FATAB - Faculdade de Teologia Avivamento Bíblico

Estrada sapopemba – 4289 – 4ª divisão, Ribeirão Pires _ SP
Cep. 09400-970 – Caixa postal 100
Fone: 4827 9271 e-mail fatab@fatab.com.br

Psicologia Pastoral

(Aconselhamento)

Sumário

I - O PROCESSO DO ACONSELHAMENTO 4
II - OBJETIVOS DO ACONSELHAMENTO 6
1. Compreender a Si Mesmo 6
2. Aprender a Comunicar 7
3. Mudança de Comportamento 8
4. Buscar Apoio 8
III – O Papel da Igreja no Aconselhamento 9
IV – Características de um Conselheiro Cristão 9
1. Valorizar as Pessoas 9
2. Ser Verdadeiro 10
3. Saber Ouvir 10
4. Saber Orientar 10
5. Ter Princípios Cristãos 11
V – A Sexualidade do Conselheiro 12
1. Evite Aconselhar Pessoas do Sexo Oposto 12
2. Se Proteja 13
3. Observe o Comportamento de Ambos 13
4. Procure Impor Limites 13
VI – A Ética no Aconselhamento 14

ACONSELHAMENTO PASTORAL

Aconselhar não é dar conselhos, mas sim estar presente na vida de uma pessoa, orientando e auxiliando através de várias técnicas, ajudando a resolver seus conflitos emocionais. Gary Collins afirma:

> “ A fim de ajudar as pessoas, o aconselhamento busca estimular o desenvolvimento da personalidade; ajudar os indivíduos a enfrentarem mais eficazmente os problemas da vida, os conflitos íntimos e as emoções prejudiciais; prover encorajamento e orientação para aqueles que tenham perdido alguém querido ou estejam sofrendo uma decepção; e para assistir às pessoas cujo padrão de vida lhes cause frustrações e infelicidade.” [1]

No aconselhamento pastoral, são utilizados princípios bíblicos para a orientação das condutas e nas tomadas de decisões. Esta necessidade surge porque nos cultos não conseguimos atingir as necessidades individuais das pessoas, o que pode ser suprido no aconselhamento. Os principais fatores que levam uma pessoa ao aconselhamento são: medo, depressão, ira, falta de perdão, abuso sexual, tentações sexuais, violência doméstica, problemas conjugais e dificuldades na educação dos filhos.

A Psicologia é importante neste processo, porque muitos problemas comportamentais surgem por dificuldades emocionais. A pessoa que por exemplo tem dificuldade de amar e aceitar a si mesma, geralmente tem dificuldade de amar, aceitar e se relacionar com outras pessoas.

[1] Aconselhamento Cristão, p. 12.

I - O PROCESSO DO ACONSELHAMENTO

O aconselhamento não é um processo tipo passo á passo, como assar um bolo, cada aconselhado é único – com problemas, atitudes, valores, expectativas e experiências peculiares. O conselheiro deve abordar cada indivíduo de modo um pouco diferente e descobrirá que o curso do aconselhamento irá variar de pessoa para pessoa.

Em toda relação de aconselhamento existem vários estágios, dentre os quais incluem:

1- O estabelecimento e manutenção de um relacionamento entre o conselheiro e aconselhado;
2- A exploração de problemas a fim de esclarecer certas questões e determinar como os problemas podem ser tratados;
3- A decisão sobre um curso de ação;
4- O estímulo para que o aconselhado tome uma atitude;
5- A avaliação do progresso;
6- A decisão sobre ações subsequentes;
7- Terminar a relação sem ajuda contínua do conselheiro, ou seja, conseguir resolver seus problemas sem a ajuda de outra pessoa.

No papel, tudo isto parece direto e simples, mas o processo de aconselhamento pode ser bastante complexo e exige muito do nosso tempo e energia.

No decorrer do aconselhamento surge uma vacilação natural entre esses estágios, de avanço e retrocesso, à medida que os problemas se tornam mais definidos, as soluções encontradas e o aconselhamento se dirige para o seu final.

Sem levar em conta quão eficaz possa ser a hora de aconselhamento, sua influência pode ser diminuída se o aconselhado sair da sessão e esquecer-se ou ignorar o que aprendeu. A fim de enfrentar este problema, muitos conselheiros dão tarefas para casa – projetos destinados a fortalecer, expandir e estender o processo de aconselhamento para além do período que o aconselhado passa com o conselheiro.

As sessões duram aproximadamente uma hora, sendo separadas normalmente por uma semana. As tarefas de casa capacitam as pessoas a estenderem o seu aprendizado para além das sessões de aconselhamento e permitem praticar o que ouviu. Entretanto falar em tarefa

para casa pode soar como algo monótono, e não se sugere acordos-tarefas, onde o conselheiro e o aconselhado concordam á respeito das tarefas a serem realizadas entre as sessões de aconselhamento, como: elogiar todos os dias; abster-se de críticas; dedicar tempo a um parente ou outra pessoa; manter um registro do uso do tempo ou fazer uma lista de prioridades e valores.

II - OBJETIVOS DO ACONSELHAMENTO

1. Compreender a Si Mesmo

Uma das maiores causas que geram conflitos individuais e sociais, é que a maioria das pessoas não se conhecem como deveriam. A baixa auto-estima é o fator principal para que muitas pessoas se sintam rejeitadas e até rejeitem a outras pessoas, ou porque exigem demais de si, ou porque exigem muito das outras pessoas.

Está auto-análise permite descobrir suas fraquezas, potencialidades, humanidade, e consequentemente também das outras pessoas.

Estes questionários a seguir, mostram como muitas pessoas tem problemas com solidão e baixa auto-estima e não percebem.

"Questionário solidão:

1. Você tem amigos?
2. Esta amizade consiste num mútuo dar e receber? Caso não: você recebe mais do que dá?
3. Você tem procurado conversar sobre esta desproporção, este desequilíbrio?
4. Você consegue confiar em outras pessoas?

Caso não: Por que não?

a- Más experiências?
b- Medo de ser decepcionado?
c- Porque não confia em si mesmo?

5. Você evita relacionamentos mais próximos com os outros? Caso sim: É por medo de...

a- Não corresponder com as expectativas do outro?
b- Eventualmente ser deixado de lado?

6. Você pensa que é preciso esforçar-se para ser aceito por outros?

7. Você tem a impressão de que tem que esconder o seu verdadeiro jeito de ser diante dos outros? Caso sim: Você já experimentou ser você mesmo?" [2]

Questionário de auto-estima:

"**A-** Características da Pessoa que possui uma Baixa Auto-Estima (que gosta muito pouco de si mesma):

- Ofende-se com facilidade.
- Argumente demais –"ser sempre do contra" (achar sempre que o que mais vale é a sua própria opinião).
- Critica muito os outros.
- Intolerante ("... tem que ser assim e não me venha com outra...").
- Irritável (qualquer coisa lhe aborrece).
- Tem dificuldade em perdoar.
- Sente ciúme exagerado.
- Tem dificuldade em ouvir o que os outros têm a dizer.
- É materialista- complexo de pobreza.
- Dá valor exagerado a títulos, honrarias etc.
- É um mau perdedor.
- Tem dificuldade em aceitar elogios.[3]

2. Aprender a Comunicar

Saber se comunicar, expressar seus sentimentos e conflitos interiores ajuda a pessoa desenvolver a comunicação correta. Muitas brigas de casais, pais e filhos, empregados e empregador, amigos, etc., acontecem por causa da má comunicação.

No aconselhamento aos poucos a pessoa vai se abrindo, vai compreendendo seus sentimentos e aprendendo a se expressar.

[2] Cuidando do Ser, p. 51.
[3] Idem, p.53.

Albert Friesen afirma:

> "O conselheiro pode aprofundar a conversação quando der ênfase aos sentimentos que o aconselhado passa subjetivamente". [4]

E ainda:

> "... o todo de uma mensagem transmitida e entendida depende de:
> - 7% do vocabulário escolhido, formulação das frases;
> - 38% expressão do rosto e tonalidade da voz;
> - 55% da metacomunicação restante, gesticulação, ambiente, roupas e outros". [5]

3. Mudança de Comportamento

Toda aprendizagem gera uma mudança de comportamento. Quando uma pessoa busca o aconselhamento, ela necessita de se desprender de atitudes e pensamentos negativos, deturpados e até errados. Com o período do aconselhamento estas atitudes vão se modificando, o aconselhando começa a conhecer as suas limitações e fraquezas e a descobrir como lidar com elas.

4. Buscar Apoio

Outro objetivo do aconselhamento é buscar apoio nos momentos de crise, conflitos e tensões. Não importa em que área da vida da pessoa ela esteja fragilizada, este é o momento de buscar encorajamento.

A Bíblia afirma que precisamos "levar o fardo uns dos outros" (>>). E esta é uma das maneiras de levarmos as pessoas a enfrentarem seus problemas com apoio e amparo sincero de quem está aconselhando.

[4] Cuidando do Ser, p. 113.

III – O Papel da Igreja no Aconselhamento

O ser humano vive em constantes conflitos individuais e sociais, e a Igreja pela sua estrutura e potencialidade tem uma capacidade grande de influenciar e orientar nestes conflitos.

O aconselhamento não depende somente do pastor, a Igreja como corpo de Cristo também faz parte deste processo. Com membros e líderes capacitados a dar apoio, orientação e encorajamento aos outros membros da Igreja. Entretanto, este aconselhamento exige treinamento para quem está disposto a fazer um aconselhamento eficaz.

IV – Características de um Conselheiro Cristão

Podemos destacar algumas características de um conselheiro, como: ser uma pessoa equilibrada, envolvente, disponível, sem medo de se aproximar das pessoas, paciente, bondoso, mas ao mesmo tempo em que não fique "passando a mão" na cabeça das pessoas. O autor Gary Collins afirma:

> "O bom conselheiro, por exemplo, é capaz de viver eficientemente, com poucos conflitos imobilizantes, desânimos, inseguranças ou problemas pessoais. O conselheiro eficiente é também compassivo, interessado nas pessoas, alerta em relação aos seus próprios sentimentos e motivos, revelando-se mais do que se ocultando, e bem informado no setor de aconselhamento". [6]

Além destas podemos destacar também outras características:

1. Valorizar as Pessoas

É respeitar acima de tudo, é saber que mesmo com problemas e até pecados ela tem valor. Jesus mostrou isto quando estava com a mulher junto ao poço (...) mesmo sem aprovar seu comportamento pecaminoso ele a amava e valorizava-a, respeitando como pessoa, cuidando, conduzindo para uma mudança de comportamento sem deixar de se preocupar com a pessoa que estava na sua frente.

[5] Idem, p. 112.
[6] Aconselhamento Cristão, p. 21.

2. Ser Verdadeiro

A sinceridade no momento de aconselhamento é de suma importância para que o mesmo tenha êxito. Não significa menosprezar, ridicularizar, brigar ou ter um sentimento de superioridade diante da pessoa que já está fragilizada e confusa com os seus problemas.

Mas significa ser franco, verdadeiro, levar a pessoa a compreender suas fraquezas, confrontar seus problemas e reconhecer seus pecados, com muito amor, de forma que ela sinta necessidade de enfrentar seus problemas e até mudar de comportamento em frente às atitudes erradas.

3. Saber Ouvir

Muitas pessoas se dirigem ao aconselhamento porque necessitam ser ouvidas verdadeiramente, eles sentem desejo de desabafar. Se o conselheiro não tiver esta sensibilidade ao ouvir, poderá prejudicar seu aconselhamento, em alguns casos até totalmente.

Para isto é preciso evitar reagir com juízo de valor, desprezo e até apatia em frente aos problemas de seu aconselhado.

É preciso prestar atenção nos gestos, posturas, tom de voz, e outras pistas não verbais para “ouvir” o que ele não conseguiu dizer com suas palavras.

Esperar com muita paciência e amor aqueles momentos de choro ou silêncio enquanto ele acha forças para continuar. E principalmente não “desabar” conselhos enquanto o aconselhando tenta buscar palavras ou forças para discorrer seus sentimentos mais profundos. Tudo isto vai mostrar para o aconselhando que o conselheiro se interessa por ele e pelos seus problemas e principalmente se interessa em solucioná-los.

4. Saber Orientar

É função do conselheiro orientar a conversa, através de perguntas breves ele poderá ajudar o aconselhando a sistematizar suas idéias e conflitos, permitindo que o mesmo reflita sobre seus sentimentos e atitudes. Este é o passo que leva à confrontação. É o momento em que o conselheiro, de maneira suave e com amor, confronta as atitudes e comportamentos de forma a mostrar os caminhos e as consequências de cada decisão. Isto é aconselhamento, não é o

conselheiro que tem de tomar as decisões na vida do aconselhando, mas orientá-lo, mostrar as direções sem dizer que está é melhor que aquela, isto fará com que a pessoa que esteja buscando aconselhamento, tome a responsabilidade de suas decisões para si, evitando que no futuro venha cobrar do conselheiro as consequências das decisões que ele indicou.

5. Ter Princípios Cristãos

Deve ser uma pessoa praticante da palavra de Deus e temente da Sua vontade.

Deve ter um bom testemunho de vida, demonstrando em cada aconselhamento as características do Fruto do Espírito como: amor, gozo, paz, longanimidade, benignidade, bondade, fé, mansidão e domínio-próprio.

Deve ter maturidade para não se envolver com os problemas dos aconselhados, a ponto de achar que o problema é pessoal.
Deve ser imparcial, não tomando partido sobre os problemas, a não ser contra o pecado ou o mal.

V – A Sexualidade do Conselheiro

O momento do aconselhamento se torna vulnerável principalmente para quem está se aconselhando. A pessoa chega com seus temores, frustrações e muita carência, permitindo que ela se apóie emocionalmente em quem está próximo, a ponto de confundir seus sentimentos. Gary Collins afirma:

" O aconselhamento frequentemente envolve a discussão de detalhes íntimos que jamais seriam tratados em outro lugar – especialmente entre um homem e uma mulher que não são casados um com outro. Isto pode despertar sexualmente tanto o conselheiro como o aconselhado. (...) A atração sexual por um aconselhado é coisa comum e o conselheiro prudente deve esforçar-se ao máximo para exercer autocontrole."[7]

Neste sentido, o pastor ou conselheiro deve tomar alguns cuidados:

1. Evite Aconselhar Pessoas do Sexo Oposto

Este é o primeiro passo a fim de evitar constrangimentos futuros. Isto ajuda principalmente porque é mais fácil uma pessoa do mesmo sexo compreender sentimentos e frustrações que a outra pessoa esteja passando. Ex: um homem que busca aconselhamento por se sentir inútil por estar desempregado e ter que ser sustentado por sua esposa, o conselheiro sendo homem, compreenderá esta frustração por entender que isto afeta o "ego masculino" por não conseguir sustentar sua própria casa.

Em contrapartida, uma mulher que busca orientação quanto à solidão conjugal (se sentir só mesmo sendo casada), à educação de filhos ou outro sentimento concernente à sua vida familiar, terá outra pessoa que compreende o quanto é difícil não se realizar como mulher, mãe, esposa e profissional.

Entretanto, se não existir outra pessoa do mesmo sexo, que esteja apta naquele momento, o conselheiro deve tomar os seguintes cuidados:

[7] Aconselhamento Cristão, p. 34

2. Se Proteja

Ore, medite na palavra, pense nas consequências sociais, profissionais e teológicas (o adultério é pecado).

Peça orientação a Deus por suas palavras, atitudes e pensamentos. Não se ache o superpoderoso (a) ou auto-suficiente. Não brinque com a tentação (lembre-se de José, de como ele fugiu da tentação), pois todos tem propensão a cair no erro.

Seja verdadeiro consigo quando perceber os sinais de perigo afaste-se e se for preciso, busque ajuda com alguém que seja ético, sábio e capaz de ajudar.

3. Observe o Comportamento de Ambos

Preste atenção nas comunicações não verbais, sorrisos, contatos físicos, olhares, expressões no rosto ou qualquer outro tipo de intimidade.

Perceba se os dois estão cada vez mais íntimos, sentindo necessidade de ficarem perto do outro ou de prolongar o tempo de aconselhamento. Enfim, preste atenção se o aconselhando fala muito de sua frustração na vida conjugal e no desejo de ter outra pessoa que "o compreenda".

4. Procure Impor Limites

a- Evite contato físico;
b- Evite sentar-se muito perto do aconselhando;
c- Não prolongue o tempo de aconselhamento, marcando horários fixos;
d- E em último caso, havendo a demonstração de apego excessivo de um dos lados, é necessário transferir o aconselhamento para outra pessoa.

VI – A Ética no Aconselhamento

Todo ser humano é um ser social, isto não significa que sua auto-estima depende de sua aceitação na sociedade.

Quando uma pessoa busca aconselhamento, ela já percorreu um longo caminho de insegurança, de tentar resolver seus problemas sozinho, e até transpor sentimentos de culpa. Se após compartilhar seus problemas ela perceber que tudo o que ela mais teme aconteceu, ver seus problemas "escancarados", ela perderá não só a confiança no conselheiro, como também em outras pessoas e às vezes até em Deus.

A quebra de sigilo ético pode acontecer de várias maneiras:

1. Quando o conselheiro, a fim de "ajudar" no aconselhamento, pede ajuda de oração a outras pessoas;
2. Quando de alguma forma deixa informações confidenciais por escrito em qualquer lugar;
3. Quando ao buscar orientações como um supervisor, identifica com nome ou dados o aconselhamento em questão;
4. E o mais comum, é quando o conselheiro usa os problemas que escutou como ilustração em seus sermões.

A ética no aconselhamento também envolve questões como: falar de outro conselheiro; como também falar dos problemas de outras pessoas ao aconselhando, mesmo que seja como exemplo de sucesso no aconselhamento.

Saber lidar com conflitos de valores também envolve questões éticas. No aconselhamento surgem pessoas com diversos tipos de problemas e confidências, algumas dessas atitudes podem "chocar" o conselheiro, como: abuso sexual, homossexualidade, alguém que tem compulsão ao roubo, praticou algum crime, ou que queira fazer aborto para evitar escândalo na Igreja. Gary Collins demonstra qual deve ser a postura do conselheiro em relação a isto:

> "O conselheiro tem a obrigação de manter em segredo as informações confidenciais, a não ser que haja risco para o bem-estar do aconselhado ou de outra pessoa. Em tais ocasiões, o aconselhado deve ser orientado no sentido de transmitir a informação diretamente às pessoas envolvidas (polícia, empregadores, pais, etc.), e em regra geral, a informação não deve ser divulgada pelo conselheiro sem conhecimento do paciente. Além disso, o

conselheiro deve abster-se de administrar ou interpretar testes, dar conselhos médicos ou legais, ou oferecer qualquer serviços para os quais não esteja treinado nem qualificado".[8]

[8] Aconselhamento Cristão, p. 32.

ATIVIDADES:

Faça uma pesquisa e escreva uma tese de como aconselhar homossexuais e pessoas depressivas.

OBS: Fazer de acordo com as técnicas(métodos) de pesquisas: Capa, Folha de Rosto, Sumário, Introdução, Desenvolvimento da pesquisa, conclusão e bibliografia.