



ISSN Eletrônico: **2525-5908**

revista.farol.edu.br

ISSN Impresso: **1807-9660**

Vol. 19, Nº 19. 2023 - AGOSTO

Contato: revista@farol.edu.br

**SAÚDE MENTAL E AUTOCUIDADO DOS PASTORES NA PERSPECTIVA DA
PSICOLOGIA**

Jaqueline Schaustz dos Santos

Priscila Maciel Carreta

SAÚDE MENTAL E AUTOCUIDADO DOS PASTORES NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA

Jaqueline Schautz dos Santos¹
Priscila Maciel Carreta²

Resumo: Sabe-se que os pastores exercem o papel de guiar e cuidar dos membros que frequentam a igreja, por conseguinte, nota-se a necessidade de um olhar para a saúde mental e autocuidado destes líderes eclesiásticos. Dessa forma, este artigo trata-se de uma pesquisa exploratória, sendo de cunho bibliográfico e de método qualitativo, que teve como objetivo identificar os fatores desencadeadores do sofrimento psicológico dos líderes de instituições religiosas. Logo, pretende-se neste artigo abordar aspectos teóricos que fornecem informações com embasamento científico para a discussão acerca da perspectiva da psicologia sobre o adoecimento psicológico dos pastores. Conclui-se que os líderes religiosos estão sujeitos a desencadarem patologias por ausência do autocuidado, de modo que fica explícito a importância do profissional da área da psicologia para acolher e ajudá-lo a ter qualidade de vida para desempenhar sua função. Portanto, este estudo visa proporcionar inovação de conhecimento científico, fornecer informação para a sociedade e desmistificar a ideia de que o sofrimento surge por ausência de espiritualidade ao abordar sobre saúde mental no ambiente religioso.

Palavras chaves: Psicologia. Líderes Religiosos. Saúde Mental.

MENTAL HEALTH AND SELF-CARE OF PASTORS FROM A PSYCHOLOGICAL OUTLOOK

Abstract: It is known that pastors carry out the role of guiding and caring for the members who attend the church. Therefore, the need of a lookout at the self-care and mental health of these church leaders is noteworthy. Thus, this article is an exploratory research, using bibliographical and qualitative methods, that aims to identify the factors that trigger the psychological distress of the heads of religious institutions. Hence, this article intends to address theoretical aspects that provide scientifically based information for the discussion about psychology's perspective on the psychological illness of pastors. It is concluded that religious leaders are subject to developing pathological conditions due to the absence of self-care in such a way that the importance of the psychologist to support and help them to have a quality of life to perform their role becomes apparent. Consequently, this study seeks to provide scientific knowledge innovation, provide information to society and demystify the idea that suffering arises from the absence of spirituality when addressing mental health in the religious environment.

Keywords: Psychology. Religious Leaders. Mental Health.

1 INTRODUÇÃO

Ao longo dos anos é possível observar que a psicologia ganhou espaço em diferentes contextos, sendo vista como uma ciência que contribui para a vida das pessoas ao promover transformações significativas. O artigo tem o propósito de abordar sobre a saúde mental e autocuidado dos pastores que desempenham suas funções em igrejas, enfatizando a importância da psicologia para o bem-estar. Desse modo, neste artigo serão apresentados os

¹ Graduando em Psicologia pela Faculdade de Rolim de Moura – FAROL. E-mail: jaquelineschautzz@gmail.com.

² Professora Orientadora Ma. Priscila Maciel Carreta. Prof. na Faculdade de Rolim de Moura – FAROL. E-mail: priscila.carreta@farol.edu.br

fatores desencadeadores do sofrimento psicológico, buscando analisar a necessidade do autocuidado por parte dessas lideranças e descrever acerca da contribuição da psicologia para a saúde mental.

De acordo com Junior (2020), em situações relacionadas à saúde mental do pastor é preciso que haja auxílio por parte de profissionais da área da psicologia, psiquiatria e psicopatologia, entretanto, sabe-se que há uma resistência devido ao preconceito existente sobre as patologias ao serem associadas à ausência de espiritualidade. Assim, os ministros religiosos ficam com medo do julgamento por parte de outras pessoas. Em vista disso, será exposto dados sobre o adoecimento como consequência na ausência da percepção de que precisam de ajuda, assim, será citado o acompanhamento psicoterápico para lidar com as demandas vivenciadas por eles.

Em síntese, esse artigo promoverá informações através de referências teóricas vinculadas ao projeto de pesquisa bibliográfica, de modo que desmistificará a concepção de que o sofrimento psicológico ocorre pela ausência da espiritualidade. Por consequência da escassez de conteúdo acerca desse tema, vê-se a necessidade de que esse assunto seja explorado para alertar e enfatizar a importância de cuidar da saúde psíquica dos líderes religiosos.

Consequentemente, a pesquisa se faz pertinente, pois fornecerá dados que contribuirão para a transformação social e a inovação científica, promovendo conhecimento através de uma linguagem clara e objetiva para a sociedade, sendo acessível para as pessoas com interesse em estudar este tema. Portanto, no campo acadêmico haverá contribuições para professores, pesquisadores e estudantes da área da psicologia.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Saúde Mental e Autocuidado

No que se refere à saúde mental, entende-se que seu significado está relacionado à qualidade de vida emocional que a pessoa tem para lidar com diferentes situações. A Organização Mundial de Saúde (OMS) em 1946, trouxe uma definição abrangente referente à saúde mental, proporcionando um significado diferente do que estavam acostumados. O conceito apresentado foi uma novidade devido não se estender somente aos aspectos mentais,

mas também aos aspectos físicos e sociais. Essa visão acerca da nomenclatura permitiu a compreensão da natureza subjetiva, no qual é fortemente influenciada pela cultura (GAINO et al., 2018).

Para Vieira, Barros e Firmino (2020), a saúde mental é analisada como uma parte que complementa a saúde em sua totalidade, sendo essencial e fundamental como integrante. Assim, é definida como um estado que reflete um bem-estar, apresentada na capacidade que o indivíduo tem acerca de suas habilidades para ter conhecimento de suas emoções para lidar com os conflitos habituais da vida. A autora Oliveira destaca que, “cuidar de si mesmo é fundamental para quem trabalha nas relações de ajuda, uma vez que o cuidador é parte do processo, interagindo no sistema de cuidados a partir de si mesmo como pessoa” (OLIVEIRA, 2005, p. 133).

Já a definição de autocuidado está associada à percepção que o indivíduo tem acerca de suas necessidades, de modo que é uma tarefa desenvolvida por ele mesmo, sendo uma atividade com um direcionamento para alcançar objetivos específicos. A pessoa vai desenvolver ações em que direcionará um olhar para si mesmo, visando regular os fatores que podem estar afetando o desenvolvimento de suas funções em diversas situações. Em síntese, o autocuidado se resume a um emprego de ações estabelecidas como requisitos universais, originando um modelo com o propósito de contribuir para o processo do ser humano (SILVA et al., 2009).

De acordo com Lunardi et al. (2004), cuidar de si mesmo proporciona um olhar dirigido para a própria vida, permitindo com que o sujeito faça uma pausa para analisar sua consciência acerca de suas vivências, ficando consciente acerca da administração de sua vida e proporcionando a preservação da sua existência como um bem valioso. O adoecimento não afeta somente as estruturas e os mecanismos fisiológicos ou psicológicos, mas o funcionamento integral do ser humano, ocasionando alteração em diversas áreas. Na ausência de ação desenvolvida de autocuidado, a pessoa pode ser prejudicada de forma temporária ou permanente (SILVA et al., 2009).

2.2 O papel do pastor e os fatores que afetam sua saúde mental

Segundo Oliveira (2004), é possível compreender a função eclesial a partir da categoria de cuidado, pois a tarefa do líder neste contexto é cuidar, conduzir e proteger as pessoas. Sua principal função constitui-se em se dedicar a vida de outras pessoas,

proporcionando acolhimento. Este líder, denominado como pastor, dedica-se um tempo ao estudo da escritura sagrada e acolhe pessoas que frequentam a instituição religiosa. No que se refere ao exercício da tarefa como pastor, na visão da igreja, seu papel é apresentado como mediador de relações e conflitos da instituição que está à frente, tendo uma função ativa por estar disponível para atender as demandas que surgem mediante sua capacidade para solucionar problemas (NUNES; SOUZA; CASTRO, 2018).

A função eclesiástica, no entendimento de Ebert, Soboll e Pereira (2009), consiste basicamente na atividade de aconselhamento e embora seja compreendida como fonte de prazer na profissão, há também uma vivência de sofrimento devido ser uma atividade que apresenta uma fonte que gera desgaste, cansaço e aflição, desencadeando outros fatores para o sofrimento psíquico.

Junior (2020), cita que as principais aflições são: a solidão do ministério, restrição ao prazer pessoal, silenciar suas emoções, ausência de privacidade ao ter sua vida exposta, dificuldade em estabelecer limites, expectativas dos membros para ser líder em todos os momentos, angústia por parte dos familiares e pensamentos recorrentes acerca da constante necessidade de ajudar as pessoas em suas dificuldades. O autor supracitado expõe que a dificuldade que o pastor tem para desabafar ocorre por consequência da mitificação da sua imagem, criando uma barreira que faz com que ele silencie seu sofrimento.

Devido os pastores trabalharem com uma carga horaria intensa, principalmente em um ritmo acelerado, ocorre de não notarem que são indivíduos que necessitam de cuidados básicos consigo mesmo. A razão deste comportamento se dá por eles não terem o conhecimento da própria vulnerabilidade ao espiritualizarem as suas vivências, tornando algo característico de quem exercem funções pastorais, dificultando a própria visão para a necessidade de notarem o que estão sentindo (WEDEL; DÜCK, 2020).

Por fim, de acordo com Buhr (2017), outro fator que colabora para o sofrimento deste líder, é quando ele tem a percepção de que sua família está sofrendo por sua posição, de modo que se torna alvo de críticas e cobranças acerca de comportamentos exemplares. Por meio da ausência da autonomia de serem pessoas imperfeitas, suas vidas são constantemente observadas, causando uma pressão para serem modelos da idealização das pessoas.

2.3 O adoecimento psicológico e o acompanhamento psicoterápico

Atualmente a psicologia em contextos relacionados à saúde vem se tornando notória por conquistar seu espaço ao mostrar sua relevância em diversos âmbitos, sendo multidisciplinares e interdisciplinares. Seu papel é desenvolvido para compreender o surgimento dos fenômenos relacionados à saúde e ao adoecimento, por conseguinte é desenvolvido as intervenções para promover a melhoria e manutenção do bem-estar humano (CAPITÃO; SCORTEGAGNA; BAPTISTA, 2005).

Conforme Mendes e Silva (2006), sentimentos delimitados como medo, angústia e insegurança, de modo geral, carregam a definição de sofrimento. O resultado das vivências desses sentimentos surge como consequência de conflitos que há no indivíduo acerca do seu trabalho. De modo que, o sofrimento citado será expresso por sintomas como: ansiedade, insatisfação, sentimento de inutilidade, desvalorização e desgaste.

O motivo dos pastores se sentirem sobrecarregados, segundo Junior (2020), é a intensidade das demandas que eles recebem, por se tratar de situação problemática que gera desgaste emocional e coloca em risco sua saúde por aumentar a probabilidade de doenças físicas e mentais. O excesso da disponibilidade para viver em função do outro, constata o aumento de casos de transtornos mentais e suicídios, de maneira que vem agravando à saúde mental, principalmente por haver resistência em procurar tratamentos devido ao preconceito em relação aos transtornos e a inexistência de suporte emocional estabelecido pelas igrejas.

Dessa forma, na perspectiva do apoio profissional será apresentado a psicologia como uma ciência que estuda os comportamentos humanos e seus processos mentais, analisando a saúde psíquica do indivíduo. Assim, a partir deste contexto, por meio desta ciência há o psicólogo, em que é denominado com profissional que exerce seu papel recorrendo aos seus conhecimentos e técnicas, com o propósito de ajudar o indivíduo a ter o equilíbrio psicológico, inclusive para lidar com as demandas relacionadas a sua religiosidade (ASSIS; MEDEIROS, 2017).

Osório *et al.* (2017), citam que o método de psicoterapia é uma forma de tratamento constituído por conceitos teóricos e técnicas, sendo realizado por um profissional da área da psicologia que se compromete em desenvolver um procedimento com etapas. No desenvolvimento desse método são usados conhecimentos científicos, sendo conteúdos introduzidos através da comunicação verbal e a relação terapêutica, tendo o objetivo principal

de acolher e ajudar o paciente, auxiliando-o a modificar problemas de ordem emocional, cognitiva e comportamental.

3 MÉTODOS

O tema de interesse foi explorado através de uma pesquisa bibliográfica, tendo como base de dados: artigos, livros, dissertações e revistas. Para a fundamentação teórica, alguns materiais foram encontrados on-line, onde a principal fonte foi o Google Acadêmico e periódicos *SCIELO* (*Scientific Electronic Library Online*), com o intuito de obter informações complementares de interesse crítico para se ter uma compreensão detalhada acerca do tema. O critério acerca dos materiais escolhidos, baseou-se em pesquisas com aprofundamento teórico acerca do tema, considerando autores que respeitam os aspectos éticos em estudos relacionados com os objetivos propostos inicialmente. Assim, os artigos utilizados na fundamentação foram publicados entre os anos de 2002 a 2022.

Desse modo, este estudo se constitui em uma revisão bibliográfica de abordagem qualitativa, cujo objetivo é apresentar os dados de forma descritiva, seguindo os procedimentos metodológicos. É citado por Gil (2002), que a pesquisa considerada bibliográfica tem sua nomenclatura definida como um tipo de estudo que se estrutura por materiais existentes, no qual foram elaborados principalmente por livros e artigos científicos, com o propósito de analisar diversos materiais e obter diversas fontes bibliográficas para descrever acerca do tema.

Creswell (2007), considera a pesquisa qualitativa como interpretativa, onde o pesquisador tem a função de interpretar os dados resultantes do processo. Pelo desenvolvimento da descrição de um assunto é realizado a análise de dados para identificar temas ou categorias e chegar a conclusão acerca do significado, tanto pessoal quanto teórico, mencionando a aprendizagem através deste estudo.

Quanto a seu objetivo, essa pesquisa é considerada exploratória, em que vai descrever acerca do tema apresentado. Como aponta Campos (2004, p. 611), “um método muito utilizado na análise de dados qualitativos é o de análise de conteúdo, compreendida como um conjunto de técnicas de pesquisa cujo objetivo é a busca do sentido ou dos sentidos de um documento”. Esse método de análise de conteúdo será utilizado com o propósito de descrever e interpretar as informações adquiridas, atentando-se à leitura para atingir a compreensão total da pesquisa.

O pesquisador Severino (2007), cita que a pesquisa exploratória é uma ferramenta utilizada para fazer análise através de levantamento de informações, tendo o propósito de investigar sobre um assunto específico. Dessa forma, o campo estabelecido para a busca de dados é delimitado mediante as condições acerca do objeto escolhido.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante dos resultados obtidos através da pesquisa bibliográfica, foi possível identificar que a idealização sobre os pastores como pessoas isentas de sofrimentos, principalmente por parte dos membros da igreja, é um dos fatores que impede o líder eclesialístico expor as suas vulnerabilidades e conseqüentemente os levam ao adoecimento psíquico. De acordo com Buhr (2017), entende-se que uma das maiores causas do sofrimento dos pastores ocorre por conseqüência da idealização vivenciada, devido às pessoas reforçarem o pensamento de que são líderes com poderes, tornando-os imunes do sofrimento e de situações conflituosas. Essa ideia é fonte de sintomas que leva ao adoecimento por serem constantemente cobrados e criticados.

Segundo Junior e Bruning (2019), por vários anos existiu a concepção e o pensamento dominante de que os problemas e transtornos psicológicos estavam associados a ausência de fé, onde o indivíduo desenvolvia problemas psicoemocionais por fraqueza humana, sendo necessário a ajuda de um ser divino para obter o bem-estar. Buhr (2017), cita que para grande parte da comunidade cristã, o pastor deve ter a postura de um super-herói, no qual é isento de problemas pessoais, mas muito ativo quando se trata de situações sobre o outro, sendo um ser passivo e sem iniciativa quando a sua própria vida necessita de cuidado e ajuda de profissionais para expor as suas vulnerabilidades.

O autor supracitado expõe que os números apontam que aproximadamente 70% dos pastores lutam contra a depressão. Esse mesmo percentual foi exposto para a afirmação de que estão se sentindo esgotados e que não possuem suporte para desabafar sobre as suas angústias. Além disso, 80% acreditam que o ministério pastoral afeta negativamente as suas famílias. Mediante um estudo realizado por Machado, Santos e Santos (2016), foi possível obter uma análise acerca do sofrimento psíquico dos pastores no cenário presente, em que foi apontado um resultado expressivo que expõe a alta demanda que existe. Por conseguinte, os dados evidenciaram que muitos estão enfrentando depressão, constante desânimo, solidão, insegurança, dúvida, vontade de abandonar o cargo, ideação e prática do suicídio.

Ainda de acordo com os autores, existe dificuldade para o líder eclesiástico desvincular-se deste papel para desempenhar outras funções a eles atribuído, como o de pai, esposo, filho, entre outros. Há uma barreira para enxergarem que são seres humanos e compreenderem que é necessário ter equilíbrio, pois não vivem exclusivamente para a igreja.

Conforme Lacerda (2017, p. 891) “há falsos e enganosos discursos de que pastores são blindados e imunes a depressão e ao suicídio”. Para Wendell e Duck (2020), os líderes são pessoas vulneráveis ao esgotamento pela intensidade de sua função que gera exaustão, estresse e esgotamento físico, podendo desenvolver à síndrome de Burnout, principalmente por não ter habilidades emocionais para lidar com as práticas do seu cotidiano.

Por meio do levantamento de dados, percebe-se a importância da informação acerca da saúde mental em instituições religiosas, principalmente por ser um fator relevante para incentivar a busca por profissional da área da psicologia. Nas palavras de Freire (2021), é importante trabalhar com informações sobre o sofrimento dos líderes de instituições religiosas, enfatizando que são indivíduos que podem ter as suas vidas afetadas negativamente pelos mitos presentes na idealização. É fundamental citar acerca da possibilidade de desenvolverem comportamento suicida, pois o índice de suicídios dentro dessa função tem aumentado de acordo com estudos através das revisões bibliográficas.

Os pastores precisam ter a percepção das suas limitações para buscarem por ajuda do psicólogo quando notarem a necessidade. Através da terapia será utilizado ferramentas para trabalhar as vivências que estão sendo fonte das patologias. Já a instituição religiosa pode ter um papel importante ao providenciar suporte e acolhimento (OLIVEIRA, 2004). É citado por Junior (2020, p. 99) que “em algumas situações é preciso que haja uma intervenção de profissionais com conhecimentos referente a psicologia, psiquiatria e psicopatologia”.

Na área da psicologia são utilizadas intervenções psicoterapêuticas que podem ser apresentadas pela abordagem de cada profissional, de modo que podem ser de diversos tipos, como: psicoterapia de apoio, psicodinâmica breve, terapia interpessoal, comportamental, cognitiva comportamental, de grupo, de casais e de família, entre outras. No processo psicoterápico, existem fatores que influenciam no sucesso dos resultados, sendo: motivação, depressão leve ou moderada, ambiente estável e capacidade para compreensão do problema. Para cada paciente, são utilizadas ferramentas específicas conforme a demanda, de modo que é trabalhado as mudanças no estilo de vida, objetivando uma melhor qualidade de vida (SILVA; MENDES, 2022).

Por parte dos pastores é possível que haja receio quanto ao compartilhamento de informações devido à ausência de compreensão por parte do profissional, por esse motivo, Peres, Simão e Nasello (2007, apud ASSIS; MEDEIROS, 2017), afirmam que os conteúdos pessoais que envolvem questões religiosas e espirituais fazem parte das vivências do paciente e são importantes para o terapeuta, de modo que o psicólogo agirá de maneira técnica por uma questão de ética, mesmo não partilhando dos mesmos atos religiosos.

Portanto, enfatiza-se que a psicoterapia é um modelo de ferramenta usado para sanar a angústia da pessoa, analisando as crenças existentes com o propósito de desenvolver as habilidades que vão auxiliar em determinada situação. A terapia será produtiva conforme a aceitação e participação por parte do paciente, por consequência dessa colaboração ativa haverá melhores condições de aprendizagem baseada na relação, promovendo esperança, envolvimento ativo e inteligência intrínseca para ele encontrar soluções (PERES; SIMÃO; NASELLO, 2007).

Ressaltando a importância do autocuidado para a saúde mental, na visão de Oliveira e Junges (2012), considera-se que estar mentalmente saudável está ligado a um sujeito que está em constante movimento buscando o bem-estar, procurando encontrar uma forma de viver por um modelo que fornece ferramentas que vão auxiliar diante dos conflitos que podem surgir em suas vivências do dia. Essa função em processos de mudanças melhora a subjetividade do indivíduo, não carregando o significado apenas da ausência de sintomas de doenças, mas a idealização da busca por qualidade de vida.

O pensamento de Silva e Mendes (2022), reforça que os líderes protestantes são responsáveis por muitas atribuições na instituição, sendo um suporte espiritual, emocional e exemplos a serem seguidos. Entretanto, são seres humanos que sentem dores, medos, anseios e inseguranças, como todos passam.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos resultados encontrados nesta pesquisa, foi possível identificar alguns fatores desencadeadores do sofrimento psicológico dos pastores, no qual os sintomas surgem em razão da intensa demanda no exercício de sua função. Esses sintomas se originam da pressão do ambiente que muitas vezes o cercam de cobrança e críticas, assim, provocando angústia e sofrimento. Desse modo, podendo acarretar patologias como depressão, ansiedade,

síndrome de burnout, aumentando a probabilidade de se tornarem vítimas do suicídio devido à ausência de suporte.

No decorrer da pesquisa, percebe-se a necessidade de desmistificar a ideia de que o pastor não precisa de ajuda por ser um líder espiritual, de modo que é fundamental enfatizar as limitações que o torna vulnerável. Por ser um assunto pouco abordado em instituições religiosas, a ausência de conhecimento faz com que surge espaço para reforçar mitos e preconceitos. Esta barreira cria resistência acerca do autocuidado, pois, é comum que o pastor ao exercer a vocação pastoral esqueça de si próprio. Assim, falar sobre saúde mental reforça um olhar que abrange além do corpo físico por entendê-lo de modo integral.

As fontes de pesquisa fornecem dados que apontam a existência de pastores portadores de depressão e apresenta a informação de que eles podem desenvolver burnout por consequência da intensa demanda que gera estresse. Assim, é exposto à importância da psicoterapia como ferramenta de intervenção utilizada pelo profissional da psicologia, pois os líderes necessitam de um ambiente que acolha suas emoções sem que haja repressão ou preconceito.

O psicólogo é o profissional capacitado para acolher de forma empática, onde utiliza de ferramentas para promover bem-estar e melhoria da vida das pessoas. Dessa forma, é possível enxergar a importância de apresentar o psicólogo como uma rede de suporte capaz de ajudá-lo na administração das emoções que eliciam comportamentos disfuncionais.

Em virtude dos fatos mencionados, é notório que ainda existe a ideia de relação de causalidade entre o sofrimento psíquico com as divindades, principalmente em igrejas. Assim, ao abordar esse assunto, as comunidades pertencentes a uma instituição religiosa podem absorver o conhecimento e desmistificar a ideia de que o sofrimento ocorre por meio da ausência de espiritualidade.

Portanto, os resultados desse estudo contribuem para o campo acadêmico, da saúde mental e da instituição religiosa, onde abrange as possibilidades de investigação e pesquisa nessas áreas, visto que é um assunto pouquíssimo explorado na literatura, sendo um desafio presente na elaboração deste artigo. Logo, o estudo se faz pertinente, pois fornece dados que contribuem para a reflexão ao promover transformação social e a inovação científica, sendo acessível para a sociedade.

REFERÊNCIAS

ASSIS, C. L.; MEDEIRO, E. D. Religião e Psicoterapia: Um Estudo a Partir de Psicólogos de Cacoal - RO, Brasil. **Integración Académica En Psicología**, v. 5, n. 15, p. 66-86, 2017.

Disponível em: [https://integracionacademica.org/attachments/article/](https://integracionacademica.org/attachments/article/178/06%20Religion%20y%20Psicoterapia-%20CLAsis%20EDMedeiro.pdf)

178/06%20Religion%20y%20Psicoterapia-%20CLAsis%20EDMedeiro.pdf. Acesso em: 14 set. 2022.

BUHR, J. R. **O sofrimento do pastor: um mal silencioso enfrentado por Paulo e por pastores ainda hoje**. Curitiba: Ed. Esperança, 2017.

CAMPOS, C. J. G. Método de análise de conteúdo: ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. **Revista brasileira enfermagem**. Brasília, v. 7, n. 5, p. 611-614, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/wBbjs9fZBDrM3c3x4bDd3rc/?lang=pt>. Acesso em: 07 out. 2021.

CAPITÃO, C. G.; SCORTEGAGNA, S. A.; BAPTISTA, M. N. A importância da avaliação psicológica na saúde. **Avaliação psicológica**, Porto Alegre, v. 4, n. 1, p. 75-82, 2005. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v4n1/v4n1a09.pdf>. Acesso em: 29 out. 2021.

CRESWELL, W. J. **Projeto de pesquisa**. Ed. 2. Porto Alegre: Artmed, 2007.

EBERT, C.; SOBOLL, L.; PEREIRA, A. O trabalho pastoral numa análise da Psicodinâmica do Trabalho. **Aletheia**. Canoas, n. 30, p. 197-212, 2009. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942009000200016#:~:text=A%20an%C3%A1lise%20do%20trabalho%20pastoral,e%20da%20organiza%C3%A7%C3%A3o%20do%20trabalho. Acesso em: 07 set. 2021.

FREIRE, F. F. S. (org.). **Serviços e Cuidados em saúde**. Ponta Grossa – Paraná: Antena, 2021.

GAINO, L. V. et al. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S180669762018000200007&lng=pt&nrm=io. Acesso em: 20 out. 2021.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. ed. 4 São Paulo: Atlas, 2002. Disponível em: <https://home.ufam.edu.br/salomao/Tecnicas%20de%20Pesquisa%20em%20Economia/Textos%20de%20apoio/GIL,%20Antonio%20Carlos%20-%20Como%20elaborar%200projetos%20de%20pesquisa.pdf>. Acesso em: 23 out. 2021.

JUNIOR, D. T. A. **A saúde mental de pastores protestantes**. SP: Ed. Universo Teologia, 2020.

JUNIOR, I. B.; BRUNING, K. C. A Saúde Psicoemocional do Pastor e os Altos Índices de Depressão e Suicídio. **Revista Terra e Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa**, Londrina, v. 35, n. 69, p. 161-168, 2019. Disponível em:

<http://periodicos.unifil.br/index.php/Revistatest/article/view/1180/2036>. Acesso em: 26 set. 2022.

LACERDA, A. P. E. **Suicídio de Pastores: Uma análise dos fatores de risco que contribuem para a consumação do suicídio**. 1ª ed. Ebook. 2017.

LUNARDI, V. L. et al. O cuidado de si como condição para o cuidado dos outros na prática de saúde. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 12, n. 6, p. 933-939, 2004.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rlae/a/Dd6VcTnMfV5RffcZhMzqVQF/?lang=pt#:~:text=O%20cuidado%20de%20si%20constitui,exist%C3%A0ncia%2C%20a%20n%C3%B3s%20mesmos%2C%20como>. Acesso em: 01 out. 2021.

MACHADO, A. B. DA S.; SANTOS, D. S.; SANTOS, E. C. **O aconselhamento como instrumento de fortalecimento de pastores e líderes**. 2016, Trabalho de Conclusão de Curso. Bacharel em Teologia. Faculdade de Pindamonhangaba Fundação Vida Cristã. São Paulo, 2016. Disponível em: <http://docplayer.com.br/62633238-O-aconselhamento-como-instrumento-de-fortalecimento-de-pastores-e-lideres.html>. Acesso em: 4 out. 2022.

MENDES, A. M. B.; SILVA, R. R. Prazer e sofrimento no trabalho dos líderes religiosos numa organização protestante neopentecostal e noutra tradicional. **Psico-USf**, Brasília, v. 11, n. 1, p. 103-112, 2006. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pusf/a/z5G86bTKZvNdSbHBnqnShrj/?lang=pt>. Acesso em: 10 out. 2021.

NUNES, R. Z. S.; SOUZA, R. V. C.; CASTRO, A. Fatores Associados à Depressão em Líderes Religiosos de uma Denominação Pentecostal. **ID online Revista de psicologia**, Criciúma, v. 12, n. 42, p. 367-382, 2018. Disponível em:

<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/1329/1921>. Acesso em: 04 nov. 2021.

OLIVEIRA, R. M.; JUNGES, R. J. Saúde mental e espiritualidade/religiosidade: a visão de psicólogos. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 17, n. 3, p. 469-476, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/w3hnsrp3wzVcRPL3DkCzXKr/?lang=pt>. Acesso em: 18 out. 2022.

OLIVEIRA, R. M. K. **Cuidando de quem cuida: um olhar de cuidados aos que ministram a palavra**. São Leopoldo: Sinodal, 2005.

_____. Cuidando de quem cuida: propostas de poimênica aos pastores e pastoras no contexto de igrejas evangélicas brasileiras. Dissertação (Mestrado) - Curso de Teologia, Instituto Ecumênico de Pós-Graduação, Rio Grande do Sul, 2004. p. 6-142.

Disponível em: http://www3.est.edu.br/biblioteca/btd/Textos/Mestre/Oliveira_rmk_tm105.pdf. Acesso em: 17 set. 2022.

OSÓRIO, F. L. et al. Psicoterapia: conceitos introdutórios para estudantes da área da saúde. **Revista USP**, Ribeirão Preto, v. 50, p. 3-21, 2017. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/1224629>. Acesso em: 15 set. 2021.

PERES, J. F. P.; SIMÃO, M. J. P.; NASELLO, A. G. Espiritualidade, religiosidade e psicoterapia. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 34, n. 1, p. 136-145, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/YFghx4LyPBm6vVMH78Z4h8J/?format=pdf&lang=en>. Acesso em: 20 set. 2021.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. Ed. 23. São Paulo: Correz, 2007.

SILVA, A. M; MENDES, L. A. C. Religiosidade e Depressão: Uma Análise em Pastores Protestantes. **Humanas em Perspectiva**, João Pessoa, v.2, p. 126-171, 2022. Disponível em: <https://www.periodicojs.com.br/index.php/hp/article/view/705>. Acesso em: 4 out. 2022.

SILVA, I. J. et al. Cuidado, autocuidado e cuidado de si: uma compreensão paradigmática para o cuidado de enfermagem. **Revista da Escola de Enfermagem da Usp**, São Paulo, v. 43, n. 3, p. 697-703, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/S6s3fgFMbtMjMRfwncZ7WrP/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 25 set. 2021.

VIEIRA, M. E. S.; BARROS, M. M. M.; FIRMINO, R. G. Religiosidade e Saúde Mental: Visão de Equipe Multiprofissional de Centro de Atenção Psicossocial. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, Florianópolis, v. 12, n. 33, p. 16-40, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/69803>. Acesso em: 28 out. 2021.

WEDEL, S.; DÜCK, A. W. Pastores também são ovelhas: importando-se para cuidar daqueles que cuidam. **Revista Cognition**, Curitiba, v. 2, n. 2, p. 279-318, 2020. Disponível em: <https://revista.fidelis.edu.br/index.php/cognito/article/view/38>. Acesso em: 15 set. 2022.

Recebido para publicação em junho de 2023.
Aprovado para publicação em agosto de 2023.