

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/316610547>

DISCUTINDO EXPERIÊNCIAS FORA DO CORPO NA CLÍNICA PSICOLÓGICA

Chapter · January 2016

CITATIONS

0

READS

38

2 authors:



[Gabriel Teixeira de Medeiros](#)

University of São Paulo

12 PUBLICATIONS 9 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)



[Everton De Oliveira Maraldi](#)

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP)

53 PUBLICATIONS 77 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Trance and Dissociation in Religious Contexts [View project](#)



The Psychology of Anomalous Experiences [View project](#)

DISCUTINDO EXPERIÊNCIAS FORA DO CORPO NA CLÍNICA PSICOLÓGICA

Gabriel Teixeira de Medeiros¹
Everton de Oliveira Maraldi²

RESUMO: A Psicologia manteve-se afastada dos fenômenos religiosos e espirituais por longo tempo, contudo, vem se aproximando da temática, por meio de estudos acerca da religiosidade-espiritualidade, que apontam sua importância em diversos âmbitos da vida. Desde julgamentos e processamentos de informações até a busca de significado para a vida e a relação com o sagrado e o transcendente, a espiritualidade está presente e corrobora para a saúde e o bem-estar biopsicossocial. A experiência fora do corpo figura como uma experiência anômala que, embora pareça rara, ocorre em 10% a 25% da população mundial e tem sentidos e hipóteses etiológicas multifacetadas. Estudos sugerem como causa da experiência: estímulos cerebrais em áreas específicas; alucinações; dramatização do mundo físico na falta de interpretação de estímulos externos; sonho; fantasia; relação com a religiosidade; entre outros. Em sua maioria, os sujeitos que alegam ter vivido uma experiência fora do corpo atribuem a tal experiência uma conotação espiritual, podendo ter conotação religiosa – e, em alguns casos, com seres espirituais, mentores e outros planos espirituais – ou não religiosa. Estudos sugerem relação de EFC com sensação de alegria, mudanças, impacto transformador na vida e valores do sujeito que as vivenciam, entre outros benefícios, mas também aponta para o medo de alguns sujeitos em relação a problemas neurológicos e/ou espirituais, de modo que o acolhimento da experiência, em ambiente terapêutico e quando abordado pelo cliente, é desejável. Outrossim, é possível trabalhar os conteúdos da EFC por meio de *biofeedback* e interpretações de sonho, devido ao

- 1 Possui Graduação em Psicologia e Mestrado em Ciências Interdisciplinares da Saúde pela Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP). Doutorando em Psicologia Social pela Universidade de São Paulo (USP) e membro do INTER PSI - Laboratório de Psicologia Anomalística e Processos Psicossociais (USP). Email: gabriel_tmediros@yahoo.com
- 2 Doutor e mestre em psicologia social pela Universidade de São Paulo. Psicólogo pela Universidade Guarulhos (CRP-06/94052). Pesquisador de pós-doutorado na Universidade de São Paulo com bolsa da FAPESP (Processo nº 2015/05255-2). Membro do Laboratório de Psicologia Anomalística e Processos Psicossociais (Inter Psi) e do Laboratório de Estudos em Psicologia Social da Religião, ambos da USP. E-mail: evertonom@usp.br

alto valor simbólico contido em algumas experiências. Sessenta e três por cento da população americana acredita que seus cuidadores devem falar sobre as crenças espirituais dos clientes, embora outros se sintam pouco à vontade e receosos com julgamentos ou diagnósticos. Assim, as experiências fora do corpo, bem como os demais conteúdos com relação espiritual, devem ser acolhidos de modo aberto e livre de julgamentos, tentando entender as construções e valores simbólicos que o cliente deseja transmitir, sem direcioná-la, para jamais privá-lo de sua liberdade de crença e significação.

PALAVRAS-CHAVE: experiência fora do corpo; experiências anômalas; Psicologia Anomalística; espiritualidade.

AGRADECIMENTOS: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo

A Declaração Universal dos Direitos Humanos postula, entre outras coisas, o direito à liberdade de pensamento, de consciência e religião, e a manifestar sua religião ou convicção (ONU, 2008). A atuação do psicólogo deve se basear no respeito e na promoção da liberdade, visando promover saúde e qualidade de vida, rejeitando qualquer indução a convicções filosóficas, morais e religiosas.

A Psicologia se manteve afastada do estudo do “não palpável”, devido a limitações científico-metodológicas, mas passa a reconhecer o diálogo com temas religiosos e espirituais a partir da inclusão da categoria “problemas religiosos ou espirituais” na quarta versão do DSM (APA, 1994). Revisões da literatura sugerem que a integração Psicologia e espiritualidade não religiosa confere melhores resultados do que com a religião. Essas integrações merecem atenção quanto à maneira de inquirir sobre a vida religiosa e espiritual do paciente – respeitosa e atenta a faltas éticas causadas por exagero das convicções pessoais do terapeuta – sob o risco de redução da liberdade do cliente, violação do contrato terapêutico e perda da neutralidade (PERES, SIMÃO, NASELLO, 2007).

As crenças religiosas constituem parte importante da cultura e valores utilizados como base para julgamentos e processamento de informações. As crenças e as práticas espirituais e religiosas baseiam-se em buscas pessoais de significado à vida, o relacionamento com o sagrado e o transcendente, podendo oferecer ordem e compreensão de eventos dolorosos ou caóticos, afetando na percepção de mundo, sensibilidade para estímulos específicos e critérios de escolha. A maioria dos estudos aponta a associação entre o envolvimento religioso e espiritualidade com melhores índices de saúde, como maior longevidade e qualidade de vida, menor ansiedade e depressão, com relação direta entre nível de participação religiosa com maior bem-estar e saúde mental (PERES, SIMÃO, NASELLO, 2007).

No que concerne a práticas espirituais, pode-se citar o caso da experiência fora do corpo (EFC), experiência anômala de multietiologia – como estimulações cerebrais, alucinações, propensão à fantasia, construção de modelo psicológico quando rompido o *input* com o mundo externo ou experiências místico-religiosas, com ou sem presença de espíritos ou guias espirituais (NEPPE, 2011) – e incidência média mundial de 10% a 25% (GABBARD, TWEMLOW, 1984: p. 32) – com incidência de 31%, em amostra de estudantes universitários brasileiros (ZANGARI, MACHADO, 2001: 7-8).

Embora não sejam necessariamente práticas espirituais, as EFCs são popularmente consideradas experiências místicas com ou sem relação religiosa. Contudo, alguns daqueles que as relatam consideram-nas sonhos lúcidos, alucinações específicas nomeadas como EFC, ou sequer consideram a experiência como uma EFC, nomeando-a como sonho, alucinação ou fantasia, que não envolve qualquer relação extracorpórea (MEDEIROS, 2014).

As EFCs ocorrem comumente em pessoas saudáveis, em vários contextos religiosos, e têm, potencialmente, um impacto transformador positivo. Contudo, é importante diferenciá-las de outros fenômenos, como despersonalização e alucinação de autoscopia – os quais são mais comumente associados a patologias e/ou experiências desagradáveis e que diferem da EFC, devido a seu caráter mais nublado, esfumado e mais próximo ao sonho (TWEMLOW, 1989).

Algumas pessoas que vivenciam EFCs relatam que, não entendendo o que se passava, temeram estar com problemas psiquiátricos, neurológicos ou espirituais e, muitas vezes, não tinham com quem falar a esse respeito (MEDEIROS, 2014). Assim, terapeutas podem se beneficiar em aprender sobre a natureza da EFC para lidar com tais experiências de modo aberto, não considerando que a experiência indique necessariamente um funcionamento anormal e aconselhando o cliente em relação ao medo de uma patologia. Não obstante, a EFC está ligada à sensação de alegria e ao impacto transformador na vida, nos valores e crenças (TWEMLOW, GABBARD, JONES, 1982) e possível *coping* religioso (MEDEIROS, 2014). Pode-se explorar o potencial benéfico da EFC por meio de terapia de *biofeedback*, permitindo ao sujeito uma mais profunda e extensiva exploração de si mesmo (TWEMLOW, 1989: p. 38).

Outros estudos ainda sugerem que, em razão de seu caráter vívido, as EFCs podem oferecer mais *insights* do que os sonhos (LEVITAN, LABERGE, 1991) e, devido à similaridade simbólica com os sonhos, abordagens que utilizam de métodos de interpretação onírica poderiam analisar os conteúdos presentes nas EFCs (MONROE, 1992).

Alguns clientes sentem-se desconfortáveis em falar sobre suas EFCs, com medo de julgamento ou patologização (TWEMLOW, 1989). Contudo, 63% da população americana acredita que seus cuidadores devem falar com seus pacientes sobre fé espiritual, preferindo um terapeuta que se sinta confortável em discutir tais tópicos (PERES, SIMÃO, NASELLO, 2007). Assim, a espiritualidade do cliente deve ser acolhida sem rotulação ou julgamento, de modo a permitir a expressão do cliente e buscar entender suas construções, sem jamais interferir em sua liberdade de significação da vida e dos eventos e em suas crenças.

REFERÊNCIAS

- APA. ASSOCIAÇÃO AMERICANA DE PSIQUIATRIA. **DSM-IV – Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.
- GABBARD, G. O.; TWEMLOW, A. W. **With the eyes of the mind: An empirical analysis of out-of-body states**. New York: Praeger Scientific, 1984.
- LEVITAN, L.; LABERGE, S. Other worlds: Out-of-body experiences and lucid dreams. **Nightlight**, 3(2-3):1-5, 1991.
- MEDEIROS, G. T. **Fenomenologia da percepção extracorpórea – uma análise de comportamentos e crenças das experiências fora do corpo**. 2014. 185p. Dissertação – Universidade Federal de São Paulo – Unifesp. Santos.
- MONROE, R. **Journeys out of the body**. New York, NY: Broadway Books, 1992.
- NEPPE, V. M. Models of the Out-of-Body Experience: A New Multi-Etiological Phenomenological Approach. **NeuroQuantology**, 9(1), 2011.
- ONU. ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Declaração Universal dos Direitos Humanos. **Comunicação & Educação**, 1(3), 2008. Disponível em: <<http://200.144.189.42/ojs/index.php/comeduc/article/view/4250>>.
- PERES, J. F. P.; SIMÃO, M. J. P.; NASELLO, A. G. Espiritualidade, religiosidade e psicoterapia. **Rev. Psiq. Clín.**, 34(1):136-45, 2007.
- TWEMLOW, S. W. Clinical approaches to the out-of-body experience. **Journal of Near-Death Studies**, 8(1):29-43, 1989.
- _____; GABBARD, G. O.; JONE, F. C. The out-of-body experiences: A phenomenological typology based on questionnaire responses. **American Journal of Psychiatry**, 139:450-5, 1982.
- ZANGARI, W.; MACHADO, F. R. Incidência e relevância social de experiências Psi de estudantes universitários brasileiros. **Revista Virtual de Pesquisa Psi**, São Paulo, 2001.