



**CENTRO UNIVERSITÁRIO MAUÁ DE BRASÍLIA**

**CURSO DE BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

**JOSINEIDE CABRAL VILARINHO**

**Espiritualidade no Enfrentamento das Adversidades**

**Taguatinga – DF**

**2022**

**JOSINEIDE CABRAL VILARINHO**

**Espiritualidade no Enfrentamento das Adversidades**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) elaborado como requisito para obtenção do Título de Bacharel em Psicologia, sob a orientação da Profa. Me. Meg Gomes Martins de Ávila e Profa. Me. Ana Luiza Faria Lima.

**Taguatinga – DF**

**2022**

Artigo de autoria de JOSINEIDE CABRAL VILARINHO, intitulado ESPIRITUALIDADE NO ENFRENTAMENTO DAS ADVERDIDADES, apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Psicologia no Centro Universitário Mauá, em 30 de junho de 2022 defendido e aprovado pela seguinte banca examinadora:

---

Prof. (a) Mestra Meg Gomes Martins de Ávila  
Orientadora coordenadora do Curso de Graduação  
em Psicologia do Centro Universitário Mauá de Brasília.

---

Prof.(a) Victoria Ayelen Gomez  
Membra da Banca Examinadora  
Professora do Curso de Graduação em Psicologia  
do Centro Universitário Mauá de Brasília

---

Prof.(a) Kelly Gennari de Almeida  
Membra da Banca Examinadora  
Professora do Curso de Graduação em Psicologia  
do Centro Universitário Mauá de Brasília.

## **DEDICATÓRIA**

Aos meus pais (in memoriam);

Aos meus irmãos;

Ao meu esposo;

Aos meus filhos.

## **AGRADECIMENTOS**

Ao meu Deus que é o criador de todas as coisas;

A mim por não ter desistido;

Aos meus pais (in memoriam);

Ao marido;

Aos filhos;

Aos amados irmãos;

A minha amada e querida amiga, Denise;

Aos mestres;

E aos amigos.

## **Espiritualidade no Enfrentamento das Adversidades.**

**Josineide Cabral Vilarinho<sup>1</sup>.**

### **RESUMO**

Este trabalho tem como objetivo geral identificar o impacto da espiritualidade no enfrentamento das adversidades individuais e coletivas como objetivos específicos relacionar psicoterapia e espiritualidade, caracterizar a espiritualidade na vida dos indivíduos, apontar os benefícios da espiritualidade como ferramenta para enfrentamento das adversidades. Para responder a essas questões, empregou-se um estudo bibliográfico utilizando livros, capítulo de livros, trabalhos acadêmicos. Foram localizados um total de 93 trabalhos selecionando 48, utilizando como critério de busca palavras-chaves, de maneira individuais ou combinadas com uma ou mais palavras-chaves, portanto, conclui-se que baseado nos dados obtidos nesse artigo a espiritualidade é um mecanismo importante e eficaz para o enfrentamento das adversidades tanto de forma individual como coletiva de uma população. Deixamos aqui como perspectivas futuras que sejam realizados aprofundamento nas pesquisas, investimentos físicos e financeiros em estudos para maiores investigações sobre os impactos positivo da espiritualidade na vida do sujeito abarcando-o como um ser que é biopsicossocioespiritual e ainda podendo ser aplicada pelo poder público na prática de políticas públicas em benefício da população.

**PALAVRAS- CHAVES:** Adversidades. Enfrentamento. Espiritualidade. Psicologia.

### **ABSTRACT**

This work has as general objective to identify the impact of spirituality in facing individual and collective adversities and as specific objectives to characterize spirituality in the lives of individuals, to point out the benefits of spirituality as a tool to face adversity and to relate psychotherapy and spirituality. To answer these questions, a bibliographic study was used using books, book chapters, academic work. A total of 93 works were located, selecting 48, using keywords as search criteria, individually or

combined with one or more keywords, therefore, it is concluded that based on the data obtained in this article, spirituality is a mechanism important and effective for facing adversities both individually and collectively in a population. We leave here as future perspectives that further research, physical and financial investments are carried out in studies for further investigations on the positive impacts of spirituality on the subject's life, embracing him as a being who is biopsychosocial-spiritual and can still be applied by the public power in practice. of public policies for the benefit of the population.

**KEYWORDS:** Adversities. Confrontation. Spirituality. Psychology

## 1 INTRODUÇÃO

A espiritualidade, baseia-se na fé que as pessoas têm em um ou mais seres divinos que remetem a uma força cósmica, na qual, povos antigos descreveram como a base de suas crenças, práticas e rituais sagrados. (AGNOLIN, 2019).

A frequência da participação em cultos, a repetição de rituais e a crença em ritos são geralmente associadas à religiosidade. Já o cultivo do espiritual, valores, transcendência e fé são considerados parte do fenômeno da espiritualidade que é encontrado em todas as culturas. (Elkins, 1998).

O termo espiritualidade remete a origem da história dos povos antigos, da religião e da prática dos rituais. Jung (2011) traduz a religião como:

“ Uma atitude do espírito humano, atitude que de acordo com o emprego ordinário do termo: “religião”, poderíamos qualificar a modo de uma consideração e observação cuidadosa de certos fatores dinâmicos concebidos como “potências”: espíritos, demônios, deuses, leis, ideias, ideais, ou qualquer outra denominação dada pelo homem a tais entidades, dentro de seu mundo próprio a experiência ter-lhe-ia mostrado suficientemente poderosos, perigosos ou mesmo úteis, para merecerem respeitosa consideração, ou suficientemente grandes, belos e racionais, para serem piedosamente adorados e amados (p. 20)

Durante a 37ª conferência da Organização Mundial de Saúde OMS em Genebra na Suíça, a Resolução EBF73.R3 definiu a “Dimensão Espiritual” como um conceito multidimensional de saúde que remete questões ligadas ao sentido da vida não se limitando a uma prática religiosa específica (TONIOL, 2017; VANDERLEI, 2010).

Durante esta conferência foi decidido a importância da espiritualidade em uma dimensão global, conforme relatório gerado para a avaliação do Programa Saúde para Todos no ano 2000, no qual reconheceram que a espiritualidade representa um papel de grande importância na área motivacional do indivíduo em todos os aspectos da vida (TONIOL, 2017; VANDERLEI, 2010).

Justificativa: Durante décadas se pensou ser impossível associar ciência à espiritualidade, o tema ainda encontra pouco espaço na Psicologia por ter sido vinculado ao senso comum. Buscou-se com essa pesquisa, elencar trabalhos científicos que trazem o tema espiritualidade como inerente ao homem. Tais trabalhos enumeram a importância do tema no impacto da espiritualidade no enfrentamento das adversidades individuais e coletivas.

O que motivou a presente pesquisa foi a compreensão de que além do aspecto biopsicossocial, existe uma dimensão espiritual que precisa ser reconhecida, respeitada e valorizada. Nesse contexto, a espiritualidade pode representar uma importante ferramenta na promoção de saúde, bem como de suporte emocional no processo terapêutico e através desta revisão bibliográfica muitos benefícios foram encontrados, tais como alívio nos momentos difíceis, força para superar as adversidades, ressignificação do sentido da vida, entre outros.

Sugerimos que mais estudos e pesquisas sejam feitos sobre a temática em questão, sabendo-se que através da Academia, a relação entre Psicologia e Espiritualidade pode ser ampliada e contribuir tanto para a prática profissional como para a abrangência das dimensões do ser humano.

Como objetivo geral; identificar o impacto da espiritualidade no enfrentamento das adversidades individuais e coletivas, objetivos específicos; relacionar espiritualidade e psicoterapia, caracterizar a espiritualidade na vida dos indivíduos e apontar os benefícios da espiritualidade como ferramenta para enfrentamento das adversidades.

## **1.1 Psicoterapia e Espiritualidade**

A psicoterapia demonstra interesse no estudo da espiritualidade como mecanismo de tratamento aos transtornos e traumas emocionais, visando os aspectos positivos que a fé apresenta na recuperação da saúde mental e emocional

para um número significativo de pessoas na sociedade (MCMINN *et al.*, 2009).

Segundo Frankl (2003) a psicoterapia pode abordar a espiritualidade como mecanismo que pode auxiliar no tratamento de pacientes, por meio da abordagem de quatro fatores, que estão diretamente ligados, com a forma em que os pacientes buscam obter o sentido da vida, sendo eles: valorizar a experiência de vida do indivíduo ao longo de sua trajetória; ter consciência que o indivíduo é responsável por suas escolhas; entender que apenas o indivíduo é responsável pelo que ocorre em sua vida; todas as experiências de vida possuem um significado.

De acordo com Farris (2005), cabe ao psicoterapeuta, com a devida abertura, capacitação, acolher seu paciente dando total liberdade para que este, manifeste sua dimensão espiritual no *setting* terapêutico.

A Associação Psiquiátrica Americana (*American Psychiatric Association*), faz algumas recomendações aos psicólogos ao tratarem dos temas espiritualidade/religiosidade sendo eles: utilizar procedimento de entrevista para acessar o histórico e envolvimento com a religião e a espiritualidade; pesquisar o papel da religião e da espiritualidade no sistema de crenças; identificar se as idealizações religiosas e as representações de Deus são relevantes, e abordar clinicamente essa idealização; identificar se as variáveis religiosas e espirituais são características clínicas relevantes às queixas e aos sintomas apresentados; demonstrar o uso de recursos religiosos e espirituais no tratamento psicológico; treinar intervenções apropriadas sobre assuntos religiosos e espirituais e atualizar-se a respeito da ética sobre temas religiosos e espirituais na prática clínica. (*AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2006*).

Nesse sentido, observa-se, a espiritualidade e a religiosidade possuem uma sobreposição inevitável, ambas referem-se a experiências, sentimentos e inclinações muito próximos (DOS SANTOS; NASCIMENTO, 2020; ROCHA; FLECK, 2011). Ambas se envolvem na busca pela transcendência, o interesse pelo sagrado, e na fé podendo ser cultivadas tanto de forma individual quanto coletiva, nas instituições religiosas ou fora delas. (*ELKINS et al.*, 1988).

Muitos dos estudos revisados relacionam a espiritualidade com a religiosidade de alguma forma, seja separando de forma antagônica, seja unindo ambos como dois termos que se referem a um só conceito (*VOLCAN et al.*, 2003).

Portanto buscou-se privilegiar o conceito de espiritualidade, compreendendo que as religiões são diversas e diferentes, cuidando para não priorizar nenhum tipo

de religião, sabendo que no mundo não existe uma considerada correta (VANDERLEI, 2010).

<sup>1</sup> Graduanda em Psicologia. Centro Universitário UniMauá. E-mail: josineidevilarinho@gmail.com

## **2 A Espiritualidade No Enfrentamento Das Adversidades**

A espiritualidade apresenta impacto significativo nas adversidades na vida dos sujeitos, principalmente quando estes estão enfrentando uma situação de estresse relacionado a saúde, sofrimento emocional, físico, mental e também o luto pela perda de uma pessoa próxima (GUTZ; CAMARGO, 2013).

De maneira a utilizar a espiritualidade como estratégia de superação, um número expressivo de indivíduos acabam optando por algum tipo de apoio espiritual, diante de momentos de adversidades onde, por meio da própria fé no que considera sagrado encontra segurança, emocional e psicológica, para lidar com as dificuldades das adversidades presente (DE OLIVEIRA; JUNGES, 2012; OLIVEIRA; MENEZES, 2018; TONIOL, 2017; VANDERLEI, 2010).

Muitos dos estudos revisados relacionam a espiritualidade com a religiosidade de alguma forma, seja separando de forma antagônica, seja unindo ambos como dois termos que se referem a um só conceito. Nesse sentido, se observa que a espiritualidade e a religiosidade possuem uma sobreposição inevitável, pois ambas se referem a experiências, sentimentos e inclinações muito próximos. Ambas envolvem a busca pela transcendência, o interesse pelo sagrado, a fé etc. e podem ser cultivadas tanto de forma individual quanto coletiva, nas instituições religiosas ou fora delas.

Alguns indivíduos veem a espiritualidade como uma espécie de efeito cósmico que é capaz de lidar com a qualidade de vida e que rege desta maneira os status de sua saúde mental, física e ou emocional (PAIVA, 2004).

Os momentos em que um determinado indivíduo se encontra em uma situação de fragilidade e/ou de vulnerabilidade que podem ser decorrentes de uma situação estressante, esse indivíduo tende a voltar as suas crenças espirituais quando as tem, passando a praticar seus ritos sagrados, acreditando que a superação desses momentos de sofrimento serão passageiros e terão um breve fim, obtendo assim a superação conquistada por esforço do indivíduo somada a divindade ou forças

espirituais na qual acreditam estarem ligadas pela sua fé (KING; KOENIG, 2000; KOENIG, 2007a, 2007b).

A esperança gerada pela espiritualidade na superação de adversidades pelo indivíduo baseia – se no pensamento que a fé em algo maior irá afastar ou livrar o indivíduo do seu sofrimento e desespero, trazendo como recompensa uma felicidade a muito esperada (SELIGMAN, 2004).

## 2.1 Apoio Espiritual

O apoio espiritual, é diferenciado conforme a cultura de cada região do mundo, uma vez que as mesmas foram desenvolvidas de maneiras distintas, algumas com algum tipo de similaridade, mas mesmo assim de forma única para demonstrar as suas crenças, rituais sagrados, deuses, espíritos e demônios (AGNOLIN, 2019).

A forma em que cada indivíduo utiliza ou subutiliza o apoio espiritual tende a ser uma resposta automática a forma em que cada ser utiliza a própria inteligência na resolução de conflitos, estes que muitas vezes exigem ações que demandam um “sentido” para os caminhos da vida que cada ser trilha durante a sua existência (ZOHAR; MARSHALL, 2004).

O apoio espiritual também pode ser definido como um tipo de “inteligência espiritual” a qual o indivíduo tem acesso quando busca alguma forma de reconstrução pessoal, após vivenciar situações ou sofrer ações adversas que foram particularmente dolorosas (ALVES, 2011).

De Oliveira & Junges (2012), diz que a espiritualidade se manifesta como uma “espécie de sopro da vida que envolve a gratidão, o desenvolvimento de ver o sagrado nos fatos comuns”. Assim observa-se que a espiritualidade manifestada por ações ou ritos religiosos crescem de forma considerável ao longo dos anos de forma a trazer algum tipo de apoio para esses indivíduos que buscam algo que traga algum tipo de sentido para o sofrimento que tende a afetar “sopro da vida” na qual ele se encontra.

O indivíduo que utiliza o apoio da espiritualidade como estratégia no enfrentamento das adversidades, também tende a buscar soluções de conflitos, nas relações pessoais de amizade, amorosas ou familiar, mesmo que nessas relações existam conflitos relacionados a espiritualidade e ciência (MOREIRA-ALMEIDA; LUCCHETTI, 2016).

## 2.2 Espiritualidade como mecanismo de Superação

Diversas pesquisas realizadas em diferentes países como o Brasil e o Canadá, buscam demonstrar como as vivências de cunho espiritual, apresentam algum tipo de apoio ou incentivos para a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos que acreditam em algum tipo de fé, estando dispostos a enfrentar suas adversidades e dificuldades baseadas em suas crenças (SOUZA; SOARES, 2005).

Psicólogos eminentes como *Frankl*, *Allport*, *Rogers* e *Freud* também se voltaram mais para a espiritualidade enquanto experiência individual do que para a religiosidade enquanto fenômeno institucionalizado e coletivo. Num estudo que parte dos conceitos clássicos como de *Abraham Maslow*, *Carl G. Jung*, *William James* e outros, o conceito de espiritualidade é considerado como uma dimensão da experiência humana que inclui certos valores, atitudes, perspectivas, crenças e emoções (*Elkins, Hedstrom, Hughes, Leaf & Saunders, 1988*).

Para *Frankl* (1984), a descoberta do sofrimento pelo homem seria uma tarefa de superação única do indivíduo e o mesmo deve descobrir e conquistar um nível de consciência de que este sofrimento é em todo o cosmo. Assim *Frankl* (1984) assume que a maneira que este indivíduo tem de lidar com o sofrimento é exclusivamente de sua responsabilidade. Desta forma, desde o princípio da humanidade a espiritualidade está diretamente ligada aos mecanismos de superação pela humanidade ao longo da história (*AGNOLIN, 2019*).

O cotidiano dos indivíduos é carregado das mais diferentes e imprevisíveis situações indesejadas e geradoras de estresse, sendo a espiritualidade um mecanismo de superação podendo ser expressa em forma de orações, preces, ritos religiosos e crenças individuais que estão a livre acesso. (*MARGAÇA; RODRIGUES, 2019; VANDERLEI, 2010*).

No momento em que o indivíduo se encontra em uma situação de fragilidade e/ou de vulnerabilidade advindos de uma situação estressante, este tende a se voltar a suas crenças espirituais quando as tem, e a praticar seus ritos sagrados, entendendo está somando seu esforço com divindades ou forças espirituais na qual acredita estarem ligadas através da fé cultivada há muito (*KING; KOENIG, 2000; KOENIG, 2007a, 2007b*).

A doença na vida do indivíduo pode acontecer como uma oportunidade de aprendizado e crescimento, durante um tratamento clínico podendo o paciente enfrentar situações que exijam superação física, emocional e espiritual além de sua capacidade, faz-se necessário que os profissionais da saúde não interfiram nas escolhas religiosas feitas por eles como forma de ajudar a superar tais adversidades (CAMAROTTI, 2013).

Essa não interferência dos profissionais da saúde nas escolhas do paciente é de extrema importância, uma vez que desacreditar e/ou influenciar as escolhas religiões por opiniões pessoais quanto as crenças religiosas, podem resultar em situações indesejadas prejudicando a forma de lidar do paciente com a problemática em questão (GOMES et al., 2019).

É sabido que quando o ser humano se depara com um importuno em sua vida, seja ele de que ordem for, a espiritualidade é utilizada de forma estratégica para a adaptação e promoção de resiliência, construindo assim uma espécie de “ponte” capaz de facilitar seu acesso a recursos de superação e perspectivas positivas para um futuro melhor (SIMÃO; SALDANHA, 2012).

### **2.3 Espiritualidade e Ciência**

A ideia de que a medicina ou a ciência de forma geral e a espiritualidade são áreas antagônicas e distintas, já não é mais uma verdade absoluta, tendo ficado boa parte desse conceito no passado (MÜLLER, 2004).

Apesar da medicina já ter relatado anteriormente diferentes fatores espirituais na sua história, foi somente nas últimas décadas que, estudos com comprovações científicas interpretaram que os fatores espirituais funcionam juntamente com os sistemas, imune, nervoso e endócrino dos indivíduo (ROBERTO, 2004).

Roberto (2004), relata que, no Brasil diferentes hospitais, já desenvolveram estratégias para se abordar estudos envolvendo espiritualidade e saúde, bem como promover serviços de apoio espiritual a seus pacientes.

A dimensão dos efeitos positivos da espiritualidade no status da saúde de um indivíduo é observado principalmente quando o mesmo recebe diagnósticos que são considerados com alto risco de morte (ROCHA; FLECK, 2004).

Durante um tratamento clínico em que um paciente se encontra em uma situação que exige uma superação física, emocional e espiritual além de sua capacidade, faz-se necessário que os profissionais da saúde não interfiram nas escolhas religiosas feitas pelos pacientes como forma de ajudar na superação de suas adversidades (CAMAROTTI, 2013).

Essa não interferência dos profissionais da saúde nas escolhas do paciente é de extrema importância, uma vez que desacreditar e/ou influenciar as escolhas religiões por opiniões pessoais quanto as crenças religiosas, podem resultar em situações indesejadas prejudicando a forma de lidar do paciente com a problemática em questão (GOMES et al., 2019).

A prática de utilizar a espiritualidade vinculada ou não a uma religião pode afetar a vida de um indivíduo, afetando diretamente seu espaço social e a saúde pessoal, podendo ser de forma positiva ou negativa quanto a recuperação de enfermidades (CAMAROTTI, 2013).

Outros trabalhos de cunho científico demonstram que a espiritualidade é um dos fatores que mais está envolvido com o quadro clínico de um paciente e que a forma de identificar a espiritualidade do indivíduo, pode afetar as relações com a psicoterapia, o que indica que a associação da espiritualidade e uma psicoterapia bem relacionadas, tendem a diminuir o estresse do paciente e elevar o equilíbrio de sua saúde mental (DORNELES, 2004).

A resiliência de um determinado indivíduo é posta em prática, durante sua exposição a riscos com potencial negativo para sua saúde. Assim por meio de sua resiliência o indivíduo é capaz de formular estratégias para a sua própria proteção (MARGAÇA; RODRIGUES, 2019).

Um mecanismo da espiritualidade usado no tratamento de pacientes em casos complicados é a prece, na busca de obter alguma melhoria do quadro de saúde do paciente ou até mesmo obter a “cura” (TOSTA, 2004).

Segundo Tosta (2004), apesar de não existirem trabalhos científicos que comprovem sua eficácia com 100% de certeza, é sabido que a prece possui um impacto significativo na melhoria das pessoas durante um tratamento clínico que requer mais que conhecimento médico, conforme trabalhos com melhores metodologias já revisadas na literatura.

## 2.4 A Espiritualidade e o Contexto Sociocultural

De acordo com Moreira-Almeida e *Lucchetti* (2016), as relações socioculturais da população de um local são diretamente influenciadas por fatores espirituais e/ou religiosos que tendem a definir os padrões de convivência da sociedade com base em seus princípios, podendo impactar de forma positiva ou negativa de uma determinada classe ou grupo minoritários dentro da comunidade.

As crenças espirituais e/ou religiosas de um grupo de indivíduos dentro de uma comunidade específica da população, tendem a ser mais significativos no modo de vida dessas pessoas, desde o seu nascituro até sua velhice, uma vez que a mesma desempenha papel de proteção e fuga das situações de estresse, devido ao fato de que as instituições religiosas, tem como princípio a busca de soluções para conflitos internos ou de relacionamentos (*MARGAÇA; RODRIGUES, 2019*).

A espiritualidade e a ação das religiões na vida dos indivíduos, auxilia na adaptação durante o processo de perdas, promovendo novas visões de superação e buscando um amadurecimento pessoal, melhorando a resiliência do indivíduo a qual varia conforme o contexto sociocultural a que ele pertence. (*AGNOLIN, 2019; MARGAÇA; RODRIGUES, 2019; PERES, 2004*).

O crescimento individual pode ocorrer de diferentes formas e contextos para a pessoa, porém é observado algumas dimensões que rodeiam o indivíduo novas oportunidades, ciclo menor de relacionamentos compassivos, confiança no próprio eu para confrontar o futuro; Replanejamento da vida; Autoconhecimento e aprofundamento de sua espiritualidade (*CERQUEIRA, 2013*).

O estresse quando acometido em grande escala em uma comunidade exige que profissionais de saúde como enfermeiros, médicos e psicólogos, atuem de forma direta na recuperação da saúde dessas pessoas que pode vir a ser um impacto em larga escala na velhice e também na comunidade para onde esses indivíduos retornam depois do tratamento (*LANGER, 2000; LERNER; DOWLING; ANDERSON, 2003*).

Um evento que atingiu uma grande parte da população mundial de forma negativa foi o afastamento brusco que muitas pessoas tiveram entre os anos de 2019 e 2020 durante o surto da pandemia do vírus da *SARS-COV-2* e da Covid-19 de suas atividades diárias incluindo eventos religiosos, no qual grande parte da população

sofreram com mudanças bruscas em suas rotinas devido aos acontecimentos catastróficos ocasionados pela doença. (YUEN et al., 2020).

A espiritualidade da população foi usada como principal mecanismo de enfrentamento aos casos da doença que até o surgimento de uma vacina eficaz, as pessoas tiveram que lidar com sentimentos de medo, solidão, incertezas, e dúvidas de um futuro melhor gerado pelos altos índices de mortalidade e dificuldade de acesso a recursos que garantissem a promoção, prevenção e proteção a saúde individual, para boa parte da população (SCORSOLINI-COMIN et al., 2020; SILVA et al., 2019).

Desta forma a espiritualidade e/ou religiosidade de um coletivo de uma população, tende a ser uma estratégia massiva de superação uma vez que a dimensão de uma pandemia e do desconhecido traz reflexões como: o cuidado pela saúde do próximo; a espiritualidade não pode ser um mecanismo de combate a ciência e sim aliada na busca pela proteção, promoção e prevenção da saúde, física e emocional da população. (SCORSOLINI-COMIN et al., 2020).

### **3 Metodologia**

A metodologia aplicada neste trabalho foi por meio da revisão de literatura de forma a selecionar artigos científicos, que tiverem como critério de seleção a abordagem da espiritualidade como mecanismo de enfrentamento das adversidades, livros de psicologia e psiquiatria, manuais e diretórios públicos sobre saúde pública mental, teses e dissertações de mestrado e doutorado, disponíveis nas bases de dados como: SciELO, CAPES Periódicos, Google Acadêmico e Pub Med, Elsevier, Scopus, PePISC, BVS Psicologia Brasil, Base de dados do Instituto da Universidade São Paulo - USP e Universidade de Brasília - UnB, além de materiais publicados em sites fidedignos relacionados ao tema, como o site da Organização Mundial de Saúde - OMS e Ministério da Saúde – MS. Foram localizados um total de 93 trabalhos selecionando 48.

#### **3.1 Critério de inclusão**

Utilizado como critério de inclusão a busca por palavras-chaves, de maneira individuais ou combinadas com uma ou mais palavras-chaves, sendo elas:

- Religiosidade (16);
- Espiritualidade (41);
- Religiosidade + Espiritualidade (43);
- Adversidade (14);
- Superação (14);
- Espiritualidade + Superação (10);
- Espiritualidade + Adversidade (4);
- Espiritualidade + Psicologia (24);

Estando relacionadas ao tema.

### **3.2 Critérios de exclusão e seleção de estudos**

Foram excluídos desta revisão trabalhos acadêmicos como monografias, dissertações teses, livros de autoajuda e de psicanálises que não se enquadravam no tema principal ou que fugissem das ferramentas de buscas principais como espiritualidade e adversidade. dos quais o mais antigo encontrado foi o trabalho de *Viktor E. Frankl* do ano de 1984 que escreveu o livro que tem como título “Em Busca de Sentido”, enquanto o trabalho mais recente é do ano de 2020 dos autores *Scorsolini-Comin* e colaboradores com o tema “A Religiosidade/ Espiritualidade como Recurso no Enfrentamento da COVID-19”.

### **3.3 Considerações finais**

Portanto, conclui-se que, baseado nos dados obtidos nesse artigo a espiritualidade é um mecanismo importante e eficaz para o enfrentamento as adversidades, sendo de forma individuais ou coletivas, uma vez que a espiritualidade traz conforto e alívio para algumas questões que a ciência não consegue explicar, acolhendo de forma humanizadora as pessoas de um ciclo social que buscam apoio na espiritualidade para enfrentar diversos momentos de adversidades, e que buscam também alívio para questões de inquietações emocionais. De fato, este trabalho manteve o foco nos benefícios que a espiritualidade traz para a vida do sujeito, tanto de maneira individual quanto coletiva, benefícios usados como estratégia para o enfrentamento das adversidades, mesmo acreditando existir estudos que discordem da resposta encontrada respondendo a questão levantada neste artigo, não se buscou

estudos que tragam resultados contrários ao que este artigo revelou de que a espiritualidade possa de fato ser um mecanismo usado para o enfrentamento as adversidades. No entanto fica a pergunta, quais metodologias científicas seriam necessárias para comprovar que, a abordagem da espiritualidade possa de fato impactar na melhoria de vida das pessoas? Deixamos aqui como perspectivas futuras que sejam realizados aprofundamento nas pesquisas, investimentos físicos e financeiros em estudos para maiores investigações sobre os impactos positivo da espiritualidade na vida do sujeito abarcando-o como um ser que é biopsicossocioespiritual e ainda podendo ser aplicada pelo poder público na prática de políticas públicas em benefício da população.

## REFERÊNCIAS

- AGNOLIN, A. **História das religiões: perspectiva histórico-comparativa**. [S.l.] Paulinas, 2019.
- ALVAREZ, J. S. *et al.* Association between spirituality and adherence to management in outpatients with heart failure. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 106, n. 6, p. 491–501, 2016.
- ALVES, M. C. **A Espiritualidade e os Profissionais de Saúde em cuidados paliativos**. [s.l.] Univerisdade de Lisboa, 2011.
- APA, A. P. A. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2014.
- CAMAROTTI, M. H. **Resiliência: o poder da autotransformação**. 1. ed. [s.l.] Kiron, 2013.
- CERQUEIRA, L. DA R. **Políticas de saúde mental**. 1. ed. São Paulo: Instituto de

Saúde, 2013.

DE OLIVEIRA, M. R.; JUNGES, J. R. **Saúde mental e espiritualidade/ religiosidade: A visão de psicólogos.** Estudos de Psicologia, v. 17, n. 3, p. 469–476, 2012.

B.; MÜLLER, M. C.; SILVA, J. D. T. (Eds.). . **Espiritualidade e Qualidade de Vida.** 1. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, . p. 138–146. DORNELES, M. DO A. Unidade, ciência e espiritualidade. In: TEIXEIRA, E. F. 2004

ELKINS, D. N. et al. Toward a humanistic-phenomenological spirituality: Definition, Description, and Measurement. *Journal of Humanistic Psychology*, v. 28, n. 4, p. 5–18, 1988.

FARRIS, J. R. **Aconselhamento psicológico e espiritualidade.** In M. M. AmatuZZi (Org.), Psicologia e espiritualidade. (pp. 161-172) São Paulo: Paulus. (2005).

FRANKL, V. E. **Pertuntar pelo sentido da vida.** In: FRANKL, V. E. (Ed.). . Em Busca de Sentido. 1. ed. Nova York: Le Livro, 1984. p. 57.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia e sentido da vida:** fundamentos da logoterapia e análise existencial. 1. ed. [s.l: s.n.].

GOMES, M. V. et al. “*Waiting for a miracle*”: Spirituality/Religiosity in coping with sickle cell disease. *Revista brasileira de enfermagem*, v. 72, n. 6, p. 1554–1561, 2019.

GUIMARÃES, H. P.; AVEZUM, Á. **O impacto da espiritualidade na saúde física.** Revista de Psiquiatria Clínica, v. 34, n. SUPPL. 1, p. 88–94, 2007.

GUTZ, L.; CAMARGO, B. V. **Espiritualidade entre idosos mais velhos: um estudo de representações sociais.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 16, n. 4, p. 793–804, 2013.

JUNG, C. G. **Obras Completas de Carl Gustav Jung.** 4º ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2011a.

KING, D. E.; KOENIG, H. G. **“Faith, spirituality and medicine: Toward the making of the healing practitioner.”** 1. ed. [s.l.] Routledge, 2000.

KOENIG, H. G. **Religião, espiritualidade e psiquiatria**: uma nova era na atenção à saúde mental. *Rev. Psiq. Clín*, v. 34, n. 1, p. 5–7, 2007a.

KOENIG, H. G. Religião, espiritualidade e transtornos psicóticos. **Revista de Psiquiatria Clinica**, v. 34, n. SUPPL. 1, p. 95–104, 2007b.

KOENIG, H. G.; BÜSSING, A. *The Duke University Religion Index (DUREL): A five-item measure for use in epidemiological studies*. **Religions**, v. 1, n. 1, p. 78–85, 2010.

LANGER, N. **The importance of spirituality in later life**. *Gerontology and Geriatrics Education*, v. 20, n. 3, p. 41–50, 2000.

LERNER, R. M.; DOWLING, E. M.; ANDERSON, P. M. *Little, 1993*), moral development (Damon, 1990), civic engagement. v. 7, n. 3, p. 172–180, 2003.

MARGAÇA, C.; RODRIGUES, D. Espiritualidade e resiliência na adultez e velhice: uma revisão. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 31, n. 2, p. 150, 2019.

MARQUES, Luciana Fernandes. O conceito de espiritualidade e sua interface com a religiosidade e a Psicologia Positiva. **Psicod debate. Psicología, Cultura y Sociedad**, n. 10, p. 135-152, 2010.

MASTEN, A. S. *Ordinary magic: Resilience processes in development*. **American Psychologist**, v. 56, n. 3, p. 227–238, 2001.

MOREIRA-ALMEIDA, A.; LUCCHETTI, G. Panorama das pesquisas em ciência, saúde e espiritualidade. **Ciência e Cultura**, v. 68, n. 1, p. 54–57, 2016.

MCMINN, Mark R. *et al.* **O que os líderes da American Psychological Association têm a dizer sobre Psicologia da Religião e Espiritualidade**. *Psicologia da Religião e Espiritualidade*, v. 1, n. 1, pág. 3, 2009.

MÜLLER, M. C. **Introdução a Espiritualidade e Qualidade de Vida**. In: TEIXEIRA, E. F. B.; MÜLLER, M. C.; SILVA, J. D. T. (Eds.). *Espiritualidade e Qualidade de Vida*. 1. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, p. 8-9, 2004.

OLIVEIRA, A. L. B. DE; MENEZES, T. M. DE O. *The meaning of religion/religiosity for the elderly*. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 71 2, n. suppl 2, p. 770–776, 2018.

PAIVA, G. J. DE. **Pesquisas em Psicologia**. In: TEIXEIRA, E. F. B.; MÜLLER, M. C.; SILVA, J. D. T. (Eds.). . **Espiritualidade e Qualidade de Vida**. 1. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, p. 125-137, 2004.

PANZINI, R. G. et al. **Validação brasileira do instrumento de qualidade de vida/espiritualidade, religião e crenças pessoais**. *Revista de Saude Publica*, v. 45, n. 1, p. 153–165, 2011.

PERES, J. Psicoterapia e espiritualidade convergência possível e necessária. In: TEIXEIRA, E. F. B.; MÜLLER, M. C.; SILVA, J. D. T. (Eds.). . **Espiritualidade e Qualidade de Vida**. 1. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, 147-161, 2004.

ROBERTO, G. L. Espiritualidade e Saúde. In: TEIXEIRA, E. F. B.; MÜLLER, M. C.; SILVA, J. D. T. (Eds.). . **Espiritualidade e Qualidade de Vida**. 1. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, p. 162-176, 2004.

ROCHA, N. S. DA; FLECK, M. P. DA A. Religiosidade, saúde e qualidade de vida: uma revisão da literatura.pdf. In: TEIXEIRA, E. F. B.; MÜLLER, M. C.; SILVA, J. D. T. (Eds.). . **Espiritualidade e Qualidade de Vida**. 1. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, p.117-194 2004.

ROCHA, N. S. DA; FLECK, M. P. DA A. Avaliação de qualidade de vida e importância dada a espiritualidade/religiosidade/crenças pessoais (SRPB) em adultos com e sem problemas crônicos de saúde. **Revista de Psiquiatria Clinica**, v. 38, n. 1, p. 20–23, 2011.

SCORSOLINI-COMIN, F. et al. A religiosidade/ espiritualidade como recurso no enfrentamento da COVID-19. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, v. 10, 2020.

SELIGMAN, M. E. P. **Felicidade autêntica**. 1. ed. [s.l.] Martin E. P. Seligman, 2004.

SILVA, G. C. N. et al. *Religious / spiritual coping and spiritual distress in people with cancer*. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, n. 6, p. 1534–1540, 2019.

SIMÃO, M. J. P.; SALDANHA, V. Resiliência e Psicologia Transpessoal: fortalecimento de valores, ações e espiritualidade. **O Mundo da Saúde**, v. 36, n. 2, p.

291–302, 2012.

SOMMERHALDER, C. Sentido de vida na fase adulta e velhice. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 23, n. 2, p. 270–277, 2010.

SOUZA, J. C.; SOARES, A. S. *Review of the book entitled* Espiritualidade e qualidade de vida. **Revista Psiquiatria RS**, v. 27, n. 2, p. 218–219, 2005.

TONIOL, R. Atas do espírito: a Organização Mundial da Saúde e suas formas de instituir a espiritualidade. **Anuário Antropológico**, v. 42, n. 2, p. 2003–2005, 2017.

TOSTA, C. E. Prece e Cura. In: TEIXEIRA, E. F. B.; MÜLLER, M. C.; SILVA, J. D. T. (Eds.). . **Espiritualidade e Qualidade de Vida**. 1. ed. Porto Alegre: EDIPUCRS, p. 105-124, 2004.

VANDERLEI, A. C. DE Q. **Espiritualidade Na Saúde – Levantamento de Evidências na Literatura Científica**. [s.l.] Universidade Federal da Paraíba, 2010.

VOLCAN, S. M. A. *et al.* **Relação entre bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores: estudo transversal**. *Revista de Saúde Pública*, v. 37, n. 4, p. 440–445, 2003.

YOUNG, C.; KOOPSEN, C. **Spirituality, health, and healing: An integrative approach**. 1. ed. [s.l.] Jones & Bartkett, 2010.

YUEN, K. S. *et al.* SARS-CoV-2 and COVID-19: *The most important research questions*. **Cell and Bioscience**, v. 10, n. 1, p. 1–5, 2020.

ZOHAR, D.; MARSHALL, I. **Spiritual capital: Wealth we can live by**. [s.l.]

Berrett-Koehler Publishers, 2004.