

EDUCAÇÃO EMOCIONAL E ESPIRITUALIDADE: FATORES DE PREVENÇÃO ÀS DROGAS

Karla Muniz Barreto Oton

Universidade Federal da Paraíba - UFPB,/PPGCR - profkarlaoton@hotmail.com.

Resumo:

O papel da educação e o fator emocional na transmissão do conhecimento vêm sendo cada vez mais vinculados à espiritualidade que contempla o ser humano de forma integral em seu processo de crescimento, de uma forma organizada, participativa, com vínculos afetivos de acolhimento e respeito. A emoção atua como ponto gerador da mudança social e pessoal segundo a educadora Elisa Possebon (2015); dessa forma, a interação entre educação emocional e a espiritualidade atua de maneira significativa na proteção e prevenção do combate às drogas. O Prof^o Dr. Ferdinand Röhr (2013) elenca as cinco dimensões que estruturam o ser humano de maneira integral: a dimensão material (matéria mais densa, matéria física, corpo biológico); dimensão sensorial (sensações físicas, tato, visão, audição e paladar); dimensão emocional (estados emocionais como alegria, medo, empatia, tristeza, raiva); e a dimensão espiritual (matéria mais sutil, e comprometimento incondicional com valores éticos ou metafísicos). O objetivo desse artigo consiste em identificar a relevância da educação emocional e a espiritualidade como fatores de proteção e prevenção ao consumo das drogas, assim como em seu tratamento e recuperação dos dependentes químicos na instituição Manassés. A metodologia utilizada foi a pesquisa descritiva de campo e a aplicação de 10 protocolos do teste At-9 elaborado pelo psicólogo Yves Durand. Como resultado estaremos apresentando a análise de um protocolo aplicado sendo possível identificar após análise dos dados, vários aspectos no âmbito das emoções e da espiritualidade. Concluímos que a educação emocional e a espiritualidade exercem um papel fundamental na prevenção e no tratamento da dependência química, embora as sequelas sejam muitas vezes irreversíveis, deixando o ponto de discussão a perspectiva de uma contribuição efetiva e integral.

Palavra-chave: Drogas, Educação Emocional, Espiritualidade.

INTRODUÇÃO

Partimos do pressuposto de que o conhecimento humano é um saber simbólico caracterizado tanto pela sua força, como pelas suas limitações e virtudes, assim como suas fragilidades. O limite se torna perceptível quando se trata da busca pelo êxtase através das drogas lícitas ou ilícitas este fator pode levar o homem ao mais profundo vazio existencial da sua vida. Como descreveu Garcia (1997), vai desde os “paraísos artificiais” até aos “demônios do mal” e segundo Freud (1930), a droga é uma tentativa de suspensão da existência frente à dor de existir.

Como nos afirma Py e Oliveira (2006), estando diante de uma doença grave, a vida pulsa, lateja, desafia a dor; sofrimentos da alma que sangrando os impele a buscar incessantemente a própria transcendência. Assim, é possível perceber a dor em face a exclusão social e familiar; o afastamento dos amigos e companheiros; a vergonha causada. Os novos hábitos para adquirir a droga, em outros aspectos aproxima o dependente químico cada vez mais desse grave mal que sua alma evoca quando fragilizadas as emoções e a espiritualidade, ocasionando a ausência de sentido para viver.

É diante dessa vulnerabilidade e fragilidade emocionais que o caminho às drogas surge adoecendo o indivíduo, aniquilando seus sonhos e amedrontando a sociedade, comprometendo o ser integralmente.

Daniel Goleman e Howard Gardner (1990) deram um início ao fato de que a Inteligência Emocional e as Inteligências Múltiplas interagem de maneira relevante no processo de amadurecimento do indivíduo. Para Salovey & Mayer (1997)

A utilização de processos relacionados à Inteligência Emocional se inicia quando uma informação carregada de afeto que entra no sistema perceptual envolvendo a avaliação e expressão das emoções em si e nos outros; a regulação da emoção em si e nos outros; e a utilização da emoção para adaptação.

Desse modo, é a interação entre a cognição e a emoção que a educação emocional é evidenciada, promovendo ao indivíduo uma maior compreensão de suas ações e reações e a lidar de maneira consciente com elas para, só então, ter uma convivência social estabilizada e estruturada, adaptando-se a sua realidade, contornando os desafios que muitas vezes o ambiente proporciona e a sociedade determina.

É lidando da forma saudável e estruturada com seus conflitos, frustrações, baixa autoestima, tristeza e outras emoções, que o dependente químico vai aprendendo a caminhar

a passos lentos, transpondo os preconceitos, recorrendo à espiritualidade que dá o suporte necessário para se reencontrar.

Entre os estudos que se referem à relação existente entre as drogas e a religião, um dos mais antigos foi realizado na Irlanda e teve como amostra 458 estudantes universitários daquele país. Notou-se um maior consumo de álcool entre os estudantes com menor crença em Deus e menor frequência aos cultos religiosos, segundo Parfrey (1976).

Dalgarrondo et.al. (2004), em suas pesquisas, avaliou 2.287 estudantes de escolas públicas e particulares em Campinas (SP) e verificaram que o uso intensivo de pelo menos uma droga foi maior entre os que não tiveram educação religiosa na infância. Nos sete países da América Central, também foi possível identificar a religiosidade e a espiritualidade como um fator protetor.

Segundo um estudo epidemiológico realizado por Chen et al. (2004) com cerca de 13 mil estudantes, revelou que a prática religiosa expressa pela frequência à Igreja Católica ou Protestante estava inversamente relacionada com os consumos prematuros do cigarro e da maconha, além de também diminuir as chances de exposição ao álcool.

Desse modo, a prevenção das drogas e a proteção contra seu uso perpassa pelo viés das emoções e da espiritualidade, onde os conflitos internos, familiares, sociais, e o enfrentamento da vida, em face da morte, predispõem a um quadro de vulnerabilidades e ausência de sentido.

Atualmente no desafio de combater as drogas, várias instituições governamentais, educacionais e religiosas se associaram ao projeto de informar e conscientizar a população acerca dos danos causados pela mesma. Casas de recuperação têm surgido com parcerias nos ambientes eclesiais buscando proporcionar um ambiente adequado ao tratamento intensivo e à recuperação da dependência química, visando ao resgate do equilíbrio psíquico emocional e a uma espiritualidade acolhedora, para, assim, os dependentes serem reinseridos na família e na sociedade.

Carter (1998) propõe que a chave de uma recuperação de longo tempo, ou seja, aquela com mais do que cinco anos de abstinência, está diretamente relacionada ao desenvolvimento da espiritualidade do paciente, e das pessoas que frequentam os grupos de Alcoólicos Anônimos - AA, onde 34% conseguem atingir a abstinência de longo prazo. No entanto, o autor sugere que sejam feitas pesquisas qualitativas que possam desvendar o papel real dessa espiritualidade na recuperação da dependência de drogas.

De acordo com Sullivan (1993), a espiritualidade é uma característica única e individual que pode ou não incluir a crença em um “Deus”, sendo aquela responsável pela

ligação do “eu” com o Universo e com os outros, a qual também está além do ato religioso e da espiritualidade. Enquanto a religiosidade representa a crença e a prática dos fundamentos propostos por uma religião conforme Miller (1998).

Concluimos com a apresentação de uma análise desenvolvida a partir de um protocolo coletado através do teste elaborado pelo psicólogo Yves Durand, o Arquetípico Teste de Nove Elementos – AT-9, realizado com 09 dependentes químicos da casa de recuperação Manassés, situada na cidade de João Pessoa/PB, onde foi possível identificar a dimensão que remete as emoções e a espiritualidade intrínsecas no processo de prevenção das drogas e proteção contra seu uso.

I- Educação Emocional

Para atuar de forma emocionalmente saudável, os indivíduos necessitam aprender a vivenciar, quer a sua experiência emocional, quer a sua expressão emocional.

(GONSALVES, 2015)

A educação emocional não deve ser confundida com uma terapia individual ou coletiva, mas deve exercer a força propulsora que pode levar o indivíduo a evitar escolhas desastrosas em sua vida. Por isso, a educação emocional deve ser evidenciada de forma responsável e saudável na família, na sala de aula, nos espaços em que o desenvolvimento do ser humano esteja imanente.

São nos primeiros anos de vida que naturalmente e espontaneamente a criança já começa a expressar suas emoções como o medo, a raiva, a alegria, mas muitas vezes por preconceitos, ou por não saber lidar, os pais de maneira equivocada e preconceituosa reprimem a exposição das mesmas, principalmente quando se trata de decepções, frustrações ou fragilidades.

Os pais muitas vezes só se interessam e oferecem estímulos pelas notas na escola e pelo “bom” comportamento ético. Não se relacionam com os filhos de maneira interpessoal, sem se aperceberem que o desempenho escolar está vinculado ao equilíbrio emocional. Bisquerra (2000) afirma que a educação é um processo que se realiza na relação interpessoal e, por esta razão está impregnada por fenômenos emocionais.

Ressaltamos que o desenvolvimento emocional se estrutura mediante a percepção das emoções de maneira pessoal e suas modificações, concebendo o potencial de refletir tanto a sensibilidade quanto a apatia.

Segundo GOLEMAN (1990) as emoções sociais amadurecem nos anos correspondentes a educação infantil.

“A disposição da criança para a escola depende do mais básico de todos conhecimentos como aprender. E se relaciona com 7 ingredientes da educação emocional como: confiança, curiosidade, intencionalidade, autocontrole, relacionamento, capacidade de comunicar-se e cooperatividade.

Educar as emoções não é apenas saber como liberá-las, mas também, saber compreendê-las, administrá-las e controlá-las, afirma STEINER (1998). Quando não ocorre a educação emocional e o despertar para espiritualidade desde a infância, a vida adulta se movimenta sem estrutura para enfrentar de maneira saudável os processos de enfrentamento às adversidades no decorrer da vida evocando o desequilíbrio e gerando um desconforto crucial que vulnerabiliza às drogas lícitas e ilícitas.

II - Espiritualidade

Tudo o que se produz na vida do homem, mesmo na sua vida material, tem também ressonância na sua experiência religiosa (ELIADE, 1992).

Segundo Possebon (2016) a espiritualidade é já um termo complexo formado a partir do vocábulo “espírito”, a tradução portuguesa do latim *spiritus*. Este, por sua vez, é a tradução do grego *pneûma* que, segundo nossa visão, lhe dá o seu significado mais antigo.

A espiritualidade independente do credo professado exerce um forte impacto na prevenção das drogas e a proteção contra seu uso, assim como de outras doenças, pois o vínculo com o transcendente dá suporte e equilibra as emoções, diminuindo os índices de desvalor, depressão e ausência de sentido para viver; propondo ainda um caminho de recomeço, uma nova perspectiva de vida, um acolhimento que se estende aos familiares e a sociedade. Uma esperança necessária que o presente e o futuro requerem.

Esse vínculo da espiritualidade com as emoções, e com a realidade social é um desafio para os grupos de ajuda, instituições e os centros de apoio que têm como metodologia a pretensão de trazer uma espiritualidade genuína e imanente como parte do processo de proteção contra as drogas, uma vez que o dependente se encontra desprovido de fé em si mesmo, na sociedade, e de sentido de vida, agonizando no vazio existencial advindo da desumanização causada pela dependência.

De acordo com Sullivan (1993), a dimensão da espiritualidade é uma característica única e individual que pode ou não incluir a crença em um “Deus”, sendo responsável pela ligação do “eu” com o universo e com os outros, estando além da religiosidade e da religião. E nessa perspectiva busca-se então o sentido da vida que a maioria está à procura, mas é a dimensão espiritual que propõe ao homem um por que viver.

Assim, na vivência dos dependentes químicos, a dimensão material, sensorial, emocional e mental está mais aguçada, a procura de alívio, prazer, e de sensações que transcendem ao próprio corpo e a sua realidade. Porém quando a lombra¹ se vai, vêm todas as sensações de angústia, desespero que evidencia uma desestrutura em todas as dimensões, essencialmente na dimensão espiritual, isso ocorre quando o homem deposita o sentido da vida naquilo que é absolutamente passageiro, transitório e efêmero.

A dimensão espiritual segundo Rohr (2013) vai além da razão, e das outras dimensões, por ser mais sutil e subjetiva, ela abrange seu acesso à intuição, ainda que seja momentâneo e parcial. Sendo esta considerada como inspiração divina, na idade média, vindo a ser abolida posteriormente, e só depois com os movimentos filosóficos e culturais veio a ser resgatada.

Desse modo, a espiritualidade é uma das dimensões que não está isolada das outras dimensões. Cada uma representa a integralidade do ser humano em suas vertentes diferenciadas e interligadas. É a espiritualidade que estrutura as outras dimensões proporcionando ao ser humano suporte no enfrentamento das desilusões, dissabor e agruras da vida.

A inclusão da espiritualidade do homem faz parte da integralidade humana, que busca por uma harmonização de vida que necessariamente não está associada a uma religião ou credo, mas que compreende parte fundamental da compreensão humana ao sentido da vida. Todas as dimensões², segundo o autor Rörh (2013), compactuam da integralidade do ser, porém, a mais difícil de identificar é a dimensão espiritual, que está desassociada da religiosidade, embora esta inclua a espiritualidade.

Desse modo, a dimensão espiritual, mesmo transcendendo a realidade empiricamente verificável, continua sendo realidade para quem se compromete com ela, o que necessariamente não acontece com as outras dimensões. O comprometimento com essa dimensão requer uma identificação que nos permite adentrarmos na medida em que sentimos que isso é incondicional, incluindo os valores éticos e metafísicos.

¹ Sensação de euforia e relaxamento extremo devido ao uso de maconha

² As dimensões citadas pelo autor Ferdinand Rörh são: material, sensorial, emocional e mental.

Portanto, a espiritualidade envolve o ser por inteiro, requisitando um comprometimento e postura de vida que transcende e norteia a realidade, humanizando e possibilitando uma prevenção da dependência química e da proteção contra ela.

III- Educação Emocional e a Espiritualidade: fatores preventivos às drogas

Quanto mais caminhamos na dimensão espiritual, mais Desfrutamos da liberdade, mais a nossa consciência requer responsabilidade (OTON K., 2016).

A educação emocional e a espiritualidade vêm no decorrer do tempo revelando sua força na proteção contra as drogas e de sua prevenção, e no apoio a pacientes em recuperação em todas as áreas. Algo de transcendente que eleva e potencializa o homem para ultrapassar os limites da dor, dos vícios, da dependência, daquilo que se torna superior e mais forte que ele. Portanto, reconhecer a participação dos familiares, instituições, organizações comunitárias e religiosas e educativas como parte da organização das políticas públicas vai despontar num processo de parceria e construção mútua; e por se tratar de uma doença crônica, necessita de um tratamento com múltiplos recursos de longo prazo.

As várias formas da religiosidade e da espiritualidade viabilizam a transcendência e o significado próprio que cada um atribui ao sentido da vida. Contudo, o homem moderno é impulsionado a desencantar-se com o transcendente, com sua dimensão espiritual, buscando assim uma autossuficiência sem sentido, lidando, portanto, com suas fragilidades emocionais e crises existenciais sem o auxílio da fé, até que se perceba impotente e conseqüentemente suplicante.

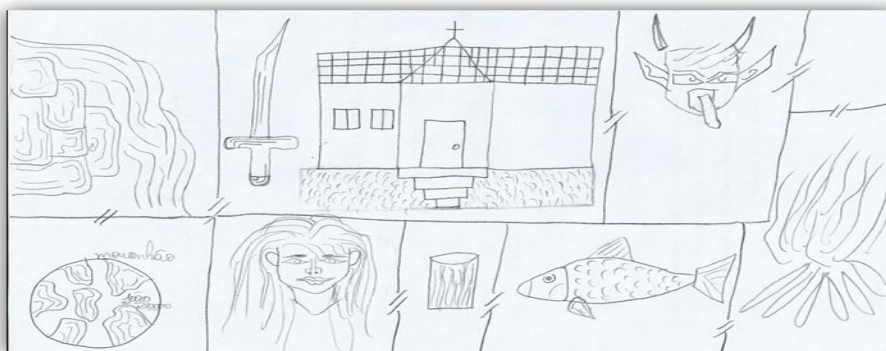
Podemos observar, a partir destes dados, que de certa forma a falta de humanização e espiritualidade configuram uma desconstrução de humanidade, aniquilando a concepção de futuro, e quando este não existe, a vida é marcada pela indiferença, e é quando grande parte das doenças emocionais e psíquicas surgem nesse cenário, pois sem a esperança de futuro, não há como viver um presente com dignidade.

Apenas se caminha lentamente a um suicídio incentivado, motivado e homenageado pelo uso das drogas; mas, nesse processo, por meio do transcendente, das dimensões emocional e espiritual, pode existir um vislumbre de sentido de vida no enfrentamento à degradação humana, ao desespero, e à morte.

Como afirma Eliade (2011), em casos de aflições extremas, quando tudo foi tentado em vão [...] os homens voltam-se para o Ser supremo e imploram-lhe. Desse modo, o sentimento religioso, a espiritualidade, traduzem essa religação do homem com o transcendente, consigo mesmo e em suas relações afetivas, da mesma forma que a separação e o desencantamento com o transcendente resultam no afastamento de si e do outro.

Desse modo, as emoções e a espiritualidade podem dar o impulso crucial para qualquer ruptura de ciclo vicioso, evocando o sentido de vida, como verificamos na imagem e narrativa do dependente químico no protocolo 01.

Protocolo 01



Acervo fotográfico: Karla Muniz Barreto Oton

“Eu me encontrava *perdido* quando veio sobre minha vida à cachoeira do Senhor e nasci de novo, *aprendi* com a espada que é a palavra de Deus e me acheguei ao templo para buscar a Deus. O devorador tentou me matar, parei e dei um giro no que tinha se *passado* em minha vida e Jesus fez me lembrar de *quem eu era* e voltei a ter *fé* novamente, dei um suspiro tomei um copo com água, fui ver o mar, os peixes, *inspirei-me novamente* e o fogo do Espírito Santo ardeu *outra vez*”.

Avaliamos que o desenho vem trazendo os fatores abordados acerca das emoções e da espiritualidade, e que há uma desestrutura emocional em sua narrativa, porém, um vislumbre de esperança quando o mesmo se atém a uma espiritualidade que o faz acreditar nas mudanças advindas do conhecimento Bíblico e da experiência com o sagrado.

3-CONCLUSÃO

O homem moderno é impulsionado a se desencantar com a espiritualidade, a desacreditar na intervenção da saúde integral como prevenção às drogas ou a qualquer outro comportamento que lhes afugente o sentido da vida.

No entanto, são as instituições que trabalham com as emoções e professam a espiritualidade como um instrumento alavancador e propulsor da prevenção e do tratamento da dependência química, que estão alcançando resultados positivos nos dias atuais em nossa sociedade.

Não podemos nos ater a religiosidade vazia, mas de modo assertivo ressaltar que a dimensão espiritual é a mais intrigante, desafiadora e relevante para proporcionar ao homem uma condição de liberdade consciente.

É um desafio que atua e age interiormente quando o homem busca o sentido da sua vida na dimensão espiritual. A verdade liberta³ e estrutura o homem a caminhar e encontrar o suporte para administrar as outras dimensões da sua vida, e assim chegar a uma liberdade que o impulsiona a ir além das suas possibilidades.

Essa realidade é compartilhada e vivenciada pelos usuários de drogas no enfrentamento à dependência química, no desafio de recuperação através da dimensão espiritual, o sentido da vida, outrora perdido, ou mesmo nunca percebido.

Desse modo, é através do processo de interiorização que a intuição e a liberdade agem, proporcionando, nesse encontro necessário e urgente, uma dimensão espiritual que traz refrigério às suas fragilidades emocionais e crises existenciais, e forças para enfraquecer tudo o que se opõe ao sentido da vida.

³ Evangelho de João 8:32

BIBLIOGRAFIA

BISQUERRA, R. (2002); **Educación emocional y bienestar**. Barcelona: Praxis, 2000.

CARTER, T.M. Os efeitos de práticas espirituais em recuperação do abuso de substâncias. **Jornal de psiquiatria e saúde mental**; 409-413, 1998.

CHEN Cy, DORMITZER Cm, BEJARANO J, Anthony JC. Religiosity and the earliest stages of adolescent drug involvement in seven countries of Latin America. **Am J Epidemiol**. 2004.

DALGALARRONDO, P.; SOLDERA, M.A.; CORREA FILHO, H.R.; SILVA, C.A.M. - Religião e uso de drogas por adolescentes. **Revista Brasileira de Psiquiatria** 26(2): 82-90, 2004.

DURAND, Y. **L'explorations de Imaginaire**: Introduction à modelisation des univers mythiques Paris: L'Espace Bleu, 1988.

ELIADE, M. **História das crenças e das ideias religiosas II**: de Gautama Buda ao triunfo do Cristianismo. Rio de Janeiro: Zahar, 1992.

FLECK, M. P. A.; LEAL, O. F.; LOUZADA, S.; XAVIER, M.; CHACHAMOVICH, E.; VIEIRA, G.; SANTOS, L.; PINZON, V. Desenvolvimento da versão em português do instrumento de avaliação de Qualidade de Vida da OMS (WHOQOL-100). **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v.21, n.1, 2003, p.1928.

FREUD, S. Recomendações aos médicos que exercem a psicanálise. In: _____. **Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud**. Rio de Janeiro: Imago, 1880a. v. 12, p. 149-162.

GARCIA, S. I. **Perdas e danos**: violência e a subjetividade do usuário. In: BAPTISTA, M.; INEM, C. (Org.). **Toxicomanias: abordagem multidisciplinar**. Rio de Janeiro: Sette Letras, 1997, p. 25-31.

GARDNER, H. **Estruturas da mente**: a teoria das inteligências múltiplas. Tradução de: Sandra Costa. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994. Título original: *Frames of mind: the theory of multiple intelligences*.

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional**. Tradução de Marco Santarrita. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995. Título original: *Emotional intelligence*.

GONSALVES, E. P. (2015). **Educação e Emoções**. Campinas, Alínea.

OTTO, R. **O Sagrado**: Os aspectos irracionais na noção do divino e sua relação com o racional. Traduzido por Walter O. Schulupp. Petrópolis: Vozes, 2007.

PARFREY, P.S. The effect of religious factors on intoxicant use. **Scandinavian Journal of Social Medicine**. p. 135-40, 19.

POSSEBON, Fabricio. **Espiritualidade e saúde: a experiência grega arcaica**. Dossiê espiritualidade e saúde. Interações – cultura e comunidade, belo horizonte, brasil, v.11 n.20, p. 115-128, jul./dez. 2016 issn 1983-2478

RORH, F. (2013). **Educação e Espiritualidade**. Contribuições para uma compreensão multidimensional da realidade, do homem e educação. Campinas, SP: Mercado de Letras 2013).

SALOVEY, Peter; SLUYTER, David J. (org.). **Inteligência emocional da criança**. Rio de Janeiro : Campus, 1999.

STEINER, C. **Educação emocional**. Tradução: Terezinha Batista dos Santos. 5.ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 1998. Título original: Achieving emocional literacy.

SULLIVAN, W. P. It helps me to be a whole person: the role of spirituality among the mentally challenged. **Psychosocial Rehabilitation Journal**, 1993.