



CENTRO UNIVERSITÁRIO UniMauá
CURSO DE BACHARELADO EM PSICOLOGIA

ROSÂNGELA RODRIGUES DE MORAES OLIVEIRA

O luto e as perdas: a aprendizagem por meio da dor

.Taguatinga – DF

2021

ROSÂNGELA RODRIGUES DE MORAES OLIVEIRA

O luto e as perdas: a aprendizagem por meio da dor

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)
elaborado como requisito para obtenção
do Título de Bacharel em Psicologia, sob a
orientação dos Professores Meg Gomes e
Ramon Araújo Silva

Taguatinga – DF

2021

Artigo de autoria de ROSÂNGELA RODRIGUES DE MORAES OLIVEIRA, intitulado “O LUTO E AS PERDAS: APRENDIZAGEM POR MEIO DA DOR”, apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Psicologia no Centro Universitário UniMauá, em 29/10/2021 , defendido e aprovado pela seguinte banca examinadora:

Mgmartins

Prof. Dr. Orientador Ramon Araújo Silva
Professor do Curso de Graduação em Psicologia
do Centro Universitário UniMauá

Mgmartins

Profa. M.e. Meg Gomes Martins de Ávila
Coordenadora do Curso de Graduação em Psicologia
do Centro Universitário UniMauá



CRP – 01/8007 CRP – 09/3059

Profa. Dra. Janaina Neri Vargas Gonçalves
Psicóloga

DEDICATÓRIA

Aos meus amados filhos Lucas e Matheus;

Aos meus familiares, aos amigos e em especial ao meu eterno amor, pai dos meus filhos e minha irmã Sa, que já não estão entre nós.

E acima de tudo, ao supremo Deus!

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos que direta, ou indiretamente contribuíram para o meu crescimento profissional e pessoal ao longo dos últimos 05 anos do curso de Psicologia.

Em especial ao meu orientador Dr. Ramon Araújo Silva, que mesmo quando eu não acreditava, me fez ver que sempre será possível vencer.

À coordenadora do curso de psicologia M.e. Meg Gomes, as professoras M.e. Raphaella Caldas e a M.e. Bianca Rogoski, que tanto me ensinaram ao longo desses semestres.

À Dra. Janaina Neri Gonçalves, que abriu as portas para o estágio e que nos entregou seu vasto conhecimento e sabedoria e

A todos os meus amigos e familiares.

“A morte chega em nossa casa, num dia qualquer, interrompe um projeto, engaveta sonhos, esvazia os abraços, emudece a voz, silencia os passos. Sua chegada não pede grandes acontecimentos, se espreita pelos cantos da casa em horários corriqueiros – após o jantar, dormindo, antes do amanhecer, vendo um programa de tv, no meio de um filme, esperando o almoço de domingo – sem cerimônias, uma visita certa, mas ainda assim intrusa.”

(GOUVÊA, 2018, p.183).

O LUTO E AS PERDAS: A APRENDIZAGEM POR MEIO DA DOR

Rosângela Rodrigues de Moraes Oliveira¹
Ramon Araújo Silva²

RESUMO

O presente artigo objetiva compreender o luto como um processo natural e inerente à espécie humana e descrever de forma elucidativa sobre as fases deste processo, tratando o luto sob diversas óticas, considerando-o como fenômeno recorrente, porém pouco compreendido. Para a consecução do objetivo proposto, foi utilizada uma revisão de literatura com o intuito de compreender os processos psicológicos ligados ao luto por meio da busca nos principais mecanismos de pesquisas científicas com: BIREME, PUBMED, BVS, PKP, SCIELO, google acadêmico e outras revistas ligadas a saúde e a psicologia. O luto, dificilmente é aceito com naturalidade podendo causar danos psicológicos àqueles que passam pela dor da perda, seja pela morte de um ente querido ou até pela perda de um vínculo empregatício. Independente da causa, as fases do luto, quando não observadas e vivenciadas, podem afetar uma vida inteira, do enlutado e dos que estão sob seus cuidados e/ou que com ele convivem.

PALAVRAS-CHAVE: Luto. Morte. Perdas. Resiliência. Superação do luto.

ABSTRACT

This article aims to understand mourning as a natural process inherent to the human species and to speak, in an elucidative way, about the phases of this process. Treating grief under different perspectives, considering it as a recurrent phenomenon, but little understood. Grief is hardly accepted naturally and can cause psychological damage to those who go through the pain of loss, whether due to the death of a loved one or even the loss of an employment relationship. Regardless of the cause, the stages of grief, when not observed and experienced, can affect an entire life, for the bereaved and those under their care and/or who live with them. To achieve the proposed objective,

¹Graduanda do curso de bacharelado em Psicologia do Centro Universitário UniMauá, rosangelaoliveirada@gmail.com

²Doutor em Psicologia, Professor no curso de Psicologia do Centro Universitário UniMauá. E-mail: ramon.asilva@hotmail.com

the literature review methodology was used in order to understand the psychological processes linked to grief through the search in the main scientific research mechanisms such as: BIREME, PUBMED, BVS, PKP, SCIELO, academic google and other journals related to health and psychology.

KEY WORDS: Grief. Death. Losses. Resilience. Overcoming grief.

1 INTRODUÇÃO

O processo de morte começa a partir do processo de viver. Com o nascimento percebe-se que o desenvolvimento psicossocial do sujeito refere-se, dentre outros processos, a lidar com o luto, com as perdas e com a morte. O presente artigo busca como objetivo geral entender a dificuldade humana em lidar com o luto como processo natural da vida, e como objetivos específicos: compreender porque o ser humano tem tanta dificuldade em lidar com o luto, explicar as razões pelas quais nega-se o luto como processo natural da vida humana e discutir o tabu existente na sociedade em torno do tema.

O luto é compreendido como um processo natural advindo a partir da vida, mas não somente está associado a morte, como a toda e qualquer perda do objeto amado. As diversas perdas cotidianas produzem o real sentimento de impotência quando o sujeito se apresenta diante das perdas, as quais podem demandar a vivência de alguns povos, muitas vezes por questões culturais, do tão temido luto. Conforme descrição de Worden (1998), existem alguns fatores importantes que podem ser investigados quando ocorre o processo de luto: quem era a pessoa para o enlutado, qual a ligação, como ocorreu a morte, os acontecimentos históricos e as variáveis da personalidade em seu passado.

Tada e Kovács (2007), consideram o luto de várias formas, iniciando o processo a partir das perdas repetidas que ocorrem no cotidiano humano, como por exemplo: a perda do ente querido, uma separação, seja do cônjuge, do filho, dos pais, a perda do emprego, o término de um relacionamento. Os autores entendem que a dor neste processo, é também uma forma de aprender, de superar, de ser resiliente. A partir do luto, o sujeito precisa entender que a sua vida deve seguir sem a presença do objeto amado. Todas essas perdas são deveras terrivelmente dolorosas e traumáticas, e desafiam o sujeito, enquanto pessoa, a superação e resiliência para seguir a vida,

buscando preencher de forma cuidadosa o vazio deixado pelo objeto.

Oliveira e Lopes (2008), definem o luto como o conjunto de reações, sensações e sentimentos experimentados diante de uma perda, sendo este capaz de produzir efeitos dolorosos e difíceis na vida do sujeito. No entendimento dos autores, o luto aparece como forma de preservar a saúde mental e emocional do sujeito, todavia, este precisa ser vivenciado da forma correta. Consideram ainda que o tempo é o aliado no processo, garantindo a resignificação da vida, a partir da perda. Os autores ainda enfatizam a necessidade de que durante o processo do luto, busque-se por uma rede de apoio, como forma de elaborar da maneira mais sucinta o luto.

Para Freitas (2013), existe uma diferença entre o luto normal e o patológico, tendo o patológico como um luto sem fim, ou seja, o sujeito que espera pela volta de um sentimento ou vínculo que não tem mais como ser mantido ou retribuído. Começa-se então um processo psicológico de negação do ego, tentando proteger-se o sujeito da temível dor da perda. Nesta fase patológica, o sujeito apresenta uma intensidade de negação, distorção e a permanência de lembranças do passado sobre a vivência com o objeto, que não voltará, fato que irá refletir como desequilíbrio psicológico, repercutindo provavelmente no adoecimento mental. Sob esta visão, percebe-se que o vínculo atribuído ao objeto, logo desenvolverá de formas diferentes para cada sujeito com sua impessoalidade e singularidade. O autor então, enfatiza neste sentido, que não há igualdade na elaboração do luto e que cada pessoa acaba por desenvolver de uma forma diferente o processo do luto.(FREITAS, 2013).

Freud (1923/1996), considera o luto como processo inato ao ser humano, entendendo que este já existe a partir da vida. É uma ambiguidade, desta forma, pode entender o luto como que o sujeito já nasce sabendo que irá morrer. Para tanto, em (1917/1996) Freud, escreveu um artigo sobre este processo do luto, considerando que a apesar de normal, o mesmo também pode se apresentar como uma patologia. Corroborando com Freud, verifica-se então o que já preconizou Freitas (2013), Tada e Kovacs (2007) e Oliveira e Lopes (2008). Freud (1917/1996), em luto e melancolia, estabeleceu o luto como sendo um processo doloroso que ocorre em relação a perda do objeto, considerando como primeira perda, no nascimento ainda o útero materno. O autor ainda estabelece que o luto somente é superado quando existe o esvaziamento do ego em relação a perda, fato este que produz um sentimento de satisfação do ego e o mesmo pode novamente colocar algo em lugar do objeto amado. (FREUD, 1917/1996).

2 DA CONSTRUÇÃO AO ENTENDIMENTO DO LUTO

“Esse é o problema da dor, ela precisa ser sentida”.

Augustus Waters

Não é possível falar em luto sem falar em dor, ou seja, o luto sempre produz o sentimento de dor. Percebe-se, conforme a literatura expõe, que o desenvolvimento do processo do luto, é singular e particular. Desta forma se entende que não existe um tempo correto que determine o esvaziamento do ego, ou seja, a superação da dor, produzida pelo luto. A partir deste processo verifica-se, o que se conhece como resiliência, sendo esta a capacidade que o sujeito possui de se adaptar a situações dolorosas. A elaboração do luto depende também da visão de mundo do sujeito e de suas percepções culturais e religiosas. O que justamente dá ao luto uma característica única. (RAMOS, 2010).

Conforme postulações de Freud (1923/1996), a morte está intrinsecamente interligada à pulsão de vida. O que reverbera na ambiguidade do sentimento doloroso da perda. O autor compreende que entre as pulsões de vida e morte, existe uma guerra no interior do sujeito. A partir do nascimento, quando o sujeito perde seu primeiro objeto, que seria o útero materno, o sujeito precisa então lidar com a perda e a separação. Desta forma, Freud, estabelece: “O luto, de modo geral, é a reação à perda de um ente querido, à perda de alguma abstração que ocupou o lugar deste ente querido, como os pais, a liberdade ou o ideal de alguém, e assim por diante. (FREUD, 1923/1996, p. 249).

Comungando com Freud (1923/1996), Amarante (2014), entende a perda do útero materno como uma perda única, em que o bebê é despido de seu conforto, o que o autor infere como o empobrecimento do mundo do sujeito. O autor, ainda entende que o sofrimento produzido pela primeira perda do sujeito, comungando com Klein (1940/1996), o útero materno como bom ou mau, sendo esta a primeira percepção em relação ao seio que lhe dá a vida. É como se o mesmo fosse então destituído do seu mundo. (AMARANTE, 2014).

De acordo com Arantes (2016), o sofrimento vivenciado pela perda do seu primeiro objeto, no caso o útero materno, é então explicitado a dor em torno da mortalidade. É como se o sujeito ainda que sem entender os processos do

desenvolvimento já sabe que existe uma finitude para a vida. Estabelece-se então o trabalho do ego, em encontrar algo que possa substituir a perda do objeto. O qual Freud (1923/1996), considerou como ideal do ego. Sendo necessário para que o ego se organize, um tempo que irá dissipar a dor experimentada no momento da perda do objeto amado. (ARANTES, 2016).

Koury (2010), postulou que o luto, enquanto processo na contemporaneidade, apresenta-se de forma igualitária e generalizada, como fruto das concepções culturais, discordando de outros autores, que entendem este processo como singular e individual, como expressou, Freud(1923/1996), Amarante, (2014) e Ramos (2010). Para o autor, as representações culturais, cobram do enlutado expressões de sofrimento e dor, ou seja, caso o enlutado não apresente tristeza e sofrimento durante o processo do luto, é como se o mesmo não sentisse nada em relação ao objeto. (KOURY, 2010).

Machado (2016), por sua vez, afirma que o luto deve ser um processo calmo e tranquilo e que o sofrimento é uma possibilidade de canalizar sua dor, discordando que deve existir um momento de desespero. Para tanto o autor cita:

O sofrimento acarretado pela situação de perda, quando não evitado, deve ser vivido de forma calma, tranquila e comedida, a fim de não interferir na configuração do ambiente pacífico construído pelos paliativistas. Especialistas em luto formulam o que seria uma experiência normal após uma perda (p. 10).

Por conseguinte, seguindo as ideias do autor, infere-se que a dor da perda é refletida realmente de acordo com a cultura e contexto social em que o indivíduo esteja inserido, transpondo um comportamento esperado diante da sociedade, família e amigos que esperam por parte do enlutado limites que em um futuro pode se tornar um luto complicado e patológico. Para Machado (2016), caso o luto seja intenso a ponto de comprometer a saúde do sujeito, deve haver intervenção, comungando com o pensamento de Freud (1917/1996), o qual estabeleceu que não é mais luto, mas sim melancolia. Sendo assim Machado disserta:

“A construção de saberes sobre o luto, a partir da delimitação de uma vivência esperada e de outra, passível de intervenção, por ser considerada como ameaça à vida, propicia a criação de regras a serem interiorizadas. A construção destes saberes produz um novo grupo de sintomas e, portanto, novas necessidades cultivadas.” (Machado, 2016, p. 11).

Assim a diferença entre os conceitos que classificam o luto entre o normal e o patológico muito dependerá dos processos humanos envolvidos na perda, ou seja, do

vínculo existente entre o sujeito e o objeto, dos aspectos comportamentais, das mudanças fisiológicas que surgem durante o processo do luto patológico, da angústia experimentada, a qual pactuando a dor e o luto podem chegar a um êxtase de depressão, culminando em sofrimento psíquico, quando uma de suas fases não forem vivenciadas de forma correta. Entendendo as fases como processos de superação da dor. (MACHADO, 2016).

2.1 A representação da morte e do luto nas fases do desenvolvimento humano

Segundo Bowlby (1985/2004), o processo do luto, como processo psicológico inato ao sujeito, sempre ocorrerá advindo da morte de alguém ao qual o sujeito ama e que quando morre, acaba por deixar um vazio existencial no sujeito, que acredita não conseguir superar a perda do objeto amado. Conforme postulações de Kovács (2002), somente o tempo é capaz de fazer com que o sujeito trabalhe este processo de forma natural, não negando ao luto, mas ressignificando seus sentimentos em relação ao objeto amado. Considera-se então que o ego acaba por libertar o sujeito que reconstrói seu mundo sem a presença do objeto. (BOWLBY, 1985/2004; KOVACS, 2002).

Torres, et al., (1991),entendem que o processo de elaboração da morte e o processo do luto, acabam por sofrer modificações e evoluem, a partir das percepções e construções do indivíduo, ou seja, existe uma diferença entre o que acredita uma criança de cinco anos e um adolescente de dezesseis anos. Para os autores, os processos cognitivos modificam-se de acordo com as experiências vivenciadas e aprendidas durante o processo do desenvolvimento humano. Partindo do pressuposto dos autores, pode inferir-se que o processo do luto pode ter um tempo diferenciado a partir de sua elaboração, tendo em vista que é um processo individual, mas que também sofre influências externas. (TORRES et al., 1991).

Torres (2002), elucida o abstracionismo na forma do construto do luto por parte da criança, confrontando a ideia Piagetiana de que não existe um pré-requisito para a concepção da dor e evolução do luto diante do conceito da morte. Nesta visão de Torres (2002), entende-se então que a criança não consegue processar de forma clara, o sofrimento de dor que o luto traz consigo. A morte então pode ser entendida como uma perda natural, mas em relação ao sentimento se diferencia de pessoa para pessoa, independente da idade a qual se vincula.(TORRES, 2002).

A partir do estudo de Silva et al., (2012), verificou-se que a representação da

morte pode ser entendida como uma força, ou como um assalto a banco. Estes simbolismos foram representados em desenhos, idealizando a face da morte, na construção de uma criança. Nesta fase do estudo, foi associado então a dor e a morte a um acontecimento trágico e doloroso. (SILVA et al., 2012)

Kovács (2002), infere que a percepção da criança já consegue aludir a imagem da morte a algo que traz um perigo e uma supressão dos vínculos afetivos e que a falta do real esclarecimento a uma criança diante da perda de um ente querido pode produzir em seus processos psicológicos um verdadeiro sentimento de culpa, desta forma, Silva et al., (2012), conclue que a idealização da morte, em crianças relacionam-se com seus processos cognitivos e emocionais. (SILVA et al., 2012).

Ainda seguindo o estudo de Silva et al., (2012), diante do entendimento dos adultos jovens, o luto se apresenta como um momento de perda. Sendo assim, os autores entenderam que deve haver um resguardo pela dor de perder alguém que se ama. Os autores entendem que a construção do luto nesta fase do desenvolvimento humano, é um momento crítico, o qual necessita ser vivenciado de forma moderada e com apoio de familiares e amigos. Os autores também especificaram que no entendimento desta faixa etária, a morte é algo imutável e iminente, não podendo ser negligenciada ou esquecida. Os autores, ainda consideraram que a dor pela morte de um ente querido, pode ser caracterizada pela saudade, tristeza e sofrimento. Novamente seria o vazio deixado pelo objeto que projeta a dor em superação. (SILVA et al., 2012)

Para a fase adulta de meia idade, os autores compreenderam enquanto processo da morte e do luto, como: “o final da passagem pela terra”, “o fim de tudo”, “O luto não é a roupa, é tristeza, é a falta da pessoa, de sentir a presença em cada coisa que vai fazer, é algo que vem de dentro, é a saudade”. (ERICKSON, 1998).

A partir de aqui pode então verificar as idealizações culturais e religiosas introjetadas ao sujeito. São percepções influenciadas por construções, das quais materializam-se padronizadas e que se relacionam com o vínculo afetivo entre o sujeito e o objeto amado. Nesta fase, já existe então a compreensão da finitude da vida. (ERICKSON, 1998).

Seguindo o que postulou Erickson (1998), os resultados obtidos no estudo de Silva et al., (2012), dentro da visão do idoso, a morte se apresenta como uma certeza indestrutível, é a materialização do desespero de saber que existe um final para a vida, ou seja, é a concretização das crenças. Para Silva, et al., (2012) a percepção

do idoso, sobre a morte, se traduz no desespero versus a integridade. Neste entendimento os autores, acreditam que o idoso não tem mais esperança sobre o futuro, independentemente do que acreditem ou façam, o futuro seria a morte. Pode aqui estabelecer-se então uma relação com as postulações de Freud (1917/1996), sobre a ambiguidade da vida, acreditando-se que se nasce para morrer e não se pode mudar.

Assim o processo do luto determina, ao sujeito elaborar a organização do sentimento dispendido em relação ao objeto, considerando que o vínculo é o que determina o tempo necessário para curar a dor. A superação da dor, intrinsecamente liga-se às crenças do sujeito em relação ao objeto, mas que estas crenças, também sofrem influências externas. (ERICKSON, 1998).

De acordo com Domingos e Maluf (2003), o processo do luto é longo e doloroso exigindo um verdadeiro aparato psicossocial. Os autores, estabelecem que o processo de elaboração do luto requer o assumir nova identidade, nova vida, porque verdadeiramente, o sujeito necessita de um recomeço. É reconstruir seu mundo sem o objeto amado, ressignificando os valores, os sentimentos associados, às lembranças, as quais são responsáveis por dar o significado à dor de ter perdido algo que se ama.

2.2 O conceito do luto sob a visão psicanalítica de Freud e Klein

Os processos psicológicos, começam ainda nos primeiros meses de vida, a perda, portanto começa no nascimento, quando a criança é destituída de seu lugar mais seguro, o útero materno, ganhando então a vida, mas perdendo o seu conforto. Assim, em (1923/1996) Freud, escreveu sobre o ego e o superego, considerando que o superego seria o ego ideal, ou seja, o eu ideal. O autor então enfatiza em seu postulado que a melancolia é um sentimento experimentado por aquele que sofre em função de um objeto que apesar de perdido, acaba por se instalar novamente dentro do ego. (FREUD, 1923/1996).

Neste ponto, Freud (1923/1996), acaba de estabelecer que ocorre a transfiguração do objeto, ou seja, o sujeito passa a reconhecer que o objeto amado é a sua identificação. Ao falar do complexo de Édipo o autor estabeleceu que esta identificação ocorre em dois pólos distintos, os quais o amor ao objeto, categoricamente explícito como amor pela sua mãe e ódio pelo seu pai. Desta forma, Freud (1923/1996), produziu concepções estabelecendo que, as dores e sofrimentos

em torno da perda, dá-se somente em função de ser abandonado ou perder, o que induz ao sujeito que quando o mesmo rejeita e abandona o seu objeto, não há sofrimento, ou seja, o luto não existirá, pois o mesmo deixou de encontrar a sua introjeção no ego ideal. (FREUD, 1923/1996).

Continuando ainda com Sigmund Freud (1917/1996), o mesmo dispõe de conclusões sobre a questão do luto e da melancolia, quando compara o afeto ao luto normal, estabelecendo conexões de que a melancolia seria a transformação do luto normal e patológico. O autor expõe que o luto em suma, jamais deve ser submetido a tratamento médico, por ser um processo natural do sujeito. Conforme escreveu, a melancolia se apresenta quando ocorre a falta da vontade de viver, a perda da capacidade de amar ou ainda, quando ocorre o desinteresse por qualquer que seja a atividade que o sujeito possa vir a desenvolver. (FREUD, 1923/1996).

As representações estão contidas no luto, como então distinguir o luto enquanto fenômeno natural e a patologia configurada na melancolia? Freud (1917/1996), deixa claro que no processo do luto não existem perturbações referentes à autoestima, todavia, a devoção ao luto, segundo especifica, é gerado a partir do momento que o sujeito se torna incapaz de substituir o objeto amado. Ele então introjeta a sua dor e sofrimento. (FREUD, 1917/1996).

A partir deste conceito, o luto passa a representar uma forma de reposição do ego. É o fenômeno que se encarrega de retirar todo enraizamento ligado aquele objeto perdido, em outras palavras: sabe-se que existe um lugar vago, mas que ele não pode ser preenchido. (FREUD, 1917/1996).

O luto é reconfortante porque determina ao ser humano a capacidade de aprender e desprender-se do objeto amado de maneira natural. Para Freud (1917/1996), as ligações libidinais devem ser totalmente desmembradas. O luto conseguiu cumprir o seu papel quando se percebe que o sujeito já é capaz de introduzir um outro objeto que o está acenando. Caso ocorra um apego exagerado, pode ser manifestado através de uma psicose. Por muitas vezes é possível presenciar no cotidiano humano pessoas que acabam por matar o ex-marido ou mulher por não conseguir superar a perda do objeto amado. (FREUD, 1917/1996).

Quantas pessoas se veem presas ao seu ex, de forma que não consegue enxergar outra pessoa, por mais explícito que o outro deixe. É normal o choro a tristeza, permanecerem por um longo período de tempo, haja vista, dentro deste período o enlutado não especifica a duração do processo. Para Freud (1917/1996),

então ocorre um processo de vinculação do objeto a libido, ou seja, as lembranças permanecem vivas a ponto de evocar o desejo e a dor sob o objeto amado. Caso o luto cumpra o seu real papel, o ego então pode considerar-se livre da dor e do sofrimento e satisfeito busca um novo ideal. (FREUD, 1917/1996).

Durante o fenômeno do luto, a vida do sujeito é algo vazio, inacabado, tornando o mundo vazio e pobre. Tentando diferenciar o luto da melancolia, em seu trabalho, Freud (1917/1996), explicita claramente que quando o luto está em seu real papel, é o mundo que se torna vazio e incompleto, todavia, quando ocorre o empobrecimento do ego, é então a presença da melancolia, a qual requer uma intervenção. O luto tem como papel fundamental na vida do sujeito, reorganizar as ideias, e deslocar o objeto amado em prol de um novo recomeço, conforme já especificado anteriormente e durante o processo existe o tempo como um aliado. (FREUD, 1917/1996).

Quando ocorre a negação do luto, ou este não é vivenciado de forma natural, é porque ocorreu a fixação do objeto, o que tornando-se um luto patológico ou melancolia, como chamou Freud (1917/1996), este acaba por desordenadamente construir na Psique humana as neuroses obsessivas, de onde provém ao enlutado o sentimento de culpa por perder o objeto. (FREUD, 1917/1996)

O autor também estabelece em seu trabalho sobre o luto que a perda por morte é justamente aquela que maior produzirá efeitos melancólicos no entulhado, revelando sentimentos destrutivos, como ódio, desprezo, dor, angústia, tristeza o que reforça a ambivalência das pulsões de vida e morte, amor e ódio. (FREUD, 1917/1996).

Freud (1917/1996), acredita que a distorção do processo do luto patológico, é também responsável por produzir no sujeito efeitos narcisistas, da qual pode dispender a perversão libidinal da sádica, a qual busca satisfazer a dor da perda e o sofrimento, causando sofrimento a si mesmo. Desta forma, Freud (1917/1996), acredita que através da autopunição, o sujeito consegue de uma forma indireta atingir o objeto perdido, através da culpa por sua doença. (FREUD, 1917/1996).

Para o autor, é o sadismo que torna o efeito melancólico tão interessante e perturbador, uma vez que dela acaba por dispensar os sentimentos de dor e sofrimento que culminaram em pensamentos suicidas. É a apresentação da neurose obsessiva que surge como pensamentos assassinos que se voltam contra o próprio neurótico, seria então o atentar contra si mesmo que o Ego produz, a pulsão de morte, que acaba por dominar as pulsões de vida. Ocorre aqui a dominação do ego pelo objeto amado. Freud (1917/1996), então vai estabelecer que o tempo é realmente o

melhor aliado ao sujeito quando se trata do processo de luto para a superação do enlutado.(FREUD,1917/1996).

A aprendizagem de transformar sentimentos de dor, angústia e sofrimento é uma necessidade na vida do enlutado. Buscar uma rede de apoio, seria algo necessário e essencial. Dentro do luto patológico existe também a ideia de que a mania se apresenta de forma clara como um sintoma. O que Freud (1917/1996), estabelece neste sentido é que a mania no processo do luto aparece como uma forma de descarga psíquica, ou seja, o sujeito aprende a canalizar sua dor para um outro processo que seria a mania. Exemplificando, pode-se entender a pessoa que tem compulsão de compras, quando esta se apresenta após a perda do objeto, ou ainda a mania de limpeza. Desta forma, a mania surge como uma forma de inibir a melancolia. (FREUD, 1917/1996)

De acordo com Freud (1917/1996), também é possível presenciar a fuga da dor causada pelo luto patológico a partir de episódios de alcoolismo, quando o sujeito aprende a suprimir a sua dor através da toxina que os efeitos do álcool produzem no sistema nervoso central. Naturalmente as pessoas que sofrem episódios maníacos, são confundidas com pessoas felizes, todavia, é uma farsa que necessita de correção, conforme idealizou Freud (1917/1996), em outras palavras, existe a necessidade de que ocorra a superação do ego pelo superego, ou seja, o objeto precisa ser superado, a dor da perda, o luto. Neste sentido acredita-se que o sujeito precisa transcender.

Frankl (1984/2021), estabelece que o ser humano necessita encontrar a superação para a dor dentro de si mesmo, o que configura para o autor, a autotranscendência. Ele cita:

Havia muito sofrimento esperando ser resgatado por nós. Por isso, era também necessário olhar de frente a situação, a avalanche de sofrimento, apesar do perigo de alguém "amolecer" e quem sabe, em segredo deixar as lágrimas correr livremente. Não precisaria envergonhar-se dessas lágrimas. Eram o penhor de ele ter a maior das coragens - a coragem de sofrer. Mas pouquíssimos sabiam disso, e só envergonhados admitiam ter-se extravasado em lágrimas de novo. Certa vez perguntei a um companheiro como fizera desaparecer os seus edemas de fome, ao que ele confessou: "Curei-os chorando..." (FRANKL, 1984/2021, p. 59)

Frankl (1984/2021), acaba por comungar das concepções Freudiana, quando estabelece que o sofrimento e a dor devem ser sentidas para que possam ser superadas, ao que Freud, postulou diante da dor, o luto normal é o responsável por superar a perda do objeto amado, pois assim como Frankl (1984/2021), cita as

lágrimas como fonte de extravasar a dor e aprender que o sofrimento pode se tornar um troféu de superação.

Freud (1917/1996), postula que o Ego é o responsável por produzir o efeito catalisador do luto e transformar a dor em aprendizagem. Durante o processo do luto, episódios de choro e tristeza podem ser canalizadores de autoconhecimento e superação. E difere que o luto patológico não se cura sozinho, estabelecendo que existe algo além no inconsciente humano, fazendo com que o sujeito, trave lutas diárias em torno do objeto, as quais estão presas a memória do sujeito, ou seja, tudo que se faz para esquecer o objeto, é inútil dentro do processo do luto patológico, mas que todavia o ego ainda precisa construir uma forma motora em prol da superação do objeto. Segundo o autor, a relação com o objeto em relação a sua perda e superação também produz outra ambivalência que seria considerada força e conflito e expõe:

O conflito dentro do ego, que a melancolia substitui pela luta pelo objeto, deve atuar como uma ferida dolorosa que exige uma anticatexia extraordinariamente elevada. - Aqui, porém, mais uma vez, será bom parar e adiar qualquer outra explicação da mania até que tenhamos obtido certa compreensão interna (insight) da natureza econômica, primeiro da dor física, depois da dor mental análoga a ela. Conforme já sabemos, a interdependência dos complicados problemas da mente nos força a interromper qualquer indagação antes que esta esteja concluída - até que o resultado de uma outra indagação possa vir em sua ajuda. (FREUD, 1917/1996, p. 153).

Neste ponto, Freud (1917/1996), chama a atenção para a busca da ajuda exterior, quando esta não é encontrada no interior do sujeito. Entendendo-se que o ego incapaz de superar e atentando contra ele mesmo produz o efeito maníaco distorcendo a realidade do enlutado. (FREUD, 1917/1996)

Partindo dos conceitos da logoterapia, Frankl (1984/2021), considera então que para a superação da dor e do sofrimento o ser humano, precisa encontrar o sentido da vida, que trabalhará de forma a suprimir a dor e canalizar o sofrimento como forma de libertação através do logos, ou seja, a razão oculta, a qual também está contida os conteúdos reprimidos, postulados por Freud, na Psicanálise. (FRANKL, 1984/2021).

Klein (1940/1996), em suas considerações psicanalíticas sobre o processo do luto), especifica que o luto é o encontro com a realidade humana, corroborando com as postulações de Freud (1917/1996), ao considerar que o mesmo necessita de tempo para evoluir normalmente. Segundo o entendimento de Klein (1940/1996), o tempo também é o aliado responsável por diluir a fixação do ego ao objeto, sendo capaz de libertar o desejo libidinal fixado no objeto perdido. Não obstante Klein (1940/1996),

considera que o luto que a criança perpassa se compara na dor e no sofrimento ao mesmo luto do adulto e afirma que o processo do luto normal é diferente dos processos do inconsciente.(KLEIN, 1940/1996).

Para a autora, os processos maníacos depressivos, se apresentam quando há a desvirtuação do luto normal, em que o mesmo se apresenta como luto anormal para ela, chamando este processo de posição depressiva. Conforme entendimento de Klein (1940/1996), dentro do processo do luto o seio materno é objeto perdido pela criança, o qual passa a transmitir ao bebê sentimentos de amor, carinho, afeto e cuidado, porém quando este objeto é perdido o bebê passa então a entender o objeto como ruim, e acaba por produzir sentimentos disformes e destrutivos em relação ao seio materno, o qual existe a fixação do ego acaba por desferir sentimentos de raiva e ódio ao objeto, dos quais originam sentimento de culpa e perda ligados as fantasias que culminam no sentimento de perda do objeto.(KLEIN, 1940/1996).

Segundo a visão da autora, o objeto de desejo, acaba por produzir efeitos relacionados a introjeção que a mesma chama de internalização dentro do corpo da criança, que para a compreensão de Freud (1917/1996), é a presença dos desejos reprimidos no inconsciente. Todavia, a partir das construções sociais e os afetos culturais e familiares, a criança começa então a experimentar a superação e criar uma estabilidade do ego ideal, construindo então uma sensação de segurança em si mesmo. Klein (1940/1996), estabelece que o processo de internalização reproduz também a realidade ligada ao luto na construção do mundo interno da criança. A dualidade das pulsões de Freud (1923/1996), também se apresentam nas ideias Kleiniana, porém agora não mais como vida e morte, mas como relação afetiva ou relação ríspida entre o bebê e o objeto. (KLEIN, 1940/1996).

Klein (1940/1996), também corrobora com Freud (1917/1996), em relação aos conteúdos neuróticos, quando ocorre a privação ou perda do objeto mal que confronta com o id, do qual surgem os processos introjetados que culminam em sentimentos depressivos. A partir deste processo de luto, ocorre também o processo do sofrimento que se interligam aos sentimentos paranóides, medos e ansiedades. A autora estabelece que ao surgir sentimentos de dor e sofrimento em detrimento da perda do objeto, o ego é obrigado a lutar para que ocorra a superação, conforme determinou Freud (1917/1996). Considerar, portanto, o luto como um processo inato, capaz de produzir no sujeito a aprendizagem que transcende da dor no percurso da psicologia

do desenvolvimento humano, não somente se torna assertivo como verdadeiro, embasado nos conceitos psicanalíticos.(FREUD 1917/1996; KLEIN 1940/1996).

A partir da visão de Klein (1940/1996), a negação já aparece dentro do processo do luto como reparador da dor humana em torno do objeto, desta forma existe novamente a comparação em torno da ambiguidade entre o objeto bom e o mal se manifestando no desenvolvimento humano como uma dependência em favor do ego ao objeto amado, ou seja, o sujeito se apresenta submisso ao seu ego ideal. Para autora, os processos sofridos no luto infantil irão se apresentar na fase adulta como introjeção do medo de perder, conforme descreve:

Na primeira fase de desenvolvimento dos objetos perseguidores e objetos bons (os seios) estão muito afastados da mente da criança. Quando com introjeção do objeto total e real – eles se aproximam, o ego recorre constantemente ao mecanismo que já foi mencionado e que é tão importante para o desenvolvimento da relação com os objetos: cisão das imagens entre amor e ódio, ou seja, entre boas e perigosas. (KLEIN, 1940/1996, p. 8).

Severamente Klein (1940/1996), constrói então uma ponte entre o luto infantil, o mecanismo da negação que se constrói dentro do desenvolvimento do sujeito e que este mecanismo é capaz de transformar as fantasias recalcadas do objeto mal em sentimento bondoso. Verifica-se, portanto, dentro do processo do luto a dificuldade que o enlutado possui em reproduzir sentimentos bons em relação a perda, não conseguindo canalizar sua dor em sentimento de gratidão ao objeto, mas sim, intensifica-se o sofrimento como forma de demonstrar o sadismo, conforme postulado por Freud (1917/1996).

A representação do vitimismo, do coitadismo, ou ainda uma forma de atingir o objeto, as quais a autora corrobora também com as postulações freudiana, de que os conteúdos sádicos reprimidos se apresentam na fase adulta como forma de satisfação do ego que se apresenta como uma forma de reparação da dor e do sofrimento em detrimento do ego ideal. Klein (1940/1996), ainda estabelece que uma vez fracassadas as necessidades do ego em modificar o sentimento de perda e dor, originam-se sentimentos de fracasso ocorrem as relações entre os conteúdos paranoicos e sentimentos de obsessão. Ocorre então no processo do luto, aquilo que Klein (1940/1996) e Freud (1917/1996), consideram o luto patológico, sendo este e o vetor que produz o desejo exacerbado em torno do objeto amado. (KLEIN, 1940/1996).

Segundo o entendimento da autora, quando ocorre a frustração do ego pela perda do objeto, não existe então o equilíbrio entre o amor e o ódio na fase adulta e nem a harmonia nas relações do sujeito durante o período de sua vida adulta. Assim como Freud (1917/1996), Klein (1940/1996), também estabelece que o mundo do adulto quando afetado pela perda do objeto, torna-se vazio e sem prazer, até que o ego seja capaz de superar o caráter destrutivo imposto pela perda do objeto, superando a dor e transformando o sofrimento em sucesso. Outro ponto de concordância com as postulações de Freud (1917/1996), se apresentam dentro dos episódios maníacos que se apresentam durante a fase adulta em torno das progressões neuróticas do inconsciente humano.

A autora ainda acrescenta que os processos do luto no desenvolvimento humano, acaba se transformando em crescimento cognitivo, emocional e físico, quando superado pelo ego, este fato acontece quando o ego transcende a ponto de diminuir os episódios maníacos obsessivos em impulsos de reparação da dor e do sofrimento. Neste sentido a reparação do luto a partir da visão de Klein (1940/1996), ocorre também dentro do processo de repetição através dos impulsos obsessivos. Caso o ego não consiga sobrepor-se ao objeto, ocorre a reincorporação do objeto aos processos arcaicos da mente.(KLEIN, 1940/1996).

2.3 As fases do luto a partir de Elisabeth Kübler-Ross

Elisabeth Kübler-Ross, é uma psiquiatra suíça muito requisitada ao cuidar de doentes gravemente afetados pela doença e em fase já de cuidados paliativos, a autora decidiu então escrever um livro. Seu trabalho é aclamado dentro da literatura, pois transmite sua experiência real com a morte e o luto.

Para entender o processo do luto, a autora, observou os comportamentos das pessoas que foram afetadas pelo processo do luto, enumerando os sentimentos e processos psicológicos de pacientes, família e amigos que foram afetados pela morte. Ela estabelece que o luto não começa com a morte, mas antes, muitas vezes este processo já começa no diagnóstico. A seguir serão apresentadas as fases que foram pontuadas pela autora no luto. Para Kubler-Ross (1969/1981), não existe um tempo determinado para o término do luto e este varia de pessoa a pessoa, corroborando com outros autores da literatura.

O sentimento de impotência que se apresenta diante de um diagnóstico de morte é justamente um sentimento de não aceitação, de dizer não, de negar a

verdade. Kubler-Ross (1969/1981), percebeu que em todas as pessoas que experimentaram a dor de saber que iriam morrer em uma primeira fase, se apresentou negando a doença. Para ela o fenômeno de negar ocorre para ambos os lados, tanto para quem irá morrer quanto para quem irá ficar. Está ali instalado o processo do luto. Geralmente ouve-se frases como “não é verdade, ou não pode ser ou ainda, por que eu?”.

A autora ressalta que tal processo de não aceitar, geralmente não é muito demorado, conforme especifica, o processo da negação é o tempo de o doente parar e pensar em todos os porquês. Com a negação e o diagnóstico pode também se apresentar o isolamento, ou seja, o sujeito já não mais quer sair, participar de seus ciclos sociais, justamente por estar digerindo a situação de morte que foi lhe imposta. Neste caso, pode-se entender aqui a introjeção de Freud(1923/1996), ou identificação de Klein (1940/1996) ou conforme Frankl (1984/2021), seria o ponto de partida para que o indivíduo encontre o sentido da vida, neste sofrimento. (KUBLER-ROSS, 1969/1981).

Na visão da autora a negação é considerada então um tipo de choque, aquele que apara a dor do paciente na hora em que é tomado de forma repentina pelo entendimento de que irá morrer. Ainda que no estado da negação pode acontecer de o paciente ter a necessidade de comunicar sua dor com outra pessoa em quem confie, como forma de aliviar o seu sofrimento.(KLUBER-ROSS, 1969/1981).

Ainda neste processo de negação, ocorre, de acordo com Kubler-Ross (1969/1981), uma certa aceitação parcial. Aqui não se apresenta apenas a negação da morte, mas a negação do eu também, quando o paciente começa a expor situações colocando a morte como uma redenção, ou ainda considerando que irá tirar aprendizado da dor que está sentindo. A negação é resultado de um choque que depois vai se dissipando e dando espaço para a compreensão do cenário de morte. (KLUBER-ROSS, 1969/1981).

A segunda fase do luto é a raiva. A negação acaba não mais conseguindo sustentar-se e dá espaço a este sentimento abrupto. Kubler-Ross (1969/1981), garante que o sentimento de raiva toma conta literalmente do enlutado e dos que o cercam. É normal então encontrar um culpado para o que está acontecendo. Geralmente a culpa é do médico ou de alguém que estava próximo e não percebeu algo errado. (KLUBER-ROSS, 1969/1981).

É a forma de transmitir o choro, o pesar, a culpa, a dor. Quando o sentimento

de raiva se apresenta, muitas vezes esta é dispersada sobre a equipe médica, família, enfermeiros e até mesmo sobre Deus. Provavelmente alguém já deve ter passado por esta fase do luto em algum momento. Muitos namorados quando passam por término traumático culpam a Deus por ter perdido seu objeto amado. (KLUBER-ROSS, 1969/1981).

Durante a apresentação da raiva no processo do luto, é como se não houvesse razão, o paciente é a razão, ele não consegue digerir a situação que se encontra e a forma de dizer que não está feliz, ou que se sente magoado, é esbravejar. A autora considera que o problema durante este período de raiva apresentado pelo luto, é que muitas pessoas acabam por não entender e realmente não tem paciência, no caso do entendimento psicológico seria o que se chama a empatia. Estar com outro e entender o processo de dor e sofrimento que acaba por produzir medo. O medo é justamente essa representação da luta contra todos para continuar vivo. (KLUBER-ROSS, 1969/1981).

Como terceira fase do processo do luto, a autora apresenta a barganha. Quem nunca pediu algo em troca por algo que não queria perder, que atire a primeira pedra. Nesta fase, a súplica a Deus é constante, podendo ser ouvido frases como: “por favor Deus, se tivesse só mais uma chance”. (KLUBER-ROSS, 1969/1981).

A barganha se apresenta sempre acompanhada do sentimento de culpa e na concepção da autora, geralmente é uma fase bem transitória. Para Kubler-Ross (1969/1981), esta fase se faz presente várias vezes durante o processo do luto, ou seja, ela vai e volta por várias vezes, fazendo com que a pessoa enlutada tente negociar em troca da vida. Esta fase se apresenta como uma forma de tentar adiar a morte, é como se o enlutado quisesse segurar o seu prêmio por um período a mais. Pode-se aqui fazer uma alusão ao reinado, quando o rei gostaria de não ser obrigado a passar o seu cajado e coroa a outrem. (KLUBER-ROSS, 1969/1981).

A quarta fase é conhecida pela autora como a fase da depressão. Esta se aplica geralmente quando ocorre a perda literalmente do ente querido. Mas ela pode se arrastar inclusive a partir da internação do paciente, muitos deles sofrem com o desgaste da doença, perdem seus empregos, tem que ficar afastados de suas famílias. Para Kubler-Ross (1969/1981), é muito difícil estabelecer com certeza o fato causador da depressão no processo do luto. (KLUBER-ROSS, 1969/1981).

A depressão pode ainda se apresentar de forma racional, sendo um instrumento na preparação para a perda do objeto amado, o que potencializa e facilita

a fase da aceitação. Este fato racional, não quer dizer que o enlutado nesta fase irá sorrir para as paredes ou sair brincando com todos, como se nada tivesse acontecido, mas tira o foco do mesmo em relação à contemplação da morte. Cabe lembrar que o paciente no leito de morte está prestes a perder tudo, a quem ama, a família e principalmente a vida. Não é fácil dizer a alguém que irá morrer que tudo acabou, mas está tudo bem. Na segunda apresentação da depressão, esta já aparece como mais dolorosa e silenciosa. É a fase em que a dor rasga o peito e dilacera a alma. (KLUBER-ROSS, 1969/1981).

Por fim, Kubler-Ross (1969/1981), apresenta a quinta fase do luto, que é considerada a aceitação. Na visão da autora, esta fase é compreendida como um estado em que tudo bem resolvido, pois, é capaz de produzir no sujeito, uma medida de restabelecimento de sua vida a partir das experiências da perda, ou seja, quando estes aprendem a “viver sem aquele que se foi, tentando colocar de volta os pedaços que haviam sido arrancados”. (KLUBER-ROSS, 1969/1981).

Vale ressaltar aqui mais uma vez, que durante o processo do luto, as fases estabelecidas pela autora não têm uma ordem cronológica para acontecer e que, todavia, elas podem ir e voltar por várias vezes, no entanto, existe a necessidade de monitorar o enlutado para verificar se a duração do luto não está além do que o normal, identificando assim o patológico para então buscar o tratamento ideal.(KLUBER-ROSS, 1969/1981).

2.4 Como seria possível organizar o processo do luto com mais naturalidade

Mais uma vez partindo o princípio das postulações que Freud (1917/1996), que estabeleceu o luto, como processo inato e inerente ao sujeito, verifica-se a necessidade de que o sujeito organize este processo internamente de uma forma natural, tanto quanto o nascimento, em que se celebra a vida. O objetivo de que o sujeito consiga estabelecer uma aprendizagem a partir do sofrimento vivenciado com o luto, pode ser um caminho que evitará o desdobramento de um sentimento normal em um sofrimento psíquico ou seja, a transformação de algo natural em algo patológico. Outro ponto que deve ser considerado pelo sujeito diante da finitude da vida, é de que o luto não somente se apresenta quando existe a morte, mas em todas as suas perdas presentes no cotidiano. (FREUD, 1917/1996).

Diante das peculiaridades que envolvem a morte, Arantes (2016), considerou o processo de morte e luto como um sofrimento doloroso e único em que o sujeito se

vê perdido em meio a dor de perder o seu objeto amado. A partir da perda, as crenças aprendidas, ou que sofreram influências externas, se apresentam como uma dor lancinante, aquela que repercute como nociva. Para que o processo do luto seja vivenciado de uma forma natural, estabelecendo equilíbrio e trabalhando a dor de forma que o sujeito consiga superar com resiliência e ressignificação, é preciso que o ego realize o trabalho, fazendo com que o lugar do objeto seja então ocupado novamente, de forma que haja uma esvazição total do objeto que fora perdido. (ARANTES, 2016).

A epígrafe deste trabalho, já prenuncia o caráter da certeza da morte, o que quer dizer, que esta pode ocorrer a qualquer momento ou em qualquer lugar e que também faz parte do dia-dia do sujeito. De acordo com a literatura, a vida e morte estão ligadas de forma que uma exerce sobre a outra, uma ambivalência. Não se aceita a certeza da morte de forma natural, apesar de a mesma se apresentar assim.

Por vezes os sujeitos podem se considerar preparados para enfrentar a dor de perder, até que se experimente o dissabor deste processo. Ninguém nasceu para perder, por isso, a aceitação demora tanto a chegar, conforme postulou Kubler-Ross (1969/1981). Ao se tratar da morte, o funeral comunica a certeza obrigatória do adeus. É o rito da despedida que traz a realidade ao enlutado, comunicando-lhe o vazio da perda. (KUBLER-ROSS (1969/1981).

Acredita-se que o tempo é o maior aliado na organização do processo do luto, pois é ele que tem a responsabilidade de produzir um efeito reparador, capaz de mostrar ao sujeito, o real sentido da vida e também a sua finitude. Nesta fase em que as palavras não são suficientes, vale ressaltar que o carinho e o cuidado dos que cercam o enlutado, funcionam como forma de preencher o vazio deixado pelo objeto amado. (KUBLER-ROSS, 1969/1981).

Conforme descrição de Figueiredo (2019), a organização do processo do luto, é o momento que o enlutado acaba por sentir falta dos sonhos planejados, das promessas que não foram cumpridas e somente o tempo é capaz de elaborar de uma forma assertiva a transformação da dor e do sofrimento em aprendizagem, fazendo com que o sujeito reconstrua sua vida. (FIGUEIREDO, 2019).

De acordo com a visão de Frankl (1984/2021), o luto é também uma forma de concretizar um aprendizado a partir do sofrimento, o autor postula que é inevitável durante o percurso da vida não perder algo que se ama. Para Frankl (1984/2021), são as adversidades da vida que implicam ao sujeito a responsabilidade do viver, após o

período do luto, portanto, a partir do entendimento desta dor da perda, o homem consegue triunfar, o que Frankl (1984/2021), chamou de autotranscendência. A transcendência significa ir além.

O autor afirma que o processo do luto é uma experiência única, comungando com o pensamento de Freud (1917/1996). Para Frankl (1984/2021), que o sujeito deve buscar encontrar verdadeiro sentido da vida, quando esta apresentar a morte. É a resiliência humana que produz o sentimento de amor como forma de se sobrepor-se a dor da perda. Neste caso verifica-se então a necessidade de apoio ao enlutado durante o processo do luto. (FRANKL, 1984/2021).

A forma como cada indivíduo vivencia o luto é única, fato exposto ao longo do trabalho, conforme entendimento de vários autores, mas é fato que independentemente dos mais variados modos, a perda possivelmente será a pior dor que alguém pode experimentar. De alguma forma processo do luto encerra o sentido e a força da vida, fazendo com que o objeto perdido continue existindo, mesmo que através de lembranças. Nesse sentido, Frankl refere que:

“O luto por um homem que amamos e perdemos, fá-los de algum modo sobreviver. [...] O objeto do nosso amor ou da nossa enlutada tristeza perdeu-se objetivamente, no tempo empírico, mas ficou a salvo subjetivamente, no tempo interior. (FRANKL, 1984/2021, p. 152)

O autor, a partir desta visão, estabelece o vínculo e o tempo vivido com o objeto, ou seja, quanto mais intimidade e sentimento estiver ligado sujeito e ao objeto, mais intensa será a dor de sua perda e o sofrimento, por isso esta singularidade na forma de sentir de cada pessoa, de forma singular. Não obstante, considerando os entendimentos de Frankl (1984/2021), é o amor que reproduz a partir do vínculo com o ser amado o que foi perdido, desta forma, a força propulsora capaz de vencer a morte, seria o Eros, que vence a dor e impulsiona o sujeito a reconstruir sua vida, ainda que sozinho. Frankl, postula:

“O amor é a única maneira de captar outro ser humano no íntimo da sua personalidade. Ninguém consegue ter consciência plena da essência última de outro ser humano se amá-la. Por seu amor a pessoa se torna capaz de ver os traços característicos e as feições essenciais do seu amado; mas ainda, ele vê o que está potencialmente contido nele, aquilo que ainda não está, mas deveria ser realizado.” (FRANKL, 1984, p. 154).

Para Frankl (1984/2021), tudo é transitório, mas tudo se faz eterno na existência, assim foi a contribuição para refletir-se sobre a possibilidade da descoberta

de um sentido para as vivências profundas que decorrem da morte. O luto enquanto processo natural humano, necessita ser entendido, ou seja, vivenciado, de forma a produzir efeito em relação a dor de cada sujeito que experimenta a dor de perder alguém que se ama. Para a logoterapia, a fé e a esperança se expressam como virtudes, as quais são necessárias durante o luto, sendo capazes de produzir na vida do homem a plenitude, a qual o autor chamou de sentido da vida.(FRANKL, 1984/2021).

2.5 Tabu existente na sociedade em torno do tema “luto”

Configurando as considerações interpostas por Freud (1913/1996), ao escrever Totem e Tabu , interpõe-se o entedimento sobre tabu, como uma ambivalência social também, desta forma, bem se ver que a morte ao acontecer, acaba por trazer consigo algo que a sociedade ainda não consegue trabalhar, que seria o tabu. A dor que a morte propõe ao sujeito, é algo que não se pode entender com facilidade, por isso o autor, estabelece o tempo para o ritos do luto, como forma de dissipar tal dor enraizada no íntimo do enlutado. Aqui pode se considerar que o tabu, toma forma nas proibições culturais e religiosas, ou seja, o que se percebe é o medo da morte e não vivência da dor como forma de produzir consolo.

Para a psicologia enquanto ciência, Freud cita Wundt, quando este concluiu o tabu como regras criadas pelo homem, e que este é ainda um assunto mais antigo que os deuses. Conforme entendimento de Freud (1913/1996), quando relacionado ao luto tem o papel de proteger e resguardar os fracos e pobres, contra más influências. A partir do entendimento do autor, verifica-se que o tabu, no sentido religioso, aparece como instrumento que protegeria o consciente humano da dor, que é iminente e que também se apresenta como uma precaução, em relação ao tratamento dos cadáveres. Freud, ainda assegura, que existe uma ligação entre o tabu e os espíritos que produz uma força ambivalente entre o objeto e o enlutado.

Por fim, Freud (1913/1996), considera que ainda há muito o que se descobrir sobre o emprego do conceito de tabu, dentro da sociedade, pois ainda é um tanto desconhecido e obscuro. Conforme descrições do autor, pode-se compreender o tabu, como conceitos, bons ou ruins, neste sentido do luto, a sociedade entende que a proteção do sujeito em relação ao sofrimento que virá é melhor que causar-lhe um sofrimento psiquico antecipado, o que configura a negligência do assunto, reduzindo a preocupação com o tema, concretizando que, o tabu, somente pode manifestar-se

quando existe uma proibição aos costumes. Desta forma, ocorre o entendimento de que na cultura, a morte, ainda causa medo, anseios e preocupações. (FREUD, 1913/1996).

Para Arantes (2016), a finitude da vida, estabelece portanto a ambivalência entre a vida e morte, nascer e morrer, são processos naturais que acabam por participar da aprendizagem do sujeito a partir de seu entendimento. Esse ponto de vista demonstra que o autor diz que é necessário compreender que as perdas repentinas, podem construir processos traumáticos e dolorosos quando não vivenciados de uma forma correta, é consequência da não aceitação dolorosa da perda do objeto. O tempo como aliado no processo do luto, determina então o novo recomeço e nova reconstrução a partir da resignificação da dor, quando o ego deixa de atentar contra si e busca satisfazer então o vazio deixado pelo objeto amado. É a superação do luto, da dor e a transformação desta dor em aprendizagem. Viver o luto de forma natural é a plenitude da vida. (ARANTES, 2016).

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Verificou-se por meio da revisão de literatura que o luto se apresenta como processo natural, intrínseco aos processos humanos. Considerou-se que a cognição e a memória são replicadores da dor e podem também tornarem-se aliados do enlutado em comunhão com o tempo que cada pessoa estabelece para diluir a dor da perda do objeto. Entendeu-se que os processos subjetivos humanos, inclusive o luto, também sofrem influências externas, as quais podem dificultar o processo de dissolução do luto.

Constatou-se ainda que dentro da literatura psicológica, há várias abordagens que defendem o luto como inato ao sujeito e estabelecem que o processo de vida, traz consigo o luto. Desta forma, percebeu-se que a maioria dos autores comungam em relação ao entendimento do processo do luto, bem como a singularidade experimentada por cada pessoa, sendo assim não existe um tempo determinado para o fim do processo do luto e a extinção da dor e sofrimento ligados ao processo.

Foi possível ainda identificar que o luto não aparece somente diante da morte, mas relaciona-se com toda e qualquer perda do objeto, ou seja, ele se estabelece quando ocorre uma lacuna deixada pelo objeto perdido, a exemplo do término de um

relacionamento, da perda de um emprego, da ida de um amigo para longe, da morte de um ente querido. Percebeu-se que durante este processo, para que ocorra a maturação do processo e possa haver aprendizagem a partir do sofrimento imposto naturalmente ao luto, existe a necessidade da reconstrução do mundo interno do sujeito, por vezes o assumir nova identidade, haja vista, o objeto perdeu a imagem do seu ego ideal.

Verificou-se que quando se perde o objeto do desejo, conforme a descrito por Freud e Klein, o luto pode se tornar patológico, produzindo neuroses e psicoses, ou seja, são as perversões que surgem como para desejos sádicos, atacando o ego. Incompreensivelmente, o sujeito não consegue produzir o entendimento da perda do objeto ligado aos sentimentos bons. Isto somente ocorre quando há a superação da dor relacionado a perda.

Quanto ao tabu no que se refere ao luto, as questões culturais e religiosas, o medo da morte para não vivenciar a dor como forma de produzir consolo, criam esses tipos de enfrentamento em alguns lugares do mundo.

Por fim, conclui-se que o luto é processo natural, mas não aceitável, pois necessita de entender as fases despendidas por ele. Expõe-se portanto a visão de um grande autor sobre a dissipação do luto, diante da iminência da morte, quando esta, mais que de repente se apresenta.

“Organize este luto. Há sepultamentos que são necessários para o prosseguimento da vida. Não prolongue no tempo o sofrimento. Não seja orgulhoso. Assuma a perda de forma criativa. A perda sofrida pode se transformar num ganho. É só permitir que dela você receba os ensinamentos. Somente quem não aceita morrer não pode produzir frutos. É a regra vegetal a nos propor um jeito sábio de viver. Diante desse sofrimento, há um jardim de ensinamentos que precisa ser cultivado.” (Fábio de Melo).

Seria o fato de saber que a vida precisa continuar, que a aceitação do objeto perdido conduz o sujeito a reformular o pensamento de seguir em frente, estabelecendo um conceito pessoal de que a dor é o combustível para que se possa aprender a lidar com o sofrimento.

Assim, o ego tem a difícil responsabilidade de esvaziar e preencher a falta do objeto amado, segregando no inconsciente, sentimentos bons de gratidão, agradecendo ao invés de sofrer; é a superação. Talvez ressignificando o sentido da palavra luto em saudade, construindo um novo pensamento de que a saudade pode trazer nostalgia, mas nunca melancolia e que a saudade se eterniza no tempo produzindo uma realidade de aceitação e vida, considerando que a saudade eterniza

a presença de quem se foi.

REFERÊNCIAS

AMARANTE, G. A. J. **Luto, melancolia e identificação em: Freud e Klein.**2014. Disponível em:<http://sedes.org.br/Departamentos/FormacaoPsicanalise/dfp/luto-melancolia-e-identificacao-por-gustavo-adolfo-junqueira-amarante>. Acesso em: 12 mar. 2021.

ARANTES, A. C. **A morte é um dia que vale a pena viver.** São Paulo: Casa da Palavra, 2016. Disponível em:<https://drive.google.com/drive/u/0/search?q=type:pdf>. Acesso em: 16 mar. 2021.

BOWLBY, J. **Apego e Perda.** 1985. Tradução: Waltencir Dutra (recurso eletrônico). 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

DOMINGOS, B.; MALUF, M. **Experiências de perda e de luto em escolares de 13 a 18 anos.** *Psicol. Reflex. Crit.* 2003, vol.16, n.3, pp.577-589. ISSN 1678-7153. [Online]. Disponível em:https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-79722003000300016&script=sci_abstract&lng=pt:. Acesso em: 11 mar. 2021.

ERICKSON, E. **O Ciclo de Vida Completo.** [recurso eletrônico]. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

FIGUEIREDO, L. S. **A dor tem cura? Avaliação da eficácia da psicoterapia na prevenção do luto patológico.** Palhoça. 2019. Disponível em:<https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/10448/1/Artigo%20Cientifico%20Lucimar%20Figueiredo.pdf>. Acesso em: 17 mar. 2021.

FRANKL, V. E.. **Em busca de sentido.** 1984.Tradução: Carlos C. Aveline. (recurso eletrônico) 52. ed. Petrópolis: Vozes, 2021.

FREITAS, J.L. **Luto e fenomenologia: uma proposta compreensiva.** Rev. abordagem gestalt. vol.19 no.1 Goiânia jul. 2013. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672013000100013. Acesso em: 13 abr. 2021.

FREUD, S. **Luto e Melancolia.** (1917 [1915]). Tradução: Joan Riviere. (recurso eletrônico). Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, S. **O ego e o id e outros trabalhos** (1923-1925). Tradução: Joan Riviere. (recurso eletrônico). Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, S. **Totem e tabu e outros trabalhos.** (1913/1914). Tradução: James Strachey. (recurso eletrônico). Rio de Janeiro: Imago, 1996.

KLEIN, M. **O luto e suas relações com os estados maníaco-depressivos.** 1940. (recurso eletrônico). Rio de Janeiro: Imago, 1996.

KOURY, G. P. **Estilos de vida e individualidade**. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/ha/v16n33/04.pdf>. Acesso em: 10 mar. 2021.

KOVACS, M. J. **Morte e desenvolvimento humano**. (recurso eletrônico). 4 ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.

KUBLER-ROSS, E. **Sobre a morte e o morrer**. Tradução: Paulo Meneses. (recurso eletrônico). São Paulo: Martins Fontes, 1969/1981.

MACHADO, R. M. 2016. **Luto na contemporaneidade – expertise, discursos e práticas de assistência**. Anais do Congresso Internacional Imagens da Morte: tempos e espaços da morte na sociedade, 7. São Paulo, SP: Associação Brasileira de Estudos Cemiteriais. Disponível em: <http://www.ufopa.edu.br/portaldeperiodicos/index.php/revistacienciasdasociedade/article/view/622>. Acesso em: 13 mar. 2021.

MELO, Fábio. **Organize o luto**. Disponível em: <https://www.pensador.com/frase/MTgwNjM5OQ/>. Acesso em: 21 abr. 2021.

OLIVEIRA, J. B.; LOPES, R. G. **O processo do luto no idoso pela morte do cônjuge e filho**. **Artigos Psicol. Estud.** 13 (2) • Jun, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722008000200003>. Acesso em: 18 mar. 2021.

PARKES, C. **Luto: Estudos sobre a perda na vida adulta**. (recurso eletrônico). São Paulo: Summus editorial, 1998.

RAMOS, V. B. **O Processo do Luto**. 2010. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1021.pdf>. Acesso em: 15 mar. 2021.

SILVA, H. S. almazo. *et al.* **As representações da morte e do luto no ciclo de vida**. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/10100>>. Acesso em: 07 mar. 2021.

SOUSA, L. E. E. **O processo de luto na abordagem gestáltica: contato e afastamento, destruição e assimilação**. Rio de Janeiro. Dez, 2016. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-25262016000200006. Acesso em: 15 mar. 2021.

TADA, I. N.C.; KOVACS, M.J. **Conversando sobre a morte e morrer na área da deficiência**. *Psicol. cienc. prof.* 2007, vol.27, n.1, pp.120-131. ISSN 1414-9893. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932007000100010>. Acesso em: 10 mar. 2021.

TORRES, W. C. *et al.* **Algumas contribuições à pesquisa sobre a morte**. In: Cassorla, R.M.S. (Orgs.). *Da morte: estudos brasileiros*, 131-144. Campinas- SP: Papirus, 1991.

TORRES, W.C. **O conceito de morte em crianças portadoras de doenças crônicas**. 2002. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 18(2), 221-229. Disponível em:<https://doi.org/10.1590/S0102-37722002000200012>. Acesso em: 16 mar. 2021.

TORRES, N. **O luto, a dor que se perde com o tempo (Ou não se perde)**. Disponível em:<https://docero.com.br/doc/n8ns05>. Acesso em: 12 abr. 2021.

WORDEN, W. **Terapia do Luto. Um manual para o profissional de saúde mental**. 2 ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.