

## ENTREVISTA

Marlene Winell



Foto: Arquivo pessoal

# Fundamentalismo gera trauma religioso

► Por Grazieli Gotardo

grazieli.gotardo@sinprors.org.br

**M**arlene Winell, norte-americana, é psicóloga, educadora e escritora, com 28 anos de experiência tanto em atendimentos clínicos, quanto na área acadêmica. Doutora em Desenvolvimento Humano e Estudos da Família da Universidade Estadual da Pensilvânia, nos Estados Unidos, é a autora do livro *Leaving the Fold: A Guide for Former Fundamentalists and Others Leaving their Religion*, ainda sem edição em português. Trata-se de um guia sobre como identificar e se livrar de problemas desencadeados por religiões fundamentalistas. Marlene cunhou o termo *Síndrome do Trauma Religioso* para classificar os sintomas de pacientes que sofrem de transtornos mentais em decorrência da doutrinação dessas crenças. Para ela, religião é algo que não deve ser ensinado para crianças e o fundamentalismo rouba a identidade das pessoas.

**Extra Classe – O que é a Síndrome do Trauma Religioso e como você desenvolveu sua teoria?**

**Marlene Winell** – É a condição vivida por pessoas que estão lutando para sair de uma religião autoritária, dogmática e sofrendo os danos dessa doutrinação. Eles podem estar passando por um momento de quebra de conceitos e de paradigmas pessoais ou rompendo com uma comunidade ou estilo de vida controlador. Os sintomas dessa síndrome podem ser mais facilmente comparados com o Transtorno de Estresse Pós-Traumático, que resulta da experiência de ser confrontado com a morte ou lesões graves que provocam sentimentos de terror e impotência. Como no Transtorno de Estresse Pós-Traumático, o impacto da Síndrome do Trauma Religioso é de longa duração, com pensamentos intrusivos, estados emocionais negativos, convivência social deficiente e outros problemas.

Eu mesma sofri com isso por algum tempo. Foi quando comecei a escrever sobre minha recuperação de uma religião cristã fundamentalista, que me dei conta que não estava sozinha. Muitas pessoas também estavam ansiosas para falar de seu sofrimento. Desde então, tenho trabalhado com clientes na área de “recuperação da religião” e escrevi um livro. Meus estudos têm como base resultados clínicos de 20 anos de atendimento psicológico.

**EC – Como a Síndrome do Trauma Religioso pode ser reconhecida em uma pessoa?**

**Marlene** – A Síndrome do Trauma Religioso é vivida de diferentes maneiras e depende de uma variedade de fatores. Alguns sintomas-chave são confusão mental, dificuldade em tomar decisões e pensar por si mesmo, falta de sentido ou direção na

vida, baixa autoestima, ansiedade de estar no mundo, ataques de pânico, medo da condenação, depressão, pensamentos suicidas, distúrbios do sono e alimentares, abuso de substâncias, pesadelos, perfeccionismo, desconforto com a sexualidade, imagem corporal negativa, problemas de controle de impulso, dificuldade de desfrutar o prazer ou estar presente aqui e agora, raiva, amargura, traição, culpa, sofrimento e perda, dificuldade em expressar emoções, ruptura da rede familiar e social, solidão, problemas relacionados com a sociedade e questões de relacionamento pessoal.

Os sintomas podem variar de acordo com os ensinamentos e práticas específicas de determinadas igrejas, pastores ou dos pais. As pessoas mais sensíveis à síndrome são aquelas que foram criadas dentro de uma determinada religião, protegidas do resto do mundo ou de uma religião muito controladora. A Síndrome do Trauma Religioso é uma realidade. Embora possa ser mais fácil de entender os danos causados por um abuso sexual ou um desastre natural, as práticas religiosas podem ser tão prejudiciais quanto esses traumas. Mais e mais pessoas precisam de ajuda e o tabu sobre criticar as religiões precisa ser questionado.

**EC – Como é o tratamento? É possível comparar com a recuperação da dependência de drogas?**

**Marlene** – Essa é uma questão muito profunda e eu estou no processo de escrever e fazer pesquisas sobre as melhores práticas. Há alguma semelhança com o vício de drogas no sentido em que as pessoas tentam encontrar formas de evitar a responsabilidade por suas vidas, e a recuperação é difícil porque requer que você enfrente este problema. No entanto, eu prefiro comparar com o Transtorno de Estresse Pós-Traumático, especialmente se a doutrinação ocorreu na primeira infância. O medo do inferno inculcado nas crianças, por exemplo, pode criar um trauma de longa duração.



Foto: Ipor Sperotto

**EC – Como as vítimas do fundamentalismo religioso podem se reconhecer e, depois disso, o que devem fazer?**

**Marlene** – Esta é uma pergunta difícil, porque é como uma esposa maltratada reconhecer que é vítima de violência doméstica e se separar. Em ambos os casos, a vítima sente que a culpa é sua pelos problemas e tende a insistir para permanecer na situação. Essas pessoas normalmente também têm pouco conhecimento de outras opções de vida. Por isso, a melhor maneira de começar é se informar. Não tenha medo de questionar o que lhe foi ensinado ou descobrir o que outras pessoas podem fazer para ajudá-lo.

**EC – Você diz que quem “sair do rebanho” geralmente perde a identidade individual e tem problemas de autoestima. Por quê?**

**Marlene** – Na verdade, a pessoa passa por um período de confusão sobre isso porque ela foi ensinada a formar sua identidade pessoal a fim de identificar-se com Deus e considerar apenas Deus como algo bom e valioso. Normalmente, eles acreditam que são pecadores desde o nascimento e precisam ser salvos, portanto, não veem nenhum valor além da graça de Deus. Quando deixam sua fé e suas crenças precisam reconstruir a autoestima e senso de identidade. Eu não diria que eles perdem a identidade quando deixam sua fé, pelo contrário, a religião já roubou sua identidade e outros aspectos do seu desenvolvimento pessoal. Então, quando eles saem, eles têm muito trabalho para descobrir quem são, aprender o amor próprio, autocuidado e autoconfiança, tudo que era considerado pecado e orgulho, de acordo com suas religiões.

**EC – Quando (ou como) a espiritualidade e a religiosidade podem ser identificadas como práticas saudáveis?**

**Marlene** – Grupos que reúnem pessoas e

EC ►

## Ao mestre com todo carinho e dedicação.

15 de outubro,  
dia do professor.



Os seus alunos já contam com o **Melhor Profissional**. E você, pode contar com quem sempre faz o melhor para você.

**laboratório endocrimeta**  
ANÁLISES CLÍNICAS

Sempre Fazendo o Melhor para Você.

Laboratório 100% gaúcho

Excelentes equipamentos,  
resultados ágeis, precisos  
e muito mais.

Central de Atendimento ao Cliente: 51 3224-1788 | [www.endocrimeta.com.br](http://www.endocrimeta.com.br) **f endocrimeta**



# ENTREVISTA

promovem o autoconhecimento e crescimento pessoal podem ser considerados saudáveis. Esses grupos colocam alto valor no respeito às diferenças e os membros se sentem empoderados como indivíduos. Eles oferecem apoio social, lugar para eventos e ritos de passagem, troca de ideias, inspiração, oportunidades de serviço e conexão com as causas sociais. Eles incentivam as práticas espirituais que promovem a saúde, como a meditação ou princípios para viver como regra de ouro.



Foto: Arquivo pessoal

**“Grupos que reúnem pessoas e promovem o autoconhecimento e crescimento pessoal podem ser considerados saudáveis. Esses grupos colocam alto valor no respeito às diferenças e os membros se sentem empoderados como indivíduos”**

**EC – Se um grupo ou religião provoca um trauma em indivíduos, não seria este grupo também uma vítima de trauma ou síndrome coletiva? Como lidar com esses casos?**

**Marlene** – Sim, o trauma religioso é transmitido e na mesma maneira que os outros tipos de abuso, tende a ser repetido. A religião tem sido chamada de um vírus, como diz o livro *The God Virus* (O vírus de Deus), de Darrel W. Ray. As pessoas só precisam quebrar essa cadeia e parar de repassá-lo.

**EC – No Brasil temos um grande número de escolas confessionais. Como essas escolas de-**

**vem lidar com os dogmas religiosos?**

**Marlene** – Minha opinião é que a religião não deve ser ensinada às crianças.

**EC – O que você diria para os pais que têm de escolher as escolas para os seus filhos? O que eles devem prestar atenção sobre os aspectos da religião?**

**Marlene** – Evite escolas que ensinam religião, se possível. Se isso não for possível, visite as salas de aula para saber o que estão ensinando para seu filho. Discuta isso com frequência com seu filho em casa, para que ele saiba que nem todo mundo pensa assim, que existem outros pontos de vista, incluindo outras filosofias e religiões. Pergunte ao seu filho o que ele pensa e incentive o pensamento crítico, escutando o que ele tem a dizer. Todas essas coisas vão mitigar o impacto da doutrinação da escola. Além disso, não tenha medo de falar com os professores e administradores da escola sobre suas opiniões.

**EC – O pensamento fundamentalista só pode ser encontrado na religião?**

**Marlene** – Se você quer dizer pensamento dogmático, autoritário ou preto e branco, então é claro, você pode encontrá-lo em muitos lugares.

**EC – Qual é a sua opinião sobre a seguinte situação: uma pessoa que viveu muitos anos sem uma religião e, por vezes, também sem a presença da fé na vida, e então descobre Deus em uma religião e se sente bem sobre isso?**

**Marlene** – Há uma vasta literatura psicológica e biológica sobre a conversão. A questão não é saber se a pessoa passou por uma mudança ou está se sentindo bem, mas sim, a interpretação do que realmente aconteceu. No meu trabalho, eu não tento dissuadir as pessoas de sua fé se elas estão satisfeitas. Meus clientes são pessoas que já decidiram que sua religião não está lhes fazendo bem e precisam de ajuda. Ao mesmo tempo, eu não acho que as pessoas religiosas são sempre inofensivas, pois elas podem ser muito duras e críticas porque elas não necessariamente mantêm suas crenças para si mesmas. Por isso, apenas se sentir bem não é bom o suficiente, na minha opinião.

**EC – Você acredita que as pessoas estão procurando mais a Deus hoje em dia do que em outros tempos? Por quê?**

**Marlene** – Não, de forma alguma. Eu sei que há crescimento de algumas igrejas em alguns países, mas nos Estados Unidos o grupo populacional que mais cresce é o de não crentes.

**EC – Como é a sua espiritualidade agora? Você acredita em Deus?**

**Marlene** – Para ser honesta, eu não gosto dessa pergunta, porque pressupõe que sabemos o que essas palavras significam. Além disso, vou mu-

dar o enfoque e abordar o tema da espiritualidade, que eu acredito que tem múltiplas dimensões. Qual Deus? Você quer dizer Zeus, Baal, Athena, Shiva, Alá, Jeová, ou algum outro? Se você quer dizer um desses, então não. Eu não sou teísta. Eu não acredito em um ser individual que criou e agora controla o mundo. Porém, apesar de eu ter que dizer que não acredito em Deus e sou ateu na real definição da palavra, eu obviamente me sinto compelida a questionar a linguagem utilizada para descrever minha experiência. É um pouco defensivo e isso se deve ao estereótipo de que ateus são frios, rasos, hedonistas e egoístas, que deve ser mudado. Na minha opinião, o que importa é como vivemos e não em que acreditamos.

**EC – Qual sua opinião sobre grupos políticos que agem como seitas, em que as pessoas têm de seguir regras impostas pelos seus líderes?**

**Marlene** – Qualquer grupo humano pode ser dogmático e autoritário. Exigir submissão e o cumprimento de “fundamentos”. Não é saudável e limita o desenvolvimento. Grupos de qualquer espécie podem ter práticas em forma de ritual, e se você procurar a definição da palavra ritual, vai ver que tem muito mais a ver com algo sequencial do que com uma categoria clara de algo. No meu caso, eu trabalho com pessoas em recuperação de religião, e existem algumas características especiais, tais como preocupações sobre a vida após a morte e medos relacionados a isso, em que são manipulados.

## Experiência pessoal

“Perder tudo o que antes fazia sentido na vida sem ter nada para colocar no lugar pode criar um abismo na vida da pessoa”. Essa é uma das descrições de Marlene em seu livro sobre o sentimento das pessoas que entram em conflito com suas crenças religiosas. E esta também é sua história pessoal. No segundo capítulo do livro, ela conta sua trajetória desde a infância, oriunda de uma família de missionários cristãos. “A visão cristã do mundo era a única coisa que eu conhecia”, afirma ela. Quando voltou aos Estados Unidos, na adolescência, começou a frequentar a Assembleia de Deus e chegou a escrever um artigo, no final do ensino fundamental, defendendo que dançar era algo errado. Mas foi no ensino médio e faculdade que começou a questionar suas crenças, estudar culturas e descobriu outras formas de ver o mundo. Dançou escondido, namorou, casou, separou e casou de novo, sempre na luta contra seu sentimento de culpa e de estar em pecado. E passou por todas as etapas de “recuperação” descritas por ela no livro: separação, confusão, negação, sentimento e reconstrução, até “recuperar o senso de si mesma e descobrir quem realmente é”.