
Luto Não Nominado: a Vivência do Cotidiano de Mães e Pais após a Perda de um Filho Adulto Jovem

Deise VitekPasa

Psicóloga CRP 08/19863. Graduada em Psicologia pela Universidade do Contestado – UNC – Campus Porto União SC (2013). Cursando especialização em Psicopedagogia Clínica e Institucional pelo Instituto Superior de Aprendizagem Multidisciplinar – ISAM – (2014-2016). Atua como Psicóloga Escolar na Secretaria Municipal de Educação de Cruz Machado- PR

Maris Stela da Luz Stelmachuk

Psicóloga CRP 08/19863. Graduada em Psicologia pela Universidade do Contestado – UNC – Campus Porto União SC (2013). Cursando especialização em Psicopedagogia Clínica e Institucional pelo Instituto Superior de Aprendizagem Multidisciplinar – ISAM – (2014-2016). Atua como Psicóloga Escolar na Secretaria Municipal de Educação de Cruz Machado- PR

Resumo

Este artigo é decorrência de uma pesquisa de conclusão de curso, na qual se buscou averiguar como ocorre a ressignificação da vida para pais e mães que perderam filhos em idade adulta jovem, de forma repentina. Perder é um acontecimento recorrente na vida do ser humano. Dentre as perdas, há as simbólicas (oportunidade, juventude, beleza, etc.) e outras mais significativas, como a perda por morte. Apesar deste constante contato com perdas no cotidiano, a perda por morte ainda é algo que desafia a condição humana e, além disso, pode ser mais provocadora quando se trata da morte de um filho que, convencionalmente, viveria além dos pais. Por se tratar de uma ruptura no curso “natural” da vida, essa pode gerar desestabilização nos sentimentos e na vida diária dos enlutados, gerando sentimentos de dor e ao mesmo tempo de impotência diante do fato. Neste estudo foi abordado o processo de elaboração do luto, os momentos antecedentes, presentes e sentimentos precedentes ao acontecimento, buscando averiguar como esses três pais e mães se reajustaram à vida após esta ruptura. Com a análise das entrevistas pode-se perceber o potencial do ser humano de ressignificar uma perda, bem como, a singularidade da elaboração deste processo para cada entrevistado. Foi possível reconhecer como decorreu o desenvolvimento do auto apoio e a importância deste no processo do luto.

Palavras-chave: Luto parental. Morte repentina. Gestalt-terapia.

Abstract

This article is a result of a survey of completion, where we sought to ascertain how the new meaning of life due to parents who have lost children at young adult age, abruptly, in more than two years' time. Losing is a recurring event in the life of human beings. Among the losses, there is the symbolic (opportunity, youth, beauty, etc.), and more significant, such as bereavement. Despite this constant contact with losses in daily life, the loss by death is still something that defies human condition and, in addition, may be more provocative when it comes to the death of a child that conventionally would live apart from their parents. Because it is a break in the “natural” course of life, that can generate destabilization in daily life and feelings of the bereaved, generating feelings of pain and yet helpless before the fact. Was described on the process of elaboration of mourning, the history, present and preceding the event feelings moments, trying to figure out how these three fathers and mothers readjusted to life after this break. With the analysis of the interviews can realize the potential of human beings to reframe a loss as well, the uniqueness of writing this process for each respondent. It was possible to recognize as held support the development of the self and its relevance in the grieving process.

Keywords: Parental Bereavement. Sudden Death. Gestalt Therapy.

O presente artigo discorre sobre o processo de elaboração do luto de pais e mães que perderam seus filhos em idade adulta jovem. Perder é algo recorrente na vida do ser humano. Diariamente perde-se, desde perdas simbólicas como o dia, o ano, uma oportunidade, o prazo, a juventude, um relacionamento, até perdas mais significativas como no caso da morte de alguém que se ama. Enfim, a cada dia que passa algo se vai. No entanto perdas cotidianas muitas vezes passam despercebidas e normalmente geram abalo emocional que pode passar despercebido, diferente do que ocorre na perda por morte.

A morte em si é algo que desafia a condição humana e ainda pode ser mais provocadora quando se trata da morte de um filho que, convencionalmente, viveria além dos pais. Essa ruptura no curso “natural” da vida pode gerar grande desestabilização nos sentimentos e na vida diária dos enlutados, pois além da dor da perda do filho, há o contato com a impotência humana diante da morte, sobretudo na sociedade contemporânea, na qual o homem tenta ao máximo controlar e dominar

seu meio. Sobre a morte ele não tem controle e isso pode ser um fator que influencia ainda mais sua reação e visão diante deste acontecimento.

Sendo a morte algo presente na vida de todos os seres humanos, supõe-se que em um curso de graduação na área de saúde e ciências humanas deveria ser componente da grade curricular a disciplina que abordasse mais diretamente os processos de elaboração do luto, fato que nem sempre ocorre. Sendo assim, este estudo pretende contribuir para a construção do conhecimento sobre o assunto, tanto na Psicologia, como para qualquer pessoa que se interesse em saber mais sobre o processo de elaboração do luto.

Natural e incontornável ao ser humano, presume-se que a morte é um acontecimento para o qual os seres humanos estariam previamente preparados, mas mesmo havendo essa presença implícita da morte na vida de cada um, muitas vezes esse processo é difícil e doloroso. O que se busca com esse estudo é compreender como se processa a ressignificação da vida para pais e mães, após a perda de um filho?

Em uma revista de circulação nacional, um dado estatístico obtido pelo periódico médico britânico *The Lancet*¹ indica que mortes prematuras entre jovens de dez a vinte e quatro anos são três vezes mais frequen-

do que entre crianças de um a quatro anos de idade que, há 50 anos, era prevalente. Em 2011, ano em que foi realizado o referido estudo, a estatística apontava que eram os jovens as maiores vítimas, enfatizando ainda que o índice é maior em pessoas do sexo masculino e as principais causas de mortalidade entre essa faixa etária são a violência, o suicídio e os acidentes de trânsito. Os dados descritos podem ser utilizados como indício para demonstração da atual situação em relação à mortalidade de adultos jovens.

A pesquisa que gerou este artigo teve como objetivo geral identificar como decorre o reajustamento à vida dos pais que perderam filhos por morte repentina. Ainda para circunscrever o este trabalho buscou-se verificar o histórico da relação dos pais com aquele filho que morreu e identificar de que forma isto contribuiu na elaboração do luto. Foi averiguado quais sentimentos dos pais estão implicados em relação ao filho que perderam e houve a verificação sobre se as reações diante do luto são influenciadas pela relação que se tinha com o filho perdido ou se faz parte do histórico pessoal de cada pai e mãe (como era perder para os pais, antes desta perda). Pode-se verificar qual a visão que se tinha sobre a morte e se essa concepção se mantém após a morte do filho. Para complementar

1 O estudo foi coordenado por Russel Viner, especialista da UniversityCollegeLondon e analisou dados de 50 países, incluindo o Brasil, nos últimos 50 anos e abrangeu pessoas de todas as classes sócio econômicas. Publicação na revista VEJA, 2011.

e inserir um desfecho para a investigação buscou-se identificar as atitudes que foram consideradas pelos sujeitos facilitadoras para a elaboração do luto.

Luto parental por morte repentina

A relação entre pais e filhos pode ser considerada determinante na constituição de cada sujeito, pois o filho é uma vida que tem seu histórico antes mesmo de ser concebido, com planos, sonhos, desejos, etc. Com isso pode-se sugerir que a ruptura desse vínculo é um processo dolorido, com maior ou menor intensidade, de acordo com cada pessoa. Sendo assim, a morte de um filho é uma perda que pode despertar grandes abalos emocionais em pais que passam por esta situação. Parkes (1998) citando Gorer (1965) afirma que a morte de um filho é o luto mais duradouro e que causa maior sofrimento nas pessoas.

Freitas (2000) afirma que, quando a morte é por causa repentina, a reação é de choque, pois é um fato inesperado, sendo o sentimento mais comum para uma mãe que perde um filho adulto jovem abruptamente o senso da irrealidade dessa perda, considerando ainda os sentimentos de impotência, culpa, desesperança, entre outros que podem ser desencadeados diante da morte. A estrutura familiar também é abalada com este fato a partir do momento em que um dos seus

membros deixa de existir fisicamente em seu meio. Caso o vínculo do pai ou da mãe com o filho tenha sido muito estreito e intenso, a elaboração desta ausência física pode ser ainda mais dolorosa. Para Viorst (1988), além de planos futuros, a morte do filho envolve também o passado compartilhado do casal.

Uma das formas de pais e mães reagirem frente à morte de um filho é tendo outro em curto período de tempo após a perda. Usualmente os pais percebem que não estão suportando a ausência do ente perdido e, na tentativa de suprir essa ausência, têm outro filho. Nesse contexto, para esta criança que vem em seguida, isto é bastante “pesado”, pois traz consigo uma história, que não é a sua. Nesse contexto, sua identidade e vontade não são reconhecidas, pois trazem o estigma de substituto. Sendo assim, esse filho fica com uma responsabilidade implícita de ser como o falecido era e de carregar consigo a imagem do irmão, para satisfazer a necessidade do seu pai e de sua mãe (FREITAS, 2000).

Segundo Parkes (1998) a morte repentina traz consigo maiores danos à saúde mental dos enlutados, mesmo não havendo vulnerabilidade dos mesmos, ou seja, mesmo que estes não tenham passado por algum trauma ou estresse anterior à perda. Um estudo mencionado pelo autor supracitado citando Shanfield *et. al.* (1984a, 1984b, 1985) demonstrou

que os acidentes de trânsito foram associados ao luto mais intenso dos pais, com presença de culpa, problemas de saúde e depressão, comparando a pais que perderam seus filhos por câncer, que tiveram a possibilidade de um tratamento que, de certa forma, os colocaram frente à frente com a possibilidade da morte do filho.

A morte por causa repentina suscita uma forma característica de reação ao luto. O entorpecimento e a descrença permanecem por um longo período de tempo e são associados a sentimentos de presença do ente que faleceu, presença esta, que não impede o sentimento de solidão, tristeza e desamparo, reações que se mantêm por um período de dois a quatro anos mais tarde. Há grande dificuldade na elaboração de mortes precoces e violentas, pois a lembrança do morto é constantemente despertada. Lembrar o fato doloroso da perda impede o enlutado de focalizar suas recordações em momentos felizes e agradáveis, reminiscências essas, que interferem na elaboração do luto, podendo ser considerada esta uma das razões para o prolongamento do processo de elaboração da perda (PARKES, 1998).

O processo de aceitação da morte de um filho é usualmente doloroso e extenso, quando a morte ocorre repentinamente sugere que a resignificação é ainda mais difícil, uma vez que o pai e a mãe usualmente

não entram em contato com a possibilidade de um dia perder seus filhos.

O processo de elaboração do luto – suas etapas

Na tentativa de clarificar, mas não definir o luto, Parkes (1998) o nomeia como um processo de difícil “tratamento”, pois não se refere a um estado e sim de um processo contínuo que envolve quadros clínicos sucessivos, que se mesclam e se substituem de acordo com as singularidades de cada enlutado. O processo inclui uma sucessão de fases que nomeia como entorpecimento, saudade ou procura; desorganização e desespero e a recuperação. Tais fases podem ocorrer em ordem inversa e podem ser revividas se, de alguma forma, a lembrança do enlutado for despertada por algum fato ou objeto que lembre o ente que morreu (PARKES, 1998).

A fase do entorpecimento não vem de repente e pode durar desde algumas horas, até mesmo dias. Nesta fase podem ocorrer momentos de profunda tristeza e grande sofrimento, podendo o enlutado sentir-se mal e até mesmo enrijecido. É usual a presença de descrença da realidade nesta fase, uma sensação de desconexão com o mundo e também com o acontecimento, permitindo, em alguns casos,

que o enlutado se responsabilize pelas questões necessárias do funeral sem demonstrar grande abalo. O entorpecimento tem ação defensiva nos enlutados, mas pode causar tensão e desencadear reações físicas, pois os mantém “controlados e comportados”, obscurecendo a vivência do senso de realidade do momento (PARKES, 1998).

A etapa da procura ocorre quando o indivíduo busca incessantemente o ente perdido, em locais, atividades e objetos que lhe despertem a lembrança e remetam à sensação da presença do morto. Esta etapa é inicialmente caracterizada com o alarme, tensão e estado de vigília seguida por movimentação inquieta, preocupação com pensamentos sobre a pessoa perdida; desenvolvimento em conjunto perceptivo para aquela pessoa; perda de interesse pela aparência pessoal e outros assuntos que normalmente ocupariam sua atenção; direção da atenção para aquelas partes do ambiente nas quais a pessoa perdida poderia estar e então chamar pela pessoa perdida. Os comportamentos dos enlutados muitas vezes se tornam lentos e apáticos, constantemente com sensação de procura de algo para fazer e ao mesmo tempo com dificuldade em iniciar e manter atividades. Tal procura não é sem sentido, afinal realmente ela está procurando algo, a pessoa perdida, mas de forma irracional. Às vezes não é nítido que a

verdadeira finalidade é esta, deixando a pessoa em um longo período de procura e não satisfação da mesma (PARKES, 1998).

No momento de desespero ou desorganização é restabelecida uma nova identidade, na qual é preciso abrir mão da anterior e é esta a causa de maior dor: perder e mudar. Neste período é usual a presença da emoção depressiva, deixando o enlutado distante e evitando contatos externos. Mas há casos nos quais esta característica não é tão determinante, proporcionando que o enlutado busque novos contatos e restabeleça seu lugar na sociedade (PARKES, 1998).

O período de desorganização é notável no processo de luto, pois envolve muitas mudanças e novas adaptações e isso desperta inquietação para o enlutado. Ele é incitado a mudar algumas concepções de vida, normas, visões e é nesta fase de mutação e de readaptação que está a possibilidade de crescimento pessoal, pois, após perceber as mudanças que foram necessárias perpassar, ele poderá se reinserir na sociedade e recomeçar sua vida, a partir desta identidade reformulada (PARKES, 1998).

A recuperação ou reorganização ocorre de acordo com a singularidade de cada enlutado, podendo perdurar mudanças externas, mas, internamente, a presença do morto ainda pode ser mantida. Tal percepção só é possível em situações em que esta

lacuna não é evidente, pois em momentos em que se evidencia o papel que o morto desempenhava, se torna real a sua ausência: “os enlutados têm a sensação de que não foram os mortos, mas eles mesmos, que foram ejetados do mundo, que, até então, lhes era familiar” (PARKES, 1998, p. 125). São as pessoas que continuam a viver que ficam com a missão de ressignificar essa perda em suas vidas e constituir uma nova existência, sem a presença do ente falecido.

Pode-se considerar que a ressignificação faz parte de todo o processo de elaboração do luto. Em cada uma das etapas mencionadas pode haver uma forma singular de ressignificar, podendo até mesmo ser a passagem de uma etapa para a outra. Considera-se neste estudo a ressignificação como algo subjetivo, que proporciona ao enlutado elaborar a perda a seu modo e em seu tempo. Pode-se caracterizar essa ressignificação como a capacidade de prosseguir sua vida pessoal de maneira que a perda sofrida não o impeça de agir com autenticidade ao longo de seu ciclo vital.

Relacionada às etapas do processo de elaboração do luto está a capacidade de resiliência do indivíduo. A resiliência foi mencionada por Garcia (2012) como a capacidade do ser humano passar por acontecimentos negativos e se readaptar, reencontrando um novo sentido para a vida. Ser resiliente não relaciona-

se à invulnerabilidade, mas sim estar vulnerável a adversidades, passar por elas e superá-las. Estar vulnerável, neste contexto se refere ao fato da morte, à qual todos os seres humanos estão de alguma forma vulneráveis, ou a morrer ou a perder alguém.

Dentre as mudanças acima citadas há inúmeras sensações que o enlutado pode vivenciar, pois o processo de elaboração do luto condiz com a subjetividade de cada indivíduo. Entretanto, alguns sentimentos são comuns conforme apontado em estudos e pesquisas com pessoas enlutadas. A perda de um ente exige nova constituição, realocação de papéis, substituição, enfim, várias transformações ocorrem no processo de continuar a vida, após a morte de alguém próximo.

Gestalt-terapia

A gestalt-terapia é embasada por alguns conceitos que são necessários distinguir para compreender a forma global da abordagem.

No centro da teoria formulada por Perls está a visão holística² do homem, ao afirmar que o organismo é unificado, ou seja, que não há diferença entre aspectos físicos e mentais. De acordo com essa visão, qualquer comportamento humano é caracterizado como uma

2 Do grego *holos*, o todo, considerar o conjunto, a soma das partes (GINGER, 2007).

manifestação de todo o ser, sendo as expressões corporais do indivíduo informações sobre seu jeito de ser e se relacionar (MAYER, 1986). Considerando esta visão, a análise das informações obtidas a partir das entrevistas que serão realizadas com mães e pais, abordarão o histórico de vida de suas relações com o filho perdido, buscando integrar as partes componentes da constituição deste grupo familiar.

Segundo Mayer (1986), o indivíduo é influenciado pelo seu meio, mas ao mesmo tempo é responsável por si e, apesar dessa interligação há um limite entre o ambiente externo e o ser, sendo que este define a relação entre eles. Nesse contexto, o indivíduo saudável é aquele capaz de fazer contato e afastamento com o meio de acordo com as suas necessidades. Estar em contato com o meio e se autorregular, significa entender a situação em que está inserido e por ela se deixar controlar. Segundo Yontef (1993, p.30) “na auto regulação organísmica, a escolha, o aprendizado acontecem de forma holística, com uma integração natural de corpo e mente, pensamento e sentimento, espontaneidade e deliberação”.

Mayer (1986) afirma que a visão holística enfatiza a importância da auto percepção presente e imediata que o indivíduo tem do seu meio. Sendo assim o homem torna-se capaz de vivenciar o aqui e agora de sua existência, sendo capaz de perceber quais são as

suas necessidades na atual situação. A ênfase no aqui e agora é uma proposição da gestalt, na qual busca-se manter o indivíduo presente e consciente, supondo que questões inacabadas emergirão inevitavelmente, compondo então a experiência presente. O aqui e agora não deve ser levado ao pé da letra, ou seja, não significa negligenciar passado e futuro, mas de focar para o presente, que ocupa lugar central nesta tríade. Segundo Burow (1985) estes momentos da existência tornam-se importantes quando exercem influência no momento presente e quando isso acontece não é mais considerado passado ou futuro, pois está influenciando a existência atual.

Uma característica da orientação fenomenológica de Perls e da abordagem holística é a ênfase na importância de compreender a experiência de forma descritiva e não causal, ou seja, é a preponderância do como sobre o porquê. É de maior importância para o indivíduo compreender as suas atitudes ao invés de buscar o porquê de tê-las feito, pois as explicações distanciam a compreensão da ação em si. Sendo assim, na prática da gestalt busca-se ampliar a consciência do como a pessoa se comporta e não analisar o motivo da sua forma de se comportar (MAYER, 1986).

Yontef (1993) afirma que a gestalt-terapia dentro da perspectiva existencial prioriza responsabilizar o cliente por suas ações, propiciando assim sua

autenticidade e capacidade de escolher e reorganizar a sua existência.

A conscientização faz parte do processo de desenvolvimento do indivíduo na gestalt-terapia, e o termo *awareness*³ é usado para designar esse processo e está inteiramente ligado à autoconscientização, sendo o ponto central de sua abordagem, sendo a fuga da consciência um fator que inibe o crescimento psicológico (MAYER, 1986).

O conceito de figura-fundo é determinante e define-se como a relação entre a experiência que se encontra evidente com o seu fundo, base de onde pode ter emergido a figura. Compreendendo a figura e contrastando-a com os fundo das experiências é possível ampliar as situações presentes que continuam em aberto (RODRIGUES, 2000). É provável que a figura para o pai e a mãe que perderam um filho, seja esta perda, condição que usualmente permeará em outras situações no decorrer do processo de elaboração do luto, caracterizando assim uma vivência saudável.

Outro conceito da gestalt-terapia é a fronteira de contato ou limite entre o eu e o meio, sendo que é neste espaço que ocorrem os eventos psicológicos, “nossos

pensamentos, nossas ações, nosso comportamento, nossas emoções são nosso modo de experiência e de encontro com esses eventos de fronteira” (PERLS, 1973 *apud* GINGER; GINGER, 1995, p.127). A pele é um exemplo concreto desta fronteira, pois ao mesmo tempo em que protege e delimita o ser humano, também faz contato através dos poros e terminações nervosas (GINGER; GINGER, 1995).

Para a gestalt-terapia o ajustamento criativo é o funcionamento saudável, no qual o indivíduo desenvolve a capacidade de interagir ativamente com seu meio, na medida em que este contato favoreça sua auto regulação orgânica, assumindo responsabilidade pelo *self* e seus contornos. Auto regulação é ajustar-se criativamente frente às necessidades que emergem e são satisfeitas, para assim manter sua homeostase⁵ (FRAZÃO, 1999⁶; YONTEF, 1993).

A gestalt-terapia e suas conceituações podem promover o entendimento sobre alguns processos psicológicos, especificamente na condição do luto, onde o indivíduo estaria desintegrado, pois com a morte, uma parte de si é perdida junto com o morto.

3 Do grego holos, o todo, considerar o conjunto, a soma das partes (GINGER, 2007).

4 O self é uma estrutura dinâmica. É um termo designado como a experiência de contato entre o indivíduo e o meio ambiente, experiência esta que possibilita o desencadeamento das funções de contato (GINGER, 2007).

5 Equilíbrio.

6 Referência utilizada nas aulas de Teorias e Téc. Psicoterápicas gestalt-terapia pela professora Marilei Krauss, no ano de 2012.

A partir do acontecido, o enlutado recomeça sua existência considerando a ruptura que perpassou.

O ciclo de contato nem sempre decorre de forma regular, gerando mecanismos que são considerados resistências em estabelecer contato. Martín (2011) citando Perls (1975) define quatro mecanismos que operam no limite de contato, sendo a introjeção, a projeção, a confluência e a retroflexão. Posteriormente foram acrescentados outros três, sendo o egotismo, a deflexão e a proflexão (MARTÍN, 2011). Para Ginger (2007) estes são mecanismos de defesa que constituem reflexos provisórios de segurança, mas que, se utilizados de forma exagerada, se tornam inoportunos ou anacrônicos, gerando uma personificação neurótica.

Material e Métodos

O estudo foi realizado por meio de pesquisa de campo de natureza qualitativa. Para a coleta de informações foram utilizadas entrevistas semi-estruturadas, divididas por blocos temáticos.

Foram entrevistados três casais, sendo pais e mães que perderam filhos por morte repentina na idade adulto-jovem, ou seja, com idades entre 19 (dezenove) e 40 (quarenta) anos que, conforme Osório (2001) está entre as crises da adolescência e antecede a crise da meia-idade. É nesta etapa que se revelam as

consequências saudáveis ou patogênicas das etapas anteriores e também as bases da saúde/doença das fases futuras. Para este mesmo autor esta é a fase na qual as estatísticas de morte violenta e por causas externas estão em primeiro plano, visto que não é usual a presença de doenças gravemente incapacitantes neste momento do ciclo vital humano.

Os sujeitos foram escolhidos e selecionados a partir dos critérios já especificados, ou seja, pais e mães que perderam filhos em idade adulto-jovem, de forma repentina. Optou-se por indivíduos que tenham perdido seus filhos há um tempo mínimo de dois anos, supondo que, se ainda estão em processo de elaboração do luto, essa distância temporal preservaria emocionalmente os participantes da pesquisa. Não foram levados em conta aspectos relativos à classe social, raça, etnia e religião para a escolha dos sujeitos entrevistados. As entrevistas foram realizadas com sujeitos residentes em três cidades do Sul do Paraná e Norte de Santa Catarina, sendo duas de pequeno porte e uma de médio porte.

Antes da efetivação das entrevistas foi feita uma entrevista piloto para verificar a inteligibilidade das questões formuladas. Nesta pode-se perceber a importância do acolhimento dos participantes antes e depois da entrevista e também pode-se verificar a necessidade de alteração na ordem das perguntas, a

partir desta foi desenvolvido um roteiro adaptado, no qual somente foi alterada a ordem das perguntas.

Os três casais assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido em duas vias, no qual constavam informações e objetivos da pesquisa. Os locais para a realização das entrevistas foram escolhidos de acordo com a disponibilidade dos entrevistados e entrevistadas, sendo que optaram por fazê-las em suas residências. As entrevistas foram gravadas mediante o consentimento dos entrevistados e entrevistadas.

Antecedendo o desenvolvimento da pesquisa, o projeto foi encaminhado para a Plataforma Brasil, onde passou por análise do Comitê de Ética da Plataforma Brasil⁷, que deu parecer aprovando com a observação de viabilizar uma forma de devolução dos resultados das pesquisas de modo a beneficiar os sujeitos de forma individual ou coletiva, informando ao Comitê de Ética em Pesquisa como isso se sucedeu.

As informações obtidas foram categorizadas conforme o conteúdo constante dos blocos temáticos da entrevista e foram descritas e analisadas com base nos autores citados do referencial teórico e sob os conceitos da gestalt-terapia de Frederick Perls. Depois de concluída a pesquisa e a redação do texto final, foram apresentados aos participantes os resultados da mesma

por meio do resumo e lhes foi informado que o texto completo está disponível na biblioteca da Universidade do Contestado, Núcleo de Porto União-SC ou se houver solicitação dos entrevistados, a entrevistadora pode lhes entregar uma cópia impressa.

Resultados e Discussão

Os sujeitos participantes da pesquisa foram Anita e Ângelo⁸, que perderam um casal de filhos gêmeos com dezenove anos de idade, há onze anos. A morte ocorreu num acidente automobilístico. Durante a entrevista demonstraram companheirismo através das falas. Anita teve momentos de choro não intenso durante algumas falas. Ângelo teve participação bastante ativa, tomando iniciativa em grande parte das respostas, mas se ausentava por poucos minutos, indo até outro cômodo da casa, em alguns momentos. Anita teve preocupação em dizer que é normal chorar neste assunto, mas que estava se sentindo bem.

O segundo casal entrevistado foi Bárbara e Bento, que perderam um filho com idade de vinte e oito anos, há três anos. A morte ocorreu por acidente automobilístico, no qual o mesmo estava com a esposa grávida de sete meses, que sobreviveu. Durante a

7 <http://plataformabrasil.saude.gov.br/>.

8 Os nomes são fictícios a fim de preservar a identidade dos sujeitos.

entrevista Bárbara tomou iniciativa na maioria das questões e seu tom de sua voz, bem como suas palavras demonstravam convicção e firmeza no que relatava. Relatou sentimentos e ações bastante reais e concretas em relação ao fato. Bento contribuiu com algumas falas, mas parecia ter mais facilidade em relatar fatos pouco referentes à morte do filho, falando mais de como resignificou essa perda. No decorrer da entrevista mostraram uma foto do filho que estava exposta no porta-retratos da sala.

O terceiro casal, Cândida e Carlos, perderam um filho com dezenove anos de idade, por afogamento no mar, há onze anos. Cândida estava em casa sozinha no momento da entrevista. Ela relatou em frases curtas, sobre a dificuldade que é perder um filho, mas não detalhou fatos e sentimentos, mesmo sendo questionada sobre isso. Carlos pareceu mais objetivo em suas palavras, mas teve menos tempo de participação na entrevista, pois houve interferência de visitas, o que parece ter limitado sua expressão, mesmo tendo se envolvido com as questões. Ao final, Carlos mostrou duas fotos do filho que faleceu.

Nas entrevistas, buscou-se investigar a relação que os pais mantinham com o filho que perderam. Segundo Freitas (2000), a relação que era mantida com o filho perdido permeia grande parte da busca pela compreensão de como lidar com a ausência do

mesmo, pois o luto é o estabelecimento de um novo tipo de vínculo e o direcionamento de energia para novos objetos. Conforme a autora (p.38) “todas as perdas têm como base comum, o valor afetivo que, consciente ou inconscientemente, é atribuído à perda e ao objeto perdido”.

Bárbara, após ter passado por um aborto espontâneo, engravidou novamente. Sobre isso ela diz: “então, eu passei a gravidez dele toda apavorada, com medo [...] Eu era apavorada de medo de perder ele também.”

Percebeu-se a similaridade na forma de receber a notícia da morte do filho, com os três casais entrevistados o aviso chegou de forma não explícita e eles não foram os primeiros a serem informados sobre o ocorrido. Bárbara (perdeu um filho com 28 anos, há 3 anos, por acidente automobilístico) fala: “Com quem a gente falava dizia assim: ‘A esposa dele tá bem’. E então eu dizia: ‘Mas eu quero saber do Bruno!!!’. ‘A esposa dele tá bem’. Conforme Freitas (2000, p.50) “um dos sentimentos mais comuns na mãe que perde um filho adulto jovem repentinamente é o senso de irrealidade desta perda”. Para Parkes (1998) em perdas de filhos por acidente de trânsito as mães tendem a reagir pior que os pais, ainda que este pior seja questionado, pois no caso de Bárbara, a sua reação parece que foi uma forma de expressar a dor que sentia. O seu modo de entrar em contato com a morte foi intensa, fato

que talvez Bento não tenha conseguido a fazer à sua maneira. Após três anos da perda, o pai fala menos da morte do filho e demonstra grande emoção ao fazê-lo. Parkes (1998) cita que “é possível que os homens reprimam suas manifestações de luto mais rigorosamente do que as mulheres [...]”.

Anita e Ângelo que perderam um casal de filhos gêmeos com 19 anos, há 11 anos, por acidente automobilístico, receberam a notícia do acidente por telefone, porém pairava a dúvida se os gêmeos estavam mesmo juntos ou era só o menino. Foram até o local e perceberam que eram os dois, Anita diz: “o guarda parecia mal por dar a notícia de um, pior ainda quando ele percebeu que eram, na verdade, dois [...]”

Cândida e Carlos, que perderam um filho com 19 anos, há 11 anos, por afogamento marítimo, também não receberam a notícia de forma diferente, a mãe relata: “Nós fomos os últimos, a saber [...] Porque daí ninguém avisou nós e daí ele era pra voltar num dia, não voltou [...]” Stevens (1977a) fala sobre a magnitude das palavras e quanto presentes elas estão em todas as situações. No entanto, o contato com o tom que as palavras têm na mente, como qualquer outra voz, é desconhecido. Pode-se relacionar essa falta de contato com as palavras e com o som que junto com a palavra está envolvido, a atitude das pessoas que comunicam a notícia em optar por amenizar e prolongar a

comunicação da morte, não se sabe exatamente quanto benéfico é para o enlutado isso, fato é que angústia e deixa esperanças de que o ocorrido tem solução.

A entrevistada Bárbara fez contato com seus sentimentos em todos os momentos depois da morte do filho. Ginger (2007, p.09) descreve “o contato como uma urgência no nosso mundo desumanizado”. Martín (2011) afirma que o contato é um perigo, no entanto, é a base para o crescimento. Tal afirmação sugere que contatar com a explosão que está ocorrendo é um abalo, porém é na direção ao movimento que acontece o crescimento. Concordando, Kóvacs (2002) refere com ênfase a importância de realizar o desligamento do objeto perdido, para que, atingindo este momento, o enlutado elabore seus sentimentos e alcance paz e disponibilidade para novos relacionamentos. “É a possibilidade de ter recordações, olhar uma foto e sentir a presença na ausência” (KÓVACS, 2002, p. 158). Na abordagem gestáltica verifica-se a importância destes momentos de contato para alcançar o afastamento, ou seja, contatar com a morte, “vê-la”, vivenciar as dores sentidas, para então poder afastar-se, dando continuidade no processo de elaboração.

Os três casais entrevistados tiveram um retorno rápido às suas atividades, após a perda. Em suas falas posteriores pode-se perceber que, ainda que

rapidamente retornassem ao trabalho e a reorganizar os objetos pessoais dos filhos, isto não foi prejudicial para a elaboração do luto, pois a forma e o tempo do processo de luto são subjetivos.

É usual aos enlutados em uma fase de conscientização da perda, tentar a recuperação da pessoa morta. Essa atividade foi chamada por Parkes (1998) de trabalho de luto, tendo como função a elaboração da preocupação e posteriormente preparo para a plena aceitação da perda. Neste período o enlutado tem a necessidade de dar sentido à perda, de ordenar, explicar, comparar os acontecimentos.

Os três casais entrevistados apresentaram o mesmo discurso em relação a outras perdas que tiveram e a do filho. Sobre tal afirmação, Parkes (1998) cita que pode-se apontar o aumento de mortalidade em pais que perderam filhos associando a isso que a morte de um filho é o luto mais duradouro e que causa maior sofrimento. Do mesmo modo, Freitas (2000, p. 48) diz que “embora se possa reagir de modo semelhante a todas as perdas, o luto pela morte de um filho é, em geral, o mais intenso”. Considerando os três casais entrevistados e a bibliografia utilizada, perder um filho em idade adulta jovem é uma ruptura imensa para os pais, pois envolve todas as expectativas que se teve e também o processo de construção do vínculo que mantinham com o ente perdido.

Os sentimentos que acompanham o processo de elaboração de uma perda são variados e compatíveis com os diferentes momentos que o enlutado vivencia. Buscou-se identificar os sentimentos nas situações que corroboram o luto, porém percebeu-se que os pais, exceto Bárbara, que na época da perda vivenciou intensamente e falou dos seus sentimentos, tiveram dificuldades ou em expressar ou em nomear o que sentiram.

Parkes (1998) aborda a oscilação, ou seja, o sentimento que o enlutado sente nos momentos próximos à perda, quando tem certa noção de que o fato não tem volta, porém este pensamento envolve mudança, dor, então ele “opta” por querer reverter essa situação, o que não é possível. “Para ganhar tempo, a mente tem seus próprios recursos para limitar a quantidade de informação desorganizadora” (PARKES, 1998, p.97).

As etapas do processo de elaboração do luto foram baseadas em Parkes (1998) e Kóvacs (2002) e serão descritas a seguir. A fase do choque ocorre quando o indivíduo parece estar desligado, mas com alto nível de tensão interna, podendo ocorrer períodos intensos de pânico e raiva (BOWLBY, 1985 *apud* KÓVACS, 2002). Bárbara diz que, inicialmente, quando recebeu a notícia sentiu “revolta”. Eu fiquei com tanta raiva, mas eu fiquei com tanta raiva naquele momento. Anita fala

que: “passa a viver um longo tempo em choque”. Seu esposo Ângelo diz que “é pesado por dois anos, parece que tem duas mãos apertando o coração, impedindo-o de bater, um sofrimento ininterrupto”.

A fase de entorpecimento gera ação defensiva nos enlutados, mas pode causar tensão e desencadear reações físicas, pois os mantém “controlados e comportados”, obscurecendo a vivência do senso de realidade do momento.

A etapa da procura ocorre quando o indivíduo busca incessantemente o ente perdido em locais, atividades e objetos que lhe despertem sua lembrança e, de alguma forma, lhe possibilitem a sensação da presença do morto (PARKES, 1998). Bárbara relata que “por um bom tempo eu usei o perfume dele, sabe, que eu queria ficar com aquele cheirinho dele” Talvez a fase da procura seja intensa nesse momento pós perda, mas há uma procura constante pelo filho, muitas vezes “sem querer”, ou seja, sem que haja plena consciência desta busca.

Bárbara mantém um pôster com uma foto do filho exposta em casa. Bento consente com esta atitude. Sobre as roupas do filho ela diz: “tá lá dentro da caixa, mas eu sempre to mexendo, sempre arrumando, sempre to guardando, dobrando... Mudo pra cá, mudo pra lá. Então, as coisas dele fazem parte da nossa casa”. Anita e Ângelo mantêm os quartos dos filhos

intactos e entram no mesmo, às vezes, para ver como estão seus antigos pertences. Carlos e Cândida vêm os outros filhos usando os pertences do filho perdido, talvez como uma forma de procura, menos consciente, mas que mantém certa presença deste.

O momento de desespero ou desorganização também foi mencionado por Parkes (1998) e é o momento em que é restabelecida uma nova identidade, quando, além disso, é preciso abrir mão da anterior e é esta a causa de maior dor: perder e mudar. Neste período o enlutado pode evitar contatos externos ou quando esta característica não é tão determinante, pode proporcionar que o enlutado busque novos contatos e restabeleça seu lugar na sociedade (PARKES, 1998). É o momento em que o enlutado faz o contato mais autêntico com a realidade, podendo se desorganizar ou iniciar sua organização. É nesta fase de mutação e da readaptação que está a possibilidade de crescimento pessoal, pois, após perceber as mudanças que foram necessárias perpassar, ele poderá se reinserir na sociedade e recomeçar sua vida, a partir desta identidade reformulada (PARKES, 1998).

A passagem do tempo realmente é singular na questão de prosseguir e perpassar pelas etapas. Bárbara diz que mandou rezar missa ao filho e sobre a realocação dela e de seu marido na sociedade: “E foi um ano, bem certinho. Um ano. É incrível como um

ano muda as coisas, sabe? Parece que dá uma assim... a gente vê uma luzinha no fim ...”

Anita e Ângelo passaram por esta fase em tempo cronológico maior. Ângelo relata que “até dois anos a sensação é que tem um ciclone dentro da gente”. É importante que o enlutado esteja ajustado com o seu interior para reconhecer qual é o tempo de elaboração da perda de forma subjetiva.

A recuperação ou reorganização ocorre de acordo com a singularidade de cada enlutado, podendo perdurar as mudanças externas, mas internamente a presença do morto ainda é mantida (PARKES, 1998). Anita diz que hoje percebe “que o mundo caiu, mas não acabou”. São as pessoas que continuam a viver que ficam com a missão de ressignificar essa perda em suas vidas e constituir uma nova existência, sem a presença do ente falecido.

O tempo de luto é variável, podendo durar dias, meses, anos, alguns prosseguem por tempo indeterminado, desde que menos acentuado. Em questão de tempo cronológico, de acordo com as descrições do DSM-IV (MANUAL DIAGNÓSTICO E ESTATÍSTICO DE TRANSTORNOS MENTAIS, 2002) o luto se define como uma categoria de Transtorno de Adaptação, quando superior a seis meses, para se considerar tal categoria, o enlutado deve apresentar acentuado sofrimento e prejuízos significativos no meio

social e profissional. Ainda segundo o mesmo Manual, o diagnóstico de Episódio Depressivo Maior pode ser considerado quando alguns comportamentos, que não convém discorrer aqui, pois não foram percebidos nos enlutados entrevistados, forem superiores a dois meses após a perda (DSM-IV, V62. 82).

Pode-se perceber que os casais entrevistados de alguma forma ressignificaram a morte de seus filhos, pois aceitaram falar sobre isto para a pesquisa, fato que não ocorreu com muitos dos contatados antes destes, que, após contato inicial, desistiram de prestar informações sobre suas perdas. Pode-se ainda reconhecer a singularidade da elaboração, pois entre um casal e os outros dois há grande diferença de tempo após a perda, sendo onze e três anos. Ângelo afirma que conseguiu falar sobre a morte do filho do quinto ano em diante, enquanto Bárbara e Bento aceitaram participar da pesquisa após três anos da perda.

Ginger (2007) menciona o ciclo de contato, sendo as etapas contatadas, gradativamente. Com isso faz uma analogia com os demais ciclos que ocorrem na vida dos seres humanos, afirmando que tudo é cíclico, as estações, o relógio biológico, o cotidiano, enfim, o ser humano vive em ciclos. Com a perda de um filho não é diferente, é uma experiência que “começa, se desdobra e acaba” (GINGER, 2007, p.61). As fases citadas formam o ciclo de uma experiência que foi elaborada

gradativamente para chegar ao final, ainda que o final não seja o desígnio afirmativo da palavra, mas sim o final de uma forma de ver a vida, a perda e a morte, e desenvolver outra, outra e outra, até que, algum tempo depois, seja possível falar sobre ela, não sem saudade, mas com carinho, brilho nos olhos que foi reconhecido nestes entrevistados, ressignificados.

Considerações finais

“Pode ser confortador saber que os seres humanos são criaturas altamente adaptáveis e, a longo prazo, que a maioria é capaz de enfrentar até mesmo os acontecimentos que causam grande desorganização e sofrimento” (PARKES, 1998, p.45, *apud* MCCRAE; COSTA, 1993)

O desenvolvimento desta pesquisa possibilitou o contato com as maneiras de vivenciar a perda de um filho adulto jovem. Pode-se perceber quão resiliente é o ser humano, diante de uma necessidade de se auto apoiar. Stevens e Stevens (1977) referem que, com o desenvolvimento potencial do ser humano, é alcançado maior nível de maturidade e tolerância a frustrações, possibilitando o fortalecimento do auto-apoio.

Durante as entrevistas percebeu-se que os detalhes do histórico de perdas anteriores não foi explanado com ênfase, sendo que era enfatizada (figura) a perda.

Ainda fazendo analogia da perda do filho com outras, todos disseram que não tem comparação, por ser esta dor ser extremamente intensa e diferenciada.

Os sujeitos entrevistados tinham uma disponibilidade interna para falar do luto, pois estes aceitaram no primeiro contato. Inicialmente representou para a pesquisadora que o aceite tão abrupto foi por educação, bom senso, mas depois pode-se perceber que estes que se dispuseram inicialmente a participar, realmente tinham um propósito interno para falar e aqueles que ainda não se encontravam no momento de a fazer, falaram que não participariam. “As pessoas têm necessidade de expressar seus sentimentos e pensamentos sobre a perda” (PARKES, 1998 p.205), e esta necessidade é singular aos próprios enlutados que sabem a hora de conseguir expressar.

A subjetividade é preponderante e nesta pesquisa pode-se perceber claramente como a forma de elaborar uma perda similar, é singular. Os três casais entrevistados tiveram seus modos de vivenciar a dor que sentiam e seu modo de elaborá-la. O potencial humano enfatizado e valorizado pela gestalt-terapia é a dimensão que desenvolve estratégias de manter, de alguma forma, aquele ente perdido, vivo em sua memória. Afinal a relação continua e será eterna, a mudança que cada pai e mãe realizou para essa relação é que foi singular.

Os casais entrevistados demonstraram companheirismo na vivência de sua dor e pareciam que falavam em plena sintonia. Quando um tomava controle da resposta o outro parecia sentir as palavras e vice-versa. Cada um internaliza a história que aconteceu da sua maneira e foi especial ver ambos ouvindo a versão do outro, fato que talvez, não ocorreria se estivessem a sós.

Uma entrevistada relatou os sentimentos e acontecimentos relacionados à perda de forma detalhada. Os outros entrevistados demonstraram mais cautela ao falar e não tem como afirmar se é pelo acontecimento ou talvez pelo modo pessoal de ser. Uma observação que pode ser ressaltada é que Bárbara, que demonstrou ter vivido intensamente todas as situações de sua vida, e não diferentemente em relação à perda do filho, atualmente, após três anos da perda do filho, consegue falar com mais consistência sobre o que vivenciou. Com base nos entrevistados desta pesquisa, é possível afirmar que a vivência dos sentimentos é a forma de contatar com a dor e elaborá-la de forma genuína.

Em uma pesquisa de luto pode-se imaginar que a entrevista transcorra e modo triste e isso é verdade, pois em alguns momentos é assim mesmo, pois se está mexendo com uma grande dor. No entanto é surpreendente quando entre falas e lembranças saem boas gargalhadas e sorrisos emocionados, o que parece representara capacidade do ser humano de ressignificar a vida.

A pesquisa sobre o luto e as entrevistas de pais e mães enlutados, realizada pela pesquisadora, iniciante neste tema, mas não menos apaixonada pelo estudo de perdas, despertou a abrangência de novas ideias posteriores, como acompanhar por algum período pessoas enlutadas para perceber o processo de elaboração do luto, bem como a necessidade de realizar mais sessões de entrevistas para compreender de forma mais próxima o ser humano diante do perder. Importante é mencionar ainda que o cuidado com o enlutado esteja em primeiro lugar, respeitando seu momento de falar, pois como percebeu-se nesta entrevista, há grande parte de pessoas enlutadas que não conseguem falar sobre as suas perdas.

Referências

- BUROW, O.A. (1985). *Gestaltpedagogia: um caminho para a escola e educação*. 3. ed. São Paulo: Summus.
- DORNELLES, C. (2002). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: dsm-iv-tr*. 4.ed. rev. Porto Alegre: Artmed.
- GARCIA, C.P. *Resiliência*. Disponível em: <http://groups.ist.utl.pt/unidades/tutorado/files/resili%C3%Aancia.pdf>. Acesso em: 02 nov.2013.
- GINGER, A.; GINGER, S.(1995). *Gestalt: uma terapia de contato*. 3. ed. São Paulo: Summus.
- GINGER, S.(2007). *Gestalt: a arte do contato*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- FREITAS, N. K. (2000). *Luto materno e psicoterapia breve*. 2. ed. São Paulo: Summus.
- FRAZÃO, L. M. (1999). *Healthy and unhealthy functioning and process - Oriented Diagnostic Thinking*. Artigo no *Jornal Gestalt An eJournal for Gestalt Therapy*.
- KÓVACS, M. J.(2002). *Morte e desenvolvimento humano*. 4. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- MARTÍN, A. (2011). *Manual prático de Psicoterapia Gestalt*. 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes.
- MAYER, E. L. Frederick S. Perls e a gestalt-terapia. In: FADIMAN, James; FRAGER, Robert. *Teorias da Personalidade*. São Paulo: Harbra 1986, p. 125-148.
- OSÓRIO, C.M.S. Adultos jovens, seus scripts e cenários. In: BASSOLS, Ana Margareth SIQUEIRA; EIZIRIK, Cláudio Laks; KAPCZINSKI, Flávio. *O ciclo da vida humana: uma perspectiva psicodinâmica*. Porto Alegre: Artmed Editora, 2001. p.141-158.
- PARKES, C.M. (1998). *Luto - Estudos sobre a perda na vida adulta*. 3. ed. São Paulo: Summus.
- RODRIGUES, H. E. (2000). *Introdução à gestalt-terapia: conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.
- RUSSEL, V. Número de mortes entre jovens passa pela primeira vez a mortalidade entre crianças.
- REVISTA VEJA. 2011. Disponível em: <http://veja.abril.com.br/noticia/saude/numero-de-mortes-entre-jovens-passa-pela-primeira-vez-a-mortalidade-entre-criancas>. Acesso em: 30 mar.2013.
- STEVENS, B.; STEVENS, J. O.(1977). Introdução. In: PERLS, Frederick Salomon *et al. Isto é Gestalt*. 3. ed. São Paulo: Summus. p. 13-18.
- STEVENS, B. (1977a). Vazios, Vazios, Vazios. In: PERLS, Frederick Salomon *et al. Isto é Gestalt*. 3. ed. São Paulo: Summus. p. 249-268.
- VIORST, J. (1988). *Perdas necessárias*. 24 ed. São Paulo: Melhoramentos.
- YONTEF, G. M. (1993). *Processo, diálogo e awareness*. São Paulo: Summus.