



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAEMA – UNIFAEMA

**LILIAN MARIA SULZBACHER
VALDINEIA MARTA ALVES DOS SANTOS FERREIRA**

**VISÃO DA ESPIRITUALIDADE PELA PSICOLOGIA: Contribuições da teoria e prática
Humanista e Gestalt-terapia**

**ARIQUEMES – RO
2024**

**LILIAN MARIA SULZBACHER
VALDINEIA MARTA ALVES DOS SANTOS FERREIRA**

**VISÃO DA ESPIRITUALIDADE PELA PSICOLOGIA: Contribuições da teoria e prática
Humanista e Gestalt-terapia**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Psicologia do Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA como pré-requisito para obtenção do título de bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof. Dra. Luciane de Andrade de Melo.

ARIQUEMES – RO

2024

FICHA CATALOGRÁFICA
Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

S949v Sulzbacher, Lilian Maria.

Visão da espiritualidade pela psicologia: contribuições da teoria e prática humanista e Gestalt-terapia. / Lilian Maria Sulzbacher, Valdineia Marta Alves dos Santos Ferreira. Ariquemes, RO: Centro Universitário Faema – UNIFAEMA, 2024.
48 f.

Orientadora: Profa. Dra. Luciane de Andrade de Melo.
Trabalho de Conclusão de Curso – Bacharelado em Psicologia – Centro Universitário Faema – UNIFAEMA, Ariquemes/RO, 2024.

1. Espiritualidade. 2. Religiosidade. 3. Humanismo. 4. Gestalt-terapia e Psicologia. I. Título. II. Ferreira, Valdineia Marta Alves dos Santos. III. Melo, Luciane de Andrade de.

CDD 150

Bibliotecária Responsável
Isabelle da Silva Souza
CRB 1148/11

**LILIAN MARIA SULZBACHER
VALDINEIA MARTA ALVES DOS SANTOS FERREIRA**

**VISÃO DA ESPIRITUALIDADE PELA PSICOLOGIA: Contribuições da teoria e prática
Humanista e Gestalt-terapia**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Psicologia do Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA como pré-requisito para obtenção do título de bacharel em Psicologia.

Orientadora: Prof. Dra. Luciane de Andrade de Melo.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dra. Luciane de Andrade de Melo.
Instituição

Prof. Dra. Yesica Nunez Pumariega
Instituição

Prof. Esp. Katiuscia Carvalho de Santana
Instituição

**ARIQUEMES – RO
2024**

*Dedicamos este trabalho aos
nossos pais, familiares e amigos,
que nos apoiaram e incentivaram
a seguir em frente com nossos
objetivos.*

Espero que doravante, mesmo quando eu não mais estiver aqui, as pessoas no poder possam demonstrar criatividade, coragem e liderança. Que elas se disponham a enfrentar o desafio do desenvolvimento sustentável e ajam não em interesse próprio, mas em prol do bem comum.

Stephen Hawking.

RESUMO

O tema da espiritualidade e sua relação com a psicologia tem sido objeto de crescente interesse e pesquisa nos últimos anos. A visão da espiritualidade pela psicologia aborda como aspectos da vida espiritual e religiosa podem influenciar o bem-estar mental e emocional das pessoas. O objetivo desta revisão bibliográfica foi analisar a visão da espiritualidade pela psicologia, buscando compreender as contribuições das perspectivas teóricas e práticas clínicas das abordagens Humanista e Gestalt-terapia e implicações para a saúde mental e bem-estar. A metodologia é exploratória e qualitativa com revisão bibliográfica abrangendo uma ampla gama de fontes, incluindo artigos científicos, livros e teses relacionados à interseção entre espiritualidade e psicologia. Foram consideradas diversas abordagens teóricas, modelos de intervenção, aspectos culturais e impactos na saúde mental. Os resultados apontam para a influência positiva da espiritualidade no bem-estar psicológico, destacam também a necessidade de maior integração e compreensão da diversidade cultural e filosófica a respeito do tema, bem como o desenvolvimento de modelos teóricos e práticos mais abrangentes. A visão da espiritualidade pela psicologia representa uma abordagem holística que reconhece a importância da espiritualidade na compreensão do desenvolvimento e da saúde mental do ser humano.

Palavras-chave: Espiritualidade, Religiosidade, Humanismo, Gestalt-terapia e Psicologia.

ABSTRACT

The topic of spirituality and its relationship with psychology has been the subject of increasing interest and research in recent years. Psychology's view of spirituality addresses how aspects of spiritual and religious life can influence people's mental and emotional well-being. The objective of this literature review was to analyze psychology's view of spirituality, seeking to understand the contributions of theoretical perspectives and clinical practices of Humanist and Gestalt-therapy approaches and implications for mental health and well-being. The methodology is exploratory and qualitative with a bibliographic review covering a wide range of sources, including scientific articles, books and theses related to the intersection between spirituality and psychology. Various theoretical approaches, intervention models, cultural aspects and impacts on mental health were considered. The results point to the positive influence of spirituality on psychological well-being, and also highlight the need for greater integration and understanding of cultural and philosophical diversity regarding the topic, as well as the development of more comprehensive theoretical and practical models. Psychology's view of spirituality represents a holistic approach that recognizes the importance of spirituality in understanding human development and mental health

Keywords: Spirituality, Religiosity, Humanism, Gestalt therapy and Psychology

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	10
1.1. JUSTIFICATIVA	13
1.2. OBJETIVOS	14
1.2.1. Geral.....	14
1.2.2. Específicos.....	14
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	15
2.1. Contextualização da Espiritualidade.....	15
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	17
4. FENÔMENOS MISTICOS.....	18
5. DEFINIÇÃO E CONCEITO	19
5.1. Conhecimento Religioso	19
5.2. Religiosidade.....	20
5.3. Espiritualidade.....	25
5.4. Religião	27
6. RELAÇÃO DO METODO DA ABORDAGEM HUMANISTA e GESTALT TERAPIA COM A ESPIRITUALIDADE	29
7. VISÃO DA ESPIRITUALIDADE NAS SEGUINTE ABORDAGENS: HUMANISTA E GESTALTE-TERAPIA.....	35
7.1. Humanismo	35
7.2. Gestalt-Terapia.....	38
8. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	42
9. BIBLIOGRAFIA.....	45
10. ANEXO.....	48

1. INTRODUÇÃO

A visão da espiritualidade pela psicologia tem sido objeto de interesse e pesquisa há décadas, e vem ganhando destaque nas discussões sobre o bem-estar psicológico, o tratamento de questões existenciais e a compreensão holística do ser humano. A espiritualidade é frequentemente definida como a busca de significado e propósito, a conexão com algo maior do que nós mesmos e a crença em valores transcendentais. A psicologia, por sua vez, tem evoluído para incluir uma abordagem mais ampla que reconheça a importância da espiritualidade na vida das pessoas e em sua saúde mental. (Moreira-Almeida & Lucchetti, 2016; Nascimento & Caldas, 2020).

Desde o surgimento da psicologia como ciência, que remonta a mais de 200 anos, a visão da espiritualidade nem sempre foi contemplada e valorizada. No entanto, pesquisas e estudos recentes têm mostrado a relevância dessa dimensão na promoção do bem-estar psicológico, emocional e espiritual das pessoas. (Jung, 2015; Moreira-Almeida, 2010).

A partir das diferentes abordagens psicológicas, como a Psicanálise, que tem a questão da religião como um dos temas centrais, o Humanismo, que valoriza a expressão da espiritualidade como um processo natural da pessoa, a Psicologia Junguiana, que considera a busca por um sentido mais amplo na vida e a TCC, que incorpora a espiritualidade como um possível recurso durante a terapia, a visão da espiritualidade pela psicologia é estudada e abordada de maneiras distintas (Hycner, 1995; Safra, 2004; Lima Neto, 2013).

Dentro desse contexto, a psicologia tem adotado mecanismos para explorar como a espiritualidade pode influenciar a saúde mental, o enfrentamento de situações estressantes, a resiliência e a qualidade de vida. Além disso, há uma preocupação em compreender como a espiritualidade pode ser integrada em práticas psicoterapêuticas, como um recurso para o desenvolvimento pessoal e o alívio do sofrimento psicológico (Amatuzzi, 2005; Souza, Carvalho, & Scorsolini-Comin, 2020).

A abordagem da espiritualidade pela psicologia varia, podendo incluir desde a pesquisa acadêmica sobre o impacto da espiritualidade na saúde mental, até a incorporação de práticas e intervenções espirituais em contextos de psicoterapia. Também é importante ressaltar que a visão da espiritualidade pela psicologia

reconhece a diversidade de crenças e práticas espirituais, promovendo uma abordagem inclusiva e respeitosa em relação a diferentes tradições religiosas e espirituais (Crema, 2002; Catré et al., 2016).

A adoção desse método representa uma abordagem que valoriza a dimensão espiritual do ser humano como um aspecto relevante para a compreensão e promoção da saúde mental, significado e bem-estar psicológico. Apresenta-se como de suma importância, pois reconhece que a dimensão espiritual faz parte da experiência humana e pode desempenhar um papel significativo no bem-estar psicológico e emocional das pessoas. Ao considerar a espiritualidade como um aspecto relevante, a psicologia amplia seu escopo de atuação e proporciona uma compreensão mais completa do ser humano.

Uma das principais razões para a psicologia abordar a espiritualidade é que ela frequentemente está profundamente conectada ao sentido e propósito da vida. A busca de significado e propósito é uma necessidade fundamental para muitas pessoas, e a falta dessa conexão pode levar a um sentimento de vazio, desesperança e falta de direção. Portanto, ao incluir a espiritualidade em sua abordagem, a psicologia pode ajudar as pessoas a explorar e encontrar um sentido mais profundo em suas vidas, promovendo assim um maior bem-estar psicológico e emocional (Leloup & Boff, 2002; Delacroix, 2008).

Além disso, muitas questões humanas transcendentais, como lidar com a morte, a dor, a perda e o sofrimento, estão intrinsecamente relacionadas à espiritualidade. A abordagem da espiritualidade pela psicologia permite que os profissionais ajudem os indivíduos a enfrentarem essas questões existenciais de forma mais saudável e adaptativa. Também pode fornecer recursos internos, como esperança, resiliência e gratidão, que ajudam as pessoas a lidar com adversidades e a encontrar significado nessas experiências desafiadoras (Henning-Geronasso & Moré, 2015; Scorsolini-Comin, 2015).

Neste sentido, a abordagem da espiritualidade pela psicologia é importante porque reconhece a importância da busca de significado, propósito e conexão com algo maior na vida das pessoas. Ela permite uma compreensão mais rica e abrangente do ser humano, oferecendo recursos para a promoção do bem-estar psicológico e emocional, além de contribuir para uma prática clínica mais inclusiva e holística.

A espiritualidade, entendida como a busca humana por significado e propósito, transcendendo a realidade imediata e conectando-se com algo maior, tem se mostrado cada vez mais relevante para a promoção da saúde integral. A psicologia, que tradicionalmente se concentra em aspectos cognitivos e emocionais, vem reconhecendo a espiritualidade como uma dimensão essencial para o bem-estar do indivíduo. Nesse sentido, a Organização Mundial da Saúde (OMS) considera a espiritualidade como parte fundamental do bem-estar, ao lado das dimensões físicas, psíquicas e sociais.

Estudos recentes apontam que a espiritualidade pode ser um recurso importante para o autoconhecimento e para a promoção de uma saúde integral, oferecendo suporte no enfrentamento de questões existenciais e crises de sentido, além de contribuir para a qualidade de vida. A inclusão dessa dimensão na psicologia amplia o entendimento sobre a saúde mental, possibilitando uma abordagem mais completa e integrada da experiência humana.

A pesquisa desenvolvida sobre a visão da psicologia nas abordagens Humanista e Gestalt, indicaram uma interconexão significativa entre espiritualidade e bem-estar psicológico. Da análise das fontes revisadas revelou que a espiritualidade desempenha um papel importante na promoção da saúde mental, influenciando positivamente o enfrentamento de situações de estresse, o aumento da resiliência e a melhora na qualidade de vida.

Estudos demonstram que a espiritualidade pode atuar como um fator protetivo contra os efeitos do estresse, ajudando indivíduos a encontrar significado em situações adversas (Moreira-Almeida & Lucchetti, 2016; Henning-Geronasso & Moré, 2015). Além disso, a prática espiritual fornece aos indivíduos um senso de propósito, funcionando como um recurso psicológico interno valioso para lidar com crises emocionais e questões existenciais (Catré et al., 2016).

Foi possível identificar que para a Psicologia Humanista e Gestalt, ambas as abordagens teóricas têm explorado o impacto da espiritualidade sob várias perspectivas, incluindo sua aplicação em contextos psicoterapêuticos. A integração da espiritualidade na prática clínica é descrita como uma estratégia eficaz para oferecer suporte emocional e terapêutico, especialmente em casos de sofrimento psicológico associados a temas como perda, dor e morte (Lima Neto, 2013; Costa et al., 2020).

Esta abordagem é respaldada pela ideia de que a espiritualidade pode enriquecer a experiência terapêutica, proporcionando um espaço para discussões sobre crenças e valores que são centrais para os pacientes.

Além disso, a literatura destaca a necessidade de desenvolver modelos teóricos e práticos mais abrangentes que considerem a diversidade cultural e filosófica das práticas espirituais. A pluralidade de tradições religiosas e espirituais deve ser respeitada na prática clínica, permitindo que os profissionais de psicologia ofereçam um cuidado mais centrado no indivíduo (Safra, 2004; Nascimento & Caldas, 2020). A análise sugere que a integração da espiritualidade nas abordagens terapêuticas contribui para a criação de um ambiente mais inclusivo, onde os pacientes se sentem valorizados e respeitados em suas crenças e experiências pessoais.

Outro aspecto importante apontado pelos estudos é o papel da espiritualidade na criação de um ambiente terapêutico mais inclusivo, respeitando a pluralidade de tradições religiosas e espirituais. A análise sugere que profissionais de psicologia que integram a espiritualidade em suas abordagens conseguem oferecer um cuidado mais centrado no indivíduo, promovendo uma visão holística que abarca tanto os aspectos emocionais quanto espirituais dos pacientes (Hycner, 1995; Welwood, 2003). Tal integração contribui para uma compreensão mais ampla do ser humano, abordando não apenas a saúde mental, mas também as necessidades espirituais, que impactam diretamente o bem-estar geral (Amatuzzi, 2005).

1.1. JUSTIFICATIVA

A abordagem da espiritualidade pela psicologia para este trabalho de conclusão de curso justifica-se pela relevância crescente que a espiritualidade tem adquirido nas discussões sobre o bem-estar psicológico e a saúde mental. A psicologia, tradicionalmente focada em aspectos cognitivos e emocionais, tem se expandido para incluir dimensões existenciais e espirituais, reconhecendo que a busca de significado e propósito, bem como a conexão com algo maior, são aspectos essenciais da experiência humana.

Estudos recentes têm mostrado que a espiritualidade pode atuar como um recurso importante na promoção da resiliência, no enfrentamento de adversidades e na melhora da qualidade de vida, especialmente em situações de crise ou sofrimento. A exclusão dessa dimensão pode limitar a compreensão do indivíduo em sua totalidade, visto que muitas pessoas recorrem às suas crenças e práticas espirituais como forma de lidar com a dor, a perda, a morte e outros desafios existenciais.

A inclusão da espiritualidade nas práticas psicológicas e psicoterapêuticas também promove uma abordagem mais inclusiva e sensível às diversas crenças e tradições religiosas, respeitando a pluralidade cultural da sociedade. Ao incorporar a espiritualidade, a psicologia amplia seu campo de atuação, oferecendo intervenções mais personalizadas e eficazes para aqueles que encontram na espiritualidade um recurso importante para o desenvolvimento pessoal e o alívio do sofrimento.

Assim, este trabalho busca explorar e demonstrar como a espiritualidade pode ser integrada à psicologia de maneira a promover uma compreensão mais holística do ser humano, contribuindo para a promoção do bem-estar psicológico e emocional, e para a construção de práticas clínicas mais completas e sensíveis às necessidades existenciais dos indivíduos.

1.2. OBJETIVOS

1.2.1. Geral

O objetivo geral deste trabalho é compreender como a espiritualidade é abordada e utilizada pelas vertentes da psicologia Humanista e Gestalt-Terapia.

1.2.2. Específicos

- Analisar a relação entre Espiritualidade e Psicologia;
- Verificar como a Espiritualidade é contemplada na teoria e prática Humanista e Gestalt-terapia;
- Compreender o papel da espiritualidade na busca pelo sentido da vida e no bem-estar psicológico e emocional;

- Identificar as contribuições da visão da espiritualidade pela psicologia, para o autoconhecimento e para a promoção do bem-estar integral do indivíduo;
- Favorecer a oferta de um cuidado abrangente, alinhado às necessidades existenciais e emocionais dos indivíduos.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1. Contextualização da espiritualidade

A espiritualidade é uma dimensão fundamental da vida humana que, ao longo dos anos, tem recebido cada vez mais atenção por parte da psicologia. Essa abordagem tem buscado compreender e contemplar a espiritualidade como um aspecto inseparável da saúde integral do indivíduo. No geral, a espiritualidade busca a conexão com algo maior que si próprio e se fundamenta em questões como o autoconhecimento, a empatia, o altruísmo e a compaixão.

Sobre a espiritualidade (Vasconcelos, 2011), descreve que:

A espiritualidade é como o amálgama de emoções positivas que nos une aos outros seres humanos e à nossa experiência com o divino, como quer que o concebamos, ela tem uma profunda basepsicobiológica, uma realidade arraigada nas emoções humanas positivas que precisa ser mais bem compreendida. Amor, esperança, alegria, perdão, compaixão, fé, reverência e gratidão, são as emoções positivas espiritualmente importantes religiosas na melhoria da saúde física e mental.

A psicologia, por sua vez, busca compreender o funcionamento da mente humana, suas emoções e comportamentos, e tem explorado a espiritualidade como uma dimensão adicional que pode ser explorada na abordagem clínica. A espiritualidade pode ser observada como uma constante antropológica que se manifesta de múltiplas formas na história, variando de acordo com especificidades locais e culturais, mas que, no geral, são práticas ou fenômenos que traçam as questões existenciais como a natureza da consciência, a relação com o sagrado, os princípios ético-morais, valores individuais e coletivos e com o sentido da vida (Jung, 2015).

Nesse sentido, a psicologia tem estudado a espiritualidade em diferentes abordagens teóricas, como a Psicanálise, o Humanismo, a Psicologia Junguiana e a Terapia Cognitivo-Comportamental. Cada uma dessas abordagens tem uma visão particular sobre a espiritualidade, assim como uma forma específica de incluí-la em sua prática clínica. Essa ruptura, que na Psicologia nunca foi totalmente concluída ou consolidada, tem sido cada vez mais questionada.

Nas últimas décadas, mesmo com a secularização da cultura e outras dificuldades mencionadas, tem-se observado um renascimento dos estudos científicos e acadêmicos sobre espiritualidade e religiosidade, especialmente em relação a temas ligados à saúde mental e ao desenvolvimento humano (de Paula, 2020; Moreira-Almeida, 2010; Moreira-Almeida & Luchetti, 2016).

No entanto, a aproximação entre espiritualidade e psicologia tem provocado discussões e reflexões sobre a forma como a espiritualidade pode ser contemplada pela psicologia. Alguns argumentam que a espiritualidade é uma questão pessoal e privada, e que a psicologia não deve interferir nessa dimensão da vida do indivíduo. Outros acreditam que a espiritualidade é uma dimensão importante da vida humana, que deve ser contemplada pela psicologia na busca pela promoção do bem-estar integral dos indivíduos (Freitas & Souza, 2020; Carvalho, 2021).

Para entendermos como a espiritualidade tem sido vista e estudada a partir da modernidade até a contemporaneidade é importante observar o processo de secularização da cultura, que consiste no afastamento da religiosidade de diversos âmbitos importantes da sociedade como a ciência e a política. Nesse processo de secularização, grande parte da espiritualidade foi lentamente sendo dividida, confinada e relegada ao conceito de religiosidade (Catré et al., 2016).

Dessa forma, a espiritualidade e a psicologia se complementam na construção de um entendimento mais amplo do ser humano. A psicologia pode incluir a espiritualidade em sua abordagem teórica e prática, e a espiritualidade pode contribuir para o autoconhecimento e a promoção do bem-estar psicológico. É importante que, ao incluir a espiritualidade na prática clínica, a psicologia respeite a diversidade religiosa e a visão particular de cada indivíduo sobre a espiritualidade.

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A abordagem é exploratória e qualitativa, com o objetivo de compreender como as abordagens psicológicas como a Gestalt Terapia e a Humanista lógicas contribuem para a construção do indivíduo e da dimensão espiritual. Além disso, busca compreender como a Gestalt tesse o processo no contexto psicoterapêutico, considerando que a experiência do contato pode promover ou desenvolver uma consciência (*bevissthet*). Através dessa abordagem é necessário a observação e percepção com foco na Gestalt sobre o indivíduo como um todo, buscar entender como o indivíduo se relaciona com a espiritualidade e também como ele se modifica (Ribeiro, 2011; Moreira & Domingues, 2018).

Para uma maior compreensão sobre o tema, o trabalho contempla a diferença entre espiritualidade e religiosidade, haja vista que ambos têm conceitos distintos e para isso foi utilizado o método de revisão bibliográfica narrativa e pesquisa, sendo feita uma busca por livros, teses, dissertações, artigos que contemplam o tema espiritualidade dentro da abordagem psicológica escolhida, a Gestalt-terapia, nas bases de dados: Google Acadêmico, PePSIC e Scielo. O acervo foi selecionado de publicações em português, com período determinado. As palavras-chave utilizadas foram: Espiritualidade, Religiosidade, Gestalt-terapia e Psicologia. As buscas selecionadas se deram a partir do critério de relevância e afinidade com a matéria (Cunha, 2013; Pimenta & Valadão, 2020).

As pesquisas exploratórias vêm sendo utilizadas cada vez mais para investigar os fenômenos complexos da realidade humana. A investigação busca respostas para questionamentos e dedica-se a identificar e compreender fatos/acontecimentos relacionados a relação do indivíduo com a espiritualidade e religiosidade. O propósito da pesquisa e fazer uma reflexão de como se dá esse processo, uma análise da realidade da realidade e produção de conhecimento (Oliveira & Bastos, 2017; Mendes, 2019).

Serão explorados conceitos, teorias e estudos existentes em determinado tema de pesquisa. Quando aplicada à visão da espiritualidade pela psicologia, essa metodologia busca revisar e sintetizar estudos, artigos e outras fontes acadêmicas relacionadas ao tema, a fim de compreender e descrever de forma abrangente as

perspectivas teóricas e práticas envolvidas nessa área de estudo (Santos & Melo, 2015; Boff, 2016).

No caso específico da visão da espiritualidade pela psicologia, a revisão bibliográfica qualitativa pode explorar uma série de aspectos relacionados, como a definição e compreensão da espiritualidade, as abordagens teóricas e os modelos conceituais utilizados para estudar essa temática, o impacto da espiritualidade na saúde mental e bem-estar, e as intervenções terapêuticas baseadas em espiritualidade (Delgado, 2018; Lima, 2020).

Essa revisão bibliográfica pode ser conduzida utilizando diversas fontes de dados, como bases de dados científicas, livros, capítulos de livros, teses e dissertações, revistas especializadas, entre outros materiais relevantes. A análise dos dados pode ser realizada utilizando técnicas de análise temática ou análise de conteúdo, que envolvem a identificação e codificação de categorias temáticas ou conceituais emergentes (Silva & Oliveira, 2014; Cruz & Andrade, 2017).

Ao revisar a literatura existente, é importante realizar uma análise crítica dos estudos selecionados, avaliando a qualidade metodológica, a consistência dos resultados e a validade dos achados. Também é fundamental reconhecer as limitações desses estudos e áreas em que são necessárias pesquisas adicionais (Souza & Lima, 2021; Carvalho & Nascimento, 2019).

4. FENÔMENOS MÍSTICOS

Mística e espiritualidade são conceitos interligados, mas têm significados distintos. Mística refere-se a uma experiência direta e pessoal do sagrado, muitas vezes caracterizada por um senso de mistério e a sensação de estar em contato com algo transcendente. Ela implica vivências que vão além das palavras e explicações racionais, muitas vezes envolvendo estados alterados de consciência, meditação e práticas contemplativas. A mística busca o encontro com o divino, que pode ser considerado inefável e profundamente pessoal (Bach, 2002).

Por outro lado, ao tratar de espiritualidade Bach, traz um conceito mais amplo que se relaciona à busca por significado e propósito na vida, frequentemente fora dos limites da religião organizada. Ela pode incluir práticas como meditação, reflexão, e

conexão com a natureza, além de um foco no desenvolvimento pessoal e na busca de valores éticos e morais. A espiritualidade pode ser individual e não necessariamente ligada a uma tradição religiosa específica. Ambos os termos refletem a busca humana por uma compreensão mais profunda da existência e a relação com o que é sagrado ou transcendente, embora a mística enfatize experiências diretas e transformadoras, enquanto a espiritualidade abrange uma gama mais ampla de práticas e crenças.

Para Bach (2002), fenômeno místico diz respeito as experiências profundas e transformadoras em que o indivíduo sente uma conexão intensa com o sagrado ou com algo transcendental. Esse encontro geralmente ocorre na interioridade, ou seja, em um espaço íntimo de reflexão e meditação, onde a pessoa pode perceber uma unidade com o divino ou uma realidade maior. Essas experiências podem variar bastante entre culturas e tradições espirituais, mas costumam envolver sentimentos de paz, amor, e uma sensação de pertencimento a algo além do eu. O misticismo pode ser encontrado em diversas religiões e filosofias, sendo uma busca por compreensão e significado na vida.

A partir das observações de Bach, ele destaca a experiência como uma vivência que ultrapassa a racionalidade e envolve aspectos emocionais e espirituais profundos, promovendo um sentido de transformação pessoal.

5. DEFINIÇÃO E CONCEITO

5.1. Conhecimento Religioso

Podemos definir conhecimento religioso como aqueles que abrangem a religião e são baseados em escrituras sagradas, possui uma forma particular para cada pessoa ou grupo familiar, bem como que é baseado pelo sentimento que se revela através da crença pela fé e são organizados sistematicamente em uma doutrina, conhecido como religião (Amatuzzi, 2005).

Amatuzzi (2005) discute sobre natureza do conhecimento religioso, incluindo seus aspectos como a inspiração, não verificável, aceitação plena, valor, infalível, exato e sistemático. Por ser um conhecimento inspiracional, aquele que é revelado de forma

sobrenatural ele se apoia em verdades absolutas, consideradas infalíveis e indiscutíveis, exatas.

Amatuzzi observa a diversidade religiosa do mundo, apontando que, embora o Cristianismo tenha prevalecido em muitas culturas e povos, há atualmente uma imensa variedade de mais de 10 mil religiões ao redor do planeta. Ele destaca que os Sistemas de Conhecimento Religioso possuem várias características que são compartilhadas em livros sagrados, locais onde são realizados cultos, líderes, seguidores, um censo do que é sagrado e lugares de peregrinação. É importante ressaltar que oração, adoração, liberdade, caridade, ensino, rito de passagem, espírito, sagrado, divino, amor ou jornada espiritual, são ações que se relacionam com o conhecimento religioso.

Amatuzzi também explora a natureza e as características das grandes tradições religiosas, trazendo exemplos de saberes religiosos populares como no Cristianismo, por exemplo, onde Jesus Cristo é considerado o filho de Deus, que veio com a missão de ensinar o amor ao próximo e salvar aqueles que creem por meio de Sua morte na cruz. No Islamismo, Deus (Alá) se comunicou diretamente com o profeta Maomé, transmitindo os ensinamentos que deram origem ao livro sagrado do Alcorão (ou Corão). Já no Judaísmo, o povo judeu é visto como descendente direto de Abraão, Isaac e Jacó. De acordo com essa crença, Deus teria prometido aos israelitas a terra localizada entre o Rio Egito e o Rio Eufrates, onde se acredita que Jesus retornará no Dia do Juízo Final.

5.2. Religiosidade

Segundo Safra (2006), a religiosidade pode ser vista como um processo formado com base em convicções e pensamentos onde o poder reside no Divino, é através dessas experiências humanas que se busca compreender o comportamento humana através da maneira que cada indivíduo funciona em seus diversos aspectos.

A religiosidade para Safra é uma experiência individual e transcendente, constitui um dos elementos organizadores da própria personalidade da pessoa podendo ainda se transformar ao longo da vida e do processo de conhecimento, refere-se também à construção do sentido e do significado por meio de uma concepção do divino ou do absoluto. É uma forma de espiritualidade que está integrada a sistemas de

crenças que envolvem um ser superior ou entidades divinas. A religiosidade frequentemente se expressa através de práticas, rituais e tradições que têm um referencial divino ou sagrado.

Safra (2006) descreve a religiosidade como uma construção singular e dinâmica que reflete as concepções pessoais e culturais do absoluto ou do divino, bem como que está em constante transformação à medida que as pessoas evoluem em suas crenças e experiências do sagrado. As práticas religiosas e as concepções do divino podem mudar ao longo da vida, refletindo as mudanças na experiência pessoal e cultural.

Segundo Safra, religiosidade é uma experiência individualizada de relação com um ser transcendente ou o sagrado. Isso diferencia a religiosidade da religião formal, que é mais estruturada e institucionalizada, sendo a religiosidade é uma manifestação pessoal e subjetiva da experiência espiritual, refletindo a maneira como cada indivíduo se relaciona com o transcendente com base em suas experiências e vivências pessoais.

A religiosidade pode atuar como um elemento organizador e estruturante do psiquismo, influenciando a maneira como a pessoa vê o mundo e dá sentido à sua vida, essa compreensão de religiosidade que Safra destaca ao sugerir que as experiências religiosas ajudam a formar conexões profundas entre o indivíduo e o divino, mas também influenciam de maneira prática o comportamento diário, as relações interpessoais e as decisões morais. Ao longo do processo de crescimento e desenvolvimento, a religiosidade pode se transformar e moldar o horizonte de vida do indivíduo, ajudando a formar e reformular seus valores e crenças.

Safra sugere que a busca por conceber o divino é visto como inerente à condição humana, dada a nossa consciência da própria finitude e vulnerabilidade. A ideia de um ser transcendente ou absoluto pode servir como um contraponto à nossa própria precária existência, oferecendo um senso de totalidade e realização que transcende a nossa experiência finita e limitada.

Para Safra, o ser humano é descrito como um ser de transcendência, que recebe o sentido e o ser como uma doação, em vez de possuí-los plenamente, uma vez que a experiência do divino é uma tentativa de capturar a totalidade e a eternidade que estão além da nossa atualidade e finitude.

Segundo Safra, embora a concepção do divino possa surgir como mecanismo defensivo ou idealização, elas representam a capacidade humana de aspirar a uma totalidade e plenitude. Essas concepções são projetadas na forma de sonhos e utopias pessoais, refletindo a singularidade e criatividade da pessoa. O divino, nesse sentido, oferece segurança e um refúgio para a mente humana que busca, incansavelmente, algo que supere sua própria limitação.

A Gestalt-terapia, utiliza as utiliza das concepções de Safra (2006) sobre a importância de abordar a religiosidade como uma experiência pessoal e individualizada do cliente, o que é uma característica fundamental dessa abordagem terapêutica. Isso envolve entender como o cliente concebe o transcendente e como essa concepção influencia sua vida e suas escolhas. A Gestalt-terapia valoriza a experiência subjetiva e o modo como o indivíduo percebe e reage ao mundo ao seu redor, e isso inclui a sua visão religiosa ou espiritual.

Safra (2006) destaca a importância da Gestalt-terapia em desempenhar um papel fundamental ao ajudar os clientes a refletirem sobre como suas crenças e experiências religiosas evoluem ao longo do tempo e de que maneira essas transformações influenciam seu horizonte de vida e sua percepção de si mesmos. Isso pode envolver a exploração de como as experiências espirituais e a relação com o transcendente afetam o desenvolvimento pessoal e as mudanças na perspectiva de vida do cliente.

Argumenta Safra (2006) que para compreender a religiosidade como uma expressão da transcendência e da potencialidade pode ajudar os terapeutas a apoiar os clientes na exploração de suas aspirações e sonhos. Isso inclui reconhecer como as idealizações e utopias pessoais desempenham um papel na busca de sentido e realização.

A Gestalt-terapia leva em conta a importância do trabalho de Safra (2006) sobre a integração da religiosidade a terapia gestaltista, a abordagem permite que o cliente explore a complexidade de suas crenças religiosas e espirituais de uma maneira mais autêntica e integradora na Gestalt-terapia pode analisar como concepções idealizadas do divino ou do absoluto podem funcionar como mecanismos defensivos. Isso envolve ajudar os clientes a integrar essas concepções de forma construtiva e a usar a

criatividade para abordar e transformar suas idealizações em projetos de vida reais e significativos.

Safra (2006) destaca que a Gestalt-terapia pode ser uma ferramenta poderosa para ajudar os clientes a confrontar e também integrar as idealizações sobre o divino ou o absoluto de maneira mais realista e construtiva, ou seja a Gestalt-terapia também pode apoiar o cliente a explorar a relação entre a religiosidade e a busca por um sentido mais profundo pode ajudar os clientes a encontrar um maior grau de autenticidade e realização em suas vidas.

A abordagem de Safra sobre religiosidade oferece uma perspectiva rica e complexa sobre como a experiência pessoal do sagrado molda a vida e o desenvolvimento psicológico. Integrar esses conceitos na prática da Gestalt-terapia pode enriquecer a compreensão da experiência espiritual do cliente e oferecer novas formas de explorar e apoiar a busca de sentido e realização. A terapia, ao considerar a religiosidade como um elemento dinâmico e pessoal, pode proporcionar um espaço para a reflexão profunda e a integração das experiências espirituais na vida cotidiana dos clientes.

Ressalto a diversidade de concepções do absoluto ou do divino, discutidos por Safra (2006). Concepções essas que desempenham um papel significativo na maneira como os indivíduos estruturam suas vidas e buscam sentido. Vamos explorar cada um dos tipos de absoluto ou divino e sua relevância na prática clínica.

O conceito do absoluto impessoal é uma das ideias exploradas por Safra (2006) na análise da religiosidade dentro da Gestalt-terapia. Ao invés de se concentrar em imagens pessoais e idealizadas de um Deus ou divindade, o terapeuta pode explorar com o cliente os princípios abstratos como solidez, verdade, justiça ou cuidado. Esses princípios se tornam o sentido último da vida e orientam as ações e valores dos indivíduos. Segundo Safra (2006), ao integrar esses princípios de forma mais consciente e criativa, a Gestalt-terapia facilita a busca por um sentido mais profundo e autêntico na vida, que não depende de idealizações externas, mas de uma construção interna mais sólida e realista.

No trabalho de Safra (2006), há uma exploração profunda da religiosidade na Gestalt-terapia, com foco em como diferentes concepções do absoluto e do divino moldam a experiência dos indivíduos. Essa abordagem se aproxima de diversas

tradições espirituais e filosóficas, incluindo a perspectiva budista e as visões teológicas do Deus pessoal encontradas em religiões monoteístas como o judaísmo, islamismo e cristianismo. Safra destaca como a Gestalt, ao respeitar a diversidade de crenças espirituais e religiosas, pode facilitar a integração dessas concepções no processo terapêutico, permitindo que os indivíduos cresçam de maneira autêntica e significativa.

Safra (2006) apresenta três modalidades principais do conceito de Deus pessoal, que são essenciais para compreender as crenças religiosas e como elas influenciam a vida do indivíduo, são elas:

Deus que transcendente: É uma divindade que está além da compreensão e não pode ser representada. Essa modalidade é encontrada no judaísmo e no islamismo. A relação com o divino é mediada por práticas religiosas e pela adesão a princípios éticos que refletem a transcendência divina.

Deus Transcendente-Imanente: Esta concepção paradoxal envolve uma divindade que está ao mesmo tempo além do ser humano e presente em forma humana. É vista no cristianismo e em algumas formas de hinduísmo. Aqui, o divino é experimentado tanto na transcendência quanto na imersão no mundo humano.

Deus Imanente: Refere-se a uma divindade que está presente em todos os aspectos do mundo e da vida humana. Essa modalidade pode ser encontrada em algumas formas do hinduísmo e em outras tradições que veem o divino como permeando a totalidade da existência.

Como Safra (2006) observa, compreender as diferentes concepções do absoluto e do divino é essencial para a prática clínica, da Gestalt-terapia, pois essas crenças moldam a maneira como os indivíduos buscam sentido e orientam suas vidas. A Gestalt-terapia, ao considerar essas concepções, pode oferecer um suporte mais profundo e significativo, respeitando a singularidade de cada paciente e ajudando-os a explorar e integrar suas crenças e esperanças em seu processo de crescimento pessoal.

Para Safra (2006), as crenças religiosas não são apenas algo intelectual ou teórico, mas práticas vividas e experienciadas no cotidiano. Elas moldam a forma como as pessoas interpretam suas experiências, como se relacionam com o mundo e com os outros, e como lidam com questões existenciais de sofrimento, busca por propósito e conexão com algo maior. Segundo ele o Gestalt-terapeutas, deve respeitar a

singularidade de cada paciente e sua concepção do divino ou do absoluto é essencial, sendo que a terapia pode ser um espaço para explorar essas crenças e ajudar os clientes a integrar suas visões de uma maneira mais autêntica e funcional. Isso envolve não apenas questionar ou modificar crenças, mas também apoiar os clientes na exploração e no fortalecimento daquelas que servem como fontes de sentido, harmonia e realização pessoal.

Segundo Safra no livro *Desvelando a memória do humano*, ela fez uma reflexão sobre a prática clínica e a partir de suas análises sobre o sujeito e seu universo, ele menciona a importância de compreender a pessoa como uma entidade complexa e simbólica, é importante compreender o paciente a partir da sua subjetividade com todas as possibilidades que o envolve, visto que a pessoa se reconhece transitória e finita e o divino como aquele que realização de tudo.

Quando fazemos referência as experiências com o divino, atravessamos um campo de informações que não são representadas por imagens, símbolos e palavras, a experiência subjetiva com o divino é essencial para promovendo uma transformação no modo de pensar, sentir e agir da pessoa.

5.3. Espiritualidade

Espiritualidade uma busca de sentido ou uma necessidade psicológica. Espiritualidade é descrita como uma necessidade psicológica constitutiva do ser humano, representando a busca pessoal de sentido para a existência e para as ações (Valle apud Amatuzzi, 2005). Essa busca é uma parte essencial da experiência humana e pode influenciar profundamente a forma como os indivíduos vivem e interpretam suas vidas.

Safra (2006) descreve a espiritualidade como a capacidade de uma pessoa alinhar sua existência com sua concepção do absoluto ou do divino. Isso implica que a espiritualidade envolve uma tentativa de harmonizar a própria vida com um sentido mais profundo que transcende o momento presente. O "sonho do futuro" se torna um "gesto do agora", onde cada ação ganha um significado que vai além do imediato.

Para Safra, a espiritualidade envolve um processo de "sair de si" e acolher a incompletude, onde a ação se torna litúrgica e sagrada. Esse sentido transcende a

própria ação e é uma fonte de esperança, mesmo para aqueles que não têm uma perspectiva religiosa ou teísta.

A compreensão de espiritualidade como uma busca por sentido e a capacidade de alinhar a própria vida com uma concepção do absoluto ou do divino oferece uma perspectiva rica para a prática clínica. A Gestalt-terapia, ao integrar essa visão, pode apoiar os clientes na exploração e na integração de suas crenças espirituais e na busca de um sentido mais profundo para suas vidas. Isso envolve respeitar a diversidade das experiências espirituais e ajudar os clientes a encontrar significado e esperança em suas ações e experiências, independentemente de suas crenças religiosas.

Passo a explorar essas ideias e como elas se aplicam ao contexto da psicoterapia, especialmente na abordagem da Gestalt-terapia. Espiritualidade e Transcendência como Integração da Dimensão Transcendente se dão com o acolhimento da Morte, Segundo Safra, a espiritualidade envolve a capacidade de acolher a morte ao transcender a existência pessoal. Isso implica que a pessoa encontra um sentido que vai além de sua vida individual e temporal. A espiritualidade ajuda a superar a preocupação com a sobrevivência imediata ao focar na busca de um sentido mais profundo e duradouro.

O olhar do outro é crucial na formação da espiritualidade, pois possibilita a introspecção e a reflexão sobre o próprio sonho último. A interação social e a relação com os outros ajudam a pessoa a entender e integrar sua busca de sentido, apoiando a transcendência ontológica. A espiritualidade como busca pessoal de sentido. A espiritualidade é descrita como um movimento em direção ao "mais além," ao futuro e ao transcendente. Isso envolve a interrogação sobre questões últimas e a busca de um sentido que transcenda a existência imediata.

A Integração das dimensões material e Espiritual, nesse sentido a espiritualidade não se opõe às dimensões materiais, mundanas e corpóreas, mas as integra. Um indivíduo pode ser espiritualmente rico independentemente de suas crenças religiosas, e a espiritualidade pode ser cultivada tanto por crentes quanto por ateus. A visão de espiritualidade de Safra oferece uma perspectiva profunda sobre como a busca de sentido e a integração da dimensão transcendente influenciam a

vida humana. Na Gestalt-terapia, entender e apoiar essa busca é fundamental para ajudar os clientes a encontrar significado e viver com propósito.

Isso envolve explorar como a espiritualidade influencia suas ações, suas relações com os outros e suas concepções sobre a morte. A terapia deve respeitar e integrar as dimensões material e espiritual da vida, ajudando os clientes a viver de forma autêntica e significativa.

5.4. Religião

A religião é descrita como um sistema de concepções sobre o divino que é compartilhado, transmitido e institucionalizado. Isso inclui crenças, símbolos, dogmas e práticas que visam explorar e responder às questões sobre o sentido último da vida (Safra, 2006).

As Religiões se organizam com base nas experiências de figuras místicas e fundadores, cujas experiências são sistematizadas e passadas adiante através das gerações, trago alguns exemplos de tradições religiosa:

Judaísmo: Originado a partir da experiência de Moisés, enfatiza o sagrado e a ética.

Cristianismo: Fundado na vida e ensinamentos de Jesus Cristo, com foco no sagrado e no amor.

Budismo: Desenvolvido a partir dos ensinamentos de Sidarta Gautama, enfatiza o desapego e a iluminação.

Islamismo: Baseado nas revelações de Maomé, destaca o serviço e a submissão a Deus.

Confucionismo, Xintoísmo, Taoísmo, Hinduísmo e Zoroastrismo: Outras grandes tradições religiosas que oferecem diferentes visões sobre o sagrado e o significado da vida.

A religião, como um sistema estruturado de crenças e práticas sobre o divino, desempenha um papel significativo na vida das pessoas e pode influenciar profundamente sua identidade, valores e busca de sentido. A parti disso, Safra (2006), discute a integração da religiosidade e espiritualidade no contexto da Gestalt-terapia, essa abordagem terapêutica busca considerar a religiosidade do cliente como uma dimensão fundamental de sua identidade, compreender e respeitar essas dimensões é essencial para oferecer uma abordagem terapêutica que valorize a singularidade do cliente e integre suas crenças e práticas religiosas na exploração de seu sentido e

propósito de vida. Ele enfatiza a importância de uma compreensão sensível das influências religiosas e a capacidade de apoiar o cliente na reconciliação de suas crenças com sua experiência pessoal.

No trabalho de Saul Safra (2006), ele aborda de maneira significativa o diálogo entre as tradições religiosas, no contexto contemporâneo, a interação entre diferentes tradições religiosas pode revelar múltiplas facetas do divino. Cada religião oferece uma perspectiva única sobre o sagrado, e o diálogo inter-religioso pode promover uma compreensão mais ampla e inclusiva das diversas experiências espirituais. Safra vê o diálogo inter-religioso como uma oportunidade de expansão espiritual e uma forma de alcançar uma compreensão mais profunda das múltiplas formas de vivenciar o sagrado e a experiência religiosa.

Por outro lado, Safra aponta que fundamentalismo religioso pode, paradoxalmente, limitar a experiência do sagrado ao ressignificar a visão sobre o divino, impedindo a transcendência e a abertura que uma abordagem mais inclusiva poderia oferecer. A transcendência envolve um esvaziamento de certezas absolutas e uma abertura para a multiplicidade e o mistério.

No trabalho de Safra (2006), ele faz uma distinção importante entre os conceitos de religião e religiosidade, que são frequentemente confundidos, mas possuem significados e implicações diferentes no contexto da Gestalt-terapia e da experiência espiritual do indivíduo.

Passo a Distinção entre Religião e Religiosidade trazidas por Safra (2006):

Religião: Refere-se às práticas institucionais e aos sistemas de crenças que são compartilhados e transmitidos socialmente.

Religiosidade: É a experiência pessoal e subjetiva da espiritualidade, que pode ou não estar alinhada com a prática religiosa institucionalizada. A religiosidade pode incluir uma dimensão espiritual que vai além das práticas religiosas convencionais.

O Reconhecimento de Consonâncias e Dissonâncias:

Consonâncias: São os pontos de alinhamento entre a prática religiosa e a experiência subjetiva do paciente. A compreensão dessas consonâncias pode ajudar a fortalecer o processo de crescimento e integração do paciente.

Dissonâncias: São os conflitos ou discrepâncias entre as crenças religiosas do paciente e sua experiência pessoal de religiosidade. Reconhecer essas dissonâncias é fundamental para ajudar o paciente a explorar e resolver possíveis conflitos internos.

Segundo Safra (2006) a prática da Gestalt-terapia exige uma compreensão sensível e profunda das tradições religiosas e da experiência subjetiva de religiosidade dos pacientes, é fundamental para que o terapeuta possa enriquecer sua prática clínica e oferecer um suporte adequado ao paciente. Safra sugere que, ao entender o contexto espiritual e religioso do cliente, o terapeuta pode ser mais sensível às suas questões existenciais e ajudá-lo a explorar suas experiências religiosas de maneira construtiva. Isso envolve:

Conhecimento Cultural e Espiritual: Conhecer as tradições religiosas e as mitologias pode enriquecer a prática clínica e ajudar a oferecer suporte adequado.

Diálogo e Inclusividade: Promover o diálogo entre diferentes tradições religiosas e compreender a singularidade das experiências religiosas e espirituais dos pacientes são essenciais.

Consonâncias e Dissonâncias: Reconhecer e trabalhar com as consonâncias e dissonâncias entre a religião e a religiosidade pode facilitar o crescimento e a realização pessoal do paciente.

Safra, destaca que ao integrar esses aspectos na prática clínica, os terapeutas podem apoiar melhor os pacientes em seu processo de crescimento, integração e realização pessoal, ele destaca que a prática clínica na Gestalt-terapia, ao lidar com questões espirituais e religiosas, deve ser conduzida com respeito e sensibilidade às crenças e vivências de cada indivíduo.

6. RELAÇÃO DO METODO DA ABORDAGEM HUMANISTA e GESTALT TERAPIA COM A ESPIRITUALIDADE

A Visão da Espiritualidade nas Abordagens psicológicas Humanistas e Gestalt podem ser explorada de forma rica e profunda, ambas as abordagens têm uma visão positiva da natureza humana, buscando ajudar os indivíduos a se conectarem com sua autenticidade e a viver de maneira mais plena e integrada.

A relação de ambos os métodos Humanista e Gestalt no trabalho de Safra (2006) sobre a espiritualidade, enfatizam como a Gestalt integra elementos espirituais e transcendentais no contexto terapêutico, ao mesmo tempo em que se alinha aos princípios humanistas. A proposta é criar um espaço terapêutico que favoreça o

crescimento pessoal, a autenticidade e o sentido de vida, abordando a espiritualidade de forma individualizada e pessoal, como um elemento significativo da experiência humana.

O humanismo com base da espiritualidade é visto como uma busca por significado e propósito na vida, e como a busca por uma conexão mais profunda consigo mesmo, com os outros e com algo maior que si próprio. A espiritualidade é considerada uma dimensão que transcende o ego e o materialismo, buscando uma visão mais ampla e compreensiva do mundo (Fromm, 1964; Frankl, 1972).

Para Scorsolini & Commin (2015), a espiritualidade é um elemento fundamental na experiência humana e pode ter um papel significativo nas intervenções terapêuticas. A espiritualidade, no contexto da psicologia humanista e da Gestalt-terapia, pode ser vista como uma dimensão de busca por sentido, uma forma de o cliente lidar com questões existenciais, suas angústias, seus dilemas e até mesmo seu sofrimento.

A psicologia humanista é representada por figuras como Carl Rogers, Abraham Maslow, e Rollo May, vêm a espiritualidade como uma parte integral da experiência humana, que não pode ser ignorada no processo terapêutico. Esses psicólogos apontam que muitas das questões existenciais que afligem os pacientes – como busca de sentido, conflitos de identidade e angústia existencial – podem ser abordadas eficazmente quando o terapeuta reconhece a dimensão espiritual da experiência humana.

Já na Gestalt-terapia, como Fritz Perls ressalta, a espiritualidade está ligada à experiência de autoconsciência e à capacidade de o indivíduo se conectar consigo mesmo e com os outros de maneira mais autêntica. A ideia de totalidade e integração de aspectos da vida – emocionais, cognitivos, espirituais e físicos – é um dos pilares da Gestalt-terapia. Ao acolher a espiritualidade, o terapeuta gestáltico pode ajudar o paciente a explorar suas crenças e vivências espirituais como um meio de integrar melhor sua experiência e viver de forma mais alinhada com seus valores e desejos mais profundos.

No livro "A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia," organizado por Lilian Meyer Frazão, Karina Okajima e Fukumitsu, Beatriz Helena Paranhos Cardella examina a dimensão ética e relacional da Gestalt-terapia,

destacando a importância do mistério e do transcendente. Cardella argumenta que, enquanto psicologia e ciência tendem a focar em aspectos concretos e mensuráveis, a Gestalt-terapia permite explorar dimensões mais sutis, como o mistério, o que enriquece a prática terapêutica e promove uma conexão mais profunda.

Ela dedica um capítulo à religiosidade, espiritualidade, e experiências místicas, defendendo que uma compreensão inclusiva dessas dimensões pode melhorar o processo terapêutico, proporcionando um acolhimento mais profundo e significativo para os clientes. Cardella sugere que psicoterapeutas devem integrar essas referências para oferecer uma prática mais completa e ética, contrastando com a tendência moderna de reduzir a experiência humana a conceitos racionais e técnicos, o que ela descreve como "furto do Mistério."

O texto também explora a distinção de Martin Buber entre as atitudes "Eu-Tu" e "Eu-Isso". A atitude "Eu-Isso" vê o outro como um meio para fins pessoais, enquanto "Eu-Tu" reconhece o outro como um fim em si mesmo, permitindo um encontro mais autêntico e transcendental. Na Gestalt-terapia, adotar uma postura "Eu-Tu" é crucial para criar uma relação terapêutica genuína, onde o terapeuta e o cliente se encontram de forma autêntica, respeitando a humanidade e a singularidade um do outro.

O texto menciona que Fritz Perls, fundador da Gestalt-terapia, buscou integrar dimensões espirituais e transcendentais ao longo de sua vida, influenciado por tradições como o zen, o budismo e o taoísmo, apesar de suas dúvidas e declarações de ateísmo. Perls via o ser humano como um ser transcendente em constante transformação, aberto à alteridade e às experiências de encontro com o Real, como verdade, beleza e amor.

A Gestalt-terapia, com sua ênfase na experiência daqui e agora e na relação terapêutica, é apresentada como uma abordagem que pode ajudar a restaurar o sentido de transcendência e propósito, oferecendo respostas à crise existencial contemporânea e às formas de sofrimento e adoecimento.

O texto aborda a visão de Fritz Perls sobre a integração de tradições espirituais para criar uma perspectiva mais holística que critique as dicotomias da modernidade. Perls via a reverência ao mistério e à sacralidade da existência como uma forma de transcender a crise civilizacional marcada pela dessacralização da vida e tecnificação excessiva. Sua abordagem critica a tendência moderna de reduzir a experiência

humana a conceitos racionais e tecnológicos, e valoriza a espiritualidade e o encontro com o mistério.

O texto também explora a relevância da Gestalt-terapia na resolução de problemas contemporâneos, como a devastação ambiental, a coisificação do corpo e a superficialidade das relações. Crema (2002) sugere que a redescoberta da essência humana, perdida na modernidade, será uma das maiores descobertas do século XXI, levando a uma ampliação da consciência e à relembração dos fundamentos humanos, incluindo a transcendência.

John Welwood (2003) adverte sobre a mistura inadequada entre psicologia e espiritualidade, mas enfatiza a importância de integrar ambos sob uma perspectiva que reconheça o ser humano como um todo. O trabalho psicológico pode levar a compreensões espirituais e o trabalho espiritual pode ajudar a revisar padrões de sofrimento.

Ancona Lopez (apud Massimi e Mahfoud, 1999) destaca que sempre resta um mistério no trabalho psicológico, sugerindo que a clínica contemporânea deve reconhecer e acolher essa dimensão transcendente. A atitude hospitaleira do terapeuta, que respeita o mistério e a complexidade do ser humano, é vista como crucial.

O texto argumenta que a clínica e a psicoterapia precisam alinhar-se com as necessidades atuais do ser humano, que está cada vez mais desenraizado e carente de transcendência. A contemporaneidade apresenta um ser humano descrito por Perls (1979) como "cadáveres vivos" e "corpos de plástico," refletindo uma crise existencial de solidão, vazio e falta de sentido.

A Gestalt-terapia é destacada como uma abordagem valiosa para enfrentar essa crise, baseando-se em uma antropologia da esperança que vê o ser humano como um processo de transformação contínua em direção ao infinito. Ribeiro (2011) observa que a Gestalt-terapia pode ajudar a restaurar o sentido de transcendência e propósito, abordando as formas contemporâneas de sofrimento e adoecimento. Fundada na década de 1950 por Perls e outros pioneiros, a Gestalt-terapia visa reconectar o ser humano com aspectos essenciais como criatividade, responsabilidade, liberdade, alteridade, interdependência e transcendência. Em um contexto de crise

contemporânea, ela oferece uma perspectiva para aprofundar a compreensão da essência humana.

A espiritualidade pode desempenhar um papel fundamental na vida das pessoas, proporcionando um senso de propósito e conexão. Muitas vezes, ela oferece conforto em tempos difíceis, ajudando a lidar com o estresse e a adversidade. Além disso, está associada a uma maior resiliência emocional, permitindo que as pessoas enfrentem desafios com mais força e esperanças.

Práticas espirituais, como meditação, oração ou momentos de reflexão, podem promover o bem-estar emocional e melhorar a qualidade de vida. Ao cultivar um senso de comunidade e pertencimento, a espiritualidade também pode fortalecer relacionamentos e redes de apoio, fundamentais para a saúde mental.

Assim, é trago à tona uma reflexão muito rica sobre as experiências místicas ao longo da história e sua relevância tanto nas tradições religiosas quanto na prática clínica. Essas vivências transcendentais, como as de Moisés, Jesus, Sidarta e Maomé, mostram que a busca pelo sagrado e pela unidade é uma constante na experiência humana.

Da mesma forma, na terapia, momentos de profunda conexão e compreensão podem surgir, refletindo essa qualidade mística. Tanto pacientes quanto terapeutas podem vivenciar uma sensação de transformação e revelação, onde o outro se torna um espelho que permite o reconhecimento de partes mais profundas de si mesmos. Essas experiências podem levar a um crescimento emocional e espiritual significativo, ajudando na cura e na integração do ser. Assim, a mística não é exclusiva da religião, mas permeia também as relações interpessoais e o processo terapêutico, trazendo à luz uma dimensão espiritual que enriquece a experiência humana.

A discussão sobre o tema Espiritualidade na psicologia tem ganhado crescente relevância nos últimos anos. A pesquisa demonstrou que a psicologia tradicionalmente se concentrou nas dimensões cognitivas, emocionais e comportamentais do ser humano, no entanto a incorporação da espiritualidade nas práticas terapêuticas reflete uma mudança paradigmática em direção a uma visão mais holística do indivíduo. A espiritualidade, que transcende o mero pertencimento a uma religião, pode ser entendida como uma busca por sentido, conexão e transcendência, e seu impacto no bem-estar psicológico tem sido explorado pela

psicologia humanista e Gestalt-terapia, sendo que ambas as abordagens defendem que a psicoterapia deve considerar a totalidade do ser humano, não apenas suas questões emocionais ou cognitivas, mas também suas crenças espirituais e existenciais.

De modo que são positivos os resultados obtidos nesta revisão bibliográfica, evidenciam a crescente relevância da espiritualidade no campo da psicologia e a necessidade de uma maior integração dessa dimensão nas práticas psicoterapêuticas. Embora já existam avanços consideráveis no reconhecimento da importância da espiritualidade para a saúde mental (Moreira-Almeida & Lucchetti, 2016), ainda há desafios relacionados à incorporação efetiva dessa abordagem nas práticas clínicas e na formação de psicólogos (Ceballos et al., 2020; Lima Neto, 2013).

A visão holística do ser humano, que inclui a dimensão espiritual, destaca a importância de uma abordagem que vá além dos aspectos racionais e emocionais, contemplando também o sentido de propósito e a busca por transcendência na vida das pessoas (Schmidt et al., 2021). Os dados revisados sugerem que a espiritualidade pode oferecer importantes recursos psicológicos internos, como esperança, gratidão e resiliência, que auxiliam os indivíduos a enfrentar adversidades e a encontrar significado em momentos de crise (Pargament, 2007; Hycner, 1995).

No entanto, a diversidade de crenças e práticas espirituais representa um desafio para a prática clínica. É fundamental que os profissionais de psicologia desenvolvam sensibilidade e competência cultural para integrar as diferentes tradições espirituais de forma ética e respeitosa, sem impor uma visão única de espiritualidade (Hodge, 2017). A adoção de uma abordagem inclusiva, que reconheça a pluralidade de perspectivas, pode fortalecer a prática terapêutica, oferecendo maior conforto e suporte aos pacientes que têm a espiritualidade como uma dimensão central em suas vidas (Nascimento & Caldas, 2020).

Outro ponto relevante refere-se à variabilidade dos impactos da espiritualidade sobre a saúde mental. Enquanto, para muitos, a espiritualidade tem efeitos positivos sobre o bem-estar psicológico, alguns estudos mencionam que certas crenças religiosas mais rígidas ou dogmáticas podem gerar conflitos internos e contribuir para o sofrimento emocional (Gonzalez et al., 2017). Diante disso, é essencial que a

integração da espiritualidade nas práticas psicológicas seja feita de maneira cuidadosa e individualizada, respeitando as particularidades de cada paciente (Catré et al., 2016).

Portanto, os resultados desta pesquisa sugerem que a psicologia pode se beneficiar ao incorporar a espiritualidade em seus modelos teóricos e práticos, promovendo uma compreensão mais completa e humanizada do indivíduo e de suas necessidades para alcançar um estado de bem-estar integral (Welwood, 2003; Ceballos et al., 2020).

7. VISÃO DA ESPIRITUALIDADE NAS SEGUINTE ABORDAGENS: HUMANISTA E GESTALTE-TERAPIA.

7.1. Humanismo

O humanismo é uma abordagem psicológica que enfatiza a importância da dignidade, liberdade e potencial humano. Uma das características centrais do humanismo é a valorização do indivíduo como um ser holístico, incluindo sua dimensão espiritual. Assim, a espiritualidade tem um papel essencial no contexto do humanismo. Assim sendo, a Psicologia Analítica reconhece na religião e nas experiências religiosas de vários povos no mundo, um significado basilar à compreensão da estrutura da psique, tendo função regulatória da energia psíquica e sendo tida como uma das possíveis formas de expressão arquetípica mais arcaica da alma humana (Aquino et al., 2013).

No humanismo, a espiritualidade é vista como uma busca por significado e propósito na vida, e como a busca por uma conexão mais profunda consigo mesmo, com os outros e com algo maior que si próprio. A espiritualidade é considerada uma dimensão que transcende o ego e o materialismo, buscando uma visão mais ampla e compreensiva do mundo (Fromm, 1964; Frankl, 1972).

A religião, para essas pessoas, refere-se às instituições religiosas, seus mitos, crenças e dogmas. No entanto, elas não se sentem mais à vontade com essa abordagem, preferindo o que chamam de espiritualidade. Essa espiritualidade não está vinculada a dogmas, mas é entendida como um processo que surge da consciência individual. Portanto, a espiritualidade é uma experiência que não pode ser

encapsulada em mitologias ou dogmas, não se configurando como uma instituição. Assim, a espiritualidade é vista como um fenômeno que se manifesta na consciência pessoal” (Oliveira & Ferreira, 2015, p. 7).

Ao integrar a espiritualidade na abordagem humanista, busca-se promover uma jornada de autoconhecimento, crescimento pessoal e desenvolvimento espiritual. A espiritualidade é vista como uma fonte de inspiração e guia para a realização do potencial humano e para alcançar uma vida mais significativa.

A dimensão espiritual, em muitos momentos, é tratada como assunto tabu na graduação de Psicologia. É um tema pouco discutido por alunos e professores, sendo que representa um elemento de suma importância nas futuras intervenções terapêuticas, tendo em vista sua eficácia no cuidado com a subjetividade do cliente que busca ajuda de um psicólogo. (Scorsolini & Commin, 2015).

A abordagem humanista valoriza a importância da experiência subjetiva e do sentido da vida. A espiritualidade é vista como uma parte integral do sentido da vida, pois ela pode fornecer orientação, valores e um senso de propósito. A espiritualidade também é considerada essencial para a promoção do bem-estar psicológico, sendo uma fonte de apoio emocional e de fortalecimento da resiliência.

Por fim, a religiosidade e a espiritualidade, além de ser dimensão do humano e se relacionar com a saúde, tem também uma dimensão cultural que marca tanto as sociedades como a cultura do sujeito e que incide diretamente em seu bem-estar. Nesse sentido, discutir estes temas no contexto brasileiro é urgente, tendo em vista que a religiosidade e a espiritualidade é parte inerente de nossa cultura e atravessam cotidianamente os diversos espaços em que atua o profissional de Psicologia (Henning-Geronasso; Moré, 2015; Souza; Carvalho; Scorsolini-Comin, 2020).

É importante ressaltar que a espiritualidade no contexto do humanismo não se limita a uma prática religiosa específica, mas abrange uma ampla variedade de crenças e valores pessoais. A valorização da individualidade e da liberdade no humanismo permite que cada pessoa explore e desenvolva sua própria espiritualidade de acordo com suas convicções e experiências pessoais. Sobre a relação do humanismo e espiritualidade:

É a dimensão na qual o homem opera em uma realidade existencial, presentificada no momento criador e recriador de si mesmo em sua relação com o mundo. Esta seria a dimensão que contemplaria devidamente o ser

humano, plena de valores e sentidos concretos, o aspecto no qual se reconhece a validade da liberdade, da responsabilidade e da consciência (Lima Neto, 2013, p.4).

Assim, a integração da espiritualidade na abordagem humanista permite um olhar mais amplo e holístico sobre o ser humano, buscando promover o bem-estar integral e o desenvolvimento de todo o seu potencial. A espiritualidade desempenha um papel fundamental na busca por significado, propósito e valorização da vida, sendo um componente essencial para uma abordagem humanista da psicologia.

A visão da espiritualidade no contexto do humanismo é profundamente integrada à abordagem holística e centrada na pessoa. A espiritualidade é considerada como uma dimensão essencial da pessoa humana, que vai além das necessidades materiais e a busca por satisfação física e emocional.

Para a logoterapia, a espiritualidade é vista como uma dimensão sobrenatural e necessariamente religiosa, no entanto, a ideia de religiosidade vai além da institucionalização da religião e de normas. Frankl usa o termo de dimensão noética em seu conceito de espiritualidade aproximando, desta forma, a espiritualidade a um fenômeno humano. Para a logoterapia um de seus fundamentos é a liberdade da vontade, e essa liberdade diz respeito a uma liberdade interna ou espiritual que se coloca frente aos aspectos biopsicossociais da vida (Nascimento; Caldas, 2020).

A visão espiritual no humanismo enfatiza a importância da experiência subjetiva e da busca por autenticidade. A espiritualidade é percebida como uma jornada pessoal, na qual cada indivíduo busca compreender seu próprio significado na vida, seus valores mais profundos, e busca vivenciar uma conexão mais profunda consigo mesmo e com os outros. Vale ressaltar a importância da psicologia nesse processo:

Quando o conteúdo da religiosidade e espiritualidade surgir no encontro terapêutico, é importante que o profissional fale da relevância destas dimensões, sem entrar em questões sobre qual seria a crenças mais adequadas ou menos adequadas; "usar as crenças religiosas-espirituais dos clientes-pacientes como ponto de apoio para ampliar habilidades e aprendizagens" e para alcançar objetivos terapêuticos. (Henning-Geronasso; Moré, 2015, p.9).

Nesta perspectiva, a visão da espiritualidade dentro do humanismo valoriza a liberdade de escolha e a autonomia pessoal. Cada indivíduo é incentivado a explorar

sua própria espiritualidade, sem imposições externas ou limitações impostas por dogmas religiosos ou conceitos pré-estabelecidos. A diversidade de crenças, valores e práticas espirituais é reconhecida e respeitada.

7.2. Gestalt-Terapia

A Gestalt-terapia é uma abordagem da psicologia humanista, também conhecida como terapia do contato, que se concentra no contato consigo mesmo. Originada da escola da psicologia que estuda a percepção humana, sua premissa é que "o todo não é igual à soma de suas partes." Isso significa que as emoções, percepções e comportamentos do indivíduo se combinam para formar uma personalidade única, diferente de suas partes isoladas (Perls, Hefferline & Goodman, 1951).

A Gestalt-terapia é uma abordagem que se destaca na psicologia humanista, muitas vezes chamada de "terceira força" devido à sua posição distinta em relação ao psicanalismo e ao comportamentalismo. Ela surgiu na década de 1950, e seus fundadores, Fritz Perls, Laura Perls e Paul Goodman, desenvolveram uma abordagem terapêutica que enfatiza a experiência imediata e o aqui e agora, em vez de focar apenas em conteúdos inconscientes ou padrões de comportamento (Perls, 1969; Yontef & Jacobs, 2005).

A Gestalt-terapia valoriza a consciência e a auto exploração do cliente, encorajando-os a se conectar com suas emoções, pensamentos e sensações físicas no presente. Ela também se concentra na responsabilidade pessoal e na forma como as pessoas podem escolher suas respostas às suas circunstâncias e experiências.

Principais conceitos da Gestalt-terapia são derivados principalmente da obra e prática de Fritz Perls e incluem:

- **Aqui e Agora:** A terapia foca na experiência presente do cliente e em como eles estão vivendo e experienciando o momento atual.
- **Consciência:** O objetivo é aumentar a consciência do cliente sobre seus sentimentos, pensamentos e comportamentos, permitindo uma maior compreensão e autoaceitação.
- **Responsabilidade:** A Gestalt-terapia enfatiza a responsabilidade pessoal, encorajando os clientes a reconhecerem e aceitarem suas próprias escolhas e responsabilidades.

- **Contato e Contenção:** O conceito de "contato" se refere à capacidade de entrar em uma relação significativa com o ambiente e com os outros, enquanto "contenção" refere-se à forma como as pessoas lidam com as suas próprias emoções e experiências.
- **Experimentos:** Técnicas experimentais são usadas para explorar e vivenciar experiências emocionais e comportamentais, muitas vezes encorajando a experimentação direta e o "teste" de novas formas de se comportar ou sentir.

A abordagem fenomenológico-existencial da Gestalt-terapia oferece uma visão rica e profunda da experiência humana, promovendo o crescimento pessoal e a autenticidade, com foco na relação do ser humano com o destino e a liberdade pessoal, conforme discutido por Rollo May.

A Gestalt-terapia, de fato, valoriza o ser humano como um ser de relação, o que implica que a nossa identidade e a nossa experiência são moldadas e compreendidas em relação a si mesmo, com outrem e com o ambiente ao nosso redor. A ideia de que o ser humano é fundamentalmente relacional destaca a interdependência e a importância do contexto social e ambiental na formação da nossa experiência e identidade (Perls, Hefferline & Goodman, 1951; Yontef, 1993).

Rollo May, um importante psicólogo existencial, oferece uma visão sobre o destino que se encaixa bem com a perspectiva da Gestalt-terapia. Para May, o destino não é algo que podemos mudar ou controlar em sua totalidade, mas sim um conjunto de circunstâncias e limitações que nos são dadas na vida. No entanto, mesmo dentro desses limites, há uma margem significativa para a escolha pessoal e a expressão do potencial criativo.

A visão de May pode ser compreendida da seguinte forma:

- **Destino como Condições Dadas:** O destino inclui eventos e circunstâncias que estão além do nosso controle, como a morte, doenças, desastres naturais, entre outros. Esses eventos representam limites e riquezas que fazem parte da nossa realidade.
- **Liberdade e Escolha:** Embora não possamos mudar os eventos que nos acontecem, podemos escolher como reagir a eles. A liberdade reside na forma como lidamos com essas circunstâncias e como usamos nossos talentos e habilidades para responder a elas de maneira significativa.
- **Potencial Criativo e Realização:** A Gestalt-terapia e a visão de May enfatizam que, mesmo diante de um destino imutável, os indivíduos têm o potencial criativo para encontrar novos significados e formas de viver. Esse processo contínuo de busca e realização é visto como uma parte essencial da experiência humana.

A Gestalt-terapia se alinha bem com a visão de Rollo May ao enfatizar a autoconsciência e a responsabilidade pessoal como caminhos para enfrentar e transformar as circunstâncias da vida. Aqui estão alguns pontos que refletem como essa perspectiva é incorporada na prática terapêutica:

1. **Autoconsciência:** A Gestalt-terapia ajuda os clientes a se tornarem mais conscientes de seus pensamentos, sentimentos e comportamentos no presente. Esse foco no "aqui e agora" permite que os clientes reconheçam como suas experiências atuais são moldadas por suas percepções e interpretações, e como essas podem influenciar suas respostas às circunstâncias da vida (Perls, Hefferline & Goodman, 1951).
2. **Responsabilidade Pessoal:** A abordagem encoraja os indivíduos a assumirem a responsabilidade por suas escolhas e ações. Isso não significa culpar a si mesmo por todas as dificuldades da vida, mas sim reconhecer a autonomia na maneira como reagimos e interagimos com nossos desafios (Clarkson, 1989).
3. **Exploração Criativa:** Em vez de apenas aceitar passivamente as limitações e dificuldades, a Gestalt-terapia incentiva a exploração criativa e experimental. Isso pode envolver a experimentação com novos comportamentos, perspectivas ou formas de se relacionar com os outros, ajudando os clientes a encontrar novas maneiras de enfrentar e transformar suas experiências (Polster & Polster, 1973).

Assim, tanto a Gestalt-terapia quanto a visão de Rollo May compartilham a ideia de que, embora não possamos mudar as condições externas que enfrentamos, temos a capacidade de moldar nossas respostas a essas condições. A terapia oferece ferramentas e suporte para explorar essas respostas de maneira autêntica e criativa, ajudando os indivíduos a encontrar realização e sentido em suas vidas.

Ao tratarmos da religião e da espiritualidade na visão da Gestalt é importante lembrar que o ser humano é um ser religioso independentemente de estar ou não filiado a uma religião, seja por causa da cultura ou por pré-disposição natural.

A Gestalt-terapia, alinhada com a Psicologia Humanista, reconhece que a espiritualidade é uma parte fundamental da experiência humana, independentemente de uma afiliação religiosa formal. A espiritualidade é entendida como uma tendência inata para buscar significado, conexão e uma relação com algo maior ou sagrado, o que pode ou não se manifestar através de práticas religiosas estabelecidas.

A Espiritualidade é vista como a face subjetiva da experiência religiosa, uma busca pessoal e única por significado e transcendência. Envolve sentimentos e experiências que conectam o indivíduo com o sagrado de maneira pessoal e íntima, conforme Valle (1998). Não se limita a tradições ou dogmas específicos, mas se

manifesta através de uma consciência aberta e receptiva ao mistério e à dimensão transcendente da vida.

A Religião se refere a sistemas estruturados de crenças e práticas que buscam organizar a experiência espiritual em um contexto comunitário. Pode fornecer uma estrutura formal para explorar a espiritualidade, mas não é a única via para a experiência do sagrado (Catré et al., 2016)

Na Gestalt-terapia, a espiritualidade pode ser explorada como um aspecto central da busca por sentido e realização. A abordagem terapêutica permite que os clientes investiguem suas experiências espirituais e religiosas, compreendendo como essas influenciam suas percepções e reações. A espiritualidade é vista como uma força motriz na vida das pessoas, ajudando a moldar sua identidade, valores e propósito (Amatuzzi, 2005).

Para a Gestalt-terapia, a experiência do sagrado é muitas vezes entendida antes da concepção formal ou institucionalizada do sagrado. Essa experiência inicial e íntima pode ajudar os indivíduos a redefinir continuamente o sentido da vida. À medida que se encontram com a concepção formal do sagrado, podem ocorrer reavaliações e aprofundamentos da experiência espiritual, refletindo uma busca contínua por transcendência e significado (Lima Neto, 2013).

A Gestalt-terapia promove a integração da espiritualidade na vida cotidiana. Através da exploração fenomenológica, os terapeutas ajudam os clientes a reconhecer e explorar como suas crenças e experiências espirituais impactam suas vidas e decisões. Isso pode incluir a descoberta de novas formas de conectar-se com o sagrado, refletir sobre questões existenciais e buscar uma maior autenticidade.

A noção de religião intrínseca descrita por Allport (1954) se refere a uma abordagem madura da espiritualidade, onde a religião é vivida como uma busca genuína por significado e verdade, em vez de mera conformidade com regras externas. A Gestalt-terapia valoriza essa perspectiva, encorajando os indivíduos a explorar sua espiritualidade de uma maneira que ressoe profundamente com sua experiência pessoal.

Na prática terapêutica, a Gestalt-terapia pode utilizar técnicas como:

- **Diálogo:** Explorar e entender como os clientes vivenciam suas crenças e experiências espirituais através do diálogo aberto e reflexivo.

- **Experimentos:** Facilitar experimentos terapêuticos que ajudam os clientes a experimentar novas formas de conexão com o sagrado ou com aspectos significativos de sua vida.
- **Consciência Corporal:** Usar técnicas de atenção plena para ajudar os clientes a perceber como suas experiências espirituais se manifestam fisicamente e emocionalmente.

Ao integrar a espiritualidade na terapia, a Gestalt-terapia oferece um espaço seguro para a exploração profunda e significativa das dimensões espirituais e religiosas da vida dos clientes, promovendo um maior entendimento e realização pessoal. (Henning-Geronasso & Moré, 2015).

8. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da pesquisa realizada, foi possível concluir que a espiritualidade desempenha um papel fundamental na promoção do bem-estar psicológico e na saúde mental. A literatura revisada evidenciou que a espiritualidade, ao proporcionar um senso de propósito, significado e conexão com algo maior, funciona como um recurso interno valioso para o enfrentamento de adversidades e crises existenciais. Essa dimensão da vida humana, quando devidamente integrada às práticas psicológicas, contribui para o desenvolvimento de uma abordagem mais holística e centrada no indivíduo, abrangendo tanto os aspectos emocionais quanto espirituais da experiência humana.

Os resultados desta pesquisa destacam a importância de se desenvolver modelos teóricos e práticos que permitam uma maior integração entre espiritualidade e psicologia, levando em consideração a diversidade de crenças e práticas espirituais. A inclusão da espiritualidade na psicologia não apenas amplia o escopo de atuação da disciplina, como também proporciona uma compreensão mais profunda e completa do ser humano. Essa abordagem inclusiva e respeitosa à pluralidade cultural e filosófica é essencial para atender de maneira ética e eficaz às necessidades de indivíduos cujas experiências espirituais são centrais em suas vidas.

Outro ponto relevante é a contribuição de que a espiritualidade pode oferecer tratamento de questões psicológicas relacionadas a temas como perda, morte, dor e sofrimento. A revisão indica que a espiritualidade pode servir como um recurso de resiliência, promovendo esperança, gratidão e adaptação saudável diante de desafios.

No entanto, é importante que a integração da espiritualidade na prática psicológica seja feita de maneira criteriosa, respeitando as particularidades individuais e evitando uma abordagem generalizada que não considere as singularidades de cada paciente.

Por fim, em virtude da pesquisa que realizamos, entendemos que a espiritualidade possui relação com a psicologia vê-se que se faz indispensável acrescentar a visão pelo viés da espiritualidade na psicologia, uma vez que esta também se faz indispensável para o desenvolvimento de práticas terapêuticas inclusivas e humanizadas, considerando o humano como um todo. Essa integração permite que os profissionais de saúde mental ofereçam um cuidado abrangente, promovendo não apenas o bem-estar psicológico, considerando os aspectos espirituais e suas influências na vida dos pacientes. Ao reconhecer a espiritualidade como uma dimensão central da experiência humana, a psicologia se aproxima de uma visão mais completa do ser humano, capaz de atender de forma mais plena as complexas necessidades emocionais, mentais e espirituais das pessoas.

Também verificamos que a Espiritualidade é contemplada na teoria e prática pela psicologia Humanista, a qual busca promover autoconhecimento, crescimento pessoal associado ao desenvolvimento espiritual, levando em conta que a espiritualidade é vista como uma fonte de inspiração e guia para a realização do potencial humano e para alcançar uma vida mais significativa. Já na abordagem da Gestalt terapia a qual tem sua ênfase na experiência daqui e agora e na relação terapêutica, é apresentada como uma abordagem que pode ajudar a restaurar o sentido de transcendência e propósito, oferecendo respostas à crise existencial contemporânea e às formas de sofrimento e adoecimento.

A pesquisa revelou que a espiritualidade tem um papel fundamental na busca por um sentido da vida e bem-estar emocional, a Gestalt-terapia, alinhada com a Psicologia Humanista, reconhece que a espiritualidade é uma parte fundamental da experiência humana, independentemente de uma afiliação religiosa formal. A espiritualidade é entendida como uma tendência inata para buscar significado, conexão e uma relação com algo maior ou sagrado, o que pode ou não se manifestar através de práticas religiosas estabelecidas.

A psicologia busca compreender o funcionamento da mente humana, suas emoções e comportamentos, a Psicologia Humanista e a Gestalt terapia ao incluir a

espiritualidade em sua abordagem teórica e prática, contribuem para o autoconhecimento e a promoção do bem-estar psicológico, a Gestalt através da exploração fenomenológica, os terapeutas ajudam os clientes a reconhecer e explorar como suas crenças e experiências espirituais impactam suas vidas e decisões. Isso pode incluir a descoberta de novas formas de conectar-se com o sagrado, refletir sobre questões existenciais e buscar uma maior autenticidade. Já a contribuição a visão da espiritualidade dentro do humanismo é valorizar a liberdade de escolha e a autonomia pessoal, nesse sentido cada indivíduo é incentivado a explorar sua própria espiritualidade, sem imposições externas ou limitações impostas por dogmas religiosos ou conceitos pré-estabelecidos, sendo diversidade de crenças, valores e práticas espirituais é reconhecida e respeitada.

Concluimos que o tema espiritualidade se faz indispensável para o desenvolvimento de práticas terapêuticas inclusivas e humanizadas, considerando o humano como um todo. Essa integração permite que os profissionais de saúde mental ofereçam um cuidado abrangente, promovendo não apenas o bem-estar psicológico, considerando os aspectos espirituais e suas influências na vida dos pacientes. Ao reconhecer a espiritualidade como uma dimensão central da experiência humana, a psicologia se aproxima de uma visão mais completa do ser humano, capaz de atender de forma mais plena as complexas necessidades emocionais, mentais e espirituais das pessoas e a terapia oferece ferramentas e suporte para explorar essas respostas de maneira autêntica e criativa, ajudando os indivíduos a encontrar realização e sentido em suas vidas.

Essa perspectiva, portanto, reforça a necessidade de um diálogo constante entre espiritualidade e psicologia, bem como de mais pesquisas que possam aprofundar a compreensão dessa inter-relação, contribuindo para o desenvolvimento de práticas que ofereçam um suporte eficaz e humanizado a indivíduos em busca de bem-estar integral.

9. REFERÊNCIAS

- Amatuzzi, M. (org.), **Psicologia e espiritualidade**. São Paulo: Paulus, 2005.
- Andreatini, R., Boerngen-Lacerda, R., Zorzetto Filho, D. (2001). **Tratamento farmacológico do transtorno de ansiedade generalizada: perspectivas futuras**. *Revista Brasileira de Psiquiatria*.
- Aquino, T. A. A. de, Dantas, C. T. A. C., Medeiros, I. F., Moraes, I. O. A. L. de, Melo, M. de O., Nascimento, N. M. C. do, Andrade, S. F. de O., Abrantes, M. do S., & Pires, V. N. (2013). **Estilos de fé e sentido da vida**. *Psicologia Argumento* (Curitiba), 31(75), 665-676. Disponível em: <https://dx.doi.org/10.7213/psicol.argument.31.075.AO04>. Acesso em: 02 de outubro de 2024.
- Autor desconhecido. **Desvelando a memória do humano**. São Paulo: Sobornost, 2006.2009. "O cuidado na clínica contemporânea: a hospitalidade com o humano e o terapeuta anfitrião - O outro-raiz". Sampa GT, São Paulo, n. 6, 2010/2011.
- Bach, M. **As grandes religiões do mundo**. Rio de Janeiro: Nova Era, 2002.
- Castillo, A. R. G., Recondo, R., Asbahr, F. R., Manfro, G. G. **Transtornos de Ansiedade**. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. V.22, p.20-23, 2000.
- Catré, M. N. C., Ferreira, J. A., Pessoa, T., Acácio Catré, & Costa Catré, M. (2016). **Espiritualidade: Contributos para uma clarificação do conceito**. *Análise Psicológica*, 34(1), 31-46. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.14417/ap.877>. Acesso em: 19 de agosto de 2024.
- Costa, M.; Siqueira, J.; Resende, P. H. C. de. **Psicoterapia integrada à espiritualidade: Aplicações práticas**. *HU Revista*, [S. l.], v. 44, n. 4, p. 481–489, 2020. DOI: 10.34019/1982- 8047.2018.v44.25827. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/25827>. Acesso em: 20 de agosto de 2024.
- Crema, R. **Antigos e novos terapeutas**. Petrópolis: Vozes, 2002.
- Crepaldi, M. Por favor, não menospreze o RPD!. *Facilitah*. Ponta Grossa. Disponível em: <https://facilitahdesenvolvimento.com.br/por-favor-nao-menospreze-o-rpd/>. Acesso em: 15 de setembro de 2024.
- Curdella, B. H. P. **O amor na relação terapêutica: uma visão gestática**. São Paulo: Buber, M. Eu e tu. São Paulo: Cortez & Moraes, 1979. Summus, 1994.
- De Oliveira, M. F., & Ferreira, A. L. (2015). **Educação e Espiritualidade: Contribuições da Abordagem de Ken Wilber para uma Educação Integral** [Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade Federal de Pernambuco].
- Delacroix, J. **Encuentro con la psicoterapia**. Santiago do Chile: Quatro Vientos, 2008.
- Freud, S. **A Questão da Análise Leiga**. In: Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, vol. 20. Rio de Janeiro: Imago, 1987.
- Freud, S. **Linhas de progresso na terapia psicanalítica**. In: Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, vol. 17. Rio de Janeiro: Imago, 1987.
- Freud, S. **Sobre Psicoterapia**. In: Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, vol. 7. Rio de Janeiro: Imago, 1987.

Freud, S. **Um Estudo Autobiográfico**. In: Edição Standard das Obras Completas de Sigmund Freud, vol. 20. Rio de Janeiro: Imago, 1987.

Gebeault, A. **The analytic process in psychoanalysis and psychotherapy: from the interpersonal to the intrapsychic level**. *Journal of Analytical Psychology*, 2002, 47, p. 143-162.

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

Hennig-Geronasso, M. C.; Moré, C. L. O. O. **Influência da Religiosidade/Espiritualidade no Contexto Psicoterapêutico**. *Psicologia: ciência e profissão*, v. 35, n. 3, p. 711-725, 2015. ISSN 1414-9893. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-370300094201>. Acesso em: 08 de setembro de 2024.

Hycner, R. **De pessoa a pessoa**. São Paulo: Summus, 1995.

Leloup, J.; Boff, L. **Terapeutas do deserto**. Petrópolis: Vozes, 2002.

Limam Neto, Valdir Barbosa. **A espiritualidade em logoterapia e análise existencial: o espírito em uma perspectiva fenomenológica e existencial**. *Rev. abordagem*

Gestalt., Goiânia, v. 19, n. 2, p. 220-229, dez. 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672013000200010&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 24 de setembro de 2024.

Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais - Associação Americana de Psiquiatria (APA) 2014.

Moreira-Almeida, A. (2010). **O crescente impacto das publicações em espiritualidade e saúde e o papel da Revista de Psiquiatria Clínica**. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 37, 41-42.

Moreira-Almeida, A., & Lucchetti, G. (2016). **Panorama das pesquisas em ciência, saúde e espiritualidade**. *Ciência e Cultura*, 68(1), 54-57.

Mulolo, S. C., Menezes, G. B., Fontenelle, L., Versiani, M. **Eficácia do tratamento cognitivo e/ou comportamental para transtorno de ansiedade social**. *Revista Psiquiatria*, v.31, n. 3, p.177-186, 2009.

Nascimento, Ananda Kenney da Cunha; CALDAS, Marcus Túlio. **Dimensão espiritual e psicologia: a busca pela inteireza**. *Rev. abordagem gestalt.*, Goiânia, v. 26, n. 1, p. 74-89, abr. 2020. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672020000100008&lng=pt&nrm=isoa. Acesso em: 23 junho de 2024.

Nietzsche, Friedrich. **Além de bem e mal: prelúdio de uma filosofia do futuro**. São Paulo: Companhia das Letras, 2001.

Orto, R. **O sagrado**. Lisboa: Edições 70, 1992.

Perls, F. **Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata do lixo**. São Paulo: Summus, 1979.

Pitta, J.C.N. (2011). **Como diagnosticar e tratar transtornos de ansiedade**. *Revista Brasileira de Medicina*. 68(12), 6-13.

Ribeiro, J. P. **Conceito de mundo e pessoa em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2011.

Safra, G. **A po-ética na clínica contemporânea**. Aparecida: Ideias e Letras, 2004.

Schultz, Duane; Schultz, Sydney. **História da psicologia moderna**. São Paulo: Cultrix, 1999.

Scorsolini-Comin, F. **Um toco e um divã: reflexões sobre a espiritualidade na clínica etnopsicológica.** Contextos Clínic, São Leopoldo, v. 8, n. 2, p. 114-127, dez. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-. Acesso em: 03 setembro de 2024.

Souza, Deise Coelho de; Carvalho, Patrícia Paiva; Scorsolini-Comin, Fabio. **A religiosidade/espiritualidade no contexto hospitalar: reflexões e dilemas a partir da prática profissional.** Mudanças, São Paulo, v. 28, n. 1, p. 55-61, jun. 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-32692020000100008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 15 de agosto de 2024.

Welwood, J. **Em busca de uma psicologia do despertar.** Rio de Janeiro: Rocco, 2003.

Willhelm, A. R.; Andretta, I.; Ungaretti, M. S. **Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade.** *Contextos Clínicos*, 2015.

Frazãoa, Lilian Meyer; Okalima Fukumitsu, Karina; Cardiella, Beatriz Helena Paranhos (Orgs.). A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia. São Paulo: Editora Summus, 2015.

10. ANEXO



RELATÓRIO DE VERIFICAÇÃO DE PLÁGIO

DISCENTE: Lilian Maria Sulzbacher, Valdineia Marta Alves dos Santos Ferreira.

CURSO: Psicologia

DATA DE ANÁLISE: 17.10.2024

RESULTADO DA ANÁLISE

Estatísticas

Suspeitas na Internet: **6,27%**

Percentual do texto com expressões localizadas na internet [△](#)

Suspeitas confirmadas: **6,19%**

Confirmada existência dos trechos suspeitos nos endereços encontrados [△](#)

Texto analisado: **94,57%**

Percentual do texto efetivamente analisado (frases curtas, caracteres especiais, texto quebrado não são analisados).

Sucesso da análise: **100%**

Percentual das pesquisas com sucesso, indica a qualidade da análise, quanto maior, melhor.

Analisado por Plagius - Detector de Plágio 2.9.4
quinta-feira, 17 de outubro de 2024

PARECER FINAL

Declaro para devidos fins, que o trabalho das discentes LILIAN MARIA SULZBACHER n. de matrícula **46087**, e VALDINEIA MARTA ALVES DOS SANTOS FERREIRA n. de matrícula **46520**, do curso de Psicologia, foi aprovado na verificação de plágio, com porcentagem conferida em 6,27%. Devendo as alunas realizarem as correções necessárias.

Assinado digitalmente por: ISABELLE DA SILVA SOUZA
Razão: Responsável pelo documento
Localização: UNIFAEMA - Ariqueme/RO
O tempo: 17-10-2024 16:29:27

ISABELLE DA SILVA SOUZA
Bibliotecária CRB 1148/11
Biblioteca Central Júlio Bordignon
Centro Universitário Faema – UNIFAEMA