www.psicologia.pt
ISSN 1646-6977
Documento produzido em 01.11.2015

POSSÍVEIS CONTRIBUIÇÕES DO ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO DESENVOLVIDO DURANTE O RITUAL FÚNEBRE AOS ENLUTADOS

Trabalho de conclusão de curso elaborado e apresentado
para a obtenção do grau de bacharel em Psicologia

2014

Franciele Sassi
Psicóloga Especialista em Teoria, Pesquisa e Intervenção em Luto e Perdas. Graduada em Psicologia Clínica pela Universidade de Caxias do Sul, Brasil

E-mail de contato:
franciele.sassi@hotmail.com

RESUMO

Dentre as perdas importantes, a morte de um ser amado configura considerável impacto, à medida que institui uma suspensão relacional e a impossibilidade de ser e estar com o outro e de experimentar as trocas desse encontro. O luto, entendido como a expressão deste vínculo, é uma resposta normativa e esperada no paradigma social frente ao estresse gerado pela separação irreversível causada pela morte. Dada a complexidade envolta ao processo de luto vivenciado por cada indivíduo, surge a necessidade de intervenções psicológicas capazes de assegurar que aqueles que padecem pelas perdas possam emergir do sofrimento não ilesos, mas num grau menor de danificação. Por tal razão, o presente trabalho tem como objetivo explorar as possíveis contribuições do aconselhamento psicológico, aos enlutados, quando desenvolvido durante o ritual fúnebre – ainda nos primeiros momentos do contato dos familiares enlutados com a realidade da morte, bem como suas implicações. Foi realizada uma pesquisa qualitativa, cuja modalidade de exploração tratou do levantamento de referenciais encontrados nas bases de dados *Scielo*, *Lilacs*, *EBSCO*, *Web of Knowledge*, *Bireme*. Ademais, foram utilizados livros, artigos, revistas, *e-books*, teses, dissertações e periódicos científicos dos seguintes autores: Bowlby (1977, 2002, 2004), Parkes (1980, 1998, 2009), Worden (1998, 2013), entre outros, encontrados na Biblioteca Central da Universidade de Caxias do Sul, Biblioteca Virtual Nacional, Quatro Estações Instituto de Psicologia e aquisições próprias da pesquisadora. O período de busca para a elaboração da pesquisa

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

absteve-se entre 1998 e 2013, sob a estruturação de Síntese Integradora, como método de pesquisa, para fins de inteiração dos quatro tópicos de estudo, citados a seguir: Formação e rompimento de vínculos afetivos: Compreendendo o processo de luto por meio da teoria do apego de John Bowlby; A ritualização da morte: Representações concretas e simbólicas envoltas ao cerimonial fúnebre; Aconselhamento psicológico em situações de luto; Síntese integradora: Aconselhamento psicológico desenvolvido a familiares enlutados durante o ritual fúnebre. Considerações preliminares: Observou-se, primeiramente, a necessidade de horizontalizar os estudos quanto à educação para a morte e o dilema circundante ao luto e às perdas na contemporaneidade de modo geral. No que tange aos contextos específicos, como no caso dos rituais fúnebres, constatou-se que não há um consenso entre os autores pesquisados quanto à atuação do psicólogo. Por tal razão, buscou-se justamente ampliar as perspectivas do exercício profissional, levando em conta o bem-estar físico e psíquico dos que padecem pelas perdas, demonstrando que o aconselhamento psicológico pode servir como uma ferramenta complementar para a facilitação do processo de enlutamento. Ademais, sugere-se que as buscas quanto à prática do psicólogo no âmbito fúnebre também possam ser pensadas frente a situações especificas de perda por morte.

Palavras-Chave: Aconselhamento psicológico, luto, ritual fúnebre**.**

O luto apresenta efeitos deletérios sobre a saúde física e mental do indivíduo em crise. Seu processo de elaboração, em momentos iniciais, naturalmente representa uma saída de vitalidade e bem-estar que requer tempo para que o enlutado retorne a um estado considerado semelhante de equilíbrio anterior (Worden, 2013). Quando da perda, seja ela em qualquer modalidade, observa-se que a rede de apoio, embora fundamental aos enlutados, nem sempre se encontra disponível física e/ou psiquicamente para o oferecimento de suporte e continência adequados. As pessoas, de modo geral, sentem-se perdidas quando se deparam com um amigo ou parente enlutados (Parkes, 1998). “Muitos médicos e religiosos poderiam considerar que dar apoio às pessoas que estão morrendo, e aos enlutados, é também parte do seu papel, mas, ao longo do tempo, têm recebido pouco treinamento nesta área” (p. 192). Os psiquiatras tiveram importante ofício no manejo com indivíduos enlutados que apresentavam distúrbios psiquiátricos em função das perdas sofridas. Os psicólogos, por sua vez, foram os últimos a adentrar na área para mostrarem o essencial do seu trabalho e o diferencial que poderiam comportar quanto ao cuidado emocional proporcionado às vítimas. Pode-se afirmar que o aumento do interesse por parte destes profissionais e, até mesmo dos voluntários, ao longo dos últimos 20 anos, ocorreu em razão da insuficiência de disponibilidade emocional e assistência frente aos momentos de crise envoltos pelo enlutamento (Parkes, 1998).

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

A presente pesquisa, por sua vez, visa refletir sobre o papel realizado pela Psicologia sob uma perspectiva horizontalizada, estendendo sua atuação para além da clínica tradicional, salientando suas constantes atualizações no que tange aos serviços que podem ser desenvolvidos em contextos amplos e também específicos de angústia e sofrimento. Dada a complexidade do processo de luto e dos sintomas e reações emergidos frente ao rompimento de um vínculo afetivo, pretende-se abordar o exercício do psicólogo enquanto profissional inserido no contexto fúnebre – durante os primeiros momentos do contato com a dor dos enlutados – bem como as possíveis formas de promover acolhimento e suporte consistentes por intermédio de técnicas empregadas em situações de luto. O problema de pesquisa, neste sentido, visa ponderar sobre quais as possíveis contribuições do aconselhamento psicológico – como uma ferramenta de intervenção – aos enlutados quando desenvolvido durante o ritual fúnebre.

Ressalta-se a necessidade de refletir e falar sobre a morte como um tema pertencente ao autêntico ciclo da vida humana. Considerá-lo como tal permite, aos enlutados, que as fantasias acerca da morte sejam, aos poucos, desconstruídas e passem a integrar o decurso natural dos enlaces e das rupturas. Por tal razão, por que não possibilitar investigações ou promover questionamentos a partir de um contexto que, coletivamente, autoriza a expressão de dor, "uma vez que os rituais, culturalmente criados, socialmente aplicados e individualmente benéficos, têm os efeitos apontados quanto à possibilidade de recomposição diante da perda por morte"? (Bromberg, 1998, p. 95). Torna-se fundamental cogitar sobre as diferentes possibilidades de trazer à tona a educação para a morte, tão cuidadosamente encoberta pela contemporaneidade como forma de proteção diante de possíveis tragédias que podem mobilizar sua estabilidade psíquica (Ariès, 1977).

As condutas adotadas pela sociedade frente ao morrer, ao longo da história, têm apresentado diferenças significativas, ultrapassando gerações. A morte, antes vislumbrada como um acontecimento público e social, compartilhado e integrado ao viver, e reconhecido como destino circunstancial da vida, a partir do século XIX, com a instauração da era do prazer imediato e da juventude eterna, tornou-se um evento isolado e não mais mencionado como natural do percurso humano, passando a envolver dor e sofrimento do moribundo junto ao leito. Os recursos construídos pela sociedade para manejar com a finitude e o decesso cederam espaço para que o homem passasse a ser o centro frente à sociedade consumista e narcísica. A medicina, anteriormente paliativa, esforçava-se para curar e salvar. Portanto, não havia oportunidade para refletir sobre a morte e as perdas. A existência humana, bem como suas limitações, ficaram permeadas por mitos e segredos. Esforços têm sido feitos com o intento de obter cada vez mais controle sobre a morte, além de se constituírem tentativas de negar a finitude, que é imanente à condição humana (Ariès, 1977). A presente construção pretende justamente elucidar tais questões, trazendo à tona o manejo com a morte de modo que esta possa ser refletida e trabalhada já nos primeiros instantes da sua ocorrência. Para tanto, acredita-se que a psicologia, como uma das áreas

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

de atuação frente às situações de perda, possa funcionar como uma ferramenta facilitadora deste processo de discernimento a respeito da etapa inevitável do ciclo vital, que é a morte.

A contemplação da temática da morte e suas possíveis representações, já no contexto fúnebre, pode ser um recurso importante no que tange às maneiras de gerenciar os pensamentos e condutas ligadas às limitações humanas e às razões pelas quais a morte tornou-se um evento causador de tamanho tabu. A promoção de movimentos que possibilitem, aos enlutados, compreenderem o processo de luto, decorrente da finitude, como uma reação normal e esperada diante do rompimento de uma relação significativa, torna-se fundamental para que esta abordagem seja tratada de forma a pertencer à vida como parte substancial do processo de existir e de renovação do homem.

Meu interesse pela área das perdas em diferentes modalidades se deve, primordialmente, ao reconhecimento da importância de existirem profissionais capacitados especificamente para a atuação junto aos indivíduos enlutados, cujo sofrimento advém do rompimento de um laço afetivo significativo. Parece-me que o consolo e amparo, oferecidos em situações de crise, por meio de um suporte psicológico consistente, atuam como agentes facilitadores quanto ao fortalecimento de recursos egoicos das vítimas para a sua reorganização psíquica frente à perda, e permite que a morte seja refletida para além do fim da vida, apenas. Ademais, auxiliam na promoção de estratégias funcionais e adaptativas, considerando a reformulação do mundo presumido dos enlutados depois da ruptura, por meio da construção e internalização de um significado próprio e reconfortante frente ao que foi perdido (Bromberg, 1998).

Tendo em vista que a formação acadêmica dispõe de disciplinas curriculares que contemplam as transformações características das diferentes fases de transição da vida e, por vezes, os sentimentos de luto e perda que podem estar associados a elas, por que não conduzir tais entendimentos para as questões ligadas à morte e aos cuidados frente ao morrer? A graduação, como promotora de breves contatos com a temática do luto, seguramente contribuiu para a ampliação do meu interesse sobre o tema. As disciplinas citadas, a seguir, possibilitaram refletir sobre o processo de luto e às metamorfoses decorrentes das etapas transitórias do desenvolvimento humano: Psicologia da Infância, Psicologia da Adolescência, Psicologia da Vida Adulta e do Envelhecimento e, complementarmente, Psicologia do Desenvolvimento. Estas impulsionaram-me a desenvolver estratégias de estudo e buscar por autores renomados na área de luto e perdas em diferentes fontes de pesquisa como, por exemplo, Bowlby (1977, 2002, 2004), Bromberg (1998), Franco (2010), Kovács (2005), Parkes (1980, 1998, 2009), Walsh e McGoldrick (1998), Worden (1998, 2013), entre outros.

A clínica Luspe (Lutos, Separações e Perdas), de Caxias do Sul, possibilitou o meu primeiro contato aprofundado com o referido âmbito de investigação, por meio do curso de *Formação em Aconselhamento Psicológico para o Luto: Instrumentalização em Luto e Perdas*, realizado em 2011. Posteriormente, minha aproximação com a clínica se estendeu em razão dos demais cursos frequentados no local com objetivos semelhantes ao primeiro e, atualmente, por fazer parte da

equipe como estagiária de psicologia, coordenando um grupo de apoio ao luto na mesma cidade. O trabalho com pessoas enlutadas tem sido uma experiência genuína no que se refere à vivência prática, permitindo-me vislumbrar as teorias estudadas, familiarizadas ao contexto da realidade. Com a finalidade de seguir com uma proposta de trabalho futura, afim de apresentá-la como abordagem interventiva na minha cidade de origem, Bento Gonçalves, encontro-me inserida no Instituto Quatro Estações de Psicologia, de São Paulo, participando do curso de *Aprimoramento e Especialização em Teoria, Pesquisa e Intervenção em Luto*, no presente momento.

Em virtude de reconhecer a importância da atuação do psicólogo no que tange à formação e rompimento de vínculos afetivos, auxiliando os enlutados a enfrentarem a perda e agindo na prevenção de um eventual luto complicado (Costa, 2006), disponho-me a estudar e também seguir adiante com a proposta de trabalho. Para tal, pretendo utilizar-me da teoria do apego de John Bowlby, quanto ao surgimento e consolidação dos laços afetivos ao longo da vida, bem como da sua ruptura. Particularmente, acredito que a fundamentação teórica proposta por Bowlby seja essencial para a compreensão dos padrões de comportamento consolidados pelo ser humano quando junto à sua figura de apego, bem como das reações características quando há o rompimento do vínculo outrora estabelecido.

Torna-se fundamental, portanto, a atuação de um profissional que esteja adequadamente capacitado a promover assistência psicológica e acompanhamento aos enlutados frente à perda. É importante que o suporte promovido, por meio dos cuidados pertinentes a estes, esteja presente desde os momentos de choque e torpor que estão entrelaçados ao recebimento da notícia da fatalidade, bem como durante os demais procedimentos, que envolvem a preparação do ritual fúnebre, o cerimonial de despedida junto às suas representações concretas e simbólicas, até o momento final do evento (Worden, 1998). É preciso aproximar a realidade da morte humana à vida, a fim de que se torne possível vislumbrá-las como parte integral da existência, em que é permitido emocionar-se, chorar, sorrir, recordar, sentir.

Formação e rompimento de vínculos afetivos: compreendendo o processo de luto por meio da teoria do apego de John Bowlby

Um significativo número de trabalhos foi encontrado nas literaturas psiquiátrica e psicológica a respeito da natureza dos apegos – o que eles são e de que forma se desenvolvem. John Bowlby, psiquiatra britânico, foi figura-chave no desenvolvimento da área dos vínculos e perdas, mencionando a ocorrência dos comportamentos de apego na maioria das espécies de mamíferos, chegando ao homem (Worden, 2013). A teoria do apego de Bowlby "fornece um meio de definir a tendência dos seres humanos de estabelecer fortes laços afetivos com outros, e uma forma de

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

compreender a forte reação emocional que ocorre quando estes laços ficam ameaçados ou são rompidos" (Worden, 1998, p. 19).

Bowlby (2002) apresenta a natureza dos apegos numa perspectiva que ultrapassa a crença de que os seres humanos estabelecem laços apenas para satisfazerem instintos biológicos de ordem alimentícia ou sexual. Ademais de uma estratégia de sobrevivência, o apego pode ser vislumbrado a partir de uma interação dinâmica de reconhecimento de si e do outro, e do pertencimento a determinado grupo. Isto posto, a formação de laços é considerada comportamento normal, que surge em razão de uma necessidade de segurança e proteção, tendo início cedo na vida e sendo dirigida a pessoas específicas, tendendo a perdurar ao longo do ciclo vital e constituindo a base do comportamento tanto em crianças quanto em adultos. Esses laços de segurança e proteção tornam possível a existência humana, à medida que é a partir dos cuidados exercidos pelo outro que o ser humano encontra suporte consistente e necessário para o seu desenvolvimento (Worden, 2013).

Ao longo dos anos, diferentes pesquisas científicas foram realizadas a respeito dos padrões de apego estabelecidos entre pais e filhos durante a fase inicial da vida. Verificou-se que tais padrões de apego, mais tarde, exerceram influência não somente destes últimos com os pais, mas também com a extensão e manutenção dos vínculos firmados no fim da infância e ao longo da vida adulta. A partir dos estudos sobre as diferentes maneiras de vincular-se à figura de apego primária e, posteriormente, aos pares, foram descritos os *modelos operativos internos*, a respeito do mundo que cada criança constrói e utiliza para se orientar e planejar. Observou-se, assim, que os padrões de apego estabelecidos na primeira infância atuam, posteriormente, no modo como os indivíduos consideram-se a si mesmos, bem como vislumbram os acontecimentos provindos do mundo em geral (Parkes, 2009). O comportamento de apego, de acordo com Worden (2013), pode ser explicado considerando o animal e/ou a criança jovens, que à medida que crescem, permitem-se distanciar da figura primária de apego por períodos de tempo que se tornam crescentes frente à busca pela exploração de um raio maior em seus ambientes. Contudo, observa-se que sempre há o retorno destes para a figura de apego, dada a busca por apoio e segurança. No momento em que a figura de apego desaparece ou é ameaçada, apresentam-se como respostas ansiedade intensa e forte protesto emocional. Os genitores, à vista disso, fornecem a base segura de operação para que os filhos possam explorar espaços. Logo, a(s) forma(s) como esta relação se estabelece é o que determina a capacidade da criança de construir vínculos afetivos posteriores em sua vida (Bowlby em Worden, 2013). Segundo Ainsworth (1982) e Bowlby (2002), o vínculo afetivo é formado mediante a ligação estabelecida com o tempo e baseada em interações que incorporam a mutualidade e o cuidado na primeira infância. Assim, o comportamento de apego permite que o indivíduo desenvolva laços afetivos e vínculos que se perpetuam ao longo da vida.

Se a finalidade do comportamento de apego é manter um laço afetivo, circunstâncias que ameaçam a estabilidade desta modalidade de vinculação originam reações características. Logo, quanto maior o potencial para a perda, tanto mais intensas e variadas serão tais reações. Em

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

determinadas ocasiões, todas as formas mais poderosas de comportamentos de apego podem ser acionadas ao ser humano que se encontra ameaçado e vulnerável frente às sensações de desorganização e desajustamento provocadas pelo rompimento. Quando estas ações são bem-sucedidas e o vínculo é restaurado, as reações emergidas por conta da ruptura do laço afetivo cessam e os estados de estresse e angústia voltam à condição de alívio (Bowlby, 1977). Em razão dos diversos exemplos testemunhados no mundo animal, pode-se afirmar que há razões biológicas consistentes para que cada separação acarrete em respostas instintivas, automáticas e com comportamento agressivo. Por conseguinte, as respostas ao chamado luto de animais denotam o quanto os processos biológicos primitivos encontram-se em atividade nos seres humanos. Contudo, constam características específicas do luto cujas reações só ocorrem nos homens (Bowlby em Worden, 2013).

Em suma, uma das funções mais importantes do objeto de vínculo trata-se da disponibilidade de um alicerce seguro que permita ao indivíduo explorar o meio e, quando ameaçado, que possibilite, além de afastar-se do estímulo ameaçador, também proteger-se no próprio objeto de vínculo. A perda desse objeto é o que torna tal experiência aterrorizante, à medida que impossibilita a sensação de segurança necessária para refúgio diante do perigo. Esta é a razão pela qual o sofrimento, provindo do luto do objeto perdido, é uma reação universal à separação de uma figura de apego (Bowlby em Bromberg, 1998). Considerando que o comportamento de apego apresenta valor de sobrevivência para todas as espécies, o luto acaba sendo vislumbrado como um fator nocivo, à medida que constitui uma resposta genérica à separação. Logo, pode-se pensar que a qualidade do vínculo estabelecido desde os primórdios do desenvolvimento determina os laços a serem sustentados no futuro e os recursos disponíveis para o enfrentamento e elaboração dos rompimentos e perdas posteriores (Bromberg, 1998).

O luto – reações e sintomas provindos da ruptura de um vínculo com o objeto de apego – é descrito por Parkes (1998) como parte de uma importante transição cuja esfera compreende todas as áreas humanas: cognitiva, emocional, física, religiosa, espiritual, familiar, social e cultural. Sua vivência configura-se como contínua e inevitável, dada a diversidade de fatores que consolida o ciclo dos rompimentos e reconstruções ao longo do percurso do viver. Dentre as perdas importantes, a morte de um ser amado configura considerável impacto, à medida que institui uma suspensão relacional e a impossibilidade de ser e estar com o outro e de experimentar as trocas desse encontro. O luto, entendido como a expressão deste vínculo, é uma resposta normativa e esperada no paradigma social frente ao estresse gerado pela separação irreversível causada pela morte (Souza, Moura e Pedroso em Franco, 2010).

A perda é traumática tanto em crianças como em adultos, visto que é uma vivência desorganizadora e angustiante que ocasiona efeitos deletérios ao funcionamento da personalidade (Bowlby, 2004). “A perda de uma pessoa amada é uma das experiências mais intensamente dolorosas que o ser humano pode sofrer. É penosa não só para quem a experimenta, como também

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

para quem a observa" (Bowlby, 2004, p. 4.). O luto, neste sentido, apresenta-se como uma reação à ruptura do elo emocional outrora consolidado, de todo o investimento afetivo existente entre aquele que permaneceu e aquele que se foi. É a condição de privação, a falta daquilo que, um dia, já fora fornecido pela pessoa perdida. Isto, por sua vez, exige um movimento de elaboração dos vínculos afetivos que foram rompidos. Pode-se dizer que a dimensão comportada pelo luto seja proporcional ao grau de apego, considerando a intensidade do entrelaçamento dos afetos, junto a todas as representações e significados atribuídos ao vínculo (Souza, Moura & Pedroso em Franco, 2010).

As observações feitas por Bowlby (2004), durante os seus estudos, a respeito de como os indivíduos reagem frente à perda de alguém próximo demonstram que, ao longo de semanas e meses, as reações atravessam períodos sucessivos e, mesmo não bem-delineados, qualquer um está sujeito a oscilar entre eles. O processo de luto compreende fases graduais e interrelacionadas, que evoluem de forma dinâmica e se sobrepõem umas às outras, conduzindo o indivíduo enlutado para a possibilidade de reinvestir na vida (Bowlby, 2004). Numa sequência geral, compõem-se de:

- **Fase de entorpecimento:** Envolve o choque da perda, torpor, a descrença e negação da ocorrência do evento da morte. Esta fase funciona como um conjunto de reações defensivas que são acionadas frente à uma mudança que o organismo ainda não se encontra fortalecido para enfrentar: a mudança imposta pelo luto. Tais reações possibilitam que o enlutado continue a viver sua vida normalmente, funcionando quase que automaticamente. Geralmente, dura o tempo de algumas horas ou mesmo uma semana. Posteriormente a este período, a incomum calma pode ceder espaço para explosões de tensão e aflição, acompanhadas de crises apreensivas e intensa raiva (Bowlby, 2004).

- **Fase de anseio e busca da figura perdida – raiva:** Alguns dias após a notícia do evento, o enlutado começa a registrar os primeiros vestígios a respeito da realidade da perda. Por esta razão, surgem crises de desânimo, acompanhadas de espasmos aflitivos e soluços lacrimosos. Quase ao mesmo tempo, há comportamentos inquietos por parte do enlutado, indicando preocupação com as lembranças do falecido. Combinados a tais condutas, há o sentimento de sua presença concreta e uma tendência proeminente de interpretar sinais ou sons como prenúncio de seu retorno. Sonhos com o falecido não são raros, com a correspondente desolação do enlutado ao acordar. O sentimento de raiva ainda se faz presente nesta fase – uma raiva que pode ser deslocada para o indivíduo em questão, em função de sua ausência em vida; raiva de si mesmo, permeada por sentimentos de culpa e frustração pela busca infrutífera deste; raiva provocada pelos que podem ser considerados culpados pela perda. Durante essa fase, é comum o enlutado alternar dois estados de espírito. Parece haver, de um lado, a crença de que a morte aconteceu, juntamente com os sentimentos de dor e anseio desesperado que isso acarreta e, de outro, o descrédito de que a morte tenha ocorrido, acompanhada da esperança do retorno do falecido e de que tudo poderá ser como antes (Bowlby, 2004). Isto posto, sugere-se que nos enlutados cujo processo de elaboração da perda

segue por um percurso saudável, a urgência em buscar e recuperar a pessoa perdida, muitas vezes intensa nas primeiras semanas e meses, tende a diminuir gradualmente com o tempo (Costa, 2006). Observa-se, desta maneira, que a procura ininterrupta, a esperança intermitente, o desapontamento reeditado, o pranto, a raiva, acusação e ingratidão são características da segunda fase do luto. Subjacente a essas emoções acentuadas, que surgem alternadamente e parecem tão desordenadoras, há a possibilidade de coexistir tristeza profunda e generalizada, reações provindas do reconhecimento do enlutado de que a reunião é improvável. Ademais, considerando que a busca ineficaz pelo objeto perdido é tortuosa, pode haver momentos em que a pessoa enlutada tente se livrar daquilo que lembra o falecido. Portanto, há a possibilidade de oscilar entre a atribuição de demasiado valor a essas lembranças e sua destituição, entre receber harmoniosamente a oportunidade de falar sobre o falecido e recear tais ocasiões, entre fazer-se presente novamente nos lugares os quais estiveram juntos em vida e, ao mesmo tempo, evitá-los. Encontrar maneiras para conciliar estes desejos antagônicos constitui a tarefa central da terceira e quarta fases do luto. A maneira como cada indivíduo experimenta a vivência do luto é variada, ou seja, enquanto algumas pessoas reconhecem essa necessidade, outras optam por asfixiá-la e torná-la irracional e absurda. Contudo, qualquer que seja a conduta adotada pelo enlutado em relação a essa premência, ainda assim parece que, em determinado momento, há a tentativa de busca e, se possível, de recuperação do falecido (Bowlby, 2004).

- **Fase de desorganização e desespero:** Nesta fase, o enlutado reconhece a perda como definitiva e imutável, sentindo-se desmotivado em razão das tentativas fracassadas de recuperação do falecido. Surgem sintomas de apatia e depressão, à medida que se torna necessário abandonar a esperança de resgatar a pessoa perdida e reconstituir a situação anterior à perda (Costa, 2006). Acredita-se que isto possa justificar o fato de, muitas vezes, o enlutado parecer estar manejando adequadamente com o seu pesar quando períodos de tempo posteriores demonstram recaídas de humor, fazendo com que o enlutado adote posturas de cunho melancólico. O enlutado, assim, torna-se deprimido e apático, à medida que percebe a necessidade de superar velhos padrões de pensamento, sentimento e ação, antes de poder remodelá-los em novos, transformados. O desespero surge, então, como consequência da sua crença de que nada mais pode ser salvo (Bowlby, 2004). Assemelha-se esta fase a um processo de remodelação de protótipos representacionais internos, a fim de delineá-los às mudanças ocorridas no cotidiano do enlutado para a possibilidade de reestruturação do seu mundo presumido. Embora a redefinição do eu e da situação seja dolorosa ao enlutado, ela também se faz crucial pelo fato de que significa abrir mão de qualquer esperança relacionada à recuperação do falecido, a fim de reestabelecer a situação anterior (Parkes, 1998). A partir do momento em que esta fase do luto começa a se alternar, o enlutado inicia um processo de avaliação da nova situação em que se encontra, examinando as maneiras de enfrentá-la. Isso implica uma redefinição de si mesmo, bem como de sua situação (Bowlby, 2004).

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

• **Fase de reorganização:** Esta fase é caracterizada pela redefinição de papeis, bem como por novas funções sociais a serem desempenhadas. Neste sentido, podem surgir habilidades anteriormente inexistentes, contribuindo para a maior tolerância e adaptação do enlutado frente às mudanças impostas pela perda. A perspectiva horizontal para a vida permite que este seja levado para além da sobrevivência emocional, transformando e ressignificando a relação com a pessoa perdida, e permitindo a si mesmo reinvestir seus afetos em outras pessoas (Costa, 2006). Para que o luto apresente um curso natural e benéfico ao enlutado, parece necessário que ele esteja sujeito à oscilação de emoções durante determinado período de tempo. O enlutado apenas estará preparado para reconhecer e suportar, gradualmente, que a perda é irreversível e permanente, e que sua vida deverá ser, aos poucos, reconstruída, se lhe for possível tolerar o abatimento, o anseio mais ou menos consciente, a avaliação interminável a despeito de como e por qual(is) razão(es) a perda ocorreu, além da raiva em relação a qualquer indivíduo que possa ter sido responsável, sem nem mesmo resguardar o falecido. Parece acessível, ao enlutado, registrar de forma lúcida que seus antigos padrões de comportamento tornaram-se redundantes e têm, por esta razão, de ser remodelados (Bowlby, 2004).

O processo de luto pode ser associado ao percurso do desenvolvimento do ser humano por meio da influência de inúmeras tarefas a serem realizadas durante os diferentes períodos do ciclo vital, estes entendidos desde a infância e estendidos à vida adulta (Havinghurst, 1953). Assim como o crescimento e aperfeiçoamento do homem pressupõem esta passagem por cada tarefa, bem como sua concretização, pertencentes ao próprio processo de evolução, a maturação para o desenvolvimento emocional também se faz necessária frente à adaptação à perda (Worden, 2013). O autor, neste sentido, apresenta quatro tarefas básicas, afirmando-as como essenciais para o seguimento no caminho de elaboração do luto. Posteriormente a uma perda, a realização das tarefas do luto tem a finalidade de reestabelecer o equilíbrio psíquico do enlutado de forma que lhe permita reinvestir seus afetos na vida e no viver, de forma funcional, e conceder um decurso saudável ao luto. A compreensão a despeito das fases do processo de luto, proposta por Bowlby, bem como as tarefas do luto, apresentadas por Worden, apresentam-se como abordagens entrelaçadas e complementares, à medida que ambas objetivam meios para o término do luto de forma natural, seja por intermédio da dinamicidade entre um período e outro, seja pela busca de estratégias saudáveis, a fim de completar o processo de luto (Worden, 2013). Assim, apresentam-se as seguintes tarefas:

• **Aceitar a realidade da perda:** É natural que logo depois da notícia da morte de alguém, mesmo quando de morte esperada, haja a sensação de que nada aconteceu e que as coisas permanecem iguais. A primeira tarefa do luto encontra-se justamente no reconhecimento da ocorrência da perda e da sua irreversibilidade. A meta principal a ser alcançada pelo enlutado consiste no enfrentamento das mudanças ocasionadas pelo evento da morte do outro. Parte da aceitação da realidade é a consciência de que um próximo encontro não será mais possível em vida.

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

O comportamento de busca, sobre o qual John Bowlby e Colin Murray Parkes escreveram largamente, ao longo de seus estudos, evidencia relação expressa com a realização desta tarefa (Worden, 1998). Muitos indivíduos que atravessaram uma perda perceberam-se chamando pelo falecido ou tentando identificá-lo de forma dissimulada em pessoas do seu ambiente. A negação, por sua vez, é o inverso da aceitação da realidade por meio da descrença sobre a morte alheia. Alguns indivíduos, por exemplo, recusam-se a acreditar que a morte é real e permanecem cristalizados na primeira tarefa do luto. As crenças e os descréditos são intermitentes enquanto imersos a esta tarefa (Worden, 2013). Por vezes, os enlutados podem sofrer influências da realidade, comportando-se como se tivessem aceitado a perda do objeto de vínculo integralmente; outras vezes, apresentam condutas irracionais, permanecendo num estado semelhante à flutuação da fantasia de um eventual reencontro. A raiva dirigida à pessoa perdida torna-se um padrão de sentimento onipresente ao enlutado, muitas vezes ao próprio *self*, a outros tidos como possíveis causadores da perda e, até mesmo, em direção àqueles benevolentes que só desejam o bem e que relembram o enlutado sobre realidade da perda (G. Krupp, Genovese & T. Krupp, 1986). Portanto, pode-se dizer que chegar à aceitação da nova realidade imposta a partir da perda envolve compreensão intelectual e emocional, cujo processo leva tempo em razão de sua complexidade (Parkes, 1998).

• **Processar a dor do luto:** A dor sentida pelo enlutado frente à perda está relacionada aos âmbitos físico, emocional e comportamental. É preciso reconhecer e trabalhar as diferentes expressões de dor, a fim de que estas não necessitem encontrar vias de manifestação que sejam por meio de sintomas ou condutas disformes (Worden, 2013). É essencial que a dor do luto seja atravessada, a fim de que sua resolução possa ser a alternativa funcional ao enlutado. Caso contrário, quaisquer ações que impossibilitem o contato com a realidade da perda ou que suprimam o padecimento do enlutado poderão prolongar o tempo de luto. A negação envolta à segunda tarefa do luto, quanto à elaboração da dor, é não permitir-se senti-la. Alguns indivíduos escondem-se do processo evitando pensamentos dolorosos, abolindo seus sentimentos, a fim de não sentir o desconforto e mal-estar associados à perda. Outras formas de proteger-se da disforia gerada pela morte do outro é idealizá-lo, evitar lembranças dele e, até mesmo, fazer uso de substâncias psicoativas (Parkes, 1998). Embora algumas pessoas não compreendam a necessidade de vivenciar a dor do luto, mais cedo ou mais tarde, acabam sucumbindo, geralmente sob a forma de algum tipo de depressão (Bowlby, 2004). A expressão da dor permite ao enlutado refletir e compreender com maior clareza o processo o qual está experimentando, possibilitando maneiras de adaptar-se às mudanças com maior facilidade. Nesta tarefa, o sistema de apoio e suporte recebido pelos familiares ou pessoas próximas ao enlutado se faz importante (Costa, 2006).

• **Ajustar-se a um mundo sem a pessoa morta:** Esta tarefa pode ter inúmeros significados para diferentes pessoas. Sua meta irá depender de qual era a relação estabelecida entre o enlutado e o falecido, bem como dos papeis desempenhados por este último antes da sua morte. As

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

preocupações provindas deste período envolvem lidar com o fato de ficar só, bem como manejar com as atividades de vida diárias. A realidade da perda impõe a redefinição de papeis – antes desempenhados pelo falecido e agora exercidos pela pessoa que permaneceu. Além do ajuste da perda à nova estruturação de funções, o enlutado também se confronta com o rearranjo do seu próprio sentido de *self*. O luto, neste sentido, pode conduzir a vítima a uma intensa regressão, levando à crise de personalidade. Logo, o luto não está relacionado somente à perda de uma pessoa significativa, mas também à perda do próprio *self*, de uma parte de si que existia antes da morte do outro – a parte do ser que era junto à pessoa que se foi. Às vezes, as tentativas de preencher os papeis executados pelo falecido podem falhar, tendendo a levar o enlutado a uma sensação posterior de desamparo, inadequação e incapacidade, gerando baixa-autoestima. Outro aspecto de ajustamento pressupõe o sentido da pessoa de mundo. Não é raro o enlutado sentir que perdeu a direção na vida. A perda por morte pode desafiar os valores fundamentais da existência e crenças filosóficas de um indivíduo. Por isso, inicia-se um processo de busca pelos significados da perda e, concomitantemente, o enlutado modifica padrões de vida para atribuir-lhe sentido e obter novamente o controle sobre ela (Worden, 2013). Ao longo do tempo, as imagens negativas sobre as novas formas de viver, a partir da morte, cedem lugar a pensamentos positivos que possibilitam ao enlutado conduzir as suas tarefas, estando capacitado a aprender outras maneiras de manejar com o mundo. Do mesmo modo, novas crenças podem ser adotadas ou mesmo velhas crenças reafirmadas e/ou modificadas, oportunizando a reflexão sobre a fragilidade da existência e os limites do controle (Schuchter & Zisook, 1986). Os movimentos estratégicos executados pelo enlutado têm a finalidade de contornar a perda, redefinindo-a lentamente para que haja a possibilidade de viver sem o objeto de vínculo perdido, além das habilidades que podem ser desenvolvidas a partir do sentido de mundo reavaliado (Worden, 2013).

- **Encontrar conexão duradoura com a pessoa morta em meio ao início de uma nova vida:** Em outras palavras, pressupõe a energia emocional deslocada do falecido, a fim de possibilitar o reinvestimento do enlutado em relacionamentos posteriores. Não se trata de esquecer da pessoa que se foi e do significado que todavia ela carrega. Contudo, o luto finaliza na medida em que a pessoa enlutada não sente a necessidade de reativar a representação do falecido de modo exacerbado diariamente (Worden, 2013). De acordo com Volkan (1985), "uma pessoa enlutada nunca esquece completamente a pessoa que faleceu e que tinha tanto valor na sua vida e nunca havia retirado totalmente seu investimento de sua representação" (p. 326). O estado de espírito favorável daquele que permaneceu em vida, no que tange ao ingresso a novos relacionamentos, não advém da desistência do falecido, mas de encontrar um lugar adequado para este na sua vida psicológica – um espaço que é igualmente importante, embora transformado, mas que também possibilite uma atmosfera para a vinculação afetiva com os outros (Schuchter & Zisook, 1986).

Embora Bowlby (2004) e Parkes (1998) considerem que o processo de luto está terminado quando a fase final de restituição é completa, e Worden (2013) contribua, afirmando que o luto

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

finaliza assim que as suas tarefas básicas tenham sido executadas, é impossível apresentar uma resposta pronta sobre a questão, tamanha a sua complexidade. Acredita-se, contudo, que um sinal de que as reações do luto tenham se encerrado é quando o enlutado se torna capaz de pensar na pessoa falecida sem dor. Não se pode negar que existe sempre uma sensação de pesar quando se pensa na pessoa perdida, porém, o sentimento de tristeza é diferente – o padecer está ausente dos aspectos dolorosos antes existentes. Do mesmo modo, acredita-se que o processo de luto está terminado no momento em que o indivíduo pode reinvestir suas emoções na vida e no viver (Worden, 2013).

O processo de luto se torna necessário à medida que é preciso atribuir sentido ao que aconteceu na vida do enlutado, a fim de possibilitar a retomada de controle sobre si mesmo, sobre o mundo e sobre as relações afetivas. O luto, como um processo normal e esperado de elaboração de qualquer perda, constitui-se um fator importante para a saúde mental, visto que proporciona a reconstrução de recursos e habituação às mudanças. Do mesmo modo, seu enfrentamento permite que o enlutado conquiste a confiança e capacidade de atravessar as demais perdas, além de encontrar um lugar para aqueles que foram amados quando em vida, e que ainda se fazem presentes enquanto um laço afetivo transformado (Casellato, 2013). É possível, ao enlutado, encontrar um lugar para o que fora perdido. Embora se reconheça que, depois de uma perda significativa, a fase aguda do luto poderá serenar, também há a inconsolação pelo fato da impossibilidade do reencontro em vida e da não-substituição do vínculo rompido. Por tal razão, acredita-se que pouco importa aquilo que ocupa o vazio: mesmo que ele seja integralmente preenchido, todavia permanece algo a mais (Freud, 1961).

A dor feita presente pelo luto é parte integrante do seu processo de elaboração, porque é a dor da mudança. É necessário que seja expressa e vivenciada, e que o surgimento dos sintomas – sejam eles de ansiedade, tristeza profunda, revolta, pensamentos culposos relacionados ao morto e à morte, hipervigilância, inquietação, entre outros – possam ser considerados normativos pelo enlutado em relação a este processo (Costa, 2006). O luto pode ser considerado como um processo a longo prazo que não finda deixando o enlutado no estado anterior à perda. A experiência da morte do próximo sempre acarretará transformações àquele que permanece em vida (Worden, 2013). A partir da circunstância da ausência do outro, os enlutados terão de repensar os conceitos sobre o mundo e a vida, sentirão a discrepância entre a realidade e os seus constructos internos e reorganizarão as maneiras de viver depois da perda. Embora seja um processo, o trabalho em relação ao luto não ocorre de forma linear. As reações frente à perda oscilam, podendo desaparecer e retornar depois de um tempo para que, novamente, sejam desvencilhadas pelo enlutado. Tudo isso é o que permite que o luto seja uma experiência singular de adaptação (Costa, 2006).

A dor do luto é tanto parte da vida quanto a alegria de viver; é, talvez, o preço que pagamos pelo amor, o preço do compromisso. Ignorar este fato ou fingir que não é bem assim é cegar-se emocionalmente, de maneira a ficar despreparado para as perdas que irão

inevitavelmente ocorrer em nossa vida, e também para ajudar os outros a enfrentar suas próprias perdas. (Parkes, 1998, p. 22-23)

Admitir a finitude da existência humana permite, ao homem, realizar uma reavaliação de sua conduta, o que concede, a este, uma ressignificação de sentido. Tomar consciência, aos poucos, do que fora rompido na trama da vida, certamente auxilia na reorganização de tarefas, responsabilidades, bem como nas formas de resolução de problemas. O homem, com o tempo, dá-se conta que, por mais que ganhar seja importante, perder também faz parte da história da existência humana mais cedo ou mais tarde, e todas as transformações acabam proporcionando sentido à dor e à vida. O novo decurso de viver, diga-se de passagem, este processo de "renascer" diante do luto, gera fortalecimento e confiança para que as demais perdas sejam superadas. Este é o único destino possível para um luto: crescer, evoluir da adversidade. A sacralidade da vida e a construção de significados para a finitude humana autorizam valor à existência e naturalidade à morte, permitindo que o homem transcenda, siga em direção ao amparo e ao amadurecimento. Acredita-se que, muitas vezes, não é necessário sentir dor para que seja possível progredir. Por outro lado, o sofrimento perante um pesar é uma característica inerente ao viver. Caberá, portanto, a cada ser, buscar por um sentido evolutivo para a dor, uma vez que não se pode barganhar com a vida (Costa, em Brustolin, 2007).

A ritualização da morte: Representações concretas e simbólicas envoltas ao cerimonial fúnebre [1]

A ritualização da morte, através dos tempos, tem servido como recurso importante para a elaboração do complexo processo do luto. Por meio da composição de metáforas, simbologias e ações de forma dramática e altamente condensada, seus rituais transcendem o sofrimento perpetuado pela finitude do ser humano e possibilitam a consolidação de uma aliança entre passado e futuro. A conexão entre as duas dimensões de tempo, por sua vez, torna-se possível em virtude de que as cerimônias instituem significados referentes à família, sociedade e história passadas, assim como o futuro dos povos de cada geração. Tais práticas assinalam a perda de um membro; autenticam a existência humana daquele que faleceu, bem como o seu processo de viver; favorecem as expressões de sofrimento de forma conveniente aos valores da cultura; proferem simbolicamente sobre o sentido da morte e da vida e designam um caminho capaz de conferir ressignificação à perda, ao mesmo tempo em que possibilitam a continuidade para os vivos (Walsh & McGoldrick, 1998).

As regras e rituais a respeito do marco final da vida humana e do comportamento dos enlutados frente à perda fazem-se presentes em todas as sociedades, mesmo nas mais primi

[1]Ao longo do trabalho serão utilizados os termos *ritual fúnebre*, *rito fúnebre*, *cerimonial fúnebre*, *cerimonial de despedida*, *velório* e *funeral* como referência aos procedimentos adotados para a preparação concreta e simbólica da morte, por meio de um ambiente limitado ao tempo e espaço para a sua realização, de acordo com as peculiaridades de cada cultura.

-tivas. Não há praticamente nenhum grupo que renuncie aos seus mortos sem a realização de ritos. As práticas fúnebres, efetuadas sob diferentes modalidades culturais, denotam o não-abandono dos mortos pelos vivos e implicam na crença da sua sobrevivência. Revelam uma espécie de passagem para outro estágio ou plano existencial, sempre considerada como uma metáfora do prolongamento da vida. Percebe-se a natureza da necessidade do homem, desde o princípio, em realizar uma espécie de fechamento do ciclo vital, permitindo que a vida possa ser estendida numa dimensão para além da permanência terrena, a fim de tornar-se perene; ou mesmo possibilitar o desfecho da existência por meio de homenagens que concedam memórias e lembranças aos que permaneceram em vida (Bellato & Carvalho, 2005).

Os rituais asseguram a expressão das emoções intensas à medida que possibilitam a junção comunitária no que tange às manifestações do luto, e permitem a demonstração inicial da dor e da perda em um contexto construído para promover a conexão interpessoal. O envolvimento da comunidade é vislumbrado universalmente, sendo pertencente a todas as culturas, cada qual com seus dogmas e necessidades (Bromberg, 1998). É possível pensar que essa universalidade existe para atender a demanda psicológica e social de enquadrar e prever a perda, já que o evento da morte envolve um grau significativo de sofrimento, em função do rompimento de um laço afetivo consolidado entre seres, e implica na reflexão das incertezas e inconstâncias da vida (Mandelbaum, 1965 em Bromberg, 1998). Assim, a comunidade, atuante como rede de apoio durante os rituais, concede à família "o suporte da sensação de pertencer a uma cultura que tem respostas previsíveis e, por esse mesmo motivo, necessárias num momento em que o choque da perda deixa-a entorpecida e desarticulada" (Bromberg, 1998, p. 108).

A ritualização da morte se constitui um importante movimento de despedida familiar e social, possibilitando e definindo um período para a vivência do luto de forma segura, em razão de sua prática ser limitada quanto ao tempo e espaço. Permite aos membros de uma comunidade o conhecimento público da finitude humana de maneira organizada e pré-determinada (Costa, 2006). Ademais, revela-se importante experiência quanto ao marco das transições do ciclo vital, por meio da familiarização, repetição e transformação de sentidos (Bowlby, 2004). As repetições de comportamento, no caso específico dos rituais para a morte, contextualizam a experiência de perda, permitindo o nascimento das mudanças de papeis, além da troca de condições consequentes da transição de cada etapa da vida (Bromberg, 1998). Logo, os rituais do luto podem operar em múltipla escala, facilitando a expressão do sofrimento de forma individual, registrando as

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

transformações nos relacionamentos, autenticando a perda da família e possibilitando o trabalho de elaboração da comunidade na sua totalidade (Walsh & McGoldrick, 1998).

Embora a extremidade da morte não carregue consigo a atribuição de uma padronização de significados nos diferentes grupos sociais, geralmente tal circunstância encontra-se delineada sob um quadro de referências característico, por meio de uma previsibilidade de comportamentos e estabilidade nas expectativas. Por conseguinte, os rituais por ocasião de morte fazem-se presentes nos processos cerimoniais de todos os povos, cujo objetivo e significado da ritualização tornam-se substanciais tanto do ponto de vista cultural como individual (Bromberg, 1998).

Os rituais do luto também contemplam o sentido da purificação, sendo o seu período correspondente à duração da dissecação do corpo. Entretanto, o horror transmitido pelo fantasma da morte, que desde sempre acompanhou o ser humano, se traduz não só pela dor do funeral e pelo temor da transformação da robustez humana em palidez, mas fundamentalmente pelo denominador comum, que é a perda da individualidade. Esse pesar que acompanha os vivos é tanto maior quanto mais próximo ou significativo tenha sido o falecido. Não se trata da deterioração em si que faz emergir o pânico da morte, mas as emoções e os sentimentos provindos da consciência da perda da individualidade – quando o falecido não é mais reconhecido como ser humano. É a revelação da morte do outro, visualizada na perspectiva da presença da estatura inanimada do indivíduo, que oportuniza, ao ser, a apreensão da essência da sua existência mortal, ou seja, a noção da sua própria finitude. A compreensão da mortalidade, distante da livre aceitação da perda, que é característica do ser humano e está implícita na travessia dos tempos, desde a pré-história, leva-o a se revoltar contra as suas próprias limitações. Assim, o paradoxo existente entre o adaptar-se, ou não, à morte acaba sendo expresso pelos rituais fúnebres e de luto (Bellato & Carvalho, 2005).

Desde o princípio dos tempos, em todas as sociedades, o ser humano sempre esteve permeado por dois tipos de morte: uma biológica, representando o desfecho da existência humana por meio da organicidade do seu corpo; e uma morte social, revelando o fim da identidade social do indivíduo, junto a todas as representações comportadas por este – esta última acontecendo por intermédio de um processo que compreende uma série de cerimônias, incluindo também o funeral, o qual possibilita, à sociedade, oficializar e ritualizar a despedida de um dos seus e ratificar sua continuidade sem ele (Bellato & Carvalho, 2005).

O luto representa, socialmente, a inadaptabilidade frente à morte. É considerado trauma em função de ser um evento causador de desconforto, desorganização e sofrimento, e também por acontecer num curto período de tempo em que não há prévia preparação para o seu reconhecimento (Parkes, 1998). Por tal razão, considera-se que a complexa troca de serviços entre famílias e grupos, no que tange ao oferecimento e recebimento de amparo, faz com que os rituais apresentem função econômica essencial, sendo capazes de orientar o comportamento emocional dos enlutados para condutas aceitáveis, mantendo a integridade social de cada cultura (Bowlby, 2004). Logo, é este processo de adaptação social que possibilita o movimento da cicatrização das feridas dos enlutados

e permite que haja a reestruturação de um mundo presumido tanto individualmente quanto frente à comunidade (Bellato & Carvalho, 2005).

Os rituais de luto existem para estabelecer uma conexão significativa destes com as necessidades do enlutado em particular ou da rede familiar. Permanecem sendo vitais e autênticos aos indivíduos, à medida que estão inseridos em tradições passadas, mas podem ser recriados de acordo com as necessidades do presente (Walsh & McGoldrick, 1998). Neste sentido, o serviço prestado pelas funerárias pode ser um importante facilitador no auxílio da resolução saudável do luto. De acordo com Worden (2013), o luto constitui um processo de aperceber-se, de tornar realística uma importante, porém dolorosa mudança para o indivíduo. Os cerimoniais fúnebres, neste sentido, possibilitam tornar real o fato da perda, à medida que ver o corpo da pessoa falecida ajuda o enlutado a trazer para si a realidade e a finalidade da morte. Logo, permitir que os membros da família vejam o corpo da vítima, seja no cerimonial, cemitério ou hospital, torna-se vantajoso. Mesmo no caso de cremação, o corpo pode ainda estar presente no sepultamento, tanto numa urna aberta quanto fechada e a cremação ser feita depois do funeral (Worden, 1998). Tendo em vista que a morte social e a morte física não acontecem de forma simultânea, os ritos fúnebres se caracterizam por instrumentos de assimilação e elaboração das transformações que acontecem também para a comunidade na sua totalidade. Assim, os velórios constituem um importante recurso para auxiliar os indivíduos enlutados a atravessarem a primeira fase do luto – a negação da ocorrência da perda (Parkes, 1998).

A ritualização da morte, na sua melhor tradição, oportuniza, aos enlutados, um momento para a expressão de pensamentos e sentimentos em relação ao falecido (Parkes, 1998). Por tal razão, os cerimoniais são compreendidos como instrumentos que oferecem aos enlutados uma forma de amparo, autorizando as expressões de dor e sofrimento e decrescendo eventuais riscos de complicação quanto à elaboração do luto. O compartilhamento das emoções, pelos familiares, durante os rituais fúnebres contribui para que os membros trabalhem em conjunto sobre as probabilidades a partir da perda, canalizando e redefinindo sensações. Construir e/ou repensar a respeito das expectativas em família, neste sentido, reduz as distorções familiares que podem ser prejudiciais no luto e assume função terapêutica, na medida em que possibilita o senso de autonomia e controle sobre a vida mesmo depois da perda (Costa, 2006).

Os indivíduos, de modo geral, necessitam atribuir significado aos eventos que, muitas vezes, não são passíveis de serem justificados. A morte, como mistério pertencente à vida, por tratar-se de uma fuga à compreensão humana, também é conferida de um simbolismo capaz de acalmar angústias e aflições. Por tal razão, o espaço proporcionado pelos funerais acaba servindo como oportunidade de construção de sentidos à perda (Worden, 1998). O serviço pode, por exemplo, ser um reflexo da vida da pessoa que se foi. Logo, torna-se possível representá-la por meio das suas coisas espalhadas em todo o velório, de forma a mostrar a sua importância e o reconhecimento por tudo o que era relevante para ela. O funeral também pode ser visto como importante espaço no

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

qual os indivíduos prestam gratidão ao falecido e têm a oportunidade de praticar ações consideradas benéficas a ele. Neste sentido, feitos que seguem ao encontro dos seus desejos, como as orações individuais ou em conjunto, caracterizam-se como instrumentos de elaboração do luto (Bowlby, 2004). É fundamental que o simbolismo intrínseco ao ritual fúnebre por si mesmo também faça sentido à família. O processo de elaboração do evento da perda, junto aos seus significados, só se torna possível na medida em que há representações construídas e consolidadas aos próprios membros. Por tal razão, tamanha a importância da participação dos familiares no que tange à estruturação do funeral (Costa, 2006).

Ressalta-se que, por vezes, também há uma tendência maior de idealizar e elogiar em demasia a pessoa perdida durante o sepultamento. Para além das faltas e dos excessos, a situação mais adequada seria aquela em que os enlutados pudessem deixar transparecer tanto as coisas das quais sentirão falta quanto aquilo que não deixará saudade da pessoa que se foi, mesmo que amada. O serviço oferecido pelas funerárias pode ajudar no processo de luto, permitindo que a pessoa enlutada possa falar sobre a falecida e, ao mesmo tempo, ressignificar a relação estabelecida a partir das suas lembranças. A importância dos cerimoniais é vislumbrada por meio da possibilidade de consolidar uma rede de apoio à família enlutada logo depois da perda ter acontecido. Esta modalidade de apoio social pode ser um recurso fundamentalmente útil na facilitação do processo de luto (Worden, 2013).

Em matéria de finitude humana, as ciências não apresentam conhecimentos consistentes, capazes de alcançar as questões mais profundas relacionadas à aproximação com a morte. Em outras palavras, estas encontram-se limitadas quanto ao campo de investigação e busca por verdades sobre as questões essenciais da vida. Podem amenizar o sofrimento do homem, contudo não oferecem sentido ao morrer, nem possibilidades para além da morte. Assim, esta tarefa permanece a cargo das religiões, que mesmo com suas controvérsias foram, desde a antiguidade, e continuam sendo boas orientadoras dos percursos da alma para o homem no sentido de significar o sofrimento que este carrega consigo devido à falta de esclarecimentos sobre a morte (Susin em Brustolin, 2007). O contexto específico dos cerimoniais fúnebres, por sua vez, também abre espaço para a manifestação das diferentes crenças religiosas dos enlutados. A fé, construída a partir de valores de cunho religioso, torna-se um movimento essencialmente benéfico, uma vez que oferece explicações para a morte, assentindo a expressão do desespero causado pela perda e assegurando, ao enlutado, defrontar-se com os sentimentos de desconsolo e desesperança, bem como a sensação de falta de autonomia sobre a própria existência, normativos ao processo de luto (Costa, 2006). Os ritos fúnebres e também de cunho religioso que ocorrem em sequências predeterminadas de tempo "possibilitam aos vivos recordar e homenagear os mortos, administrando a perda ao longo de um tempo, funcionando como uma estrutura organizadora para elaboração de luto da família" (Costa, 2006, p. 24).

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

O ser humano necessita, à sua maneira, dar forma conhecida ao que é misterioso. Por intermédio da morte, torna-se possível encontrar um modo para expressar suas inquietações. São utilizadas formas de compreensão disponíveis, bem como aquelas que se assemelham aos caminhos que precisam ser trilhados. A ciência cede lugar à religião que, segundo a ótica teológica, revela-se um influente recurso a facilitar o processo de adaptação e construção de um sentido para a vida diante de uma perda dolorosa. Esta não apenas funciona semelhante a uma âncora de sustentação, mas também como ferramenta de referência a reduzir sensações de insuficiência e abandono que a perda poderá registrar na vida do enlutado. Além disso, pode servir como artifício para resgatar a confiança em algo. A fé em algo superior apresenta-se como uma possibilidade de sair do vazio. Entremeada à vida e ao viver, a morte passa a fazer do processo de luto algo natural, e consequentemente, enfrentável (Costa, em Brustolin, 2007).

Assim, a participação dos enlutados no ritual fúnebre singularizado e adaptativo pode servir como agente facilitador para a construção de significados referente ao passado, permitindo a modificação do presente e oportunizando espaço para um futuro qualitativo, além do reestabelecimento de um mundo presumido (Walsh & McGoldrick, 1998).

Aconselhamento psicológico em situações de luto

O aconselhamento psicológico voltado ao luto constitui-se num modelo de intervenção psicológica que pretende basicamente auxiliar o indivíduo enlutado a manejar com a perda, agindo na prevenção de um eventual luto complicado. A perda de uma figura de apego provoca uma ampla gama de reações normativas provindas de tal experiência. Alguns atravessam-na perpassando pelas quatro fases do luto de forma dinâmica e, ao mesmo tempo, prevista, enquanto outros apresentam maiores complicações no manejo com o pesar. O aconselhamento psicológico torna-se eficaz nestes últimos casos, à medida que auxilia os enlutados a resolverem o luto de forma favorável (Worden, 1998). Visa, portanto, o estabelecimento de condições de vida saudáveis ao enlutado, ao contar com os recursos psíquicos deste, além de sua rede de apoio familiar e social (Costa, 2006). A abordagem do aconselhamento psicológico no luto se torna fundamental no auxílio aos indivíduos enlutados, em virtude de facilitar a passagem pelo processo de luto, buscando uma conclusão saudável das etapas, fases e tarefas do luto num período de tempo benéfico ao enlutado. Assume caráter preventivo, à medida que se caracteriza por ser uma intervenção psicológica possível de ser feita antes da instauração de um luto complicado (Parkes, 1998).

O aconselhamento psicológico em situações de luto objetiva, de modo geral, auxiliar o indivíduo na adaptação da perda para que este se torne capaz de ajustar-se à nova realidade de forma saudável e funcional mesmo na ausência do falecido. Trata-se de acreditar e ajudar o enlutado a encontrar meios para que este possa reinvestir suas emoções na vida e no viver (Worden,

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

2013). Esta abordagem pode ser vislumbrada como um suplemento para intervenções tradicionais que podem não funcionar com alguns ou não estarem disponíveis para outros. O aconselhamento, neste sentido, permite que o profissional esteja instrumentalizado de forma consistente sem necessariamente fazer abordagens formais em demasia (Worden, 1998). A despeito das fases de transição do luto, pode-se dizer que o aconselhamento funciona como (1) reforçador para a concretização da perda, ou seja, a realidade da sua ocorrência; (2) um suporte ao enlutado no que se refere ao sofrimento emocional e às eventuais condutas provindas deste; (3) facilitador no atravessamento dos desafios impostos pelos reajustas pós-perda; e (4) promotor das reflexões do enlutado, a fim de que possam ser encontradas maneiras saudáveis de manter o vínculo com a pessoa querida e, ao mesmo tempo, sentir-se confortável para reinvestir no processo de viver (Worden, 2013).

Diferentes profissionais podem executar o trabalho de aconselhamento e promover a facilitação dos objetivos do luto. Parkes (1980) apresenta três modalidades de aconselhadores, sendo a primeira composta por profissionais capacitados para o serviço – médicos, enfermeiros, psicólogos ou assistentes sociais; o segundo tipo de aconselhamento no luto envolve serviços em que voluntários são selecionados, treinados e acompanhados por profissionais; e o terceiro envolve grupos de autoajuda em que um enlutado oferece amparo aos demais também enlutados, com ou sem o acompanhamento de um profissional capacitado. Os referidos serviços são direcionados a uma reduzida quantidade de indivíduos enlutados que apresentam condutas de risco após uma perda, e vão desde o acolhimento e amparo a estes ou às famílias, em suas residências, até mesmo a realização de atendimentos individuais ou sob o viés de trabalho grupal, no próprio local do serviço de luto (Parkes, 1998).

Worden (2013) defende a ideia de que o aconselhamento psicológico em situações de luto é mais eficiente quando realizado por volta de uma semana posteriormente ao funeral. Nas primeiras 24 horas, geralmente, os enlutados encontram-se em estado de choque e torpor, por isso, supõe-se muito cedo para que o conselheiro atenda. Considerando que o luto é um processo cujo tempo de aperceber-se e permitir-se a visualização da concretude do que fora perdido pode levar longo prazo, enquanto for testemunhado, qualquer elemento que force o teste de realidade no período inicial tende a causar objeções. Contudo, salienta-se que há situações em que o próprio serviço funerário dispõe de assistência psicológica como ferramenta complementar na facilitação de recursos psíquicos e estratégias de enfrentamento aos enlutados. Portanto, considera-se que não há regras rígidas quanto à atuação do profissional conselheiro frente à perda. É preciso pontuar fatores como as circunstâncias da morte, as possíveis funções exercidas pelo aconselhamento psicológico, bem como a estruturação do contexto fúnebre (Parkes, 1998).

Pode-se dizer que há três filosofias do aconselhamento do luto no que tange ao recebimento desta modalidade de serviço. A primeira refere que o aconselhamento psicológico pode ser oferecido a todos os que sofrem devido às perdas por morte, em razão de ser um evento traumático

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

aos envolvidos. Porém, ressalta-se que o atendimento universal, embora compreensível, apresenta custos, à medida que se torna inviável oferecê-lo de forma integral. A segunda filosofia diz respeito à necessidade de ajuda por parte dos enlutados após o surgimento de dificuldades maiores. Em outras palavras, a busca pelo aconselhamento acontece, geralmente, após um longo período de estresse que se torna irreversível ao enlutado. A terceira filosofia está ancorada num modelo preventivo de saúde mental. Neste sentido, o profissional pode atuar de forma a prevenir precocemente eventuais adaptações precárias à perda e dificuldades posteriores (Worden, 2013). Ao avaliar as necessidades de cuidado de uma família ou indivíduo, a fim de tornar possível uma intervenção psicológica que também seja eficiente e eficaz diante de situações de luto, é preciso considerar determinados indicadores: perdas múltiplas; perdas repentinas/inesperadas; perda ambígua; morte violenta; mortes que implicam em rompimentos de relações dependentes e/ou ambivalentes; morte de filhos; ausência de apoio familiar e/ou social para a vivência do luto; perdas não reconhecidas (aborto, relações extraconjugais, homossexuais e outras); problemas de saúde no enlutado; inabilidade para lidar com mudanças no enlutado; padrões familiares de desunião; ausência de flexibilidade no sistema familiar; dificuldades de comunicação na família; papel importante da pessoa que faleceu e substituição precipitada ou inabilidade para reinvestir em outros relacionamentos; relações conflituosas por ocasião da morte; legado multigeracional de lutos não-resolvidos, particularmente revivências transgeracionais de aniversário; sistema de crença familiar envolvendo culpa e/ou vergonha acerca da morte; contexto sócio-político e histórico da morte, estigmas ou medos catastróficos (Bromberg, 1998).

Quaisquer abordagens intrínsecas ao aconselhamento psicológico em situações de luto, bem como sua estruturação estão vinculadas a princípios e procedimentos, a fim de torná-lo eficaz. Considerando que os momentos iniciais da perda estão permeados por um certo senso de que o evento da morte não aconteceu, o primeiro passo do profissional capacitado como aconselhador se refere a (1) *Ajudar o indivíduo a efetivar a perda*. Trata-se de encontrar maneiras de ajudar o enlutado a chegar à consciência de que a morte, de fato, ocorreu, e que a pessoa perdida não mais retornará. Falar sobre a perda é um recurso facilitador para a sua aceitação, quando encorajado pelo conselheiro. Neste sentido, questionamentos direcionados ao enlutado sobre as circunstâncias da morte também se tornam ferramentas indispensáveis para o seu reconhecimento – quando e onde ela ocorreu? De que forma aconteceu? Como ficou sabendo? Como foi o funeral? O que foi dito durante aquele momento? – Muitos enlutados precisam passar e repassar, em suas mentes, a ocasião da morte, para que estejam capacitados a alcançar, de forma integral, o discernimento da perda sofrida. Às vezes, tal processo leva um período maior de tempo. O conselheiro, por sua vez, não está sujeito à impaciência, podendo favorecer a crescente consciência da perda e seu impacto ao estimular o enlutado a verbalizar memórias e lembranças a despeito da pessoa querida, tanto recentes quanto remotas (Worden, 2013).

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

Por vezes, os sentimentos vivenciados por aqueles que se encontram em processo de luto acabam sendo rotulados como disfóricos. Em função da dor e desconforto que geram, muitas emoções emergidas pelo enlutado acabam sendo trancafiadas, impedindo-o de reconhecê-las e senti-las para que a solução efetiva possa ser contemplada. O trabalho realizado pelo conselheiro do luto, neste sentido, é o de (2) *Ajudar o indivíduo a identificar e vivenciar sentimentos*. Em outras palavras, auxiliar o enlutado a distinguir os sentimentos presentes para que ele se permita experimentá-los no grau que se faz necessário. Muitos indivíduos buscam por tratamentos medicamentosos para o alívio imediato do sofrimento e atenuação da dor. Auxiliá-los a reconhecer e trabalhar para atravessar o pesar é parte fundamental da intervenção quando do aconselhamento psicológico nas situações de luto, quer seja na identificação dos sentimentos não possíveis de serem nomeados, quer seja na aceitação da existência de sentimentos de raiva, culpa, ansiedade, tristeza, desamparo, solidão, entre outros, feitos tão presentes frente à perda, mas considerados tão disfuncionais aos enlutados (Worden, 2013).

O aconselhador também visa (3) *Ajudar a viver sem a pessoa falecida*. Em outras palavras, é preciso aprender a adaptar-se à perda sofrida, a fim de que o enlutado adquira habilidade de viver sem o falecido e possa tomar decisões de forma independente. Considerando que a pessoa que morreu ocupava diferentes papeis em vida, a disponibilidade do enlutado para ajustar-se a uma nova função na ausência deste é parte da resolução de problemas. O aconselhador, por sua vez, pode auxiliar o enlutado a adquirir essa habilidade para o enfrentamento, bem como para a tomada de decisões, a fim de que o papel anteriormente ocupado pelo falecido possa ser reassumido pelo enlutado com uma redução na carga de estresse emocional. Embora o trabalho do aconselhador seja encorajar o enlutado a entrar em contato com a realidade da perda e os sentimentos experimentados em virtude desta, ocupando papel de ouvinte paciente e, além disso, incentivar o enlutado a adotar novos papeis sem culpa depois do evento da morte, é preciso que o conselheiro também desestimule o enlutado, sem fazê-lo sentir-se desamparado, a tomar grandes decisões de mudança de vida – como, por exemplo, vender propriedades, trocar de emprego ou adotar crianças. Fazer julgamentos considerados adequados durante o período de luto agudo se torna arriscado, em função das respostas mal adaptativas. Mudanças importantes tornam-se funcionais no momento em que o enlutado está totalmente capacitado a tomar decisões seguras, não somente para atenuar o seu sofrimento, e executá-las logo que se sentir preparado (Worden, 2013).

Conselheiros também podem ser facilitadores ao (4) *Auxiliar o enlutado a encontrar um sentido para a sua perda sofrida.* Assim, o processo pode ser tão relevante quanto a habilidade de reatribuir significado a um mundo transformado posteriormente ao pesar (Schwartzberg & Halgin, 1991). Os enlutados cuja perda não conseguem encontrar uma resposta consistente para justificá-la, envolvem-se, geralmente, em atividades filantrópicas, políticas ou assistenciais, estas associadas à maneira da morte da pessoa querida. Logo, encontrar sentido para o que foi perdido envolve não somente a questão do "Por que isso aconteceu?", mas também do "Por que isso

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

aconteceu comigo?", podendo desafiar a noção da pessoa acerca de si própria e fazendo emergir sentimentos de baixa autoestima e perda da autoeficácia. A melhor intervenção do aconselhador, quando diante de situações deste âmbito, está em auxiliar o enlutado a encontrar maneiras para reestabelecer um aumento de consciência das áreas que tenta exercer controle, cujas tentativas são bem-sucedidas (Worden, 2013).

(5) *Facilitar a relocalização emocional da pessoa morta* também é um princípio praticado pelo conselheiro, à medida que este promove suporte ao enlutado para que ele encontre um novo lugar em sua vida para as memórias e lembranças relativas ao falecido. Trata-se da ressignificação de um sentido que permite, ao enlutado, seguir em frente e investir em novos relacionamentos, mesmo estando ciente de que o lugar ocupado pela pessoa morta nunca será substituído (Worden, 2013). Entretanto, o processo de ajustamento a um mundo sem o falecido acontece de forma gradual. Logo, é preciso (6) *Dar tempo ao luto*. O conselheiro tem a função de informar e ajudar a interpretar, para os familiares, que o enlutamento requer um período de tempo e que suas reações não precisam ser impedidas. Por vezes, o primeiro aniversário de morte também se torna um momento dificultoso, em razão de que faz emergir todos os tipos de pensamentos e sentimentos. Este período, geralmente, carece de um cuidado extra por parte do profissional, que ajudará o enlutado a refletir sobre as datas comemorativas próximas e preparar-se para quando chegarem sem mais a presença do falecido (Worden, 2013). E, embora seja necessário dar tempo ao luto como um dos princípios do aconselhamento, torna-se necessário (7) *Interpretar e comportamento normal*, ou seja, até que ponto as reações do enlutado podem ser consideradas normativas do processo de luto. Depois da perda, muitos indivíduos têm a sensação de que estão ficando loucos. Inicialmente, é esperado que se sintam de tal forma, levando em conta que estão atordoadas por estarem vivenciando algo que não faz parte da rotina de suas vidas. Se, para o aconselhador, há clareza no que tange aos comportamentos normativos frente à perda, também podem ser fornecidas garantias sobre a normalidade dessas experiências (Worden, 2013).

Acredita-se que há uma variada gama de condutas do enlutado frente à perda. Não se pode esperar que os padrões comportamentais de todos os que são acometidos por tal circunstância passem pelo processo de luto da mesma forma. Schwartzberg & Halgin (1991) referem que "o luto é um fenômeno com variabilidade interpessoal enorme e fortes diferenças individuais na intensidade das relações afetivas, no grau de prejuízo e na extensão do tempo em que a pessoa vivencia o efeito doloroso da perda" (p. 69). Por tais razões, o aconselhador pode auxiliar os enlutados a interpretarem as oscilações quanto às reações ocorridas entre eles próprios, já que podem diferir entre si, para que não esperem que emerjam igualmente nos demais. Intrínsecos à versatilidade de maneiras de reagir frente ao luto, encontram-se também os modelos particulares de proteger-se e defrontar-se dele. Assim, o próximo princípio do aconselhamento consiste em (9) *Examinar estilos de defesa e enfrentamento*, que podem estar intensificados devido à perda significativa. Considera-se que o atravessamento do processo de elaboração da perda pelo viés

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

emocional ativo tende a ser a maneira mais eficiente para o manejo de conflitos provenientes do enlutamento. Logo, a utilização de estratégias como o humor, a disponibilidade para reestruturar ou redefinir uma condição dolorosa, adaptar particularidades de regulação emocional e a habilidade de reconhecer e permitir o suporte social constituem-se recursos eficazes para a resolução de problemas. O aconselhador pode enfatizar, ao enlutado, os estilos de defesa e enfrentamento que eventualmente estão sendo, por ele, utilizados e, a partir daí, refletir, em conjunto, sobre a sua eficácia. Posteriormente, podem explorar outras possibilidades de confrontação ocasionalmente mais efetivas com a finalidade de reduzir sentimentos de angústia e aflição (Worden, 2013).

Por fim, mas igualmente importante, o aconselhador pode (10) *Identificar eventuais patologias e fazer o encaminhamento* dos enlutados cujo estado psíquico tenha ficado comprometido devido ao desencadeamento de uma perda e luto subsequentes. Isso acontece porque, às vezes, o aconselhamento ou a facilitação do luto não são suficientes, e a perda – ou a forma como o enlutado está manejando com ela – pode fazer com que surjam dificuldades maiores, cuja resolução também se torna mais difícil. Em razão de que estes contratempos exigem técnicas e intervenções particulares, além do entendimento sobre a psicodinâmica, trabalhar com elas pode não constituir parte das atribuições e capacidades do conselheiro do luto (Worden, 2013).

Diante da perda sofrida, o enlutado precisa de um suporte que lhe possibilite falar sobre o seu pesar e a experiência vivenciada pela morte do próximo, sobre o funeral e as lembranças do falecido. O profissional aconselhador deve ser continente e permitir que o enlutado sinta que suas expressões de dor estejam sendo escutadas e aceitas; saber que algum grau de culpa e raiva se fazem presentes, mas que pode conversar sobre isso com tranquilidade; proteger-se dos desvios que o processo de luto, não raras vezes, impõe. Do mesmo modo, experimentar-se diante do primeiro aniversário de morte com acompanhamento; reconhecer, compreender e atender as necessidades do enlutado quando visualizar maior indisponibilidade por parte deste. Além disso, permitir que o enlutado finalize o processo de luto por meio da readaptação do mundo presumido e da apropriação de novos papeis e uma identidade diferente da anterior; ter quaisquer pontos de conexão com a vida, sejam eles por número de telefone ou quaisquer outros meios de contato (Bromberg, 1998).

O aconselhamento psicológico em situações de luto é fundamental no que tange ao asseguramento de estímulos para que o enlutado possa fechar questões que, eventualmente, ficaram inacabadas com a pessoa amada e finalmente se sinta preparado para dizer adeus. Do mesmo modo, para aumentar sua percepção quanto à realidade da perda sofrida e, a partir daí, potencializar capacidades de confrontação com o evento da morte, a fim de possibilitar a expressão e administração das emoções, além dos afetos intensos e latentes diante do luto. Por meio da maior organização frente à perda, o enlutado pode construir maneiras de ajustar-se às novas etapas de transição, atravessando os obstáculos impostos; bem como estimular e autorizar a si mesmo a

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

sentir-se confortável para tornar a reinvestir no viver e em relacionamentos posteriores (Worden, 2013).

Aconselhamento psicológico a familiares enlutados durante o ritual fúnebre

O aconselhamento psicológico desenvolvido junto ao ritual fúnebre e direcionado aos enlutados, na modalidade de acompanhamento, caracteriza-se como uma intervenção emergencial em crise, operacionalizando-se por meio do plantão psicológico executado pelo aconselhador. O principal instrumento utilizado é o aconselhamento para situações de luto, visando o acolhimento e amparo aos familiares presentes no exato momento de suas necessidades, executados por meio da observação primária quanto à circunstância envolta ao evento que levou à busca pelo serviço funerário. Por intermédio do desenvolvimento deste serviço, enfatiza-se a vivência experimentada naquele período de tempo, a fim de auxiliá-los a manejar de forma funcional com os seus recursos psíquicos e limitações (Costa, 2006).

O psicólogo que opta pela formação em aconselhamento psicológico no luto deve estar ciente de que o seu trabalho envolve, exclusivamente, situações de crise e, por este mesmo motivo, em quaisquer circunstâncias, eventos que estejam relacionados à morte apresentarão cunho repentino, causando desorganização aos envolvidos. Observa-se que o profissional que desempenha trabalhos relacionados às perdas, sobretudo em contextos amplos de atuação, precisa manusear também com o inesperado, imediato, com a desordem e confusão dos enlutados. Intervenções de cunho emergente podem ser realizadas também no âmbito fúnebre – contexto abrangido na presente pesquisa – à medida que o profissional psicólogo deve, necessariamente, fazer abordagens consistentes e eficazes num período de tempo breve, considerando a observação e compreensão do quadro a que está exposto (Noal, Vicente, Weintraub & Knobloch, 2013). O papel do psicólogo, quando no contexto do ritual fúnebre, é o de, fundamentalmente, escutar a demanda de seus enlutados, conhecer o local e o ocorrido, por meio da observação e trabalho em conjunto com a equipe funerária, mapear a oferta de serviços, articular e refletir sobre formas de intervir, considerando os recursos disponíveis tanto dos familiares como do local, levando em conta que os referidos fatores encontram-se permeados pelo desespero, tristeza e dor do luto daqueles que permaneceram em vida (Bromberg, 1998).

O profissional, no contexto específico do ritual fúnebre, dispõe-se, em prontidão, à família, apresentando-se a ela desde o momento da sua contratação, como membro da equipe de profissionais que trabalha na funerária escolhida pela família para a realização do cerimonial. Fazer-se presente desde o início do processo de ritualização é essencial para a observação e compreensão do contexto a ser trabalhado nos momentos posteriores. Ao psicólogo, cabem explicações sobre o desenvolvimento do serviço, contemplando orientações, informações e suporte

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

psicológico aos familiares para a vivência do momento de luto. Sua presença, no âmbito do funeral, depende da particularidade de cada família e da sua demanda circunstancial, durando, geralmente, duas a oito horas e podendo ser novamente solicitado até o final do velório ou mesmo dias posteriormente ao enterro (Costa, 2006). É comum a busca dos familiares pelo psicólogo em momentos decorrentes ao evento da morte. Pode-se pensar que tal conduta justifica-se em razão de que o acompanhamento inicial, possibilitado pelo aconselhador, promove a sensação de amparo e maior compreensão do acontecimento aos enlutados, que podem vir a sentir-se mais confortáveis ao retomarem memórias e lembranças sobre a vivência do funeral e da pessoa perdida a alguém que já os tenha acudido anteriormente. Portanto, acredita-se que o serviço disponível no funeral ofereça uma oportunidade para que os familiares enlutados busquem, com maior facilidade, os cuidados de um profissional da saúde mental em períodos de tempo posteriores ao sepultamento.

É importante, para a família, que o aconselhador permita tempo para sua despedida durante a cerimônia, desligando-se à medida que os objetivos previstos especificamente para o serviço tenham sido alcançados. A presença constante do profissional no contexto do funeral acarreta em sensações invasivas e desconfortantes à família, visto que pode inferir no resguardo da expressão das emoções (Bromberg, 1998). Caso os familiares entrem em contato com o aconselhador também após o sepultamento, o motivo do contato é avaliado e, se necessário, são realizados encaminhamentos para assessoria jurídica, psicológica, institucional (questões burocráticas de cada funerária) ou para assistência social, dependendo da situação. Ao mesmo tempo, torna-se significativo, para a família, que o aconselhador disponha tempo para atendê-la. Geralmente, a carga horária é combinada de forma comum entre o profissional e a clientela, considerando o tempo previsto para a atuação, para que todas as necessidades desta última possam ser prontamente atendidas. É indispensável que o seu trabalho se inicie logo após o seu primeiro contato com os membros, a fim de que exista tempo suficiente para o planejamento de ações conjuntas entre equipe e os clientes (Costa, 2006).

A própria operação para a estruturação do ritual fúnebre apresenta caráter preventivo e possibilita a elaboração do luto, à medida que permite que os enlutados reflitam sobre as possibilidades para a construção da cerimônia e também se aproximem do ambiente estrutural como forma de internalizar o ocorrido (Bromberg, 1998). É importante oferecer tempo para as negociações e construções de ações ritualísticas específicas junto à família, tanto aos membros entre si quanto aos serviços que a funerária pode oferecer. Neste caso, o aconselhador atua como mediador, evitando adotar condutas eventualmente hostis ou percebidas como tal pelos familiares. O psicólogo pode auxiliar, se solicitado, a pensar sobre determinadas formas de arranjar o local para a efetivação do cerimonial e, ao mesmo tempo, promover meios para que a própria autonomia dos enlutados possa ser exercitada mesmo diante do caos. Assim também o é em relação ao tempo de permanência junto aos enlutados. Não é necessário que o aconselhador permaneça

interruptamente no cerimonial, mas que o realize de forma a ficar de sobreaviso para o caso de ser solicitado em momentos específicos (Costa, 2006).

Independente da circunstância em que a morte ocorreu, ela sempre apresentará, como tendência, uma conotação inesperada, fazendo com que os enlutados enfrentem, de algum modo, a sua condição de fragilidade humana. Ademais, a perda constitui o rompimento de um laço de amor que, a partir do momento da morte, precisará passar por reestruturações e rearranjos, trazendo consigo riscos e oportunidades de mudança. O luto, como um processo resultante desta mudança, poderá desenvolver-se tanto para o fortalecimento psíquico do enlutado, quanto para o seu adoecimento (Costa, 2006). Um fato que, possivelmente, possa dissolver o propósito principal do funeral – apresentar, de forma concreta, a realidade da morte – é que ele acontece de forma breve e cedo demais. Geralmente, o profissional se depara com o estado de choque e entorpecimento dos enlutados, e o funeral não comporta tamanho impacto psicológico positivo que deveria apresentar. Portanto, para que um ritual fúnebre possa servir como ferramenta facilitadora do processo de luto, é fundamental o oferecimento de espaço propício para a expressão dos sentimentos e emoções emergentes, além de um tempo suficiente para a despedida da família (Worden, 2013).

Observa-se que, na fase de choque e torpor, os enlutados permanecem sob confusão e desorganização, em razão do próprio caráter repentino e imediato que a finitude humana abrange. Neste sentido, avisar parentes, amigos e conhecidos sobre a morte; auxiliar no planejamento do ritual junto à família; recolher eventuais pertences em algum ambiente que a pessoa possa ter permanecido como, por exemplo, hospital ou casa de repouso; receber pessoas, podem se tornar tarefas burocráticas extremamente difíceis de se realizar. Um aconselhador eficiente poderá, conjuntamente à família, auxiliar no manejo das referidas tarefas, por meio da negociação do tempo para que as ideias sejam devidamente acomodadas para a tomada de decisões, ademais de proteger os enlutados contra imposições desnecessárias ou pessoas, eventualmente, intrusivas (Parkes, 1998).

O conselheiro, ainda, poderá exercer os cuidados sob a forma de acolhimento e amparo aos familiares enlutados, com a finalidade de favorecer a compreensão sobre o que ocorreu, o que está acontecendo e o que poderá se suceder em momentos posteriores. Sua intervenção, algumas vezes, feita a partir de uma comunicação mais silenciosa, que vem de uma compreensão afetiva, poderá ser útil para reduzir os danos causados pelo impacto da notícia da perda e também do luto posterior, oferecendo espaço para a expressão dos sentimentos dos enlutados de forma tranquila. A presença de um profissional aconselhador no contexto do funeral torna-se eficaz, à medida que possibilita potencializar o seu serviço como ferramenta complementar de elaboração do luto. O acompanhamento psicológico durante o cerimonial, por meio do aconselhamento como instrumento de intervenção, promove o resgate de recursos psíquicos dos familiares enlutados para que o ajustamento frente à perda sofrida aconteça num maior grau de consciência, facilitando a reorganização para a vivência da crise (Costa, 2006). Pode-se pensar que, no momento inicial do

luto, talvez os familiares se beneficiem com uma pessoa de fora, assumindo a função aberta para a escuta ativa dos membros que permanecem envolvidos pela sua dor e dos demais. Oportunizar um ambiente adequado para que os familiares enlutados sintam-se à vontade para conversar sobre dificuldades que estejam ameaçando sua autoestima com alguém imparcial e devidamente treinado pode ser um modo de reassegurá-los de que não estão enlouquecendo ou perdendo o controle, sensações características frente à vivência do luto. Tal conduta pode ser executada explicitamente, por intermédio das abordagens adotadas pelo aconselhador, que se mostra compreensivo e entendedor frente às reações emocionais emergidas pelos membros da família (Parkes, 1998).

Logo, o objetivo geral do aconselhamento em situações de luto é justamente favorecer o enfrentamento do processo de elaboração da perda ao enlutado, incitando-o para o seu fortalecimento psíquico e saúde mental (Costa, 2006). Como objetivos específicos, neste modelo, podem ser citados da seguinte forma: (a) Disponibilizar um *setting* estruturado, não necessariamente formalizado, por meio de uma escuta ampla e continente, a fim de que a relação estabelecida durante o aconselhamento possa servir de instrumento facilitador para o enfrentamento da perda pelos enlutados; (b) Estimular, reforçar e/ou oportunizar uma rede de apoio familiar para a confrontação do luto por meio de perspectivas fortalecidas, mais saudáveis e, eventualmente, menos traumáticas (Bromberg, 1998); (c) Flexibilizar possíveis crenças a respeito das circunstâncias e implicações da morte aos familiares enlutados; (d) Viabilizar meios para a expressão e a identificação dos sentimentos envolvidos ao pesar, bem como as lembranças e reações decorrentes da perda (Parkes, 1998); (e) Orientar, apoiar, acompanhar e/ou construir, juntamente aos familiares, a ritualização da perda, a fim de assegurar aos enlutados a conexão com a realidade subjetiva por meio da preservação de lembranças adaptativas; (f) Informar à família sobre eventuais reações e sintomas esperados diante do luto, fornecendo tempo de reflexão aos enlutados e auxiliando-os na retomada de controle sobre a própria vida e sua readaptação; (g) Facilitar a busca de recursos para o manejo da dor a da sensação de ausência perpetuada pela perda; (h) Proporcionar suporte social; (i) Auxiliar o enlutado na revisão da sua vida no que tange às defesas e aos relacionamentos, conduzindo-o para meios mais eficazes e menos custosos na administração dos desafios; (j) Facilitar a comunicação entre a família enlutada e a equipe de profissionais da funerária, a fim de resguardar-se de eventuais conflitos e discrepâncias (Costa, 2006).

A presença de um aconselhador no contexto funerário pode ser uma experiência positiva e benéfica aos clientes, à medida que auxilia na construção de entendimentos posteriores ao evento da morte. Os enlutados, por meio do auxílio promovido pelo profissional aconselhador, percebem que as sensações de vazio e desorganização podem ser compreendidas como normativas do processo de mudança imposto pelo luto, tornando-as menos assustadoras de serem vividas (Bromberg, 1998). Ademais, o diálogo aberto, livre de julgamentos do aconselhador, também pode ser favorável aos familiares enlutados, em virtude de que lhes possibilita pensar sobre sintomas e

reações esperados no viver do processo de luto, além de planejar, conjuntamente com a família, as ações a serem praticadas posteriormente ao sepultamento como, por exemplo, o que fazer com os pertences da pessoa amada, para onde ir, com quem ficar, etc. (Costa, 2006). É possível pensar que tais considerações ofereçam, aos enlutados, um grau de tranquilidade razoável para vivenciar o ritual de despedida e os primeiros dias depois do evento da morte numa perspectiva de maior controle e autonomia frente às novas formas de ser e viver a partir da perda.

Destaca-se que a proposta de acompanhamento psicológico no *setting* funerário também inclui um olhar e escuta atentos para as crianças enlutadas na família. O papel do aconselhador, neste contexto, consiste em (a) Auxiliar as crianças no processo de reconhecimento da perda, bem como suas implicações, de forma semelhante aos adultos. Este passo torna-se favorável à medida que a criança se faz presente no ritual, vendo a pessoa falecida e o contexto fúnebre na sua totalidade. Torna-se importante a utilização de termos definidos e objetivos ao apresentar a realidade do evento da morte à criança, a fim de que o desconhecido e o não-dito não sejam capazes de lhe provocar eventuais angústias e/ou inquietações. Do mesmo modo, evitam-se metáforas e comparações que possam confundir ou desorganizar os pensamentos da criança; (b) Autorizar a expressão dos seus sentimentos, assim como a utilização de recursos saudáveis para o enfrentamento da perda – por meio deste consentimento, a criança poderá compreender e administrar a dor emocional, junto às demais implicações, em termos de sintomas e reações que podem emergir frente à consciência da finitude; (c) Auxiliar, sempre que possível, na organização interna e externa da criança para que haja a retomada da sensação de segurança e controle diante da circunstância da perda – para os devidos fins, o vínculo consolidado entre o profissional, familiares e a criança é de extrema importância; (d) Promover uma aliança com os aspectos psíquicos saudáveis da criança, fortalecendo seus recursos egoicos disponíveis em cada momento. Ao profissional, cabe buscar informações a respeito da história pregressa da criança com os seus familiares, inclusive em relação à pessoa perdida, a fim de que os dados colhidos possam facilitar a vivência do luto e justificar determinadas reações ou sintomas que, eventualmente, possam fazer-se presentes. É importante que sejam pontuados os recursos externos existentes como, por exemplo, aspectos positivos referentes à relação da criança com o falecido, bem como com os seus sobreviventes; (e) Orientar a criança em detrimento aos próximos dias, estes subsequentes à perda. Esclarecer sobre o que poderá sentir, pensar, ter vontade de fazer, além das mudanças que podem ocorrer no contexto familiar, de que formas se comportar na escola e com os colegas, sobre as suas perspectivas de futuro, etc. (Costa, 2006).

O aconselhamento psicológico utilizado como instrumento de intervenção no contexto fúnebre autoriza e/ou facilita a expressão dos sentimentos e pensamentos acerca da perda, em virtude de comportar um espaço propício para a demonstração pública do pesar; possibilita maior sensação de segurança e amparo diante do enfrentamento do luto, à medida que conta com os recursos externos do próprio serviço disponibilizado pela funerária e também com a rede de apoio

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

feita presente; auxilia na construção e realização das cerimônias fúnebres, de acordo com as necessidades apresentadas pelos familiares enlutados, a partir da reflexão e consolidação de um ambiente personalizado à pessoa perdida; promove meios para a confrontação e administração dos sentimentos invasivos e de difícil manejo como, por exemplo, impotência, revolta, injustiça, angústia, desespero e descrença, frequentemente feitos presentes durante o processo de enlutamento; contribui quanto à organização do sistema familiar para a vivência do ritual fúnebre, devido à união entre seus membros e à identificação quanto à dor e sofrimento (Costa, 2006).

Pode-se pensar que o aconselhamento psicológico realizado no contexto específico dos funerais seja realmente benéfico aos que optam pela contratação do serviço, de modo que este visa o estabelecimento de uma condição de vida saudável ao enlutado, ao contar com os recursos psíquicos deste, além de sua rede de apoio familiar e social. Pode-se dizer que a abordagem do aconselhamento psicológico no luto se torna fundamental no auxílio aos indivíduos enlutados, em virtude de facilitar a passagem pelo processo de luto, buscando uma conclusão saudável das etapas, fases e tarefas do luto num período de tempo benéfico ao enlutado. O desenvolvimento do serviço de aconselhamento psicológico no referido âmbito também assume caráter preventivo, à medida que se caracteriza por ser uma intervenção psicológica possível de ser feita antes da instauração de um luto complicado (Parkes, 1998). Portanto, tal abordagem é fundamental no que tange ao asseguramento de estímulos para que o enlutado possa fechar questões que, eventualmente, ficaram inacabadas com o falecido e finalmente se sinta preparado para dizer adeus. Do mesmo modo, torna-se essencial para aumentar sua percepção quanto à realidade da perda sofrida e, a partir daí, potencializar capacidades de confrontação com o evento da morte, a fim de possibilitar a expressão e administração das emoções e afetos intensos e latentes frente ao luto (Worden, 2013).

É importante ressaltar que a presente pesquisa remete ao aconselhamento psicológico efetivado no contexto do ritual fúnebre, considerando indivíduos enlutados que não estejam sob condições de cunho psiquiátrico e/ou outras modalidades de perdas como, por exemplo, crises financeiras ou perdas anteriores. O aconselhamento psicológico desenvolvido neste contexto, portanto, não pressupõe enlutados que apresentem, como tendência, situações para além de um luto de curso considerado normativo. Diante de situações que desviem tal natureza, sugere-se o encaminhamento para uma psicoterapia, capaz de abordar as demandas presentes de forma aprofundada e consistente (Bromberg, 1998). O aconselhador em situações de luto, por meio da observação do contexto e das reações e sintomas emergentes aos familiares, encontra-se treinado para intervir de modo a indicar a psicoterapia, quando necessário. Portanto, o aconselhamento psicológico não é considerado um determinante exclusivo para que os enlutados não possam desenvolver um luto complicado, mas é utilizado como uma ferramenta complementar ao trabalho desenvolvido pelo psicólogo quando em contextos específicos de dor e sofrimento. Embora tal recurso possa atuar como agente auxiliador na prevenção de eventuais dificuldades no processo de luto, não significa que o trabalho efetuado pelo profissional, por si só, assegure integral proteção

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

ao enlutado quando no espaço do velório. Do mesmo modo, o aconselhamento não invalida, de forma alguma, a psicoterapia, considerando que, mesmo complementares, ambas são propostas de âmbito diferentes (Costa, 2006).

Pode-se dizer, também, que a sugestão proposta por Worden (2013), e encontrada na literatura, de que o aconselhamento psicológico não seria indicado nas primeiras 24 horas não precisa ser direcionada tal como referido. Do mesmo modo, assim o é em relação à ideia de que as ondas de choque e entorpecimento, presentes nos primeiros momentos do recebimento da notícia da morte, impossibilitam a eficiência do aconselhamento como instrumento de elaboração do luto em determinados contextos e circunstâncias. Acredita-se que as respostas de choque e torpor, neste caso, não anulam integralmente a memória e o grau de consciência dos enlutados, que mesmo podendo estar sob algum estado de confusão e desajustamento, mantêm condições mínimas que permitem sentir, nominar e expressar quaisquer relações acerca da vivência do luto. Em outras palavras, mesmo que mecanismos defensivos como, por exemplo, a negação, possam atuar na tentativa de proteger o organismo frente a uma situação em que não se está preparado para enfrentar, os enlutados sentem algum grau de desconforto desde os primeiros momentos do conhecimento e envolvimento com a morte. O aconselhamento psicológico promove, neste caso, uma escuta ativa que permite, a cada enlutado, organizar-se lentamente para viver o momento do ritual fúnebre e pensar sobre os próximos dias, estes posteriores à perda. Assim como o luto não pode assemelhar seu significado à doença, a negação, o choque e torpor também não podem ser vislumbrados como sinônimos de total incapacitação para os enlutados (Costa, 2006).

A escuta e as orientações de um aconselhador, quando inserido no contexto funerário, permite que a entrada no processo de luto dos familiares seja, ao menos em partes, amparada. O objetivo do desenvolvimento desta modalidade de intervenção é justamente o de oferecer continência suficiente para que os enlutados se sintam acolhidos e confortáveis frente à desolação imposta pelo evento da morte (Costa, 2006). Neste sentido, pode-se fazer um parâmetro com a teoria do apego, proposta por Bowlby (2004), que ressalta que há, no ser humano, uma espécie de dispositivo de busca por alguém, acionado sempre que este se encontra em situações de crise, ameaça ou estresse. A presença de um aconselhador desde o princípio, no momento em que o dispositivo de busca dos enlutados encontra-se ligado, promove uma fonte de segurança e amparo a eles necessários. O profissional assume uma postura de cuidador, tão necessária em situações que parecem desconexas entre si. Isto, talvez, possa justificar o fato da atividade poder ser desenvolvida tão prontamente e promover resultados tão significativos. A teoria do apego de Bowlby, neste sentido, está relacionada às formas de vinculação de cada indivíduo, sobretudo quando diante de necessidades básicas como conforto e proteção frente aos sentimentos ou emoções como ansiedade, medo, confusão, desorganização, entre outros, emergidos durante situações de crise. O aconselhador, por sua vez, pode atuar como uma figura de apego capaz de oferecer maior segurança e a sensação de controle mesmo frente às incertezas e tamanhas mudanças impostas pelo luto.

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

Pode-se dizer, portanto, que a expressão, continência, organização, prevenção, disponibilidade, acolhimento e segurança sejam palavras-chave, capazes de conduzir de forma adequada e eficiente o aconselhamento psicológico aos enlutados quando desenvolvido no ritual fúnebre. E todas elas têm como endereço, a vida. O acompanhamento psicológico neste âmbito pode ser um caminho indicador para que os familiares enlutados possam, com o tempo, reencontrarem-se com o endereço da vida, mesmo diante da complexidade envolta às despedidas (Costa, 2006). A relação de apego antes estabelecida e, no momento, rompida, torna-se transformada num laço que, de fato, nunca morre, mas se modifica para que a pessoa querida possa ser resguardada nas lembranças e acessada na memória de cada enlutado, permanecendo sempre próximo e disponível, num lugar seguro e internalizado. Trata-se de uma relação de apego em que se aprende a amar em separado, dada a distância física acometida pela morte.

Optou-se por contextualizar, primeiramente, o aconselhamento psicológico junto ao ritual fúnebre, salientando o quão importante pode se tornar uma ferramenta a mais para auxiliar os enlutados num período de dor tão intensa. Por tratar-se de uma abordagem recente e, por esta mesma razão, por vezes, desconhecida às pessoas, observou-se a necessidade de explorar as possíveis contribuições do psicólogo enquanto praticante desta atividade, e também com a finalidade de horizontalizar a atuação da área da psicologia para além da clínica tradicional. Por intermédio da menção desta modalidade de intervenção, torna-se possível salientar também as suas limitações, considerando determinados momentos para o exercício do aconselhamento e dada a direção a ser seguida junto aos enlutados. O desafio exposto refere-se ao reduzido número de pesquisas, o que possibilita apenas supor tal exercício como promotor de bem-estar físico e psíquico aos enlutados, mas impede que seja integralmente assegurado como garantia de alivio da dor. Por esta razão, considera-se que o aconselhamento psicológico em situações de luto pode servir como recurso complementar para as intervenções do psicólogo num contexto de crise em que se torna preciso promover assistência e amparo frente às necessidades pontuais dos familiares enlutados. O acompanhamento psicológico, efetuado sob aconselhamento como um instrumento de intervenção, constitui-se numa entre outras possibilidades que podem ser pensadas e trabalhadas. Por ora, pontua-se a importância e o diferencial comportado pelo desenvolvimento deste serviço, num contexto específico, de modo a servir como ferramenta complementar para a atuação do psicólogo. Ademais, ressalta-se a limitação dos registros escritos no que tange à esta área, o que impossibilita, de certo modo, afirmar a consistência e eficácia do trabalho, embora efeitos benéficos tenham sido visualizados frente à experiência prática com enlutados.

Observa-se a necessidade de amplificar os estudos e pesquisas, a fim de consolidar de forma segura os resultados. Não se pode afirmar que a disponibilidade do serviço será sempre integralmente eficaz, porém, pode-se pressupor que o aconselhamento psicológico em situações de luto pode ser uma ferramenta complementar, capaz de favorecer os recursos psíquicos dos próprios enlutados, rumo à facilitação das sensações de maior controle sobre a vida, mesmo frente à finitude,

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

e autonomia quanto às escolhas a partir de um novo rearranjo de hábitos e costumes, agora com a perda da figura de apego. Além disso, os efeitos no que tange à esfera social também devem ser lembrados, em virtude de que o serviço de aconselhamento psicológico em situações de luto promove espaço importante para a educação e orientação frente à morte e ao morrer (Kovács, 2005). Considerando o ramo funerário, além da disponibilização de educação para a morte, para o luto e seu processo envolvido, também há o engrandecimento da prestação de serviços à comunidade e oportunidade do ressignificar de um trabalho, antes pensado como exclusivamente operativo e agora humanizado, preconizando a dor e sofrimento causados pelo rompimento do vínculo antes estabelecido e, ao mesmo tempo, a reintegração e ressignificação da vida dos que permaneceram (Costa, 2006).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A morte é um fenômeno universal e constitui elemento integrante do desenvolvimento humano desde a sua mais tenra idade. Ao refletir a respeito da sua existência, o homem não pode mascarar, quanto menos omitir o aspecto da transitoriedade da vida como etapa constituinte do ciclo vital. Durante este percurso, ele se depara com questões que são constantemente reformuladas a respeito da contingência da vida, sobre o seu início e fim, a vida após a morte e o que acontece com a alma e o espírito depois da sua transição ou passagem. Esta circunstância faz com que o ser humano pense acerca do seu existir, bem como da fragilidade pela qual ele se compõe. Logo, refletir sobre a morte do outro implica no ruminar da própria morte como limitação humana. Tais questões também se tornam um desafio aos profissionais da saúde e educação, à medida que surgem dúvidas sobre como possibilitar e/ou desenvolver meios para que o ser humano esteja ciente deste fato tão presente na existência (Kovács, 2005). E quando estar-se-á falando do luto, um processo pesaroso, que impõe que os familiares e envolvidos se deparem com a finitude, com a dor da mudança e readaptação de um mundo presumido frente à perda – de que forma(s) a Psicologia, enquanto área de atuação para além da clínica tradicional, poderia contribuir?

Embora o assunto envolto às perdas na contemporaneidade muito seja tratado como tabu ou segredo, pode-se dizer que diversos são os profissionais que já trazem à tona a importância da reflexão e educação para a morte. Do mesmo modo, distintos são os estudos realizados a partir do processo de enlutamento daqueles que sofrem pelas perdas. É essencial, para o profissional que pretende exercer a área, entender as raízes do pesar, o eventual dano secundário que o luto pode gerar e os passos que precisam ser iniciados, a fim de garantir que aqueles que padecem sejam capazes de emergir do sofrimento não ilesos, mas num grau menor de danificação. Ao longo da construção do presente trabalho, observou-se que a prática profissional pode ser iniciada junto ao contexto fúnebre, como âmbito em expansão de atuação, por meio da utilização do aconselhamento

psicológico como ferramenta de intervenção, na promoção de acolhimento, suporte psicológico e assistência aos familiares para o enfrentamento da perda. Sua abordagem focal, breve e prática parece ser eficiente no que tange ao asseguramento e controle sobre a vida, dada a circunstância limitante e finita que é a morte. Portanto, pode ser um importante recurso a serviço do trabalho de elaboração do luto, servindo como facilitador durante a experiência de perda e contribuindo como abordagem preventiva diante da instauração de um eventual luto complicado e/ou outras reações possíveis.

Levando em conta a importância das intervenções psicológicas quanto às questões relacionadas ao luto no exato momento da ocorrência da morte, pontua-se a necessidade de maiores estudos, além da limitação das pesquisas nacionais no que tange à construção do presente trabalho. Observa-se que, embora os conteúdos relacionados ao luto sejam crescentes e constantemente atualizados, ainda há uma lacuna no que se refere às intervenções realizadas no momento do choque da notícia recebida aos familiares e pessoas próximas. Acredita-se que a presença do psicólogo em momentos de crise seja eficiente e promova maior amparo e apoio aos necessitados. Em outras palavras, supõe-se que o aconselhamento psicológico como ferramenta de intervenção do psicólogo no ambiente do ritual fúnebre, aos enlutados, seja um recurso facilitador quanto ao processo de enfrentamento da perda. Contudo, não se pode afirmar que possa ser eficiente a todos os que se beneficiarem deste serviço, em razão de que uma quantidade mínima de estudos foi feita neste contexto, não sendo suficiente para dar consistência à temática tratada. Justifica-se, portanto, a ampliação do presente trabalho como uma proposta futura de atuação no âmbito das intervenções em situações emergenciais ou no momento exato de sua ocorrência. Pensar a atuação das áreas da saúde mental, enquanto estendidas para além da clínica tradicional, requer uma visão que não se restrinja ao psiquismo, mas traz a necessidade de contemplá-la como uma experiência humana com raízes em diferentes áreas do conhecimento. Dadas suas constantes atualizações, justifica-se a necessidade de desenvolver as pesquisas já realizadas, a fim de que contemplem também o exercício do profissional enquanto inserido em contextos amplos, mas também específicos de dor e sofrimento.

Embora tenha sido encontrado um número reduzido de trabalhos que tratem especificamente do exercício profissional do psicólogo junto ao contexto fúnebre, os conteúdos utilizados mostraram-se plausíveis ao abordar as possíveis representações concretas e simbólicas envoltas aos rituais, bem como sua importância, aos enlutados, para o enfrentamento e elaboração da perda. Ademais, foi possível explorar algumas das formas de expressão de dor, por meio do processo de luto, a partir da perspectiva dos vínculos afetivos consolidados e rompidos ao longo da vida. Do mesmo modo, foi possível abranger questões relacionadas à prática do psicólogo em contextos específicos – como o âmbito fúnebre – por meio da utilização de uma ferramenta de intervenção – o aconselhamento psicológico – voltada para situações também específicas, como no caso de luto

e perdas. Por tais razões, pode-se dizer que o objetivo geral do presente trabalho foi alcançado até o presente momento.

Certamente, ainda há muito a ser contemplado sobre o dilema das perdas na atualidade. A presente construção, por sua vez, teve por finalidade abranger o exercício profissional no contexto do ritual fúnebre, a fim de viabilizar medidas gerais que pudessem dar conta de amparar os familiares e demais envolvidos frente aos primeiros momentos de choque e entorpecimento. O referido meio de atuação não abordou situações de perda por mortes específicas. Sugere-se, por tal razão, que, para fins de ampliação futura da proposta de pesquisa, como possibilidade, situações específicas de perda por morte também possam ser levadas em conta e a atuação do psicólogo ser feita a partir desta especificidade. Por fim, mas igualmente relevante, é em função da minha curiosidade sobre as possíveis contribuições da psicologia no oferecimento de suporte psicológico e acompanhamento aos enlutados que pairam minha concentração e foco. É preciso refletir e atuar sobre o movimento diferencial que a psicologia pode fazer quando imersa nas situações de crise, bem como sobre quando e qual(is) a(s) melhor(es) maneira(s) de intervir junto a um indivíduo vulnerável diante de uma situação caótica.

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

REFERÊNCIAS

Ariès, P. (1977). *História da morte no ocidente: Da idade média aos nossos dias.* (P. V. Siqueira, Trad.) Rio de Janeiro: Francisco Alves.

Barros, A. J. S. & Lehfeld, N. A. S. (2007). *Fundamentos de metodologia científica*. São Paulo: Pearson Prentice Hall.

Ainsworth, M. (1982). Attachment: Retrospects and prospects. In C. M. Parkes, *The place of attachment in human behavior*. Nova York: Basic Books.

Bellato, R. & Carvalho, E. C. (2005). O jogo existencial e a ritualização da morte. *Revista Latino-americana de Enfermagem*, 13(1).

Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds: An etiology and psychopathology in the light of attachment theory. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.

Bowlby, J. (2002). *Apego: A natureza do vínculo.* (A. Cabral, Trad.). São Paulo: Martins Fontes.

Bowlby, J. (2004). *Apego e perda: Perda: Tristeza e depressão.* (V. Dutra, Trad.). São Paulo: Martins Fontes.

Bromberg, M. H. P. F. (1998). *A psicoterapia em situações de perdas e luto.* São Paulo: Psy.

Brustolin, L. (2007). *Morte: Uma abordagem para a vida*. Porto Alegre: EST Edições.

Casellato, G. (2013). *Dor silenciosa ou dor silenciada? Perdas e lutos não reconhecidos por enlutados e sociedade*. Niterói: PoloBooks.

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

Costa, A. P. R. (2006). *Possíveis efeitos do aconselhamento psicológico desenvolvido no ritual fúnebre para mães que perderam filhos jovens em circunstância de morte repentina/violenta.* Monografia de especialização [não-publicada]. Instituto de Psicologia 4 Estações: São Paulo.

Diehl, A. A. & Tatim, D. C. (2004). *Pesquisas em ciências sociais aplicadas: Método e Técnica*. São Paulo: Pearson Prentice Hall.

Franco, M. H. P. (2010). *Formação e rompimento de vínculos: O dilema das perdas na atualidade.* São Paulo: Summus.

Freud, E. L. (1961). *Letters of Sigmund Freud.* New York: Basic.

Gerhardt, T. E., Ramos, I. C. A., Riquinho, D. L. & Santos, D. L. (2009). A estrutura do projeto de pesquisa. In T. E. Gerhardt & D. T. Silveira. *Método de pesquisa* (p. 65-87). Porto Alegre: Editora da UFRGS.

Gil, A. C. (1999). *Métodos e técnicas de pesquisa social*. São Paulo: Atlas.

Godoy, A. S. (1995). Pesquisa qualitativa: Tipos fundamentais. *Revista de Administração de Empresas*, 35(3), 20-29.

Havinghurst, R. (1953). *Developmental tasks and education.* New York: Longmans.

Http://www3.universia.com.br/conteudo/literatura/O_guardador_de_rebanhos_de_fernando_pessoa.pdf. Acesso em 20 de outubro de 2014.

Kovács, M. J. (2005). Educação para a morte. Universidade de São Paulo. *Revista Psicologia, Ciência e Profissão*, 25(3).

Siga-nos em
facebook.com/psicologia.pt

Krupp, G.; Genovese, F. & Krupp, T. (1986). To have and have not: Multiple identifications in pathological bereavement. *Journal of the American Academy of psychoanalysis*, 14 (3), 337-348.

Lima, T. C. S. & Mioto, C. T. (2007). Procedimentos metodológicos na construção do conhecimento científico: A pesquisa bibliográfica. Florianópolis: *Revista Katál*, v. 10, p. 37-45.

Marconi, M. A. & Lakatos, E. M. (2007). *Metodologia do trabalho científico: Procedimentos básicos, pesquisas bibliográficas, projeto e relatório, publicações e trabalhos científico.* São Paulo: Atlas.

Melles, A. M. & Zago, M. M. F. (1999). Análise da educação de clientes/pacientes na literatura brasileira de enfermagem. Ribeirão Preto: *Revista Latino-americana de Enfermagem*, 7(5), 85-94.

Noal, D. S., Vicente, L. N., Weintraub, A. C. A. M. & Knobloch, F. (2013). Enfrentamento de crises em situações de emergências e desastres. Conselho Regional de Psicologia do Rio Grande do Sul, *Revista Entrelinhas*, ano XIII, n. 62.

Parkes, C. M. (1980). Bereavement counseling: Does it work? *British Medical Journal*, 281, 3-6.

Parkes, C. M. (1998). *Luto: Estudos sobre a perda na vida adulta.* (M. H. P. Franco, Trad.). São Paulo: Summus.

Parkes, C. M. (2009). *Amor e perda: As raízes do luto e suas complicações.* (M. H. P. Franco, Trad.). São Paulo: Summus.

Pessoa, F. (2012). *O guardador de rebanhos e outros poemas*. São Paulo: Cultrix.

Raupp, F. M. & Beuren, I. M. (2003). Metodologia da pesquisa aplicável às ciências sociais. In. Costa, I. A. *Como elaborar trabalhos monográficos em contabilidade: Teoria e prática* (p. 76-97). São Paulo: Atlas.

Salvador, A. D. (1977). *Métodos e técnicas de pesquisa bibliográfica*. Porto Alegre: Livraria Sulina Editora.

Schuchter, S. R. & Zisook, S. (1986). Treatment of spousal bereavement: A multidimensional approach. *Psychiatric Annals*, 16 (5), 295-305.

Schwartzberg, S. S. & Halgin, R. P. (1991). Treating grieving clients: The importance of cognitive change. *Professional psychology: Research and practice*, 22 (3), 240-246.

Silveira, D. T. & Córdova, F. P. (2009). A pesquisa científica. In T. E. Gerhardt & D. T. Silveira, *Método de pesquisa* (p. 31-42). Porto Alegre: Editora da UFRGS.

Tagore, R. (1998). *An anthology.* US: Paperback.

Volkan, V. D. (1985). Complicated mourning. *Annual of Psychoanalysis*, 12, 323-348.

Walsh, F. & McGoldrick, M. (1998). *Morte na família: Sobrevivendo às perdas.* (C. O. Dornelles, Trad.). Porto Alegre: Artmed.

Worden, J. W.(1998). *Terapia do luto: Um manual para o profissional de saúde mental.* (M. Brener & M. R. Hofmeister, Trads.). Porto Alegre: Artes Médicas.

Worden, J. W. (2013). *Aconselhamento do luto e terapia do luto: Um manual para profissionais da saúde mental.* (A. Zilberman, L. Bertuzzi & S. Smidt, Trads.). São Paulo: Rocca.