

CENTRO UNIVERSITÁRIO CAMPO LIMPO PAULISTA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

Trabalho de Diplomação

Aluno Otavio Aparecido De Souza – 26263
Orientadora Rose Meire Mendes de Almeida

Esgotamento Na Carreira Ministerial: O Suicídio De Líderes
Eclesiásticos

CENTRO UNIVERSITÁRIO CAMPO LIMPO PAULISTA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

Esgotamento Na Carreira Ministerial: O Suicídio De Líderes
Eclesiásticos

*Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro Universitário de
Campo Limpo Paulista, como requisito para
obtenção do Título de Bacharel em
Psicologia, sob a orientação da Profª Drª.
Rose Meire Mendes de Almeida.*

*Campo Limpo Paulista (SP), 08 de
Dezembro de 2021.*

Otávio Aparecido de Souza

Banca Examinadora

Profª Drª Rose Meire Mendes de Almeida

Profª. Esp. Priscila Angelica Quintana da Silva

CENTRO UNIVERSITÁRIO CAMPO LIMPO PAULISTA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

Esgotamento Na Carreira Ministerial: O Suicídio De Líderes
Eclesiásticos

Dedicatória

Dedico este trabalho ao meu irmão Gilberto Aparecido de Souza (in memoriam) incentivador de leituras, mas nunca obedecidas, agora entendo a importância de seu incentivo.

CENTRO UNIVERSITÁRIO CAMPO LIMPO PAULISTA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

Esgotamento Na Carreira Ministerial: O Suicídio De Líderes
Eclesiásticos

Agradecimentos

Agradeço primeiramente a Deus, por ser o autor da vida e em sua infinita misericórdia e sabedoria ter me escolhido e concedido o privilégio do presente trabalho, mesmo em meio às minhas infinitas limitações. Ao meu Pai Felisberto de Souza (in memoriam) segundo minha mãe, grande escritor anônimo. A minha mãe Benedicta Vieira de Souza (in memoriam) minha guerreira inspiradora, detentora de todos os títulos acadêmicos possíveis em minha opinião, com apenas o segundo ano primário. As minhas irmãs Palmira, Marli, Marlene e Joana, vocês sempre foram as quatro estações do ano em minha vida. A minha esposa Regiane e meus filhos Gabriela, Rômulo e Christofer sem os quais nada faria sentido algum, me desculpem pelas inúmeras privações, não tenho como repará-las. Por fim aos Professores e a magnífica primeira turma do curso, que ao longo desses cinco anos contribuíram escrevendo mais um capítulo na história da psicologia.

CENTRO UNIVERSITÁRIO CAMPO LIMPO PAULISTA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

Esgotamento Na Carreira Ministerial: O Suicídio De Líderes
Eclesiásticos

RESUMO

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi proposto pensando-se em chamar para uma reflexão uma população, onde em seu meio o tema Suicídio ainda é um grande tabu. É realmente verdade que o Líder Eclesiástico carrega consigo inúmeros rótulos no exercício de sua função como: administrador, conselheiro, psicólogo, orador, professor, economista, etc, que o sobrecarrega de responsabilidades podendo levá-lo a um esgotamento físico e mental, a depressão, solidão e muitas das vezes ao extremo e ainda menos abordado nesse meio o suicídio. Segundo o Ministério da Saúde cerca de 11 mil pessoas morrem por suicídio todos os anos no Brasil. A cada ano cerca de 800 mil pessoas tiram a própria vida e um número ainda maior de indivíduos tentam o suicídio. A porcentagem de suicídios aumentou 60% no mundo durante os últimos 50 anos. O suicídio é atualmente a terceira causa de mortalidade entre os 15 e 34 anos. Cerca de 3mil pessoas se suicidam por dia no mundo, uma a cada 30 segundos conforme a Organização Pan-americana de Assistência a Saúde. Com o trabalho procurou-se refletir sobre os sofrimentos de líderes eclesiais utilizando-se de artigos, livros, sites da internet que abordavam a temática. Pode-se perceber uma vocação recheada de idealismos, mas que em sua realidade está carregada de um “peso” que possivelmente proporciona ao sujeito dessa vocação sofrimentos não esperados pelo mesmo.

Palavras – Chave: Suicídio, Líderes Eclesiásticos, Esgotamento.

CENTRO UNIVERSITÁRIO CAMPO LIMPO PAULISTA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

Esgotamento Na Carreira Ministerial: O Suicídio De Líderes
Eclesiásticos

ABSTRACT

This Course Conclusion Work was proposed with the intention of calling for a reflection a population, where in their midst the subject of Suicide is still a great taboo. It is really true that the Ecclesiastical Leader carries with him numerous labels in the exercise of his role, such as: administrator, counselor, psychologist, orator, teacher, economist, etc., which overloads him with responsibilities and can lead to physical and mental exhaustion, depression , loneliness and often to the extreme and even less approached in this way the suicide. According to the Ministry of Health, around 11 thousand people die by suicide every year in Brazil. Every year around 800,000 people take their own lives and an even greater number attempt suicide. The percentage of suicides has increased by 60% worldwide during the last 50 years. Suicide is currently the third leading cause of mortality between 15 and 34 years old. About 3,000 people commit suicide a day around the world, one every 30 seconds according to the Pan American Health Care Organization. The work sought to reflect on the suffering of ecclesiastical leaders using articles, books, websites from internet that addressed the theme. It is possible to perceive a vocation filled with idealism, but which in its reality is loaded with a “heaviness” that possibly gives the subject of this vocation suffering not expected by him.

Words – Key: Suicide, Ecclesiastical Leaders, Exhaustion.

CENTRO UNIVERSITÁRIO CAMPO LIMPO PAULISTA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

Esgotamento Na Carreira Ministerial: O Suicídio De Líderes
Eclesiásticos

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. CAPÍTULO 1.....	9
Suicídio entre líderes religiosos: Uma breve apresentação.	
2.1. Características do esgotamento psíquico/profissional.....	12
2.2. Fatores contribuintes para o sofrimento psíquico de líderes eclesiais.....	14
3. CAPÍTULO 2.....	19
Possíveis relações entre esgotamento psíquico e o suicídio na carreira ministerial.	
5. CAPÍTULO 3.....	21
Possíveis estratégias de enfrentamento ao esgotamento psíquico.	
6. JUSTIFICATIVA	24
7. OBJETIVO GERAL	24
8. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	24
9. METODOLOGIA	25
10. CONCLUSÕES	26
11. REFERENCIAS	27

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho surgiu em 2018 de uma inquietação entre amigos do curso de psicologia em desenvolver alguma atividade para o mês de setembro referente à campanha setembro amarelo. Naquele momento foi apenas pensado um trabalho em que abordasse o suicídio de adolescentes, pois nesse período houve uma incidência de suicídios na região onde resido – Botujuru – Campo Limpo Paulista-SP.

Foi então no ano de 2019 durante todo o mês de setembro que surgiu a oportunidade de coordenar no bairro de Botujuru na Vila Chacrinha em Campo Limpo Paulista-SP um evento intitulado “Não queremos perder mais ninguém: Vila Chacrinha contra o suicídio”. O evento contou com a participação de Igrejas locais e foram convidados órgãos do município: Escolas locais, CRAS local Centro de Referência em Assistência Social, CAPS Centro de Atenção Psicossocial e uma instituição parceira que apoiou o evento, CEAAF Centro Educacional e Assistencial de Apoio à Família, e também o apoio dos moradores do bairro. Durante o período de realização do evento foram proporcionadas palestras com psicólogos, além de aconselhamentos em dias específicos.

Pelo fato de fazer parte de uma instituição religiosa e no período ter ocorrido o suicídio de alguns pastores noticiado pela mídia (JM NOTÍCIAS; O GLOBO; NOTÍCIAS GOSPEL apud SILVA), foi então modificado o tema de “Suicídio de Adolescentes” para o de Líderes Eclesiásticos, ideia essa reforçada por eu estar incluso nessa população.

Tal preocupação também é reforçada por uma transição ministerial, ou seja, uma mudança na liderança local da instituição onde eu participava no final de 2017. A partir de então toma-me uma angústia, um sentimento de frustração e percebo certa solidão de que apenas tinha ouvido falar, mas nunca experimentado. Partindo desses sentimentos próprios, interesse-me em saber mais sobre tais sofrimentos no meio eclesial e possivelmente poder provocar reflexões acerca dos mesmos, utilizando-se de minha futura formação e contribuindo para a mesma.

Outro fato que corroborou para a escolha foram algumas notícias divulgadas pela mídia de sete casos ocorridos com Líderes Eclesiásticos no Brasil. “Em 2017 três padres suicidaram-se num espaço de 15 dias, dois pastores das Assembleias de Deus, um pastor da Igreja Presbiteriana e uma pastora da Igreja do Evangelho Quadrangular” (SILVA,2018).

“Cerca de 11 mil pessoas morrem por suicídio todos os anos no Brasil. De acordo com o boletim epidemiológico sobre suicídio divulgado pelo Ministério da Saúde entre 2011 e 2016 62.804 pessoas tiraram suas vidas” (MS,2019).

Assim o presente trabalho justifica-se pelo número expressivo da população que comete suicídio, e percebe-se um crescente número de Líderes Eclesiásticos lutarem contra a depressão, o esgotamento e a solidão, o que causa uma angustia muito grande ao ser humano, muitas vezes podendo levar o mesmo a atitudes extremas como o suicídio. Confirmado no artigo: suicídio de pastores evangélicos no Brasil por (MELO, MELO e BETT,2019).

A pesquisa permitiu verificar que há uma escassez nas produções abordando essa temática, conforme descrevem Melo, Melo e Bett (2019) “A produção de estudos sobre suicídios de Líderes Eclesiásticos têm aumentado nos últimos anos, mas ainda são escassos. Da mesma forma que são escassas as investigações sobre depressão e burnout no contexto da religião”.

Acreditamos que o trabalho possibilitará reflexões importantes e urgentes e contribuirá para o aprofundamento do tema. Nos propomos a discorrer sobre os seguintes questionamentos:

Quais os principais motivos do esgotamento na carreira ministerial?

Quais consequências podem surgir desse esgotamento?

Que estratégias de enfrentamento podem ser pensadas frente ao sofrimento apresentado?

Inicia-se o trabalho realizando uma classificação do líder eclesiástico em suas respectivas funções. Na sequência, optou-se por breve apresentação do tema suicídio e de alguns conceitos pertinentes como esgotamento, sofrimento, apontando-se quatro fatores contribuintes para os mesmos: depressão, solidão, falência financeira e a perda de pessoas amadas. No capítulo dois aborda-se as possíveis relações entre o esgotamento e o suicídio na carreira ministerial, apresentando-se algumas causas que podem servir como gatilhos. No capítulo três aborda-se algumas das possíveis estratégias para o enfrentamento do esgotamento psíquico, apresentando algumas sugestões, traz-se ainda breve apresentação de possibilidades de atuação do profissional de psicologia. Em seguida as considerações finais.

2. CAPÍTULO 1: SUICÍDIO ENTRE LÍDERES RELIGIOSOS: UMA BREVE APRESENTAÇÃO

Suicídio – Trata-se de um termo que deriva de dois vocábulos latinos: Sui (“De si mesmo”) e Caedere (“Matar”),ou seja, matar-se a si mesmo (CONCEITO,2012).

É um fenômeno especificamente atribuído à raça humana. Tanto quanto se conhece, apenas o ser humano poderá desejar este tipo de morte, e matar-se a si próprio (FERREIRA, p. 3,2008).

Chama-se suicídio todo caso de morte que resulta direta ou indiretamente de um ato, positivo ou negativo, realizado pela própria vítima e que ela sabia que produziria esse resultado (DURKHEIM p.14,2000).

Líder Eclesiástico – Origem da palavra Eclesiástico: do grego ekklesiastikós, pelo latim ecclesiasticus, tendo o significado de assembleia do povo ou alguém que fala para uma assembleia.

Eclesiástico é a característica dada a alguém pertencente a igreja, ao clero e sacerdócio, ou seja, seu corpo ministerial de obreiros, líderes religiosos, administradores (WIKCIONÁRIO,2020).

O Líder Eclesiástico, de acordo com a Classificação Brasileira de Ocupações “realizam liturgias, celebrações, cultos e ritos; dirigem e administram comunidades; formam pessoas segundo preceitos religiosos das diferentes tradições; orientam pessoas; realizam ação social junto à comunidade; pesquisam a doutrina religiosa; transmitem ensinamentos religiosos; praticam vida contemplativa e meditativa; preservam a tradição e, para isso, é essencial o exercício contínuo de competências pessoais específicas”, dentre outras atividades, que tendem a sobrecarregá-lo e não raramente, contribuir para seu esgotamento físico e mental (CBO,2002).

De acordo com Melo, Melo e Bett (2019), “O esgotamento físico e mental e ainda a solidão são apontados como principais causas de uma epidemia silenciosa entre pastores” Assim, é preciso considerar, ainda, que tais aspectos podem ser agravados, quando se considera o praticante de uma religião de forma geral e principalmente sendo ele o Líder, o que de alguma forma o mesmo nem sempre reconhece, ou se dá conta, ou admite o próprio sofrimento ou adoecimento.

Segundo Deus (2019) “Pastores assim como Líderes em geral, precisam se mostrar sempre fortes, pois são modelos, e apresentam grande dificuldade em aceitarem-se doentes”. Possivelmente isso faz com que o erro, a falha, o adoecimento, e o sofrimento sejam inconcebíveis não admitido pelos mesmos. Entretanto o esgotamento não deixa de acontecer.

O tema suicídio também é descrito por outros autores, como apontado por Durkheim (2000), por exemplo que escreve: “Suicídio está ligado a um estado geral de extrema depressão, de tristeza exagerada, que faz com que o doente já não aprecie sadiamente às relações que têm com ele às pessoas e as coisas que o cercam” e ainda “Não sente nenhuma atração pelos prazeres; enxerga tudo sombrio. A vida lhe parece aborrecida ou dolorosa” (DURKHEIM,pgs.40,41,2000).

Segundo Silva (2018),“O suicídio é considerado um tema tabu em nossa sociedade, ainda mais em searas religiosas”. A Organização Pan-americana de Assistência a Saúde traz dados importantes que corroboram com os apontamentos acima.

“A cada ano cerca de 800 mil pessoas tiram a própria vida e um número ainda maior de indivíduos tentam o suicídio. Cada suicídio é uma tragédia que afeta famílias, comunidades e países inteiros e tem efeitos duradouros sobre as pessoas deixadas para trás. O suicídio ocorre durante todo o curso de vida e foi a segunda principal causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos em todo o mundo no ano de 2016. Em diversas sociedades, o tema é um tabu e, por isso, não é discutido abertamente. Até o momento, apenas alguns países incluíram a prevenção ao suicídio entre suas prioridades de saúde e só 38 países relatam possuir uma estratégia nacional para isso” (OPAS BRASIL,2018).

Considerando as intercorrências do fenômeno nos Líderes religiosos e a proposta de pensar estratégias de prevenção ao problema, cabe a aproximação de alguns conceitos:

Esgotamento – Síndrome do esgotamento profissional – Burnout – Distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico e mental (MS,2019).

Estafa – Esgotamento, exaustão física, cansaço mental, fadiga, sensação penosa (DICIO,2009).

Exausto – Do latim exhaustu – esgotado; cansado, exaurido (WIKCIONÁRIO,2017).

Prevenção – É um processo sempre inacabado. É um caminho que se escolhe no sentido de se atingir uma eficácia cada vez maior no combate ao risco (CGTP,2017).

Posvenção – Qualquer ato apropriado e de ajuda que aconteça após o suicídio com o objetivo de auxiliar os sobreviventes (VITA ALERE,).

Sobreviventes – São todas as pessoas afetadas por um suicídio: pais, filhos, irmãos, familiares, amigos etc (VITA ALERE).

2.1 – CARACTERÍSTICAS DO ESGOTAMENTO PSÍQUICO/PROFISSIONAL

O que nos vem a mente quando surge o termo “esgotamento”? Estar esgotado, no senso comum, é estar no limite, é não ter mais condições de continuar, não ter mais saída.

É preciso considerar conforme conceituado pelo Ministério da Saúde que o esgotamento “é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físicos resultantes de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade e responsabilidade”(MS,2019).

Em seu trabalho de conclusão de curso: estresse entre líderes religiosos Araújo chama-nos a atenção citando que “os líderes religiosos possuem um estilo de vida próprio, carregado de responsabilidades e características que tem evidenciado possíveis causas de desgaste físico e mental” (MENDES; SILVA,2006 apud ARAÚJO,2019).

Pode-se citar ainda o Burnout, que “é causado principalmente por excesso de trabalho”, o que se encaixa muito bem com a carga horária de um Pastor como aponta a Organização Mundial de Saúde em pesquisa sobre o suicídio de Pastores evangélicos “90% dos Pastores trabalham mais de 50 horas por semana” (OMS,2019).

Em concordância com a (OMS) pode-se destacar Rollo May em seu livro “A arte do aconselhamento psicológico” discorrendo sobre o assunto:

“Que características observamos nesses assistentes religiosos típicos? Primeiro, que eles trabalham muito e conscienciosamente. Parecem não descansar com tanta frequência quanto as pessoas de outras vocações, e não possuem tantos interesses a vocacionais. São capazes de devotar-se completamente a seu trabalho e mesmo sentir um orgulho consciente no fato. Trabalham sob tensão e, na verdade, tendem a suportar essa tensão durante as vinte e quatro horas do dia, pois sua ocupação não é do tipo que possa ser limitada por horários de trabalho. Às vezes essa tensão cresce tanto que eles encontram dificuldade em tirar férias ou gozar um feriado, sem um sentimento de culpa” (MAY,pg.149,1977).

O esgotamento, pode acontecer quando o profissional planeja ou é pautado para objetivos de trabalho muito difíceis, situações em que a pessoa possa achar, por algum motivo, não ter capacidade suficiente para cumprir, o que é novamente apontado na mesma pesquisa “90% dos Pastores sentem-se desqualificados ou mal preparados para o ministério” (OMS,2019).

O Ministério da Saúde aponta em saúde de A-Z os principais sintomas do esgotamento: cansaço excessivo físico e mental, dor de cabeça frequente, alterações no apetite, insônia, dificuldade de concentração, sentimentos de fracasso e insegurança, negatividade constante, sentimentos de derrota e desesperança, sentimentos de incompetência, alterações repentinas de humor, isolamento, fadiga, pressão alta, dores musculares, problemas gastrointestinais, alteração nos batimentos cardíacos (MS,2019).

Esses sintomas surgem de forma leve, mas tendem a piorar com o passar dos dias, ou seja, não surge de forma alarmante o que é confirmado no artigo: suicídio de pastores evangélicos no Brasil ressaltando sobre o esgotamento físico e mental, “é uma epidemia silenciosa e tem acometido Pastores” (MELO, MELO e BETT,2019).

No mesmo artigo Melo, Melo e Bett (2019), encontramos que: “Pastores assim como Líderes em geral, precisam se mostrar sempre fortes, pois são modelos, e apresentam grande dificuldade em aceitarem-se doentes”.

Pode-se então dizer que o líder eclesiástico em sua especificidade luta com “gigantes” todos os dias, a expressão “matar um leão por dia” acaba por fazer muito sentido para esse sujeito, uma vez que o mesmo está na linha de frente de determinado segmento, é o responsável pelo mesmo, pelo seu sucesso, pela sua proteção, mesmo que lhe custe à vida. E isso parece estar enraizado de forma simbólica nesse sujeito, a Bíblia traz um relato de Jesus no evangelho de João “Eu sou o bom pastor. O bom pastor dá a sua vida pelas ovelhas” (BÍBLIA JFA,1990). O líder eclesiástico como sendo o representante de Deus e tendo como modelo, e exemplo principal Jesus acaba por internalizar totalmente esses dizeres, ou mesmo idealizar-se como tal. Confirmando o que aponta o ministério da saúde sobre o esgotamento ser um distúrbio emocional e apontando a responsabilidade como um dos itens conforme citado no início deste capítulo. O sentimento de responsabilidade se faz muito intenso nesse sujeito, ou seja, sua própria idealização que nem sempre é saudável, idealização de ser como Jesus “o bom pastor” conforme citado anteriormente.

2.2 – FATORES CONTRIBUINTES PARA O SOFRIMENTO PSÍQUICO DE LÍDERES ECLESIASTICOS

Como pôde-se observar no capítulo anterior o esgotamento psíquico decorrente da rotina diária do Líder Eclesiástico, faz com que o mesmo possivelmente experimente um sofrimento psíquico. Em seu livro: O demônio do meio dia uma anatomia da depressão, Solomon declara que: “Mesmo as pessoas que se apoiam em uma fé que lhes promete uma existência diferente no além não podem evitar a angustia neste mundo” (SOLOMON, p. 5,2002).

A angustia faz parte da vida conforme descreve REICH em seu livro “O prazer e a angustia são as duas excitações primordiais, ou emoções primordiais, da substância viva” (REICH, p.189,1975).

No livro: o sofrimento do pastor, um mal silencioso enfrentado por Paulo e por pastores ainda hoje, o autor aponta ser uma das causas desse sofrimento a própria idealização do pastor “A igreja enxerga o pastor como um super-herói que não passa por dificuldades e, então, causa sofrimento aos pastores de inúmeras maneiras, uma vez que não cuida dos mesmos como deveria, gerando assim, tensões desnecessárias sobre suas vidas”. “Também é normal o próprio pastor entender que é super-herói e que não precisa de cuidados” (BUHR,2017).

Assim, na tentativa de maior compreensão dos possíveis fatores que contribuem para esse sofrimento, optamos por discorrer um pouco mais sobre a depressão, a solidão, a falência financeira e a perda de pessoas amadas. Não ha nenhuma intenção de esgotá-los, mas sim como é o propósito de trabalho refletir sobre.

Depressão: Um dos fatores de maior contribuição para o sofrimento psíquico e apontado como o mal do século, é a depressão. O que é confirmado no artigo: suicídio de pastores evangélicos no Brasil “A depressão é o mal do século e atinge milhares de pessoas no Brasil e no mundo”. A Organização Pan-americana de Assistência a Saúde em informativo sobre o suicídio aponta que:

“A depressão é um transtorno mental frequente. Em todo o mundo, estima-se que mais de 300 milhões de pessoas, de todas as idades, sofram com esse transtorno. A depressão é a principal causa de incapacidade em todo o mundo e contribui de forma importante para a carga global de doenças. No pior dos casos, a depressão pode levar ao suicídio. A depressão é um transtorno mental caracterizado por tristeza persistente e pela perda de interesse em atividades que normalmente são prazerosas, acompanhadas da incapacidade de realizar atividades diárias, durante, pelo menos, duas semanas” (OPAS BRASIL,2018).

A depressão se impõe sobre o sujeito mesmo contra sua vontade, “a depressão não é apenas muito sofrimento; mas sofrimento demais pode virar depressão” (SOLOMON p.6,2002).

“A melancolia é uma forma organizada do estado de depressão ao qual quase todas as pessoas estão sujeitas. O paciente melancólico pode ser paralisado por um sentimento de culpa” (WINNICOTT, pg.23,1983).

Abordado no artigo: suicídio de líderes eclesiais no Brasil, referindo-se às maiores causas de suicídio no mundo: aponta-se a depressão como sendo uma das doenças mais destruidoras e o suicídio a principal consequência, é como uma dependência química grave, a pessoa quer sair mais não consegue (MELO, MELO e BETT,2019).

Solidão: Conforme o mesmo artigo a “solidão” faz parte da realidade do Líder Eclesiástico apontada como uma “epidemia silenciosa”. E que pode fazer com que algumas pessoas tirem as suas próprias vidas.

Em reportagem na UOL notícias de julho de 2015 abordando sobre a solidão como um dos motivos do suicídio o professor da universidade de temple Wataru Nishandi, diz que:

“Os japoneses, por não terem uma tradição cristã, não moralizam o suicídio, ou seja, por fim a vida não é pecado, daí que o suicídio não é uma prática moralmente criticada. Assim sendo, não é necessário estabelecer uma relação direta e causal entre doenças psíquicas e suicídio. Logo, o cientista Wataru refere aos motivos pelos quais, no Japão, as pessoas decidem pôr fim a vida. A solidão, já que a população vem se tornando cada vez mais solitária” (apud FEIJOO,2019).

O percentual de pessoas que declararam não ter amigos confidentes cresceu de 10 para quase 25%, aumentando o sério risco de solidão. O que contribui para um possível adoecimento da sociedade em geral (WIKIPÉDIA,2012). Concordando com Magalhães em seu artigo: o mal estar pastoral na hipermodernidade sobre líderes isolarem-se por não confiarem nos outros. Há quem possua dificuldades pessoais em se relacionar e confiar, talvez por causa de alguma experiência frustrante no passado (MAGALHÃES,2015).

“Muitos ministros vão enfrentando suas crises na maioria das vezes no mais completo isolamento, na mais profunda solidão, uma solidão esquisita que acontece em meio a dezenas ou centenas de pessoas ao seu redor. Um isolamento que é gerado porque os outros pensam que o líder eclesial é um super-homem e que é fraqueza adoecer ou ter um esgotamento” (MAGALHÃES,2015).

A solidão ou o isolamento é um dos sinais de alerta contra o suicídio, mesmo que não se deva considerá-lo isoladamente, mas é importante que se atente para o mesmo, o que é informado pelo ministério da saúde.

“As pessoas com pensamentos suicidas podem se isolar, não atendendo a telefonemas, interagindo menos nas redes sociais, ficando em casa ou fechadas em seus quartos, reduzindo ou cancelando todas as atividades sociais, principalmente aquelas que costumavam e gostavam de fazer” (MS,2013).

No artigo “O caminho sombrio para o suicídio de pastores” Catito (2020), aponta algumas situações que podem servir de gatilhos para o esgotamento como: a falência financeira e a perda de pessoas amadas.

Falência Financeira: O equilíbrio financeiro traz certa segurança às pessoas e de forma geral proporciona que obtenham melhor qualidade de vida, mas quando ocorre um desequilíbrio ou falência financeira o desespero, a insegurança, o descontrole, o estresse invadem as pessoas. Segundo o Serviço de Proteção ao Crédito (SPC), após pesquisas realizadas apontam que, “70% dos inadimplentes sofrem de ansiedade e outros distúrbios, por não conseguirem resolver suas dívidas”. O que pode ser confirmado com o artigo: suicídio de pastores evangélicos no Brasil, que traz como um dos motivos além da depressão, do esgotamento físico e emocional, de traições ministeriais, à solidão, os baixos salários e o desequilíbrio nas finanças de alguns.

Muitas vezes as pessoas mantêm o mesmo estilo de vida, maquiando sua atual situação financeira o que pode piorar ainda mais o problema.

Perda de Pessoas Amadas: Na perda de pessoas amadas, o choro e o isolamento podem ser uma constante. “Durante o luto pode-se sentir um misto de frustração e ansiedade por não conseguir evitar a perda e uma sensação de que não será capaz de viver sem a pessoa”. O mesmo artigo trata que prazer e dor são companheiras inseparáveis de um líder eclesiástico. “Num mesmo dia a alegria de uma criança que nasceu e o enterro de um membro que partiu, ou seja, vai do alto para baixo como uma gangorra de sentimentos exigindo equilíbrio e serenidade o tempo todo”.

3. CAPÍTULO 2 – POSSÍVEIS RELAÇÕES ENTRE ESGOTAMENTO PSÍQUICO E O SUICÍDIO NA CARREIRA MINISTERIAL

Se o esgotamento traz consequências e ou sintomas terrivelmente prejudiciais para o sujeito, pode-se dizer que ha uma linha tênue do esgotamento psíquico e o suicídio, como se fosse um equilibrista numa corda bamba, com essa colocação não pretende-se em hipótese alguma ser reducionista, mas, devido à multifatorialidade do suicídio se faz necessário atentar-se a toda e qualquer hipótese. O Conselho Federal de Psicologia (CFP) em sua cartilha ressalta “o sofrimento psíquico é algo da ordem da vivência, algo da ordem da existência, todos nós mas hora ou menos hora, em maior ou menor intensidade, desenvolvemos sofrimentos psíquicos” (NETTO,P.19,2013).

“Anormalidades como conflitos familiares, depressão ou estresse, são observadas em indivíduos que atentam contra si, caracterizado de distúrbios psiquiátricos, podendo ocorrer em pessoas sem anormalidades aparentes, mas que estão sob fatores estressores agudos” (RIBEIRO,2003).

Sendo assim todos sofremos sem exceções, mas, um sujeito exposto diariamente a situações estressoras ou que lhe exige muito como é o caso de um Líder Eclesiástico, possivelmente buscará por atitudes extremas. “Na atualidade, os pastores são colocados diante de situações cada vez mais complexas, debaixo de responsabilidades cada vez maiores, de exigências as vezes sobre-humanas” (MAGALHÃES,2015).

“O suicídio pode ser um evento psicótico, ou seja, um dado momento, dada uma situação, um episódio” (KALINA e KOVADLOFF, apud RIBEIRO,2003), onde então o sujeito decide, escolhe, ou opta pelo autoextermínio.

“Algumas pessoas ficam muito descontroladas por não verem outras saídas, pensam em se matar ou o fazem sem ter disso consciência. De fato, nenhum de nós sabe o que é a morte, podemos imaginar que vamos reencontrar seres queridos (se acreditarmos na imortalidade da alma),alcançar a graça divina, ou nos livrarmos do sofrimento deste mundo. Mas isso está apenas em nossa imaginação, em nossas crenças, não ha como provar” (RAPPAPORT,p.92,2005).

Buscando trazer maior clareza nas reflexões já apresentadas sobre as possíveis relações entre esgotamento psíquico e o suicídio na carreira ministerial, apresenta-se abaixo algumas causas de tentativas de suicídio apontadas no livro: encarando a adolescência e que contribui com o presente trabalho (RAPPAPORT p.92,93,2005).

Algumas causas que podem servir como gatilhos para as tentativas de suicídio:

1- Intenso sofrimento físico – pacientes com doenças incuráveis ou em estado terminal.

2- Intenso sofrimento psíquico – perda de pessoas afetivamente importantes, ilusão de que através da morte, o indivíduo poderá reencontrá-las, guerras, solidão, violência.

3- Sentimento de onipotência – perda momentânea com perturbação na capacidade de avaliar às consequências de seus atos ou mesmo o perigo.

4- Miséria, instabilidade política, econômica e social do país – momentos de grande tensão social e política.

5- Modos com a cultura e as religiões encaram a vida e a morte – pessoas que vivem em sociedades altamente exigentes e competitivas. Participantes de atentados terroristas suicidas, por patriotismo, libertação do povo, purificação espiritual.

6- Influências e desgastes da vida moderna – pessoas mais frágeis, vulneráveis ou submetidas a situações extremas, desgastantes, solidão, desemprego, injustiças, competições excessivas, falta de condições materiais e pessoais.

Todas essas questões provocam um misto de sentimentos, e o Líder Eclesiástico pelo exercício de sua vocação tem de lidar constantemente com esse misto, o que o deixa numa situação extrema onde esse misto é experimentado diversas vezes e de diversas formas e graus ao dia.

“O indivíduo imbuído de culpa e se essa culpa não tiver uma boa resolução ou resolução positiva, possivelmente ocorra um agravamento para a saúde mental desse indivíduo. O que parece agravar-se em se tratando de religiosos e ainda mais líderes eclesásticos”(VISCOTT, pg.105,1982).

7. CAPÍTULO 3 – POSSÍVEIS ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO AO ESGOTAMENTO PSÍQUICO

Pensar em estratégias de enfrentamento do esgotamento psíquico e conseqüentemente do suicídio é de suma importância diante do que já foi abordado no presente trabalho, todo esforço e/ou contribuição no sentido preventivo remete-se a certo protagonismo, dada a complexidade e multifatorialidade do objeto de estudo. Pelo fato de serem amplos e seu aumento considerável e da probabilidade de continuar crescendo, o que é preocupante, faz-se necessário pensar em estratégias de enfrentamento. “A porcentagem de suicídios aumentou 60% no mundo durante os últimos 50 anos. O suicídio é atualmente a terceira causa de mortalidade entre os 15 e 34 anos. Cerca de 3mil pessoas se suicidam por dia no mundo, uma a cada 30 segundos” (OPAS/OMS,1999).

Estratégias para o bem-estar e a qualidade de vida possibilitam a cada sujeito a busca por uma saúde mental, e com isso dias melhores e mais significativos independente de suas vocações. “Para se livrar da dívida emocional, você precisa se aceitar a si mesmo, o que ha de humano em você, incluindo defeitos. Você precisa aceitar a ideia de que – mesmo sendo você imperfeito como é – ainda assim é digno da consideração e que você e seus sentimentos têm importância” (VISCOTT,pg.121,1982).

Seguem algumas estratégias apresentadas pela (SBIE) Sociedade Brasileira de Inteligencia Emocional e o médico cardiologista Harry Correa Filho CRM/SC 4101 RQE 1132:

Exercite-se: as atividades físicas aumentam a liberação de endorfina, um importante hormônio que combate o estresse.

Defina limites: saber dizer “não” às vezes pode salvar sua saúde. Sobrecarregar-se com muitas tarefas acima do normal pode piorar seu estresse.

Reserve mais tempo para você fazer o que gosta: divertir-se, passear ou até mesmo ler um bom livro. Essas pequenas tarefas prazerosas tornam a vida mais leve.

Exponha seus sentimentos: falar com pessoas confiáveis sobre seus sentimentos, medos e impaciência pode ajudar a voltar ao seu estado mais tranquilo.

Alimente-se corretamente: a qualidade da alimentação e a forma como você se alimenta faz muita diferença tanto na sua saúde corporal como na mental.

Dicas para combater o esgotamento:

Pratique atividades físicas;
Respeite o ritmo do seu corpo;
Tenha uma alimentação balanceada e saudável;
Durma bem;
Consuma muita água;
Aprenda a falar não;
Não seja autossuficiente e aprenda a pedir ajuda;
Cobre-se menos;
Aprenda a lidar com a imperfeição;
Relaxe e faça coisas que te dão prazer;
Tenha autoconhecimento;

Atentando-se ou habituando-se a tais procedimentos e orientações, possivelmente haverá um enfrentamento ao esgotamento psíquico com maior êxito e/ou maiores possibilidades de resolução ao deparar-se com uma situação parecida.

Resta acrescentar a atuação do profissional de psicologia, profissional esse que é um estudioso da mente humana, do ser humano e seu comportamento. O psicólogo através de técnicas, sendo uma delas a psicoterapia é um profissional de suma importância numa rede de discussão e intervenção multidisciplinar sobre o assunto discutido no presente trabalho.

Sendo o assunto suicídio complexo, carrega o profissional e toda a psicologia quanto ciência, de uma responsabilidade tamanha pois não se trata de coisas, mas sim de pessoas, de vidas. Em seu artigo: o suicídio e o luto, como ficam os sobreviventes após a perda (MELO e MUNER) citando (ROCHA e LIMA,2019) referem-se a atuação do psicólogo. “Quanto a atuação do psicólogo mediante a situação de luto desse sobrevivente ele tem diversas intervenções em qual pode trabalhar. Podendo prestar atendimento de forma individual ao sobrevivente, como também a sua família, atuar em grupos de apoio voltados a pessoas em luto por suicídio” (ROCHA e LIMA,2019).

O profissional de psicologia pode atuar tanto na prevenção como na posvenção e campanhas ex: grupos de tentativas de suicídio, grupos de sobreviventes etc. O psicólogo é o profissional que acolhe o sujeito fazendo com que o mesmo sinta-se confortável favorecendo assim a busca por soluções para sua dor. Ainda o mesmo artigo traz que:

“Como profissional que oferece suporte psicológico para o enfrentamento desse luto de forma saudável, de forma que funciona como uma rede de apoio nesse momento da vida em que se encontra fragilizado. É ainda a ponte que possibilita e facilita o processo de reconciliação entre o enlutado e a vida antes do luto, fazendo com que ele supere o luto como forma de tentar buscar sentido a sua vida novamente, apesar de toda dor que a morte lhe causou” (ROCHA e LIMA,2019).

8. JUSTIFICATIVA

O presente trabalho justifica-se diante do crescente número de Líderes Eclesiásticos lutarem contra depressão, esgotamento e solidão, o que causa uma angustia muito grande ao ser humano, muitas vezes levando o mesmo a atitudes extremas como o suicídio. A produção de estudos sobre suicídios de líderes eclesiásticos têm aumentado nos últimos anos, mas ainda são escassos. O trabalho tem relevância social pois líderes eclesiásticos exercem influência direta e indireta na sociedade. Por fim desmistificar alguns conceitos a respeito do líder eclesiástico como por exemplo, ser ele um super-herói. Podendo possibilitar reflexões importantes e urgentes tais como: Quais os principais motivos do esgotamento na carreira ministerial? Quais consequências podem surgir desse esgotamento?

9. OBJETIVO GERAL

Promover reflexão acerca dos principais fatores que podem contribuir para o esgotamento psíquico de Líderes Eclesiásticos e das possíveis estratégias de seu enfrentamento.

10. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Abordar esgotamento psíquico.

Identificar os fatores que possam contribuir para o sofrimento psíquico dos Líderes Eclesiásticos.

Buscar compreender as possíveis consequências do esgotamento psíquico.

Refletir acerca das possíveis relações entre esgotamento psíquico e o suicídio na carreira ministerial.

Buscar compreender as possíveis estratégias de enfrentamento frente ao esgotamento psíquico.

11. METODOLOGIA

Inicialmente houve uma conceituação dos termos Líder Eclesiástico, Suicídio, Esgotamento, Prevenção, Posvenção e Sobreviventes.

Buscou-se refletir sobre o que os materiais pesquisados apresentam de contribuição para o assunto. As fontes de pesquisa utilizadas foram: 1 dissertação de mestrado; 10 artigos; 7 livros e pesquisas nos sites da Internet: Ministério da Saúde; Ministério do Trabalho; Organização Mundial da Saúde; Conceito; Dicionário online; Organízze; Wikcionário; Wikipédia.

Não buscou-se limitar a pesquisa por alguma data específica, mas sim por temas de interesse do aluno. A dissertação e os artigos utilizados foram produzidos no período de 2015 à 2019. Nas pesquisas da internet foram utilizados materiais produzidos de 2002 à 2020. Os livros pesquisados foram produzidos de 1975 à 2017.

Buscou-se refletir sobre os principais motivos do esgotamento e suas consequências na carreira ministerial que podem ser um disparador para o suicídio de Líderes Eclesiásticos.

12. CONCLUSÃO

É possível afirmar que os objetivos foram cumpridos, porém não esgotados pois o tema compõe parte de outro tema ainda maior, que é a violência, ou seja, um ato violento contra a própria vida que é o caso do suicídio é apenas uma fatia desse tema maior. O trabalho ajudou-me a crescer como pessoa, principalmente por fazer parte dessa população, proporcionou-me um melhor olhar quanto Líder Eclesiástico e quanto profissional de psicologia. Instigou-me olhar o sofrimento com mais detalhamento, ou seja, a multifatorialidade que cerca um indivíduo não esquecendo de sua coletividade, e o mesmo por sua vez fragmentado pelas agruras da vida, o que pode afetar sua saúde mental. Suicídios ocorrem em todas as classes profissionais e sociais, mas ultimamente vem se tornando cada vez maior sua ocorrência em meio a líderes eclesiais.

De certa forma o líder eclesial muitas vezes inconscientemente pode alimentar sentimentos de culpa, por muitos motivos e situações, podendo pensar ou até buscar por determinada punição ou autopunição o que pode incluir o exterminar a si mesmo conforme abordado no presente trabalho. Diante de tais considerações se faz importante o profissional de psicologia atentar para esse fenômeno, por outro lado o sujeito do estudo, ou seja, o líder eclesial deve buscar por ajuda sempre que necessitar ou perceber que algo não vai bem. Por fim resta dizer que o trabalho particularmente foi árduo pelas longas horas de leitura e pesquisa, mas foi compensatório, gratificante abrindo-se portas do conhecimento que jamais serão fechadas.

13. REFERENCIAS

ARAÚJO, Erismar da Silva Santos – estresse entre líderes religiosos protestantes de Palmas – TO 2019

BUHR, João Rainer – o sofrimento do pastor: um mal silencioso enfrentado por Paulo e por pastores ainda hoje, Curitiba – PR Ed. Esperança,2017 books.google.com acesso em 08/04/20 às 1h

CATITO, C. O caminho sombrio para o suicídio de pastores, artigo 2020 – Faculdade Teológica Sul-americana, acesso em 13/12/2020 às 19:30h <https://ftsa.edu.br>

CONCEITO, de – Suicidio,2012 atualizado em 2019, conceito.de/suicídio acessado em 07/06/2020 às 11:50h

DEUS,P.R.G. Um estudo da depressão em pastores protestantes. Ciências da Religião – História e Sociedade,v.7,n.1,p.189-202.p.2009 Disponível em <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/cr/article/viewfile/1134/849>

DICIONÁRIO, online de português – DICIO,2009 dicio.com.br/estafa/ acesso em 07/06/2020 às 1:20h

DURKHEIM, Émile – O Suicídio: estudo de sociologia/Émile Durkheim; tradução Monica Stahel – São Paulo: Martins Fontes 2000

FEIJOO,A.M.L.C. de Artigo: suicídio uma compreensão sob a ótica da psicologia existencial pepsic.bvsalud.org 2019

FERREIRA, R.E.C. O suicídio p. 3,2008 – Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra acesso em 16/04/2020 às 23h

GOSPEL, P. Pastora suicida-se <http://noticias.gospelprime.com.br> acesso em 21/02/2018

JM NOTÍCIAS pastores cometem suicídio <http://www.jmnoticias.com.br> acesso em 21/02/2018

MAGALHÃES, Diogo. Artigo: O mal-estar pastoral na hipermodernidade,2015

MAY, Rollo – Livro: A arte do aconselhamento psicológico, Ed. Vozes,1977

MELO, E.M.; MELO, S.D.;BETT,G.B. Artigo – Suicídio de Pastores Evangélicos no Brasil,2019

MELO,L.V.M.;MUNER,L.C. o suicídio e o luto como ficam os sobreviventes após a perda cathedral.ojs.galoa.com.br acesso em 14/10/2021

MINISTÉRIO da Saúde – saúde.gov.br/saúde-de-a-z/saudemental/síndrome-de-burnout ,21/08/2019 às 8:43h acesso em 20/05/2020 às 15:30h; Suicídio,2013 acesso em 08/06/2020 às 14:30h.

MINISTÉRIO do Trabalho - Classificação Brasileira de Ocupações (CBO,2002) – Portal Emprega Brasil – empregabrasil.mte.gov.br/76/cbo/ acesso em 23/05/2020 às 11:10h

NETTO,N.B. - Suicídio: Uma questão de saúde pública e um desafio para a psicologia clínica. O suicídio e os desafios para a psicologia,cap.1 p.19 (CFP,2013) acesso em 26/12/2020 às 19h www.cfp.org.br

O GLOBO três padres se suicidaram em 15 dias <http://blogs.oglobo.globo.com> acesso em 21/02/2018

OMS – Organização Mundial de Saúde – dados sobre suicídio de pastores evangélicos apud MELO, MELO e BETT 2019.

ORGANIZZE – Situação financeira e saúde mental: qual a relação? Acesso em 26/12/2020 às 15h. <https://financaspessoais.organizze.com.br>

RAPPAPORT, C. R. Livro: Encarando a Adolescência ed. Ática,8ª edição,2005

REICH, W. Livro: A função do orgasmo – problemas econômico-sexuais da energia biológica,9ª Ed. editora brasiliense,1975.

RIBEIRO, D. M. Suicídio: critérios científicos e legais de análise – egov.ufsc.br/portal/sites/default/files/anexos/12595-12596-1-PB.pdf acesso em 27/12/2020 às 11h

SAÚDE – OPAS/Brasil – folha informativa de suicídio – paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5671.folha-informativa-suicidio&Itemid=839,atualizada em agosto de 2018 acesso em 25/05/2020 às 12:20h

SILVA, R.F. Burnout e suas ressonâncias em ministros religiosos: parâmetros para prevenção – Dissertação (mestrado em ciências da religião) – Universidade Presbiteriana Mackenzie, São Paulo,2018

SOLOMON, A. Livro: o demônio do meio dia uma anatomia da depressão, ed. Companhia das letras 2014

VISCOTT, David – Livro: A linguagem dos sentimentos, Ed. Summus,1982

WIKCIONÁRIO – editado em 17/04/2020 – pt.wiktionary.org/wiki/elesiástico, acesso em 30/05/2020 às 17:50h; Exausto,01/05/2017 às 16:30h acesso em 07/06/2020 às 13:10h

WIKIPÉDIA, a enciclopédia livre – Solidão,2012 atualizado em 25/12/2019 acesso em 08/06/2020 às 00:30h – pt.wikipedia.org/wiki/solidao - American Sociological Review

WINNICOTT,D.W. Livro: O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional, Ed. DA. 1983