Psicoterapia e Espiritualidade

Alexander Moreira-Almeida

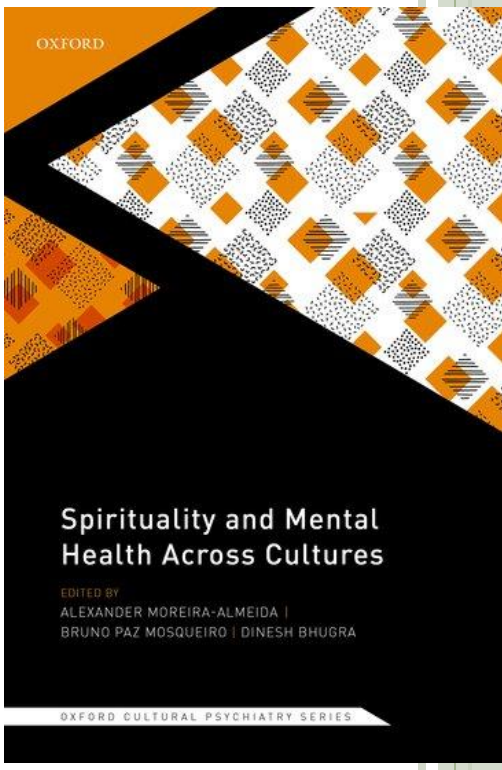
Núcleo de Pesquisas em Espiritualidade e Saúde - NUPES

Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF

CONCEITOS

- **Espiritualidade:** relação ou contato com uma dimensão ***transcendente*** da realidade que é considerada ***sagrada***, a verdade ou realidade última.

- **Religião:** o aspecto ***institucional*** ou ***comunitário*** da espiritualidade, como um conjunto de crenças, experiências e práticas relacionadas ao transcendente e ao sagrado.



Moreira-Almeida & Bhugra, 2021

Processo Saúde-Doença Bio-Psico-Socio-espiritual

Razões para a abordagem da R/E

- Bio-Psico-Socio-Espiritual
- Maioria da população é R/E (Coping frequente)
- R/E impacta saúde
- Abordar R/E impacta prognóstico
- Pacientes desejam que seja abordado
- Parte de avaliação abrangente do paciente
- Recomendado por associações médicas

Revista Brasileira de Psiquiatria. 2014;36:176–182

Espiritualidade: Lacuna Clínica Razões

- Desconhecimento das evidências
- Falta de treinamento
- Influência de autores ou teorias que desqualificam ou "patologizam" a R/E
- Mitos históricos de um conflito perene entre ciência/medicina e religião
- "religiosity gap"
- Rivalidade institucional entre medicina e religiões

World Psychiatry. 2013;12:26-32

Am J Psychiatry. 2007;164:1825-31

A preliminary survey on the religious profile of Brazilian psychiatrists and their approach to patients' religiosity in clinical practice

Maria Cecilia Menegatti-Chequini, Juliane P.B. Gonçalves, Frederico C. Leão, Mario F.P. Peres* and Homero Vallada*

Attitudes regarding religion/spirituality in clinical practice	Total *n*= 484 (%)
Do you consider it important to integrate patient's religion/spirituality in clinical practice?	371 (76.8)[b]
Barriers to address religion/spirituality with patient:[c]	
None	195 (40.3)
Fear of exceeding the role of the doctor	146 (30.2)
Lack of training	108 (22.3)
Lack of time	79 (16.3)
Do you consider it important that the issues of religion/spirituality are included in medical training?	340 (71.1)[b]
How often do you enquire about patients' religious/spiritual issues?	
Frequently	220 (45.5)
Occasionally	168 (34.8)
Rarely	67 (13.9)
Never	28 (5.8)

BJPsych Open (2016)
2, 346–352. doi: 10.1192/bjpo.bp.116.002816

Brazilian Journal of Psychiatry
bjp
Revista Brasileira de Psiquiatria

Braz J Psychiatry. 2020 xxx-xxx;00(00):000-000
doi:10.1590/1516-4446-2020-1106
Brazilian Psychiatric Association
(cc) BY-NC

SPECIAL ARTICLE

Religiosity and spirituality in psychiatry residency programs: why, what, and how to teach?

Fabrício H.A. **de Oliveira e Oliveira**,[1] John R. **Peteet**,[2,3,4] Alexander **Moreira-Almeida**[1]

Box 1 Core religion and spirituality curriculum for psychiatry residency programs

Lesson 1[2,20]	
Topic	**Introduction to R/S in Psychiatry (2 h)**
	Part 1: Introduction – Historical context and conceptual and research aspects
	Part 2: WPA Position Statement
Teaching method/facilitator	Part 1: Theoretical lesson – Preceptor or invited speaker (1 h)
	Part 2: Group discussion about the WPA Position Statement (1 h)
Evaluation method	Short individual essay about the experience at the end of the lesson (up to 20 lines). Suggested question: What personal and professional knowledge did you obtain from this lesson?
Lesson 2[26,27]	
Topic	**Taking a religious and spiritual history, and bio-psycho-socio-spiritual formulation of the case (2 h)**
Teaching method/ facilitator	Pairs of residents take each other's spiritual history using the Faith and Belief, Importance, Community, Address in Care tool (30')
	Presentation of a report (written and oral) of how the collected R/S data could be relevant to clinical evaluation and treatment. Suggested questions: Which R/S resources, stressors or interventions are present in the history? How they could influence the diagnosis or the formulation of the treatment plan? (30')
	Group discussion by the residents and preceptors (1 h)
Evaluation method	Evaluation of the presented report and participation in group discussion
Lesson 3[28,29]	
Topic	**Historical and research aspects: R/S and Psychiatry (Science and Religion) (2 h)**
Teaching method/facilitator	Didactic session presented by residents (article and videos) (1 h)
	Group discussion including residents and preceptors (1 h)
Evaluation method	Presentation of the lessons
	Participation in the discussions
Lesson 4[30]	
Topic	**Main global and/or local religious traditions (2 h)**
Teaching method/facilitator	Panel (in 2 parts):
	Part 1 (residents): Oral report by the residents of their impressions of their visits to religious centers* and/or Alcoholics Anonymous groups (1 h)
	Part 2 (guests): View of religious leaders of the interface between R/S and mental health (1 h)*
	*Include the most prevalent R/S groups in the region
Evaluation method	Written account of their experience at the end of the panel
Lesson 5[31,32]	
Topic	**Differential diagnosis: R/S experiences and psychopathology**
Teaching method/facilitator	1) Case presentation (residents or preceptors) and group discussion (2 h)
Evaluation method	Written account of the case/participation in discussion
Lesson 6[25,33-35]	
Topic	**Integration of R/S into treatment (2 h)**
Teaching method/facilitator	Didactic session by the residents (1 h) + group discussion of cases (current or recorded cases) (1 h) OR
	Group discussion about the article (1 h) + Clinical supervision (or supervision during the consultation) for outpatients or inpatients seen by residents (1 h)
Evaluation method	Presentation of articles by the residents (theoretical lesson)
	Bio-psycho-socio-spiritual integration in the formulation of the cases in writing

Posicionamento da Associação Mundial de Psiquiatria (WPA) sobre Espiritualidade e Religiosidade em Psiquiatria

Seção de Religião, Espiritualidade e Psiquiatria da WPA

- R/E:
  - Deve ser considerado na coleta na história: podem ter impacto positivo ou negativo
  - Componente essencial no treinamento em psiquiatria
  - Deve ser mais investigado (aplicações clínicas)
  - A abordagem deve ser centrada na pessoa
  - Profissional de SM deve ter abertura para trabalhar em conjunto com as comunidades religiosas
  - Respeitar R/E da equipe
  - Disseminar informação de modo imparcial

World Psychiatry 15:87-88, 2016 religionandpsychiatry.org

Princípios gerais

- Centrado no paciente, não prescrever, não impor
- Consciência ternária: física, menal e espiritual
- Clínicos explorarem suas próprias visões de mundo e história em relação à R/E
- Abordagem aberta, não dogmática, com genuíno interesse e respeitos pelas crenças, valores e experiências dos pacientes

Rev Psiq Clín. 2013;40(3):110-3

Impacto de coletar história espiritual

- 118 pac. oncológicos ambulatoriais
  - Duração: 5 a 7 minutos
  - ↓ depressão e ↑QV e qualidade do cuidado

Int'l. J. Psychiatry in Medicine 35: 329-47, 2005

- 3.141 pac. clínicos internados
  - 41% desejavam discutir sobre R/E
  - ↑ 40 a 120% avaliar como ótimo o atendimento recebido

J Gen Intern Med. 2011;26:1265-71

FICA

- F – Fé e crença
  - Você se considera religioso ou espirtualizado?
    - “O que dá sentido à sua vida?"
  - Você tem crenças espirituais que te auxiliam a lidar com o estresse?
- I – Importância e influência
  - Qual importância da sua fé ou crença em sua vida?
  - Suas crenças influenciam o modo em que você se cuida?
  - Qual o papel das suas crenças na recuperação da sua saúde?

FICA

- C - Comunidade
  - Você faz parte de algum grupo religioso ou spiritual?

- A – Abordar do cuidado
  - Como você gostaria que eu lidasse com estas questões no seu tratamento?

Coping Religioso

Positivo

- Tentei encontrar um ensinamento de Deus no que aconteceu
- Fiz o que pude e coloquei o resto nas mãos de Deus
- Pensei como minha vida é parte de uma força espiritual maior
- Busquei dar apoio espiritual a outras pessoas
- Me foquei na religião para parar de pensar em meus problemas
- Orei para encontrar uma nova razão para viver
- Pedi perdão pelos meus erros

Negativo

- Imaginei o que teria feito para Deus me punir
- Não fiz nada, apenas esperei que Deus resolvesse os problemas para mim
- Pedi a Deus para que faça tudo ficar bem
- Questionei o poder de Deus
- Fiquei imaginando se Deus tinha me abandonado
- Questionei o amor de Deus por mim
- Questionava-me se minha comunidade religiosa tinha me abandonado

Psicoterapias espiritualmente Adaptadas

- Revisão sistemática de 46 estudos
  - Geralmente TCC com estratégias de R/E
    - Usar argumentos racionais religiosos contra crenças ou pensamentos disfuncionais
    - Prece diária ou em momentos de crise
    - Leitura de textos religiosos
    - Discussão de estilos saudáveis de coping em modelos religiosos
  - Depressão, ansiedade, trauma, desesperança, falta de perdão, problemas conjugais e abuso e substâncias

Worthington et al., 2011

Psicoterapias espiritualmente Adaptadas

- Revisão sistemática de 46 estudos
  - Sem efeitos negativos
  - Eficácia similar a psicoterapia convencional
  - Maior eficácia em
    - ↓ sintomas depressivos
    - ↑ bem estar espiritual
  - Resultados mantidos após o final do tratamento
  - Terapeuta não religioso pode realizar psicoterapias espiritualmente adaptada

Worthington et al., 2011

Intervenções envolvendo R/E

- Abordagem colaborativa explorando potenciais recursos espirituais benéficos
  - Leitura de textos religiosos
  - Esquemas cognitivos
  - Rituais
  - Ouvir/assistir programas R/E
  - Prece, meditação
  - Serviço voluntário, frequência atividades religiosas, maior integração no grupo religioso
    - Ativação comportamental

Intervenções envolvendo R/E

- Referenciar para recursos R/E na comunidade
- Em caso de conflitos ou visões/práticas R/E negativas:
  - Enfatizar valores universais de todas as fés: justiça, bondade, mor, indulgência, perdão
  - Conhecer outros grupos ou abordagens na mesma ou em outras tradições espirituais
  - Referenciar/contatar capelania ou líder religioso

Journal of Religion and Health
https://doi.org/10.1007/s10943-021-01345-z

ORIGINAL PAPER

Religion-Adapted Cognitive Behavioral Therapy: A Review and Description of Techniques

Marianna de Abreu Costa[1] · Alexander Moreira-Almeida[2]

Table 2 Summary of interventions

	Techniques	Description
Initial therapy session	Psychoeducation about symptoms and mental health disorders	Discussion about religious theories for the causation of symptoms and disorders. Information provided about the impact of R/S on mental health
	Psychoeducation about CBT model	Explanation about the relationship between thoughts, behaviors, and emotions using R/S content
Motivational strategies		Use R/S content to motivate clients to engage in treatment
	Religious activities	Explicitly encourage private religious activities (e.g., praying, reading religious texts, meditating) and religious community activities (e.g., religious services, engaging in charity), and R/S activities as homework tasks. These activities are used for behavioral activation
Behavioral intervention	Coping strategies	Encouraging clients to cope using positive R/S strategies (e.g., secure relationship with God, sense of spiritual connectivity with others) and reducing the use of negative R/S coping strategies (e.g., viewing God as punishing or abandoning them, being unable to forgive)
Life values		Motivating clients to act according to their R/S values (e.g., forgiveness, generosity, altruism, compassion)
Cognitive intervention	Cognitive restructuring	Modifying distorted automatic thoughts and beliefs using R/S content
	Religious imagery modification	Combining cognitive restructuring with systematic desensitization. Clients are encouraged to imagine a depressive image while also imagining themselves coping using a R/S perspective

Note. R/S religious or spiritual

Psicoterapia de conteúdo religioso

- TCC com o racional e protocolos amigáveis à religião
  - engloba visões de mundo religiosas e linguagens religiosas que os pac. usam para entender suas vidas e seus problemas
  - Substituir cognições e imagens negativas por imagens religiosas
    - Ex.: "Consigo ver Cristo comigo naquela situação difícil no futuro, quando eu tiver que lidar com ela"

J Counsel Psychol 46:92-8, 1999

Psicoterapia de conteúdo religioso

- Usar argumentos religiosos para se contrapor aos pens. irracionais
- Cognições negativas colocadas em contexto religioso
  - "Deus nos ama, aceita e valoriza como nós somos"
  - Questionar crenças irracionais com base em textos sagrados e exemplos das escrituras

J Counsel Psychol 46:92-8, 1999

Psicoterapia de conteúdo religioso

- Estudos em pacientes muçulmanos na Malásia
  - Depressão, distimia, TAG e luto = acelera melhora
  - Ler o Corão, estimular a prece, ditados do Profeta
  - Mudança no estilo de vida seguindo exemplo do Profeta, questionar PANs com base na religião
  - Discutir etiologia pela perspectiva do pac.

Acta Psychiatr Scand. 1995; 91:233-5
Psychother Psychosom. 1995; 63:165-8
Acta Psychiatr Scand. 1994; 90:1-3
Aust N Z J Psychiatry. 1998 ;32:867-72

Desafios futuros

- Terapeuta não religioso teve os melhores resultados em 1 estudo

  J Consult Clin Psychol 60:94-103, 1992
- Identificar perfil de pacientes que se beneficia
- Componente eficaz?
- Investigar outros desfechos
  - Satisfação, QV, maturação do caráter...
- Limites éticos
- Ampliar diversidade cultural dos estudos

J Counsel Psychol 46:92-8, 1999

Nupes

NÚCLEO DE PESQUISA EM ESPIRITUALIDADE E SAÚDE

Nupes TV Nupes
6.236 inscritos

www.youtube.com/nupesufjf

INSCREVER-SE 6,2 MIL

INÍCIO | VÍDEOS | PLAYLISTS | COMUNIDADE | CANAIS | SOBRE

Sociologia e religião: visões de Weber, Marx e Durkheim....
61 mil visualizações • 4 anos atrás

Experiência de Quase Morte - EQM - Prof. Alexander...
26 mil visualizações • 4 anos atrás
Legendas

Distinção entre experiências espirituais e transtornos...
15 mil visualizações • 3 anos atrás

Epilepsia e experiências espirituais: qual a relação?
14 mil visualizações • 3 anos atrás

Depressão e Espiritualidade: o que as pesquisas...
12 mil visualizações • 4 anos atrás

A mente além do cérebro - Prof. Dr. Alexander Moreira-...
10 mil visualizações • 3 anos atrás

Pesquisa sobre cartas psicografadas por Chico...
10 mil visualizações • 4 anos atrás

Mito 02: O Cérebro produz a mente - Prof. Alexander...
8,5 mil visualizações • 5 anos atrás

Como a espiritualidade impacta a saúde? Quais os...
8,3 mil visualizações • 3 anos atrás

Epilepsy and spiritual experiences: what is the...
7,9 mil visualizações • 3 anos atrás

Problema mente-cérebro: dualismo e fisicalismo - Pro...
7,6 mil visualizações • 3 anos atrás

O surgimento da Sociologia e a Religião - Prof. Dr. Dmitri...
7,1 mil visualizações • 4 anos atrás

Como Jung compreende a espiritualidade humana?
6,7 mil visualizações •

Ciência, Religião e Espiritualidade: como...
6,1 mil visualizações •

Is it possible to change our personality? How? / É...
6,1 mil visualizações •

Definições de espiritualidade, religião e religiosidade - Pro...
5,5 mil visualizações •

Espiritualidade e dor crônica - Dr. Mario Peres
5,1 mil visualizações •

Mediunidade e relação mente-cérebro: revisão das...
5 mil visualizações •

Muito obrigado!

www.nupes.ufjf.br

www.facebook.com/alex.nupes

www.instagram.com/alex.nupes