou pelo próprio desenvolvimento das reflexões que façamos em conjunto e daquilo que a pessoa disser, o nosso objetivo não é, vamos lá, mudar a religião, ou as crenças religiosas para, isso pode acontecer mas é por via de transformação do fluxo do processo terapêutico e não previamente o terapeuta estabelecer o objetivo que é isso que tem que se fazer para supostamente a pessoa passar para um melhor bem-estar, não é, porque lá está, penso que não deve ser esse o princípio. O princípio, por exemplo, pode ser muito mais do ajustamento do que é que está a acontecer a pessoa, por exemplo sofrer, ou está menos bem psicologicamente, o ajustamento daquilo que é a vivência com o seu próprio sistema de valores, não é, esse ajustamento em determinadas situações pode levar à própria transformação do sistema de valores, ok, a pessoa por vezes pode mudar isso, sendo que isso não é, julgo eu, um objetivo predefinido por um terapeuta. Por outras vezes não há uma mudança de sistema, de valores, há mudança de, se quiser, estar, forma de estar e da maneira como há um entendimento de significado relativamente às escolhas, ao seu próprio sistema, ao seu próprio comportamento, o seu próprio sentir, não é, e portanto muitas vezes o sistema de crenças religioso, ajuda no	P4 alega que o objetivo de terapeuta não deve ser, <i>a priori</i>, mudar a Religião do cliente. Caso tal aconteça, deve ser a pedido do próprio cliente ou por via de transformação do fluxo do processo terapêutico. Na opinião de P4, é mais aceitável ajustar o acontecimento presente ao próprio sistema de valores do cliente o que pode provocar, em determinadas situações a própria transformação do sistema de valores ou então uma mudança na forma como há um entendimento de significado relativamente às escolhas, ao próprio sistema, ao comportamento, ao sentir, etc.

processo terapêutico.	
12. Mas nós podemos compreender porque é que a pessoa não está tão bem ou porque é que pode vir a estar melhor, ou porque é que está a viver as coisas do modo que está a viver. Ajuda a compreender, não é...sei lá... às vezes as pessoas podem... dou-lhe um exemplo... lembro-me de uma pessoa contar um sonho, atendendo, lá está, às suas crenças religiosas, era-lhe muito estranho. Era um sonho que lhe trazia angústia e preocupação, nós por vezes já sentimos isso nos sonhos, não é, e portanto, esta pessoa até demonstrava o seu incômodo, não é, e à luz do seu quadro de valores religioso este sonho poderia parecer ou poderia ser, digamos assim, terrível. Procurando explorar significados, para que possam estar presentes naquele sonho, tendo em atenção a história de vida da pessoa, o próprio processo terapêutico, coisas que ela já tinha partilhado connosco, o sonho se calhar tem uma outra dimensão, passou a ter uma outra dimensão, no espaço terapêutico e para a própria pessoa poder compreender, ah ok, isto pode significar isto e aquilo, para mim isto pode ter a ver com estas minhas preocupações. Portanto, isto é um exemplo de como é que, sem dizer que o sistema de valores da pessoa, sem dizer que o sistema está errado, podemos construir em conjunto novos significados, interpretando, neste caso um sonho que permita à pessoa compreender outros significados que o sonho pode ter para ele próprio e para a sua existência e como isso ajudar a pessoa, está a ver?	P4 considera que o terapeuta deve ajudar o cliente a compreender porque é que não está bem, ou porque é que está a viver as coisas de determinada maneira. Dá o exemplo do caso de um cliente que teve um sonho, que devido às suas crenças religiosas, o considerou como muito estranho. Fê-lo ficar angustiado e preocupado, contudo, na terapia, em conjunto, foi possível explorar significados, tendo em conta a história de vida do cliente e interpretando o sonho foi possível o cliente compreender outros significados que o sonho poderia ter para ele, sem dizer que o seu sistema de crenças estava errado.
13. (...) Quando as pessoas estão em sofrimento e precisam fazer um processo psicológico, processo psicoterapêutico, as pessoas querem mudar, mas ao mesmo tempo a mudança é assustadora e portanto, nós podemos estar em sofrimento, sim senhor, e podemos querer sentirmo-nos bem, mas genericamente nós somos seres que procuramos equilíbrio,	P4 indica que quando as pessoas se encontram em sofrimento, procuram a mudança, contudo, essa mudança pode significar apenas a procura de equilíbrio. Todas as pessoas gostam de ter o seu espaço de conforto, ter aquilo que conhecem e que as faz sentir bem e, por isso, uma mudança pode ser assustadora. Como tal, o outro tem que ser sempre

estamos a fazer isso ao longo da nossa vida mas às vezes as mudanças também assustam, nós gostamos de ter o nosso espaço de conforto, aquilo que nós conhecemos, aquilo que nos faz sentir, na maneira como fomos agindo durante a vida, e nos situamos não é, portanto, penso que para as pessoas uma eventual mudança tem que ser sempre respeitada e a terapia tem que ser sempre algo que vai muito par a par com o outro e nunca tendo como predefinição, agora mudar o sistema de crenças religioso do outro.	muito respeitado.
--	--------------------------