

**Vivências religiosas e espiritualidade na constituição da personalidade:
reflexões teóricas a partir da Psicologia da Religião, da Psicanálise e da Psicologia
Existencial**

Bruna Ferreira Moraes¹
Samara Barbosa Pereira dos Reis¹
Ivone Félix de Sousa²

Resumo

As vivências religiosas e espirituais ocupam lugar significativo na experiência humana, atravessando processos de socialização, elaboração de sentido, construção de valores, enfrentamento do sofrimento e organização subjetiva. No campo da Psicologia, embora a religiosidade e a espiritualidade apareçam de modo recorrente na clínica, na formação de vínculos, na vida familiar e nas práticas culturais, ainda são temas frequentemente tratados de maneira insuficiente na formação acadêmica e na produção científica. Partindo de uma proposta de reflexão teórica baseada no diálogo entre diferentes autores e perspectivas conceituais, este ensaio teórico tem como objetivo discutir as possíveis articulações entre vivências religiosas, espiritualidade e constituição da personalidade, à luz das contribuições da Psicologia da Religião, da Psicologia da Personalidade, da Psicanálise e da Psicologia Existencial. Parte-se da compreensão de que a personalidade não se constitui de forma isolada ou exclusivamente intrapsíquica, mas em relação com fatores familiares, culturais, simbólicos, afetivos e existenciais. Argumenta-se que as vivências religiosas e espirituais podem participar da constituição subjetiva ao oferecerem matrizes de sentido, pertencimento, valores, imagens do sagrado, modos de enfrentamento da finitude e referências éticas para a relação consigo mesmo, com o outro e com o mundo. Ao mesmo tempo, ressalta-se que tais vivências não devem ser compreendidas de forma idealizada, pois podem, tanto favorecer amadurecimento, integração e esperança, quanto produzir culpa, medo, rigidez moral e sofrimento psíquico, dependendo do modo como são transmitidas, vividas e elaboradas. Conclui-se que a religiosidade e a espiritualidade constituem dimensões relevantes para a compreensão integral do sujeito, exigindo da Psicologia uma escuta ética, crítica, tecnicamente fundamentada e sensível à complexidade da experiência humana.

Palavras-chave: religiosidade; espiritualidade; personalidade; subjetividade; Psicologia da Religião.

Abstract

Religious and spiritual experiences occupy a significant place in human experience, permeating processes of socialization, meaning-making, value construction, coping with suffering, and subjective organization. In the field of Psychology, although religiosity and spirituality recurrently emerge in clinical practice, in the formation of bonds, in family

¹ Aluna do curso de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás

² Profa. Orientadora do curso de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás

life, and in cultural practices, they are still frequently addressed insufficiently in academic training and scientific production. This theoretical essay aims to discuss possible articulations between religious experiences, spirituality, and personality constitution, considering contributions from the Psychology of Religion, Personality Psychology, Psychoanalysis, and Existential Psychology. It is based on the understanding that personality is not constituted in an isolated or exclusively intrapsychic manner, but in relation to familial, cultural, symbolic, affective, and existential factors. It is argued that religious and spiritual experiences may participate in subjective constitution by offering frameworks of meaning, belonging, values, images of the sacred, ways of coping with finitude, and ethical references for the relationship with oneself, with others, and with the world. At the same time, it is emphasized that such experiences should not be understood in an idealized way, as they may both favour maturation, integration, and hope, and produce guilt, fear, moral rigidity, and psychological suffering, depending on how they are transmitted, lived, and elaborated. It is concluded that religiosity and spirituality constitute relevant dimensions for an integral understanding of the subject, requiring Psychology to adopt an ethical, critical, technically grounded listening stance that is sensitive to the complexity of human experience.

Keywords: religiosity; spirituality; personality; subjectivity; Psychology of Religion.

Introdução

A personalidade constitui um dos construtos fundamentais da Psicologia, uma vez que permite compreender os modos relativamente estáveis, ainda que dinâmicos, pelos quais o indivíduo percebe a si mesmo, interpreta a realidade, organiza suas emoções, estabelece vínculos e se posiciona diante do mundo. Desde as formulações clássicas de Allport (1937), a personalidade é compreendida como uma organização dinâmica, no interior do indivíduo, dos sistemas psicofísicos que determinam sua forma singular de ajustamento ao ambiente. Posteriormente, Costa e McCrae (2003) contribuíram para a consolidação de uma perspectiva disposicional, ao conceberem os traços de personalidade como tendências relativamente consistentes de sentir, pensar e agir ao longo do tempo e em diferentes contextos.

Entretanto, embora a personalidade apresente certa estabilidade, ela não pode ser compreendida como estrutura rígida, imutável ou exclusivamente determinada por disposições internas. Sua constituição envolve processos desenvolvimentais, experiências relacionais, vínculos afetivos, modelos familiares, práticas culturais, mediações

simbólicas e condições históricas (Allport, 1937; Bissoli, 2014; Costa & McCrae, 2003). Desse modo, a personalidade se organiza na interface entre aquilo que é próprio do sujeito e aquilo que lhe é oferecido, transmitido e significado no campo das relações humanas. Nesse sentido, torna-se necessário compreender a personalidade como construção processual, situada e atravessada pelas experiências que o indivíduo vivencia ao longo de sua trajetória.

A família configura-se como um dos primeiros ambientes nos quais o ser humano é inserido e inicia suas interações sociais, afetivas e simbólicas. É nesse contexto que a criança recebe cuidados, aprende limites, internaliza valores, estabelece vínculos e começa a construir sentidos sobre si mesma, sobre o outro e sobre o mundo (Bissoli, 2014; Rodrigues, 2020). Bissoli (2014) destaca que o desenvolvimento da personalidade infantil está diretamente relacionado às condições educativas, afetivas e sociais oferecidas nos primeiros anos de vida. De modo semelhante, Rodrigues (2020) ressalta que a família exerce função significativa na transmissão de crenças, costumes e valores que participam da organização subjetiva da criança. Portanto, as relações primárias não apenas acompanham o desenvolvimento humano, mas também constituem uma base importante para a formação dos modos de ser, sentir e relacionar-se.

Entre as dimensões simbólicas transmitidas pela família e pela cultura, destacam-se as vivências religiosas e espirituais. Em diferentes sociedades, a religiosidade e a espiritualidade participam da construção de narrativas sobre a vida, a morte, o sofrimento, a culpa, o perdão, a esperança, o amor, a moralidade, o pertencimento comunitário e o sentido da existência (Frankl, 1992, 1995; Lucchetti et al., 2010; Safra, 2023). No contexto brasileiro, marcado por ampla diversidade religiosa e por forte presença de expressões espirituais no cotidiano, tais dimensões frequentemente atravessam a formação de valores, as relações familiares, as decisões pessoais, as formas de

enfrentamento e os modos de compreender a própria história (Raddatz et al., 2019; Pereira & Holanda, 2019).

Nesse cenário, faz-se necessário distinguir religiosidade e espiritualidade, ainda que tais conceitos se encontrem frequentemente interligados. A espiritualidade pode ser compreendida como uma busca pessoal por sentido, transcendência, conexão, finitude e relação com aquilo que o sujeito reconhece como sagrado, podendo ou não estar vinculada a uma instituição religiosa (Lucchetti et al., 2010). A religiosidade, por sua vez, refere-se de modo mais específico às formas pelas quais o indivíduo vivencia uma prática religiosa, envolvendo crenças, ritos, doutrinas, tradições, símbolos e pertencimento comunitário (Raddatz et al., 2019). Assim, a espiritualidade pode expressar-se dentro ou fora de uma religião institucionalizada, enquanto a religiosidade tende a vincular-se a sistemas simbólicos e práticas culturalmente organizadas.

No campo da Psicologia, a relação entre religiosidade, espiritualidade e subjetividade tem sido progressivamente reconhecida, embora ainda permaneça permeada por tensões conceituais, epistemológicas e formativas. A American Psychological Association, por meio da Divisão 36, reconhece a Psicologia da Religião e da Espiritualidade como campo relevante para a investigação das crenças, valores, práticas e experiências religiosas em sua relação com o funcionamento humano (American Psychological Association, 2016). No Brasil, Raddatz, Motta e Alminhana (2019), Pereira e Holanda (2019) e Piasson (2017) indicam que, apesar de a religiosidade e a espiritualidade comparecerem de maneira recorrente na prática clínica e na vida concreta dos sujeitos, a formação em Psicologia ainda contempla de forma limitada essa temática, o que pode dificultar uma escuta qualificada, ética e cientificamente fundamentada.

Diante disso, torna-se relevante discutir de que modo as vivências religiosas e espirituais podem participar da constituição da personalidade. Essa discussão, contudo, não deve partir de uma compreensão determinista, como se a religião ou a espiritualidade produzissem, de forma direta e universal, determinados traços ou modos de personalidade. Ao contrário, é necessário reconhecer que tais vivências operam por mediações familiares, culturais, afetivas, simbólicas e existenciais (Bissoli, 2014; Frankl, 1992, 1995; Rodrigues, 2020; Safra, 2023). Elas podem favorecer pertencimento, segurança, esperança, elaboração do sofrimento, organização moral e construção de sentido; mas também podem, em determinadas condições, contribuir para culpa excessiva, medo, submissão, rigidez, conflito psíquico e sofrimento religioso (Raddatz et al., 2019; Safra, 2023).

Assim, neste ensaio teórico tem-se como objetivo discutir possíveis articulações entre vivências religiosas, espiritualidade e constituição da personalidade, considerando contribuições da Psicologia da Religião, da Psicologia da Personalidade, da Psicanálise e da Psicologia Existencial. Buscou-se compreender a religiosidade e a espiritualidade como dimensões humanas complexas, que atravessam os processos de subjetivação e exigem da Psicologia uma abordagem crítica, sensível, ética e tecnicamente sustentada.

Percorso teórico-metodológico

Este artigo caracteriza-se como um ensaio teórico, de natureza reflexiva, argumentativa e conceitual. A finalidade consiste em construir uma reflexão fundamentada acerca de determinado problema teórico, articulando autores, conceitos e perspectivas que permitam ampliar a compreensão do fenômeno analisado. Nesse sentido, o presente ensaio parte da seguinte questão orientadora: de que modo as vivências religiosas e espirituais podem ser compreendidas como dimensões simbólicas, relacionais

e existenciais participantes da constituição da personalidade? Tal questão não busca estabelecer uma relação causal direta entre religiosidade, espiritualidade e personalidade, mas problematizar como essas experiências podem atravessar a formação subjetiva, os vínculos afetivos, os valores, os modos de enfrentamento e a construção de sentido ao longo do desenvolvimento humano (Allport, 1937; Bissoli, 2014; Frankl, 1992, 1995; Safra, 2023).

Para a elaboração desta reflexão, foram utilizadas contribuições da Psicologia da Personalidade, da Psicologia da Religião, da Psicanálise, da Psicologia Existencial e de estudos sobre desenvolvimento humano, família, subjetividade e espiritualidade. A escolha desses referenciais justifica-se pela possibilidade de compreender a personalidade como construção dinâmica e relacional, bem como, a religiosidade e a espiritualidade como dimensões culturais, afetivas, simbólicas e existenciais da experiência humana (Costa & McCrae, 2003; Lucchetti et al., 2010; Raddatz et al., 2019; Safra, 2023). Desse modo, o ensaio não pretende esgotar a produção científica sobre o tema, mas construir uma articulação teórica que contribua para a compreensão da relevância dessas vivências na constituição subjetiva e nos modos de ser do sujeito.

Personalidade, religiosidade e espiritualidade: delimitações conceituais

A personalidade pode ser compreendida como uma organização dinâmica e relativamente estável dos modos de sentir, pensar, agir e relacionar-se. Allport (1937) a definiu como uma organização psicofísica interna que orienta a adaptação singular do indivíduo ao ambiente. Essa definição permanece relevante porque indica que a personalidade não se restringe a características observáveis, mas envolve a integração entre dimensões corporais, afetivas, cognitivas e relacionais. Costa e McCrae (2003), ao proporem a teoria dos cinco grandes fatores, contribuíram para compreender os traços de

personalidade como disposições relativamente consistentes, capazes de expressar padrões de comportamento, emoção e pensamento em diferentes situações.

Todavia, a personalidade não deve ser reduzida a traços isolados ou a categorias descritivas. Ela também envolve narrativas pessoais, experiências de vínculo, processos identificatórios, valores internalizados, memórias afetivas e modos de atribuir sentido à existência (Allport, 1937; Bissoli, 2014; Costa & McCrae, 2003). O sujeito torna-se quem é a partir da relação entre disposições individuais e experiências historicamente situadas. Por essa razão, a personalidade se constitui na articulação entre fatores internos e externos, entre singularidade e cultura, entre biografia e mundo compartilhado.

Nesse cenário, a religiosidade e a espiritualidade podem ser compreendidas como dimensões que atravessam a formação subjetiva. A religiosidade refere-se ao modo como o indivíduo vivencia uma tradição religiosa, participa de práticas, compartilha crenças, adere a ritos e se vincula a uma comunidade de fé (Raddatz et al., 2019). Envolve, portanto, elementos institucionais, doutrinários, comunitários e culturais. A religiosidade pode oferecer ao sujeito uma estrutura simbólica para compreender a existência, orientar condutas, elaborar sofrimento, organizar valores e construir pertencimento.

A espiritualidade, por sua vez, pode ser compreendida como dimensão mais ampla, relacionada à busca de sentido, transcendência, conexão, interioridade, finitude e relação com o sagrado. Lucchetti et al. (2010) indicam que a espiritualidade pode ou não estar vinculada a uma religião institucionalizada, pois diz respeito à forma como o sujeito elabora questões da existência, como sofrimento, morte, propósito, esperança, valores e relação com aquilo que ultrapassa a dimensão imediata da vida cotidiana. Assim, a espiritualidade pode manifestar-se em práticas religiosas, mas também em experiências de cuidado, contemplação, gratidão, compaixão, responsabilidade, encontro com o outro e busca por sentido (Frankl, 1992, 1995; Lucchetti et al., 2010; Souza et al., 2018).

Raddatz et al. (2019) ressaltam que religiosidade e espiritualidade aparecem com frequência na prática clínica, mas muitos profissionais ainda demonstram insegurança para abordar tais dimensões. Essa dificuldade pode decorrer, tanto da formação acadêmica insuficiente, quanto do receio de confundir escuta psicológica com intervenção religiosa. Entretanto, reconhecer a relevância da religiosidade e da espiritualidade não significa abandonar os fundamentos científicos da Psicologia, mas compreender que essas dimensões podem ocupar lugar significativo na organização subjetiva de muitos indivíduos (Pereira & Holanda, 2019; Piasson, 2017; Raddatz et al., 2019).

Distinguir religiosidade e espiritualidade, portanto, não implica separá-las de forma absoluta. Na vida concreta dos sujeitos, ambas podem se sobrepor, complementar-se ou entrar em tensão. Uma pessoa pode encontrar em sua tradição religiosa recursos espirituais profundos para organizar sua existência; outra pode desenvolver espiritualidade sem adesão formal a uma religião (Lucchetti et al., 2010). Na Psicologia, o ponto central é compreender como essas vivências são subjetivamente elaboradas, quais funções exercem na vida psíquica, de que modo participam dos vínculos e como favorecem ou dificultam processos de amadurecimento, autonomia e integração da personalidade (Raddatz et al., 2019; Safra, 2023).

Família, cultura e transmissão das vivências religiosas

A família constitui o primeiro espaço de socialização do indivíduo e representa um dos principais contextos de transmissão de valores, crenças, afetos, normas e práticas culturais (Bissoli, 2014; Rodrigues, 2020). Desde os primeiros anos de vida, a criança é inserida em um universo simbólico que antecede sua capacidade de compreensão racional plena, mas que já participa da formação de suas experiências emocionais, de seus vínculos

e de seus modos de interpretar a realidade. Bissoli (2014) destaca que o desenvolvimento da personalidade infantil depende das condições educativas e relacionais que possibilitam à criança apropriar-se da cultura, desenvolver funções psíquicas superiores e construir formas mais complexas de relação com o mundo.

Nesse processo, as vivências religiosas e espirituais transmitidas no ambiente familiar podem exercer papel significativo. Orações, rituais, celebrações, narrativas sobre Deus, ensinamentos morais, práticas comunitárias, símbolos sagrados e experiências de fé podem compor o cotidiano da criança e tornar-se parte de sua memória afetiva e simbólica (Rodrigues, 2020; Safra, 2023). Tais vivências não são assimiladas apenas como ideias abstratas; elas são experimentadas no corpo, nos afetos, nos vínculos e nas relações de cuidado. A criança não aprende somente conteúdos religiosos, mas também associa a experiência religiosa a diferentes emoções específicas, como segurança, medo, esperança, culpa, acolhimento, pertencimento, punição ou confiança.

Rodrigues (2020) ressalta que a família participa da construção da personalidade ao transmitir referências que orientam a formação moral, afetiva e social da criança. Nesse sentido, quando a religiosidade familiar é vivenciada em um ambiente de cuidado, liberdade e acolhimento, pode favorecer sentimentos de segurança, pertencimento e esperança, além de contribuir para o desenvolvimento de valores como solidariedade, respeito, responsabilidade e compaixão (Bissoli, 2014; Rodrigues, 2020; Safra, 2023). Entretanto, quando transmitida de forma coercitiva, rígida, ameaçadora ou culpabilizante, pode associar-se a medo, submissão, vergonha, intolerância e conflitos psíquicos (Raddatz et al., 2019; Safra, 2023).

Desse modo, não é possível afirmar que a religiosidade familiar produza, por si só, efeitos positivos ou negativos sobre a personalidade. Seus efeitos dependem do modo como é transmitida, da qualidade dos vínculos familiares, da abertura ao diálogo, da

possibilidade de questionamento, da presença de afeto e da maneira como a criança é autorizada a construir gradualmente sua própria relação com o sagrado (Bissoli, 2014; Rodrigues, 2020; Safra, 2023). A vivência religiosa pode ser fonte de integração subjetiva quando se articula ao cuidado e ao reconhecimento; mas pode tornar-se fonte de sofrimento quando se organiza em torno da ameaça, da punição e da anulação da singularidade.

A família, portanto, não determina linearmente a personalidade religiosa ou espiritual do sujeito, mas funciona como importante mediadora de experiências, símbolos e valores. Ao longo da vida, o indivíduo pode aderir, transformar, questionar, ressignificar ou romper com as vivências religiosas recebidas na infância. Esse movimento também participa da constituição da personalidade, pois envolve processos de autonomia, diferenciação, pertencimento, elaboração crítica e construção identitária (Allport, 1937; Bissoli, 2014; Costa & McCrae, 2003).

No contexto brasileiro, essa discussão assume especial relevância. A cultura brasileira é marcada por ampla pluralidade religiosa, envolvendo tradições católicas, evangélicas, espíritas, religiões de matriz africana, espiritualidades indígenas, experiências sincréticas e formas não institucionalizadas de espiritualidade (Pereira & Holanda, 2019; Raddatz et al., 2019). Compreender a relação entre religiosidade, espiritualidade e personalidade exige, portanto, sensibilidade à diversidade cultural e rejeição de leituras reducionistas. A Psicologia enquanto ciência, deve proporcionar ao psicólogo formas de reconhecer que as vivências religiosas não se apresentam de modo homogêneo, mas assumem sentidos distintos conforme a história familiar, a classe social, a cultura, a comunidade, o gênero, a geração e as experiências subjetivas de cada indivíduo.

Cuidado, self e imagens do divino: contribuições da Psicanálise

A Psicanálise e as perspectivas psicodinâmicas oferecem contribuições importantes para compreender como as primeiras experiências relacionais participam da constituição subjetiva. A vida psíquica não se organiza isoladamente, mas a partir da relação com o outro. Desde o início da existência, o bebê depende de um ambiente capaz de oferecer cuidado, sustentação, presença e continuidade. Winnicott (1988, como citado em Souza et al., 2018) enfatiza que o amadurecimento emocional e a constituição do self dependem de um ambiente suficientemente bom, capaz de acolher as necessidades iniciais da criança e favorecer sua experiência de continuidade de ser.

Sob a ótica psicanalítica de Freud (2010, Trabalho original publicado em 1930), em seus escritos na obra *O Mal- Estar na Civilização*, postula que “doutrinas religiosas são ilusões, realizações dos mais antigos e fortes e prementes desejos da humanidade” e compreende que seja um meio para restringir a escolha e adaptação de um indivíduo, ao impor que o caminho para a obtenção da felicidade e proteção contra o sofrimento seja igual para todos.

E para além dessa perspectiva, as vivências religiosas e espirituais podem ser compreendidas não apenas como sistemas de crenças conscientemente aprendidos, mas como experiências atravessadas por afetos, vínculos, imagens internas e processos de simbolização (Safra, 2023; Souza et al., 2018). A forma como o sujeito representa o divino, o sagrado, a culpa, o perdão, a proteção ou o abandono pode estar relacionada às experiências primárias de cuidado, desamparo, confiança e reconhecimento. Assim, a religiosidade não é somente adesão intelectual a uma doutrina, mas também experiência afetiva e relacional inscrita na história subjetiva.

Safra (2023), ao discutir a religiosidade e a espiritualidade na situação clínica, destaca que essas dimensões podem comparecer como formas de elaboração do

desamparo, da finitude, dos valores e da busca por sentido. Para o autor, a espiritualidade não deve ser reduzida a um discurso moral ou a uma prática externa, pois pode expressar uma dimensão profunda da subjetividade, relacionada à abertura ao outro, à experiência do sagrado e à constituição de um modo pessoal de ser. Nesse sentido, a espiritualidade pode se apresentar como possibilidade de transformação do self e de encontro com valores que ultrapassam a mera funcionalidade da vida cotidiana.

As imagens do divino, nessa perspectiva, podem ser atravessadas pelas experiências iniciais do sujeito. Relações familiares marcadas por acolhimento, cuidado e segurança podem favorecer representações do sagrado associadas à confiança, à proteção e ao amparo. Por outro lado, experiências atravessadas por violência, ameaça, abandono ou punição podem contribuir para imagens religiosas associadas ao medo, à culpa e à perseguição (Safra, 2023). Naturalmente, essa relação não deve ser compreendida de modo simplista ou universal, mas permite reconhecer que a experiência religiosa também possui dimensão psíquica, afetiva e relacional.

A contribuição de Safra (2023) torna-se relevante ao indicar que a espiritualidade pode favorecer serenidade, humildade, esperança e amadurecimento diante das vicissitudes da existência. A experiência espiritual, quando subjetivamente integrada, pode auxiliar o indivíduo a lidar com a precariedade da vida, a finitude, o sofrimento e a necessidade de abertura ao outro. Desse modo, pode participar da constituição da personalidade ao oferecer ao sujeito recursos simbólicos e afetivos para organizar sua relação consigo mesmo, com os outros e com o mundo (Frankl, 1992, 1995; Safra, 2023). Também é contemplado o aspecto de que, quando a pessoa se deixa atravessar pela experiência, que é a possibilidade do aparecimento da espiritualidade, ocorre uma “descrição da imanência e da mundanidade do si mesmo”, de acordo com Safra. E assim o sujeito alcança uma perspectiva ampliada, isto é, que ultrapassa o campo das

representações. Winnicott (1970/1995) também aborda essa experiência de descrição, quando aponta a necessidade de crescer para baixo para poder sair pelo pequeno buraco chamado morte, que é um aspecto da existência humana que possibilita o que poderíamos designar, no contexto clínico, como fundação da espiritualidade: aceitar-se finito na experiência de humildade e isso está relacionado com o processo de construção de personalidade discutido.

Assim, o estudo de Safran diferencia religiosidade e espiritualidade, mostrando que a religiosidade aparece como uma busca de comunicação e comunhão (definida pela palavra *religare* – do latim, significa “ligar fortemente” ou “reconectar”) com o sagrado. Enquanto a espiritualidade envolve uma transformação interna, a aceitação da finitude e a abertura para os sentidos existenciais mais profundos, sendo esses movimentos complementares e não oponentes. E essa distinção enriquece o referencial teórico ao mostrar que as vivências religiosas possuem múltiplas dimensões psicológicas, relacionando à construção da personalidade, porque indica processos de reorganização interna, autopercepção e amadurecimento emocional. E é na experiência com o sagrado que pode ser vivenciado um encontro com um possível objeto transformacional. O fato de a experiência ser vivida nessa perspectiva, acontece pela tentativa do indivíduo de colocar um fenômeno de alteridade radical sob o domínio do eu, expandindo sua realidade e também sua ótica do cenário e de si mesmo.

E, nesse sentido, as vivências religiosas ultrapassam o campo das práticas ritualísticas, não configurando meras práticas, e passam a influenciar diretamente o indivíduo na constituição e percepção de sua personalidade, do mundo que o cerca e de como lida com a realidade que participa.

Entretanto, a leitura psicodinâmica também permite reconhecer formas defensivas, rígidas ou empobrecidas de religiosidade. Uma vivência religiosa pode ser

utilizada como defesa contra conflitos internos, como tentativa de evitar a angústia, como instrumento de controle sobre o outro ou como modo de negar aspectos da própria subjetividade (Raddatz et al., 2019; Safra, 2023). Nesses casos, a religiosidade pode dificultar processos de diferenciação, autonomia e integração emocional. Portanto, para a Psicologia, não basta identificar se o sujeito possui ou não uma religião; é necessário compreender a função subjetiva que essa experiência exerce em sua organização psíquica.

Sentido, finitude e transcendência: contribuições da Psicologia Existencial

A Psicologia Existencial oferece outro eixo fundamental para compreender a relação entre espiritualidade e constituição da personalidade. A existência humana é atravessada por questões que não podem ser reduzidas ao comportamento observável ou aos processos cognitivos imediatos. Liberdade, responsabilidade, sofrimento, morte, culpa, solidão, escolha e busca de sentido constituem dimensões fundamentais da condição humana (Frankl, 1992, 1995). A espiritualidade pode emergir justamente como uma forma de o sujeito elaborar essas questões e organizar sua relação com a própria existência.

Viktor Frankl (1992, 1995) compreende a busca de sentido como dimensão central da vida humana. Para o autor, o ser humano não é movido apenas pela busca de prazer ou de poder, mas pela necessidade de encontrar significado para sua existência. A espiritualidade, nesse contexto, relaciona-se à dimensão noética, isto é, à dimensão propriamente humana vinculada à liberdade, à responsabilidade, à consciência moral, aos valores e ao sentido. Frankl (1992) utiliza a noção de inconsciente espiritual para indicar que há, no ser humano, uma orientação profunda para o sentido, ainda que nem sempre plenamente consciente ou reflexivamente elaborada.

Essa compreensão permite pensar que as vivências religiosas e espirituais podem participar da personalidade ao influenciarem valores, escolhas, atitudes, projetos de vida e formas de enfrentamento. Diante de situações-limite, como perdas, adoecimento, fracasso, sofrimento ou morte, muitos indivíduos recorrem à espiritualidade como fonte de sustentação, esperança e elaboração (Frankl, 1992, 1995; Lucchetti et al., 2010; Souza et al., 2018). A experiência espiritual pode auxiliar o sujeito a reconhecer que, mesmo diante da dor, é possível construir sentido, assumir responsabilidade e preservar uma orientação ética diante da vida.

Entretanto, a Psicologia Existencial também exige uma análise crítica. A espiritualidade não deve ser confundida com fuga da realidade ou negação do sofrimento. Uma espiritualidade amadurecida não elimina a angústia, mas pode oferecer recursos para atravessá-la com maior responsabilidade, abertura e consciência (Frankl, 1995; Safra, 2023). Em contrapartida, uma religiosidade alienante pode impedir que o sujeito assuma sua liberdade e sua responsabilidade, atribuindo exclusivamente a forças externas aquilo que também demanda posicionamento subjetivo, decisão e ação concreta.

Desse modo, a espiritualidade pode contribuir para a constituição da personalidade quando se articula à construção de sentido, à responsabilidade pela própria existência, à elaboração da finitude e à abertura ao outro (Frankl, 1992, 1995; Safra, 2023). Não se trata de afirmar que todo sujeito necessita de uma religião para desenvolver uma personalidade madura, mas de reconhecer que, para muitas pessoas, a dimensão espiritual constitui uma fonte significativa de orientação existencial, integração subjetiva e sustentação diante das experiências fundamentais da vida.

Religiosidade, espiritualidade e personalidade: articulações com a Psicologia da Religião

A Psicologia da Religião possibilita ao psicólogo analisar os modos pelos quais crenças, práticas, experiências e pertencimentos religiosos se relacionam com processos psicológicos, desenvolvimento humano, saúde mental, identidade, valores e comportamento (American Psychological Association, 2016; Raddatz et al., 2019). Nesse campo, religiosidade e espiritualidade não são compreendidas como fenômenos exclusivamente teológicos, mas como experiências humanas dotadas de dimensões cognitivas, afetivas, sociais, culturais e subjetivas.

A articulação entre religiosidade, espiritualidade e personalidade pode ser compreendida em diferentes níveis. Em primeiro lugar, as vivências religiosas podem influenciar valores e atitudes. Uma tradição religiosa pode oferecer referências sobre bem, mal, perdão, responsabilidade, justiça, solidariedade, compaixão e autocontrole (Frankl, 1992, 1995; Safra, 2023). Esses elementos podem participar da organização dos projetos de vida, das escolhas pessoais e das relações interpessoais. Nesse sentido, a religiosidade pode funcionar como matriz ética e simbólica que orienta a forma como o sujeito se posiciona diante de si mesmo e dos outros.

Em segundo lugar, a espiritualidade pode relacionar-se aos modos de enfrentamento. Em situações de crise, muitos sujeitos recorrem à oração, à meditação, à comunidade religiosa, à leitura espiritual ou à confiança em uma força transcendente como recursos para lidar com sofrimento, incerteza e vulnerabilidade (Lucchetti et al., 2010; Souza et al., 2018). Tais práticas podem favorecer esperança, regulação emocional, pertencimento e percepção de apoio. Contudo, o enfrentamento religioso também pode assumir formas negativas, como interpretação punitiva do sofrimento, culpa excessiva,

sensação de abandono por Deus ou passividade diante de situações que exigiriam ação concreta (Raddatz et al., 2019; Safra, 2023).

Em terceiro lugar, a religiosidade pode participar da construção da identidade. Para muitas pessoas, pertencer a uma tradição religiosa não significa apenas aderir a um conjunto de crenças, mas integrar uma comunidade, uma história, uma linguagem, uma ética e uma forma de compreender a existência (Lucchetti et al., 2010; Raddatz et al., 2019). Esse pertencimento pode fortalecer vínculos e oferecer reconhecimento. Entretanto, também pode gerar conflitos quando a identidade religiosa entra em tensão com desejos, escolhas, pertencimentos sociais, experiências afetivas ou processos de autonomia.

Em quarto lugar, estudos sobre personalidade indicam possíveis relações entre traços, espiritualidade e religiosidade. Löckenhoff et al. (2009), ao investigarem traços do modelo dos cinco fatores, espiritualidade/religiosidade e saúde mental em pessoas vivendo com HIV, demonstram a relevância de considerar essas dimensões na compreensão do funcionamento psicológico. Embora os resultados de estudos empíricos possam variar conforme a cultura, os instrumentos utilizados e as características das amostras, tais investigações indicam que religiosidade e espiritualidade podem se relacionar a dimensões como abertura à experiência, conscienciosidade, amabilidade, enfrentamento e bem-estar (Löckenhoff et al., 2009).

A partir dessas articulações, torna-se evidente que a relação entre religiosidade, espiritualidade e personalidade não pode ser compreendida como causal, simples ou homogênea. Trata-se de uma relação complexa, mediada por contexto familiar, cultura, qualidade dos vínculos, modo de transmissão religiosa, experiências de sofrimento, nível de autonomia subjetiva e possibilidades de elaboração crítica (Allport, 1937; Bissoli, 2014; Raddatz et al., 2019; Safra, 2023). A religiosidade pode ser fonte de integração ou

conflito; a espiritualidade pode favorecer amadurecimento ou funcionar como defesa; e a personalidade pode influenciar o modo como o sujeito se aproxima, rejeita, transforma ou ressignifica suas experiências religiosas.

Ambivalências das vivências religiosas na constituição subjetiva

Uma análise cientificamente consistente sobre religiosidade, espiritualidade e personalidade precisa reconhecer a ambivalência dessas experiências. Reduzir a religião a um fator necessariamente positivo seria tão inadequado quanto tratá-la como fenômeno necessariamente patológico (Raddatz et al., 2019; Safra, 2023). Para a Psicologia, o mais importante é compreender como determinada vivência religiosa ou espiritual se organiza na vida concreta do sujeito, quais sentidos assume, quais funções exerce e quais efeitos produz em sua subjetividade.

As vivências religiosas e espirituais podem favorecer processos de amadurecimento quando possibilitam sentido, esperança, pertencimento, solidariedade, elaboração do sofrimento, responsabilidade ética e abertura ao outro (Frankl, 1992, 1995; Lucchetti et al., 2010; Safra, 2023; Souza et al., 2018). Podem também contribuir para a construção de uma personalidade mais integrada quando ajudam o sujeito a reconhecer limites, lidar com frustrações, cultivar vínculos, desenvolver compaixão e sustentar projetos de vida orientados por valores. Nesses casos, a religiosidade e a espiritualidade podem funcionar como recursos simbólicos de integração, sustentação e elaboração existencial.

Por outro lado, tais vivências podem dificultar o amadurecimento quando são atravessadas por coerção, medo, culpa excessiva, moralismo rígido, intolerância ou negação da singularidade (Raddatz et al., 2019; Safra, 2023). Uma religiosidade baseada exclusivamente na punição pode produzir sofrimento psíquico, repressão afetiva e

difficuldade de autonomia. Uma espiritualidade utilizada como fuga da realidade pode impedir o sujeito de enfrentar conflitos concretos, tomar decisões ou responsabilizar-se por sua própria história. Desse modo, a mesma dimensão que pode favorecer esperança e sentido, mas também pode, em determinadas circunstâncias, intensificar conflitos e sofrimento.

Nesse sentido, a pergunta psicologicamente mais adequada é em quais condições as vivências religiosas e espirituais favorecem ou dificultam a constituição de uma personalidade mais integrada, autônoma, ética e capaz de relação (Raddatz et al., 2019; Safrá, 2023). Essa mudança de perspectiva evita reducionismos e permite uma análise mais madura da complexidade do fenômeno. A religiosidade deve ser analisada não apenas pelo conteúdo de suas crenças, mas pela forma como é vivida, transmitida, simbolizada e integrada à história subjetiva do indivíduo.

Na escuta clínica precisa-se considerar essa ambivalência. Quando um paciente traz sua experiência religiosa para o processo terapêutico, cabe ao psicólogo acolher essa dimensão sem julgamento, mas também sem adesão acrítica (Raddatz et al., 2019; Safrá, 2023). A religiosidade pode ser recurso, conflito, defesa, fonte de sentido, expressão de sofrimento ou componente identitário. A tarefa do psicólogo clínico não é validar ou invalidar crenças religiosas, mas compreender o lugar que elas ocupam na organização subjetiva do sujeito e em sua relação com o sofrimento, com os vínculos e com a própria existência.

Implicações para a formação e a prática psicológica

A presença da religiosidade e da espiritualidade na vida das pessoas impõe desafios importantes à formação e à prática psicológica. Raddatz et al. (2019) apontam a existência de um ciclo problemático: pacientes frequentemente apresentam demandas

relacionadas à religiosidade e espiritualidade, mas muitos profissionais não receberam formação suficiente para abordar tais questões de forma ética e tecnicamente fundamentada. Como consequência, podem ocorrer, tanto a negligência dessa dimensão, quanto intervenções inadequadas, baseadas em preconceitos, crenças pessoais ou desconhecimento científico.

A formação em Psicologia precisa preparar os estudantes para reconhecer a religiosidade e a espiritualidade como dimensões possíveis da subjetividade humana (Pereira & Holanda, 2019; Piasson, 2017; Raddatz et al., 2019). Isso não significa transformar a Psicologia em prática religiosa, nem autorizar convencimento, aconselhamento espiritual ou imposição de crenças, tendo em vista que o próprio Conselho Federal de Psicologia (CFP), na Resolução nº 7/2023, delimita o uso da religiosidade e espiritualidade como objeto no contexto clínico, quando trazida pelo próprio cliente, e não como método para conduzir a prática psicológica. Ao contrário, significa formar profissionais capazes de escutar, compreender e manejar clinicamente essas dimensões com respeito à diversidade, compromisso ético, laicidade profissional e rigor técnico.

Além disso, a Resolução CFP nº 7/2023 explicita que a atuação psicológica deve considerar a religiosidade e a espiritualidade como possíveis elementos constitutivos da subjetividade, sem que isso implique a adoção de referenciais religiosos como fundamento da prática profissional. Nesse sentido, o documento reconhece que experiências religiosas podem exercer influência significativa sobre a construção de sentidos, valores, formas de enfrentamento e modos de existir dos indivíduos, tornando-se, portanto, conteúdos legítimos de escuta e compreensão clínica quando emergem da demanda da própria pessoa atendida. Contudo, a consideração desses aspectos deve

ocorrer a partir dos conhecimentos científicos da Psicologia, preservando-se a autonomia, a liberdade de consciência e a diversidade de crenças dos sujeitos.

Nessa perspectiva, o CFP estabelece que psicólogas e psicólogos não devem induzir crenças religiosas, associar técnicas psicológicas a práticas de fé ou utilizar sua posição profissional para promover convicções pessoais. O cuidado ético exigido consiste justamente em diferenciar a acolhida das vivências religiosas do cliente da utilização da religião como método terapêutico. Assim, a clínica psicológica pode abordar questões relacionadas à religiosidade e à espiritualidade sempre que estas se mostrarem relevantes para a compreensão da experiência subjetiva, mas sem perder de vista o caráter laico da profissão, o compromisso com os direitos humanos e a fundamentação técnico-científica que orienta o exercício profissional.

O psicólogo deve ser capaz de diferenciar uma vivência religiosa que funciona como recurso subjetivo de uma vivência que intensifica sofrimento, culpa ou submissão. Deve também reconhecer que a espiritualidade pode ser fonte de sentido e enfrentamento, mas que sua função varia conforme a história, a cultura, os vínculos e a organização psíquica do sujeito (Lucchetti et al., 2010; Raddatz et al., 2019; Safra, 2023). Em contextos clínicos, escolares, hospitalares, comunitários ou jurídicos, ignorar a dimensão religiosa pode significar desconsiderar parte importante da experiência do indivíduo.

Além disso, a prática psicológica deve sustentar uma postura ética diante da pluralidade religiosa. Em uma sociedade marcada por diversidade de crenças e também por intolerância religiosa, o psicólogo precisa atuar de modo sensível às diferenças, evitando, tanto a patologização da fé, quanto a romantização das experiências religiosas (Pereira & Holanda, 2019; Raddatz et al., 2019). A religiosidade deve ser compreendida em sua complexidade: como linguagem de sentido, prática cultural, experiência afetiva,

recurso comunitário, matriz moral e, em alguns casos, também como espaço de conflito, sofrimento ou violência simbólica.

Assim, discutir religiosidade, espiritualidade e personalidade no campo da Psicologia não é apenas uma questão teórica, mas também uma necessidade formativa e profissional (American Psychological Association, 2016; Pereira & Holanda, 2019; Raddatz et al., 2019). A escuta psicológica integral exige atenção às dimensões biológicas, sociais, culturais, afetivas, cognitivas e existenciais da vida humana. Entre essas dimensões, a espiritualidade e a religiosidade podem ocupar lugar significativo na constituição da personalidade e na organização dos modos de ser do sujeito.

Considerações finais

Este ensaio teórico possibilitou discutir possíveis articulações entre vivências religiosas, espiritualidade e constituição da personalidade, considerando contribuições da Psicologia da Personalidade, da Psicologia da Religião, da Psicanálise e da Psicologia Existencial. A análise desenvolvida permite compreender que a personalidade não se constitui de forma isolada, mas em meio a relações familiares, experiências afetivas, valores culturais, processos simbólicos e buscas existenciais (Allport, 1937; Bissoli, 2014; Costa & McCrae, 2003; Frankl, 1992, 1995; Safra, 2023).

As vivências religiosas e espirituais podem participar desse processo ao oferecerem sentidos, valores, pertencimento, imagens do sagrado, modos de enfrentamento do sofrimento e referências éticas para a relação consigo mesmo, com o outro e com o mundo (Frankl, 1992, 1995; Lucchetti et al., 2010; Safra, 2023; Souza et al., 2018). No entanto, essa participação não é linear, universal ou necessariamente positiva. A religiosidade e a espiritualidade podem favorecer amadurecimento, esperança, integração subjetiva e elaboração da finitude, mas também podem produzir culpa, medo,

rigidez e sofrimento quando vividas de forma coercitiva, punitiva ou alienante (Raddatz et al., 2019; Safra, 2023).

Dessa forma, a relação entre religiosidade, espiritualidade e personalidade deve ser compreendida em sua complexidade. Não se trata de afirmar que a religião determina a personalidade, mas de reconhecer que as experiências religiosas e espirituais podem integrar o campo de significações por meio do qual o sujeito se constitui, interpreta sua história e organiza seus modos de ser (Allport, 1937; Raddatz et al., 2019; Safra, 2023). O psicólogo, ao considerar essa dimensão, amplia sua capacidade de compreender a pessoa de forma integral, ética e culturalmente situada.

Por se tratar de um ensaio teórico, as análises aqui apresentadas não possibilitam generalizar empiricamente os argumentos, mas propor uma reflexão conceitual sobre a relevância das vivências religiosas e espirituais na constituição subjetiva. Recomenda-se que pesquisas futuras investiguem empiricamente a relação entre religiosidade, espiritualidade, traços de personalidade, desenvolvimento humano, práticas familiares e saúde mental, considerando diferentes contextos culturais, tradições religiosas e etapas do ciclo vital (Löckenhoff et al., 2009; Raddatz et al., 2019).

À guisa de considerações finais, a religiosidade e a espiritualidade constituem dimensões relevantes da experiência humana e, portanto, não devem ser ignoradas pela Psicologia. Sua abordagem exige rigor científico, sensibilidade clínica, respeito à diversidade e compromisso ético com a singularidade do sujeito (American Psychological Association, 2016; Raddatz et al., 2019; Safra, 2023).

Referências

Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. Holt.

- American Psychological Association. (2016). *Division 36: Society for the Psychology of Religion and Spirituality*. <https://www.apadivisions.org/division-36>
- Bissoli, M. F. (2014). Desenvolvimento da personalidade da criança: O papel da educação infantil. *Psicologia em Estudo*, 19(4), 587–597. <https://www.scielo.br/j/pe/a/9H9L6t5y8q7wM7m9wQvJxgc/>
- Costa, B. M. da. (2018). Poder e religião no Egito Antigo. *Revista Hêlade*, 4(2), 4-6
- Conselho Federal de Psicologia. (2023). Resolução CFP n.º 7, de 6 de abril de 2023: Institui normas para o exercício profissional em relação ao caráter laico da prática psicológica. Conselho Federal de Psicologia..
- Frankl, V. E. (1992). *A presença ignorada de Deus*. Vozes.
- Frankl, V. E. (1995). *Logoterapia e análise existencial: Textos de cinco décadas* (J. P. dos Santos, Trad.). Editorial Psy II.
- Freud, S. (2010). *O mal-estar na civilização*. (P. C. de Souza, Trad). Companhia
- Löckenhoff, C. E., Ironson, G. H., O’Cleirigh, C., & Costa, P. T., Jr. (2009). Five-factor model personality traits, spirituality/religiousness, and mental health among people living with HIV. *Journal of Personality*, 77(5), 1411–1436. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2009.00587.x>
- Lucchetti, G., Granero, A. L., Bassi, R. M., Latorraca, R., & Nacif, S. A. P. (2010). Espiritualidade na prática clínica: O que o clínico deve saber? *Revista Brasileira de Clínica Médica*, 8(2), 154–158.
- Maluf, A. C. do R. F. D. (2010). *Novas modalidades de família na pós-modernidade* [Tese de doutorado, Universidade de São Paulo]. Biblioteca Digital USP. <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/2/2131/tde-31012011-154418/>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective*. Guilford Press.

- Pereira, I. S. (2014). Consciência moral transcendente e experiência religiosa na obra de Viktor Frankl. *Pensar Plural: Experiência Humana e Religiosa*, 44(3), 418–432.
- Pereira, K. C. L., & Holanda, A. F. (2019). Religião e espiritualidade no curso de Psicologia: Revisão sistemática de estudos empíricos. *Interação em Psicologia*, 23(2), 221-235.
- Piasson, D. L. (2017). *O senso religioso na formação em Psicologia no Brasil: Uma análise dos currículos universitários* [Dissertação de mestrado, Universidade Católica de Brasília]. Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações. <https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/handle/tede/2330>
- Raddatz, J. S., Motta, R. F., & Alminhana, L. O. (2019). Religiosidade/espiritualidade na prática clínica: Círculo vicioso entre demanda e ausência de treinamento. *Psico-USF*, 24(4), 699–709. <https://doi.org/10.1590/1413-82712019240408>
- Rodrigues, N. M. (2020). O papel da família na construção da personalidade da criança [Trabalho de conclusão de curso de graduação, Faculdade de Educação e Meio Ambiente].
- Safra, G. (2023). Considerações sobre religiosidade e espiritualidade na situação clínica. *Revista Brasileira de Psicanálise*, 57(3), 49–63. <https://doi.org/10.69904/0486-641x.v57n3.04>
- Severino, A. J. (2016). *Metodologia do trabalho científico*. (24ª ed.). Cortez.
- Supremo Tribunal Federal. (2026). *Ação Direta de Inconstitucionalidade 7.426/DF* (Rel. Min. Alexandre de Moraes).
- Souza, J. P. B. de, Maranhão, T. L. G., Carvalho, M. G. de, & Rodrigues, K. G. F. C. (2018). Espiritualidade enquanto estratégia subjetiva em busca de sentido para a vida. *Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia*, 12(39), 505–518.
- Vital, W. (2023). *Maturidade psicológica e espiritual* (Vol. 6). Coleção Crisol.