

Reflexões sobre a psicoterapia para pessoas de vida consagrada¹

Ênio Brito Pinto²

Vou desenvolver aqui algumas reflexões derivadas de um trabalho que realizo há muitos anos e que foi tema de meu livro mais recente, a psicoterapia para pessoas de vida consagrada. Contarei sumariamente sobre minha aproximação com o tema, para depois discutir um pouco sobre algumas questões que me parecem interessantes, como a contextualização da psicoterapia e os possíveis trabalhos do psicólogo com pessoas de vida consagrada.

Comecei o trabalho com essa clientela quando eu já tinha mais de 20 anos de prática clínica em psicologia e estava fazendo meu mestrado em Ciências da Religião da PUC/SP. À época, fundou-se em São Paulo o ITA, Instituto Terapêutico Acolher, especializado no atendimento a pessoas de vida religiosa católica. A princípio, trabalhei no ITA como convidado, ministrando palestras e promovendo discussões sobre a sexualidade humana, tema de meu mestrado, no qual estudei a influência da religião no processo de Orientação Sexual na escola. Aos poucos, fui me aproximando dos colegas do corpo clínico do ITA até passar a fazer parte da equipe.

Ao atender religiosos e religiosas, notei uma peculiaridade interessante com relação aos padres: muitos deles vinham para São Paulo para uma terapia e precisavam voltar logo para sua cidade de origem. Tendo isto em vista, propus ao Pe. Edênio Valle, então presidente do ITA e professor da PUC/SP, realizar um estudo sistemático sobre um trabalho de psicoterapia de curta duração para esta clientela. Da proposta ao projeto tudo foi muito rápido e logo comecei meus estudos de doutoramento nas Ciências da Religião da PUC, com apoio da Fundação Porticus. Em 2007 defendi minha tese, “Gestalt-terapia de curta duração para clérigos católicos: elementos para a prática clínica”, da qual derivaram dois livros, um, em 2009, sobre psicoterapia de curta duração, pela Summus Editorial, e outro, em 2012, pela Editora Ideias e Letras, do grupo Santuário. Este segundo livro, intitulado “Os Padres em Psicoterapia: Esclarecendo singularidades”, foi recebido com especial atenção tanto por colegas psicoterapeutas quanto por

¹ Publicado na revista Paróquias, ano 7, nº 40, p. 24 – 29, fevereiro de 2013

² Psicólogo (CRP 06/14675), mestre e doutor em Ciências da Religião, pós-doutor em psicologia clínica.

religiosos, a ponto de ter sua segunda edição lançada ainda em 2012, menos de seis meses após a primeira. Nesta obra trato de questões relativas ao trabalho terapêutico com padres, um tema que ainda precisa de mais estudos e mais aprofundamentos, por vasto e complexo que é.

No livro comento doze diferenças que percebi entre o atendimento psicoterápico prestado a pessoas de vida consagrada e o atendimento prestado a pessoas leigas, buscando compreender cada uma dessas diferenças de modo a facilitar ao psicoterapeuta o trabalho com essa clientela; também é função do livro explicar aos religiosos o que é e qual a função de um processo de psicoterapia em sua formação pessoal, quer seja nos momentos de crise, quer seja nos momentos de busca de crescimento pessoal e desenvolvimento dos próprios dons. Faço também considerações úteis aos psicólogos, cada vez mais numerosos, que fazem assessorias a casas religiosas colaborando na formação dos presbíteros.

Estes trabalhos de assessoria compõem uma das interfaces entre os profissionais *psi*, especialmente os psicólogos, e a vida consagrada. Feito especialmente nas casas religiosas é um suporte para a formação. Aqui o psicólogo não faz psicoterapia, mas assessoria, no sentido de facilitar, especialmente através de trabalhos de reflexão em grupo, o discernimento das pessoas que começam a se dedicar à vida consagrada. De maneira geral, o que se faz são os chamados “grupos de crescimento”, espaços de conversas e reflexões sobre o que é vivido pelos participantes. Também aqui se pretende um incremento no autoconhecimento e na autonomia, mas de maneira e através de caminhos diferentes da psicoterapia, ou seja, embora terapêutico, este trabalho não é psicoterapia. Nesse tipo de atividade, o psicólogo vai até a casa de formação regularmente, realiza esses grupos e também ajuda os formadores a se posicionarem ante as questões levantadas na formação. O psicólogo que faz este trabalho não é o mesmo que faz a psicoterapia, pois se ele fizer as duas atividades com o mesmo grupo se deparará com questões éticas muito delicadas, graves mesmo, as quais não posso discutir aqui por falta de espaço. Em outros termos: os clientes do psicólogo nestes trabalhos não são exatamente as pessoas com quem ele trabalha, mas a congregação ou a diocese, quer dizer, o psicólogo trabalha para que aquele grupo de pessoas conviva bem, para que a vida naquela comunidade seja mais enriquecedora e mais propiciadora de bons discernimentos, de crescimento e de convivências estimuladoras para cada um dos membros daquele grupo.

No que diz respeito especificamente à psicoterapia, percebo que, mesmo nos dias de hoje, não é raro encontrarmos algumas más compreensões acerca do que é esse processo. Muito se fala dessa atividade na imprensa e em diversos outros lugares, mas ainda são poucas as pessoas que compreendem bem o que seja um processo psicoterápico. Vou destacar dois mal-entendidos bastante comuns com relação à psicoterapia.

Uma das más compreensões mais comuns com relação ao processo psicoterápico é a fantasia de que se trate de algo sempre agradável, um caminho suave. A psicoterapia é, basicamente, um processo de autoconhecimento, de descoberta de si com a ajuda de um especialista, o psicoterapeuta, via de regra um psicólogo. Conhecer-se, descobrir-se, explorar-se, aprender sobre si não são processos sempre suaves e agradáveis. Muitas vezes, conhecer-se significa penetrar em dúvidas e angústias antes camufladas, explorar aspectos de si que nem sempre são bonitos e facilmente aceitáveis, deparar-se com as contradições e a complexidade humanas presentes em cada um de nós, rever relações pessoais tóxicas em busca de transformá-las em relações nutrientes, fechar situações inacabadas que se mantêm abertas por falta de coragem, assumir posições mais autênticas e livres, mais críticas e autônomas. De maneira geral, o processo psicoterapêutico, quando bem desenvolvido, traz, durante o seu transcorrer e até o seu final, a vivência, essa, sim, prazerosa, de crescimento conquistado após o enfrentamento de muitas questões e o desenvolvimento de muitos potenciais antes estagnados; traz autoatualização através de mudanças e de novas posturas mais cuidadosas e responsáveis; traz o crescimento da autoestima, e da compreensão da pertinência da existência pessoal, além da aceitação de si, da gratuidade da vida e da necessidade de convivência harmoniosa com as diferenças.

Outra questão dessa área que não é conhecida por muitas pessoas é que a área *psi* é múltipla, composta por diversas correntes, o que gera diversas maneiras de se fazer psicoterapia. *Grosso modo*, podemos dizer que as teorias *psi* se dividem hoje em três grandes áreas, distinguidas umas das outras especialmente pela visão de ser humano que as orienta. Essas três grandes áreas são as psicanálises, as teorias cognitivistas-comportamentais e as psicologias fenomenológicas, das quais derivam, pela ordem, as psicoterapias psicanalíticas (ou análise, ou, ainda, psicanálise), a psicoterapia cognitivo-comportamental e a psicoterapia fenomenológica (ou, para alguns, psicoterapia humanista). Cada uma dessas grandes áreas tem diferenças teóricas em seu interior, compondo a existência de abordagens distintas dentro de uma mesma área. Assim é que, por exemplo, na área das psicanálises, temos a chamada “psicanálise clássica”, mais

próxima das proposições de Freud, temos a psicanálise winnicottiana, a lacaniana, dentre outras psicanálises; na área das psicologias fenomenológicas, temos a Gestalt-terapia, a Daseinsanalyse, a Abordagem Centrada na Pessoa, de Carl Rogers, a Logoterapia, de Viktor Frankl, dentre outras. Nenhuma dessas grandes áreas é, a princípio, mais correta ou mais profunda ou mais forte que as outras: são maneiras diferentes de se conceber e estudar o complexo ser humano. São olhares de ângulos diferentes, muitas vezes divergentes, muitas vezes próximos, frutos da imensa necessidade que tem o ser humano de se conhecer e se compreender. Cada psicoterapeuta necessariamente se especializa em uma dessas áreas e é a partir daí que ele orienta seu trabalho clínico e o contato com sua clientela. Por isso, considero de suma importância que o terapeuta esclareça seus clientes sobre a orientação teórica básica de seu trabalho. Não é por outro motivo que começo meu livro discutindo sumariamente as bases da Gestalt-terapia, abordagem que fundamenta meu olhar.

Isso posto, quero falar um pouco mais sobre essa especificidade que venho estudando, a psicoterapia para pessoas de vida consagrada. Não vou tocar aqui nos assuntos que abordo no livro, mas buscar esclarecer algumas dúvidas colocadas para mim por pessoas que, depois da leitura do livro, desejam ainda saber um pouco mais sobre o tema.

Uma das questões mais comuns diz respeito a como saber se o que se deve procurar é a psicoterapia ou outro tipo de ajuda. O primeiro ponto a se destacar numa possível resposta a essa questão é que a psicoterapia não é para todos nem para todos os momentos. Ela é uma forma de ajuda específica, limitada como todas as formas de ajuda. Assim, a ajuda psicoterapêutica pode ter lugar em, basicamente, duas circunstâncias. A primeira, e muito raramente usada, é quando a pessoa sente que tem potenciais que precisa desenvolver e não sabe bem como fazer esse desenvolvimento. Há um crescimento que precisa se dar e a pessoa percebe que precisa de uma ajuda de um especialista para verdadeiramente incrementar esse crescimento. Um seminarista que atendi me enviou o seguinte e-mail ao fim da terapia:

Gostei de ter feito a terapia; aprendi a ter mais energia e equilíbrio diante dos conflitos da Casa; fiquei mais autoconfiante, porém prudente em relação ao reitor. Os meninos diziam que era o reitor quem precisava ir ao psicólogo e não eu, mas compensou, porque eu percebi muitas coisas positivas em mim e ao meu redor, de onde eu poderia tirar forças para conviver e ir adiante em minhas buscas.

A segunda forma de procura da psicoterapia, a mais comum, é quando a pessoa se percebe em um momento de crise, percebe que há mudanças importantes que precisa fazer e não sabe como. Nesses casos, há um sofrimento que se repete, uma angústia, um mal-estar existencial que não é suprimido através dos recursos que a pessoa costuma utilizar comumente. Há um sofrimento repetitivo mostrando que não dá mais para postergar atitudes, para resolver solitariamente a angústia, somente conversar com amigos ou familiares, somente aconselhar-se com o padre, unicamente procurar um médico ou utilizar drogas ou medicamentos que apenas atenuam o sofrimento. É preciso mudar, a vida exige importantes correções de rumo, pessoalíssimas correções de rumo, geralmente para que a pessoa possa conhecer melhor, preservar, ampliar e utilizar livremente as riquezas mais nucleares que tem. Ao fim de um trabalho com essa motivação o padre meu cliente enviou um e-mail com a seguinte conclusão:

A terapia me ajudou a ver a realidade de maneira mais real, sem grandes angústias. Eu agradeço à terapia que me ajudou a ver os problemas com menos ansiedade e a encará-los sem a necessidade de fazer o impossível para resolver o que não está ao meu alcance. A programar bem minhas atividades e confiar na programação. Saber dizer não ao que não posso atender, respeitar os meus limites e aprender das crianças que falam o que pensam com naturalidade. É verdade que são muitos os desafios, mas não impossíveis de ser enfrentados. Tenho presente que a próxima obediência será de muito trabalho, muitas exigências, mas me sinto tranquilo e sem medo do que virá pela frente.

Nem sempre é a própria pessoa que percebe a necessidade de uma psicoterapia. No caso dos padres, por exemplo, é até mais comum o contrário: alguma pessoa da convivência cotidiana do religioso aponta para ele como ele está vivendo ou causando repetidamente sofrimentos que poderiam ser evitados através da ajuda de um psicoterapeuta. Um dos casos mais comuns em que isso ocorre é quando os filhos ou os irmãos começam a se dar conta de que o padre está se irritando por pouca coisa, fica facilmente exasperado, se queixa muito e pouco faz para mudar aquilo de que se queixa. Outro caso, também bastante comum, é quase que o oposto: as pessoas percebem que o padre está apático, deprimido, com pouca disposição para a vida, muito postergador. Isso para não falar das patologias mais graves, como algumas depressões severas a que alguns presbíteros estão sujeitados e não admitem, além de questões como a falta de sentido existencial, o alcoolismo ou uso de drogas, vivências desajustadas da sexualidade, busca desmesurada de poder, dentre outros comportamentos igualmente danosos perceptíveis para o

observador mais atento. Um padre que viveu uma dessas situações escreve ao fim de sua psicoterapia:

Pude trabalhar a minha personalidade e pude me conhecer melhor e tomar decisões que muito me ajudarão na convivência comigo mesmo e na vivência do meu sacerdócio. Minhas qualidades poderão me ajudar na superação de minhas limitações. É preciso que eu saiba reconhecer os meus limites e os limites dos outros e que eu saiba tomar posições maduras. Começo uma nova etapa, onde sou chamado a fazer diferente, sendo mais eu. Fico com a sensação da missão realizada e do desafio de saber conviver com o novo jeito de ser. Sinto que quero mudar e quero fazer diferente. Desejo dar um testemunho e ser mais eu na condução da minha vida sabendo cultivar os valores éticos, morais e religiosos.

Para citar um exemplo de sofrimento que pode levar uma pessoa religiosa à terapia, vou comentar rapidamente sobre uma possível crise vocacional. Mais comumente essas crises aparecem por um de dois caminhos, embora haja outros caminhos pelos quais ela possa eclodir. O primeiro é quando há um certo descompasso entre a vocação que a pessoa percebe que tem e a estrutura da instituição à qual ela está ligada. A pessoa sente que tem que rever os caminhos trilhados, buscar novas trilhas que lhe possibilitem um maior senso de autorrealização e de sentido para a vida; percebe que tem que mudar atitudes e posturas ante seus irmãos ou ante seus paroquianos e sente que precisa de ajuda para fazer essas mudanças com o menor prejuízo possível para si e para os outros e com o maior ganho possível para si e para os outros. São vivências geralmente muito sofridas e difíceis que envolvem um profundo ressignificar da vida.

Outro tipo de crise vocacional, cada vez mais comum e de solução sempre complicada, aparece quando a pessoa religiosa se sente fortemente atraída ou mesmo amando outra pessoa e é colocada ante um dilema complexo, em grande parte artificial: escolher entre viver uma vocação religiosa que tem e que dá sentido a sua vida ou entregar-se a esse amor que tem e que dá sentido a sua vida. Tenho acompanhado dores implacáveis relacionadas a esse dilema, geralmente vividas de forma muito solitária e ante pouca solidariedade ambiental. Imaginemos, por exemplo, o caso de um padre que vive um amor muito verdadeiro por uma mulher, um amor tão verdadeiro quanto sua vocação presbiteral. Ele vai ter que optar entre essas duas possibilidades, ambas naturais, mas proibidas de coexistência em função de uma norma institucional. Este padre dificilmente terá o apoio ou a compreensão de seus pares, submetidos, ao menos potencialmente, a essa mesma aflição ou interessados em que ele coloque mais ênfase em sua vocação sacerdotal

que em sua vocação amorosa. Este padre dificilmente terá apoio ou compreensão dos fieis, que, geralmente de forma superficial, condenarão ou o padre por desejar uma mulher, ou a Igreja por insistir na norma do celibato. No campo da dúvida, da angústia, da decisão que precisa ser tomada, ele, o padre em questão, estará sozinho. Se ele puder contar com um psicoterapeuta sensível e atento, que não tenha respostas ou caminhos a lhe dar, mas que o ajude a se aventurar em seu sofrimento e, assim, decidir e assumir com coragem sua decisão, poderá transformar esse dilema em mais um degrau de crescimento para si e para aqueles com quem convive. Este tipo de acolhida, inerente ao bom trabalho em psicoterapia, independentemente do tipo de questão que traz o cliente, foi vivido por uma cliente que, ao terminar o trabalho terapêutico, escreveu o seguinte:

Meu muito obrigada também por você ter dedicado o espaço para eu me colocar e ter tido o gesto de acolhida, escuta e compreensão. Conte com minhas orações, meu carinho e gratidão.

Para finalizar, quero falar sobre algo que percebo em meu trabalho e que muitas vezes surpreende as pessoas: embora a área da sexualidade seja uma área sensível na vida de todos nós, embora a questão do celibato seja sempre difícil e exija constante reflexão crítica, não é esse o aspecto da vida que mais leva as pessoas de vida consagrada a procurarem psicoterapia. Como na população leiga, o que mais leva as pessoas religiosas a sofrimentos que demandam psicoterapia são a necessidade de ampliar autonomia e congruência e as dificuldades referentes às relações interpessoais. Mas isso é conversa para outra oportunidade.