

A DOR DA PERDA E O PROCESSO DE LUTO NA PSICANÁLISE: UM ESTUDO CLÍNICO

BARBOSA, Ronise de Oliveira¹
MENNA, Millena Bevilaqua¹
SARAÇOL, Giovana Beck¹
SARAÇOL, Laura Rodrigues¹
AGUZZI, Dilce Helena Alves²
GOMES, Melina Britto²
VISENTINI, Danielle Machado²

RESUMO: Este estudo analisa o processo de luto sob a perspectiva psicanalítica, explorando os mecanismos inconscientes envolvidos na vivência da perda. Através de uma abordagem qualitativa exploratória, realizou-se um estudo de caso com uma paciente em luto, acompanhada em uma clínica-escola, focando em suas reações emocionais e físicas. A metodologia incluiu observação não participante e registros em diário de bordo, com ênfase nas dinâmicas de defesa e expressão do luto. Os resultados destacam a importância do apoio familiar e social, bem como dos rituais de despedida, para a elaboração da perda e a reestruturação da identidade da paciente. Conclui-se que o acolhimento clínico, a escuta e uma compreensão profunda são elementos fundamentais no processo de elaboração do luto, proporcionando um espaço para que a paciente ressignifique o vínculo perdido e reconstrua sua identidade psíquica. A pesquisa desenvolvida contribuiu para o entendimento dos processos emocionais e práticos envolvidos no luto, oferecendo subsídios valiosos para a prática clínica em psicanálise.

Palavras-chave: psicanálise, perda, luto, inconsciente.

ABSTRACT: This study analyzes the grieving process from a psychoanalytic perspective, exploring the unconscious mechanisms involved in experiencing loss. Using an exploratory qualitative approach, a case study was conducted with a grieving patient, followed up at a teaching clinic, focusing on her emotional and physical reactions. The methodology included non-participant observation and logbook records, with an emphasis on the dynamics of defense and expression of grief. The results highlight the importance of family and social support, as well as farewell rituals, for the elaboration of the loss and the restructuring of the patient's identity. It is concluded that clinical support, listening and deep understanding are fundamental elements in the process of elaborating grief, providing a space for the patient to resignify the lost bond and rebuild her psychic identity. The research developed contributed to the understanding of the emotional and practical processes involved in grief, offering valuable support for clinical practice in psychoanalysis.

Keywords: psychoanalysis, loss, mourning, unconscious.

1. CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A psicanálise, fundada por Sigmund Freud no final do século XIX, representa uma das mais influentes abordagens no campo da psicologia e da psiquiatria. Baseia-se na premissa de que os processos inconscientes desempenham um papel fundamental na formação das representações psíquicas, pulsões e afetos dos indivíduos. Através de técnicas como a livre associação e a interpretação dos

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

sonhos, a psicanálise busca acessar esses conteúdos reprimidos e inconscientes, com o intuito de proporcionar ao paciente uma maior compreensão de si mesmo e das suas motivações internas. Segundo Freud (1917), os conflitos psíquicos, muitas vezes originados na infância, podem gerar sintomas neuróticos e outras formas de sofrimento psicológico. A teoria freudiana oferece um arcabouço teórico robusto para investigar questões como o luto, explorando as dinâmicas inconscientes e os mecanismos de defesa mobilizados diante da perda.

O luto, por sua vez, é uma resposta natural e universal à perda de um objeto amado. Freud, em seu clássico texto *Luto e Melancolia* (1917), descreve o luto como um processo de desligamento dos laços afetivos com o objeto perdido, que ocorre de maneira gradual. Esse processo envolve dor psíquica, mas é considerado essencial para a restauração do equilíbrio emocional do sujeito. Durante o luto, o ego é desafiado a ressignificar a ausência do objeto amado, enquanto simultaneamente precisa lidar com as pulsões de vida e de morte. Melanie Klein (1940), em contrapartida, introduz o conceito de luto na infância e o relaciona à posição depressiva, sugerindo que o enfrentamento da perda é um processo crucial para o desenvolvimento psíquico e a integração emocional do sujeito. Na psicanálise, o luto não é um evento linear, mas sim um complexo movimento de elaboração, onde os mecanismos de defesa, como a negação, a repressão e a sublimação, desempenham papel fundamental.

O presente estudo teve como objetivo investigar os processos inconscientes envolvidos no luto a partir da teoria psicanalítica, utilizando um estudo de caso clínico para compreender a elaboração da perda e seus efeitos na estrutura psíquica do sujeito. Através da análise da experiência de uma paciente em processo de luto, observada na sala de Gesell de uma clínica escola, buscou-se identificar os mecanismos de defesa ativados e como essa elaboração contribui para a reconstrução de sua identidade psíquica após a perda.

A justificativa para a escolha deste tema reside na importância de compreender como o luto afeta a estrutura psíquica dos indivíduos e quais os processos inconscientes são mobilizados durante a elaboração da perda. Embora o

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

luto seja um fenômeno amplamente abordado por diferentes disciplinas, a psicanálise oferece uma contribuição singular ao explorar as dinâmicas internas que muitas vezes escapam à consciência. A análise clínica de um caso específico permite lançar luz sobre como os pacientes lidam com o vazio deixado pela perda de um objeto amado, bem como identificar os possíveis impasses psíquicos que surgem durante esse processo. Este estudo é relevante para ampliar o entendimento sobre as implicações emocionais e psíquicas do luto, além de fornecer informações para a prática clínica psicanalítica.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Conceito de luto para a psicanálise

O luto é o afeto que emerge quando perdemos alguém muito amado ou algo que nos é precioso. Desse modo, esse sentimento é uma resposta normal para um estresse que, embora raro na vida de cada um de nós, será vivido pela maioria, mais cedo ou mais tarde, sem que seja considerado uma doença mental. (PARKES, 1998). Além disso, podemos relacionar o luto com a melancolia, no luto, o mundo se torna pobre e vazio; na melancolia, o próprio eu do sujeito sofre esse processo de empobrecimento, esvaziamento e aridez. Ou seja, a melancolia do luto é o desejo de recuperar algo que foi perdido. (EDLER, 2008).

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).

Para Freud (1917), a vivência do pesar é instalada para a elaboração de uma perda, consistindo no desligamento da libido a cada uma das lembranças e expectativas relacionadas ao objeto perdido, sendo considerado um processo lento e penoso. Além disso, algumas características do processo de luto são: tristeza profunda, afastamento de toda e qualquer atividade que não esteja ligada a pensamentos sobre o objeto perdido, a perda de interesse no mundo externo e a

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

incapacidade de substituição com a adoção de um novo objeto de amor. (EDLER, 2008).

Portanto, à medida que o teste da realidade mostra que o objeto foi perdido, a retirada de toda libido investida não ocorrerá de maneira imediata. A cada lembrança do objeto, este será superinvestido de energia, até que, de maneira vagarosa, esse trabalho poderá se completar, deixando o indivíduo livre para investir energia em outro objeto. (COCA *et al.*, 2017). Porém, por mais que o processo de perda seja universal, a forma como cada um passa por esse processo é individual e única, por isso ele não tem duração determinada, nem fases preestabelecidas e que, para cada tipo de perda, deve ser considerado os fatores e circunstâncias relacionados à perda e seus significados, dentre eles o contexto, a natureza do que foi perdido, a existência de rede de apoio, a personalidade do enlutado e estresses concomitantes. (KOVÁCS, 1996).

Por isso, pessoas recém-enlutadas são tratadas pela sociedade de uma maneira distinta do habitual, sendo aceitável que falem ao trabalho, podendo ficar em casa e os parentes as visitam e conversam em voz baixa. (PARKES, 1998). Durante certo período, outras pessoas assumem a responsabilidade de tomar decisões e fazer coisas em lugar dos enlutados, o qual acaba apresentando grande desinteresse pelo mundo exterior, com exceção de tudo que recordar o objeto perdido. (COCA *et al.*, 2017).

Em resumo, o luto é o sentimento normal diante da perda de alguém ou de algo que seja valioso para o sujeito, afeta todas as pessoas em algum momento da vida, e é até necessário para que se possa realmente elaborar a perda e seguir em frente ou, à procura de objetos substitutos que ocupem o lugar do que foi perdido. (EDLER, 2008). Entretanto, Freud (1917) entende esse sentimento como uma reação à perda, não necessariamente de um ente querido, mas também algo que toma as mesmas proporções, sendo um fenômeno mental natural e constante durante o desenvolvimento humano.

2.2 O luto além da morte

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

O sentimento da dor da perda pode surgir a partir do enfrentamento das sucessivas perdas reais e simbólicas durante o desenvolvimento humano. Deste modo, pode ser vivenciado por meio de perdas que perpassam pela dimensão física e psíquica, como os elos significativos com aspectos pessoais, profissionais, sociais e familiares do indivíduo. (CAVALCANTI *et al.*, 2013). No fluxo constante da vida, os seres humanos passam por muitas mudanças, as quais as pessoas em várias situações enfrentam a necessidade de abrir mão de um modo de vida e a de aceitar outro. Se identificam a mudança como um ganho, a aceitação não será difícil, mas se é vista como uma perda, farão de tudo para resistir à mudança. Esta resistência à mudança é a base do luto: a relutância em abrir mão de posses, pessoas, status, expectativas. (PARKES, 1998).

Ainda de acordo com Parkes (1998), o luto assemelha-se a uma ferida física mais do que qualquer outra doença. A perda pode ser referida como “um choque”. Assim como no caso do machucado físico, o “ferimento” aos poucos se cura. Ocasionalmente, porém, podem ocorrer complicações, a cura é mais lenta ou um outro ferimento se abre naquele que estava quase curado. Com o passar do tempo, o indivíduo enlutado aceita a perda, porém, nem sempre isto acontece e o indivíduo não aceita nem compreende a realidade, assim, a aceitação da perda requer tempo e grandes quantidades de energia de modo a que o sujeito se sinta livre e alcance o bem-estar biopsicossocial. (LOPES; PINHEIRO, 2013).

A perda pode não causar dor física, mas causa desconforto e geralmente altera as funções. A forma como cada indivíduo lida com a perda depende de uma combinação de fatores, entre os quais, o impacto psicológico, a sua capacidade de resiliência e o seu nível de maturidade. (PEREIRA, 2014). A partir do momento do nascimento, a criança se relaciona com o mundo ao seu redor. Nascemos com uma tendência inata para desenvolver padrões de comportamento que, se tudo der certo, irão se envolver com os padrões de comportamento de nossa mãe e construirão o primeiro vínculo de apego. De maneira geral, aprendemos que podemos esperar que nosso choro atenda a função biológica de atrair nossa mãe. (PARKES, 1998).

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

Por isso, quando ocorre a perda real de uma pessoa, no entanto, o fato de ter estabelecido uma mãe “boa” internamente ajuda na superação. Por essa razão também a presença de pessoas amigáveis corrobora e traz um maior conforto numa situação de perda. No luto adulto, embora se trate de uma perda real, a elaboração é feita de forma semelhante à posição depressiva arcaica, já vivida na infância. O trabalho de superação consiste na reintrojeção do objeto bom, portanto, introjetando novamente não somente o objeto amado, mas também os pais amados que representam seus objetos bons internalizados. (CAVALCANTI *et al.*, 2013). Para tal, o indivíduo pode descentrar-se dos acontecimentos passados e interessar-se pelo presente e pelo futuro, o que terá influência na sua vida bem como na dos que o rodeiam. (LOPES; PINHEIRO, 2013).

O objeto não é algo que realmente morreu, mas que se perdeu como objeto de amor (por exemplo, o caso de uma noiva abandonada). Em outros casos, ainda nos acreditamos autorizados a presumir uma perda desse tipo, mas não podemos discernir com clareza o que se perdeu e com razão podemos supor que o doente também não é capaz de compreender conscientemente o que ele perdeu [...]. Isso nos levaria a relacionar a melancolia com uma perda de objeto que foi retirada da consciência, à diferença do luto, no qual nada do que diz respeito à perda é inconsciente. (FREUD, 2014, p. 29).

Um exemplo de luto além da morte é a separação amorosa a qual pode ser vivida como um tipo de morte entre os vivos, pois foi necessário matar o outro dentro de si e quando amamos, amamos sempre um ser híbrido, constituído ao mesmo tempo pela pessoa exterior com que convivemos no exterior e pela sua presença fantasiada e inconsciente em nós. (NASIO, 2007). Ou seja, além de perdermos esse objeto amado, também perdemos o significado que depositamos nele, como a perda de uma parte do ego. Os sentimentos e emoções são vividos de forma exacerbada e ambivalente. (COCA *et al.*, 2017).

2.2.1 A dor da perda na separação conjugal

Diante da separação amorosa de alguém significativo, não houve morte concreta, mas há a presença da morte em vida pelo fim de uma situação. (COCA *et al.*, 2017). Importante enfatizar que a modernidade apresenta relacionamentos flexíveis e laços frouxos, havendo dificuldade na criação de vínculos. Muitas vezes,

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

procuramos envolvimento para fugir da fragilidade, da solidão. Aconteça como acontecer, a partir do momento em que se constitui o vínculo e que tomamos o objeto como amado e significativo, haverá algum tipo de luto, caso a perda ocorra. (BAUMAN, 2004).

Os indivíduos se deparam com a necessidade de reestruturar papéis e funções, mudar a rotina, lidar com o que não está mais presente, encontrando um limite e a sensação de desamparo. (COCA *et al.*, 2017). Afinal, em qualquer luto, raramente fica claro com exatidão o que foi perdido, a perda do marido pode significar ou não a perda do parceiro sexual, do companheiro, do contador, do jardineiro, daquele que cuida das crianças, daquele que é interlocutor em uma conversa, que aquece a cama com sua presença, e assim por diante, dependendo de algumas regras geralmente cumpridas pelos maridos. (PARKES, 1998).

Seria falso acreditar que a dor psíquica é um sentimento exclusivamente provocado pela perda de um ser amado. Ela também pode ser dor de abandono, quando o amado nos retira subitamente o seu amor; de humilhação, quando somos profundamente feridos no nosso amor-próprio; e dor de mutilação, quando perdemos uma parte do nosso corpo. Todas essas dores são, em diversos graus, dores provocadas pela amputação brutal de um objeto amado, ao qual estávamos tão intensa e permanentemente ligados que ele regulava a harmonia do nosso psiquismo. Uma vez que esse laço se chama amor, diremos então que a dor só existe sobre um fundo de amor. (NASIO, 2007, p. 12).

Para a psicanálise, a dor é um sinal claro de que o indivíduo está passando por um teste para o amadurecimento. Dessa forma, a dor é a prova de uma separação, algo ou alguém que sai de forma repentina e definitiva, desestabilizando e forçando a reconstrução do ser. (NASIO, 2007). Dessa maneira, muitas vezes a separação cria uma necessidade do indivíduo aprender novos papéis sem o apoio da pessoa com quem ela se acostumou a contar, em tempos de luto para os demais membros da família, em particular os filhos, pode trazer uma experiência de estresse para a pessoa muito maior do que a perda em si. (PARKES, 1998).

O processo da dor psíquica pode ser decomposto em três tempos: começa com uma ruptura, seguida pela comoção psíquica que esta desencadeia e culmina com uma reação defensiva do eu para proteger-se da comoção. Em cada uma dessas etapas, domina um aspecto particular da dor. Assim, aparecem

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

sucessivamente: uma dor própria da ruptura, depois uma dor inerente ao estado de comoção e enfim uma dor suscitada pela defesa reflexa do eu em resposta à comoção. (NASIO, 2007). Os mecanismos de defesa do ego são processos inconscientes desenvolvidos pela personalidade, os quais possibilitam à mente desenvolver uma solução para conflitos, ansiedades, hostilidades, impulsos agressivos, ressentimentos e frustrações não solucionados ao nível da consciência. (SILVA, 2011).

2.3 Os mecanismos de defesa do ego

O papel do ego é atuar como mediador, integrador e humanizador entre os impulsos, as imposições e a pressão do superego e a pressão do mundo externo. Diferente do id, que é dividido em impulsos separados e independentes, o ego se manifesta como uma unidade, sendo uma instância psíquica que garante a identidade do indivíduo. (SILVA, 2011).

Portanto, os mecanismos são estratégias psicológicas externas para proteger a personalidade, buscando se defender, criar compromissos entre impulsos em oposição e reduzir internamente de forma automática e inconsciente. Freud afirma que o termo “defesa” deveria ser aplicado a todas as estratégias que o ego emprega em conflitos capazes de gerar neurose. (CAVALCANTI *et al.*, 2013).

Os mecanismos de defesa, como racionalização, deslocamento, isolamento e negação, são estratégias inconscientes que o ego utiliza para lidar com conflitos emocionais e reduzir a ansiedade. Como explica Anna Freud (2005), a racionalização envolve a criação de justificativas lógicas para pensamentos ou comportamentos inaceitáveis, permitindo que o indivíduo evite a culpa ao reinterpretar a situação de forma mais aceitável. Concordando com Pontalis e Laplanche (2001), o deslocamento ocorre quando sentimentos, geralmente de natureza agressiva ou frustrante, são redirecionados para um alvo substituto menos ameaçador, aliviando a tensão sem enfrentar a fonte real do conflito.

No isolamento, afirmado por McWilliams (2011), a pessoa separa um pensamento de sua carga emocional, o que facilita a lembrança de eventos

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

dolorosos sem a reação emocional correspondente, como uma forma de autopreservação em situações traumáticas. Já a negação envolve a recusa em reconhecer uma realidade desconfortável, agindo como se um evento ou situação dolorosa não existisse, o que ajuda a evitar o sofrimento imediato diante de experiências difíceis. (VAILLANT, 1992). Juntos, esses mecanismos exemplificam como a psique busca proteger-se de emoções e pensamentos perturbadores, promovendo uma adaptação temporária aos conflitos internos.

2.4 Luto e saúde mental

O papel da psicologia ao entender as questões psicossociais, envolvendo a realidade diferente e visões de mundo distintas das pessoas, permite analisar as questões do luto segundo o seu impacto na sociedade e ao que envolve o mesmo. Segundo Freud (1917), “o luto, de modo geral, é a reação à perda de um ente querido, à perda de alguma abstração que ocupou o lugar de um ente querido, como o país, a liberdade ou o ideal de alguém, e assim por diante”. Esse período acaba por interferir na disposição habitual da pessoa de seguir vivendo, gerando diferentes comportamentos na forma como lida com sua rotina. A vinculação a um novo objeto de afeto após um luto intenso pode levar tempo, dependendo da profundidade do impacto causado pela perda. Vale destacar a importância da prática generalizada da terapia para ajudar os indivíduos a aliviar seu sofrimento emocional diante da perda de pessoas queridas, explorando também como cada um se posiciona frente à ideia da morte. (SILVA, 2011).

Conforme dito por Franz Kafka (1931), “nossa salvação é a morte, mas não esta. O aforismo mostra nossa possibilidade de morrer e renascer no decorrer de uma mesma vida” e, desta maneira que valoriza a palavra morte, precisamos, através do tratamento psicanalítico, levar à morte o próprio luto, que é gerado e formado de maneira particular e direcionada, mutável de indivíduo para indivíduo, e minar e promover a queda deste amontoado de fatores externos que se somam a fatores internos, levando a sintomas na grande maioria dos casos exacerbados, resultando em sofrimento profundo e doloroso por períodos de tempo longos, tão

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

longos que em alguns casos levam à morte precoce de quem os carrega. (BORGES, 2021).

Dessa forma, ao considerar que “as pessoas enlutadas devem ser cuidadas de acordo com o nível de desorganização e desequilíbrio que uma perda significativa lhes causa” (CASELLATO, 2020, p. 11), é possível entender que cada pessoa tem sua própria maneira de avaliar os níveis de perda com base em sua trajetória de vida. Isso é que nos torna únicos e impossibilita a padronização de uma única forma de classificação a dor da perda e aplicável a todos os indivíduos. (NASCIMENTO, 2021).

A forma como a sociedade atual lida com a perda e realização do luto é, em grande parte, heranças de uma mentalidade que mantém a morte como um tema proibido, e o caminho para desfazê-la passa por uma educação para a morte. O primeiro passo para estar verdadeiramente em contato com a questão da morte é reconhecer que a evitando ou negando-a os sujeitos estão apenas caminhando para a negação de um aspecto integral da vida humana. (GONÇALVES, 2016). Sendo assim, o enfrentamento seria esse conjunto de estratégias desenvolvidas pelo sujeito para lidar com situações de dor e sofrimento. Diferente da fuga e do adiamento, o enfrentamento é uma postura necessária para a superação ou elaboração de uma perda importante, quer física, ou psíquica de uma forma que ultrapasse o conflito, podendo, assim, superá-la, o que não equivale ao esquecimento do evento, mas à capacidade do sujeito enlutado em dar andamento à sua vida apesar da perda sofrida. (HOFFMANN, 2006).

Ademais, para Freud (1917), a resolução do luto está na transferência da libido para outros aspectos, coisas e pessoas, pois o indivíduo faz parte de um imenso universo relacional, o qual abrange os contextos culturais, históricos, políticos, econômicos, religiosos e outros e é através da rede de apoio que o indivíduo se reconhece e obtém uma imagem de si próprio. Por isso, é de extrema importância investigar a existência e a composição de uma rede de apoio e, sobretudo, como o enlutado a percebe. Mesmo que a configuração das famílias tenha mudado muito a partir das últimas décadas do século 20, passando a incluir,

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

por exemplo, famílias monoparentais, homoafetivas ou sem laços biológicos, o lugar daquilo que o enlutado entende por família ainda tem destaque na sua rede de apoio. É na sua definição de família que me apoio. E a sua percepção de que outras pessoas estão próximas, disponíveis a ajudar e oferecer apoio pode auxiliar a paciente a enfrentar situações de estresse. (FRANCO, 2021). A religião e a espiritualidade também vêm sendo reconhecidas como importantes elementos de apoio da perda, pois as tradições religiosas/espirituais criam teorias sobre o sofrimento e a morte, por esta razão acabam gerando sentidos e estratégias para se lidar com ela. (HOFFMANN, 2006).

A busca de consenso de significados não pode prescindir do papel da religião e da espiritualidade como agentes no enfrentamento do processo de luto de quem nelas se apoia. Seja uma forma autônoma de enfrentar uma perda, seja uma insatisfação com as propostas e significados das religiões estabelecidas, ou mesmo a soma dessas duas razões, o fato é que esse caminho percorrido pelas sendas da religião ou da espiritualidade oferece meios para reconquistar a relação com o que não é explicado pela ciência, mas se impõe na vivência de uma perda. (FRANCO, 2012, p. 136)

Portanto, o fortalecimento do bem-estar espiritual também pode ser uma maneira de enfrentamento dentro do processo de perda, pois a espiritualidade auxilia na redução da angústia, bem como na promoção da saúde mental. Principalmente no momento da despedida, um momento essencial no processo de luto o qual se configura em um ritual simbólico repleto de significado, principalmente em casos de mortes inesperadas. (KOVÁCS, 1996). Outrossim, é visto que esses rituais de despedida têm a função de estabelecer uma conexão com o objeto perdido. Ao invés de romper os laços, manter objetos e fotografias ajuda a consolidar recordações e reconhecer a continuidade da influência que têm os mortos nas vidas dos sobreviventes. (FRANQUEIRA, 2019).

2.4.1 Importância do acolhimento clínico

De acordo com Kehl (2015), a dor representa aquilo que escapa ao processo de simbolização, sendo um afeto que não se conecta à rede de significados. Assim, para que o luto seja elaborado, é fundamental que o indivíduo construa a sua própria narrativa, utilizando o discurso como forma de elaborar a perda e o sofrimento dela

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

decorrente. A psicanálise sustenta, portanto, que a cura ocorre através da fala, da manifestação dos afetos e da construção de uma narrativa, ou seja, da organização de sua história pessoal. A vivência do sujeito deve ser contada na primeira pessoa, permitindo-lhe apropriar-se do que está aqui ao se dar conta de quem está falando sobre sua própria experiência. Através da fala, o indivíduo também tem a chance de se ouvir e se considerar nas palavras que expressa. (FORSTER *et al.*, 2023).

Outro aspecto destacado pela literatura sobre o luto é o uso do cenário analítico como facilitador de uma elaboração positiva do luto. Batistelli (2010), em um estudo de caso, observa que o ambiente criado nas sessões analíticas foi fundamental para o luto de um jovem que perdeu o pai de forma prematura. Com base na experiência clínica e à luz da psicanálise winnicottiana, a autora argumenta que a atenção dedicada ao manejo do cenário foi o elemento que conferiu significado ao processo de elaboração do luto durante as sessões. A relevância desse manejo também está ligada à postura do analista, que deve oferecer um espaço adequado, considerando as singularidades de cada sujeito nesse processo.

De acordo com Casellato (2020), a falta de elaboração do luto pode levar ao desenvolvimento de diversas formas de adoecimento, incluindo o desejo de morte, comportamentos autodestrutivos e até suicídio. Por isso, é fundamental que, quando necessário, haja um acompanhamento inicial de um profissional da saúde, como um psicólogo ou psiquiatra, para que este avalie se há a necessidade de um trabalho multidisciplinar. (NASCIMENTO, 2021).

Quando Sêneca (2017, p. 9) afirma que “não dispomos de pouco tempo, mas desperdiçamos muito”, podemos relacionar esse pensamento ao contexto do setting terapêutico. A realização de uma psicoterapia bem orientada por um profissional ético, comprometido e empático, que se mantém constantemente atualizado em sua área de atuação, faz uma grande diferença no processo desde o início, proporcionando mais segurança e acolhimento ao indivíduo em todo o mundo. (MONÇÃO, 2019).

A resistência, na teoria freudiana, é vista como uma defesa inconsciente do paciente contra a conscientização de aspectos dolorosos ou reprimidos de sua

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

experiência. Freud (1914) afirma que essa resistência funciona como um mecanismo protetor contra o sofrimento, impedindo o paciente de acessar sentimentos e memórias difíceis, o que pode dificultar o avanço terapêutico. No contexto do luto, a resistência pode se manifestar como dificuldade em falar sobre a perda ou em se conectar emocionalmente com ela, bloqueando o processo de elaboração. Cabe ao analista manejar essa resistência com sensibilidade, oferecendo um espaço seguro para acolher e trabalhar esses bloqueios. Assim, ele ajuda o paciente a se conectar gradualmente com seu sofrimento e a integrar a perda, promovendo a construção de uma narrativa pessoal que facilite um processo de cura mais autêntico e profundo. (BATISTELLI, 2010).

3. MÉTODO

Este estudo adotou uma abordagem qualitativa de natureza exploratória, amplamente utilizada na psicologia, pois possibilita uma investigação aprofundada de fenômenos sociais e comportamentais. É particularmente indicada em contextos que demandam a exploração de novas perspectivas e uma descrição detalhada de vivências. (MINAYO, 2014). A principal técnica de coleta de dados utilizada foi a observação não participante, que, conforme Gil (2019), permite aos pesquisadores acompanhar os fenômenos sem interferir diretamente nas situações observadas, garantindo uma análise mais natural e fiel das interações e comportamentos. Esse método é valioso em contextos clínicos, já que permite ao observador se manter atento aos detalhes das interações e dinâmicas entre terapeuta e paciente, sem influenciar o andamento natural da sessão.

O contexto da investigação foi um caso clínico acompanhado na clínica escola de uma faculdade localizada no interior do Rio Grande do Sul. Esse ambiente proporcionou uma oportunidade prática e supervisionada para que os estudantes acompanhassem e refletissem sobre o tratamento psicológico. Vale ressaltar que a observação iniciou-se no meio do processo terapêutico, não desde o seu início, o que trouxe uma perspectiva diferenciada e focada no momento atual da paciente.

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

A amostra foi definida de forma intencional, selecionando-se um caso específico durante o período de realização do estudo. O critério para a escolha do caso incluiu sua complexidade e relevância para o aprendizado prático das estudantes envolvidas, além do consentimento da paciente para o uso de sua experiência neste relato. A fim de preservar a identidade dos envolvidos, todos os mencionados neste artigo foram identificados por siglas, sendo: B (a paciente), P (o ex-marido), D (o filho) e C (a terapeuta).

O caso clínico foi acompanhado ao longo de sete sessões psicológicas, com atendimentos realizados duas vezes por semana na clínica escola. Durante essas observações, as estudantes registraram suas percepções em um diário de bordo, seguindo uma estrutura previamente definida que incluiu detalhes sobre a evolução do caso, as interações terapêuticas e reflexões pessoais a partir da perspectiva psicanalítica. O diário de bordo, comum em pesquisas qualitativas, permitiu o registro contínuo e reflexivo das observações e impressões das participantes. (MINAYO, 2014).

Para garantir consistência e objetividade, o grupo adotou algumas estratégias colaborativas. Foi criado um grupo de comunicação entre as integrantes e a estagiária responsável, o que facilitou o acompanhamento contínuo e o esclarecimento de dúvidas em tempo real. Além disso, os papéis de observação foram divididos entre as participantes: enquanto uma observava especificamente a paciente, registrando tanto o que era falado quanto as expressões e emoções aparentes, outra focava na terapeuta, atentando-se às expressões verbais e não verbais. Essa divisão de papéis possibilitou uma visão mais completa das interações terapêuticas, enriquecendo o processo de análise e interpretação dos dados coletados.

3.1 História clínica

A paciente B encontra-se em um estado de grande estresse e desgaste emocional após o falecimento de seu ex-marido, P., o que impactou

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

significativamente sua situação financeira, familiar e emocional. A seguir, são apresentados os principais aspectos dessa condição.

3.1.1 Aspectos emocionais

Em termos emocionais, B apresenta sentimentos de vazio, frustração e ansiedade, que acompanham a dificuldade de integrar a perda do ex-marido ao seu ego. A paciente experimenta insônia e apatia, que diminuem seu interesse pelas atividades diárias e dificultam o enfrentamento do luto, do qual ela frequentemente desvia do assunto, concentrando-se em preocupações financeiras e práticas. Além disso, B se sente constantemente pressionada pelos julgamentos externos sobre a forma de criar seu filho, o que intensifica seu sofrimento e agrava seu isolamento.

3.1.2 Aspectos físicos

Fisicamente, B manifesta sintomas como queda de cabelo, problemas de acne, fadiga constante e dificuldade para dormir, que parecem ser uma manifestação de sua angústia não resolvida. Esses sinais podem ser interpretados como uma forma de expressão de conflitos internos, que não encontram outra forma de liberação. O acúmulo de tensão impede a organização de uma rotina equilibrada, interferindo diretamente em suas responsabilidades como mãe e profissional.

3.1.3 Relações familiares

B se preocupa intensamente com o impacto da ausência de P. sobre o desenvolvimento emocional de seu filho. Ela também enfrenta dificuldades nas relações com seus irmãos e relata a falta de apoio familiar, o que acentua sua sensação de vulnerabilidade e dificulta o processo de aceitação da perda. A carência de uma rede de apoio a deixa ainda mais isolada, tendo que reorganizar sua dinâmica familiar sem o suporte do pai de D.

3.1.4 Contexto social e profissional

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

Socialmente, B tende ao isolamento e demonstra desconfiança em suas interações interpessoais, o que limita a formação de novas redes de apoio. Profissionalmente, ela trabalha em um aplicativo de transporte, porém os sintomas físicos e emocionais afetam sua disposição e capacidade de trabalho, intensificando suas preocupações financeiras e dificultando a adaptação à nova realidade sem o ex-marido.

3.1.5 Impacto dos sintomas na vida cotidiana

Por fim, os sintomas físicos e emocionais apresentados têm um impacto significativo na vida cotidiana da paciente. A insônia e o cansaço constante dificultam o engajamento nas atividades básicas, a acne e a queda de cabelo afetam sua autoestima, reforçando sentimentos de desvalorização. Esse quadro sintomático, agravado pela falta de apoio familiar e à pressão social e financeira, contribui para um ciclo de exaustão que compromete a qualidade de vida da paciente e interfere em seu processo de luto.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

4.1 Histórico de perdas

Em seu livro *O Luto no Século 21*, Franco (2021) argumenta que o luto vai além da perda de uma pessoa, englobando também aspectos sociais e emocionais, como a perda de uma rede de apoio ou de segurança emocional. Essa definição amplia a compreensão das experiências de B, cujas ausências incluem, além da morte do ex-marido, também desamparo social, conflitos familiares e isolamento. De acordo com Franco, o luto é um processo de construção de significado, no qual múltiplos vínculos são rompidos, e o apoio social desempenha um papel crucial na ressignificação da dor.

As perdas emocionais vividas por B na infância exerceram um impacto significativo em sua vida adulta, particularmente na maneira como ela lida com a dor da ausência. A teoria do apego de Bowlby (1978) enfatiza que a ausência de uma base segura, resultado de pais autoritários e negligentes, contribui para a construção

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

de um senso duradouro de insegurança e isolamento. O pai, autoritário e emocionalmente distante, frequentemente minava os momentos de união familiar, enquanto a mãe, emocionalmente limitada, reforçava em B uma percepção de não pertencimento e desamparo. Esse ambiente disfuncional é resumido por um relato da própria paciente: “nós não éramos uma família, cada um vivia em seu quadrado.” Essas experiências resultaram em vínculos frágeis e desconfiança em relações interpessoais, dificultando a formação de laços de apoio essenciais para lidar com perdas futuras. Esse padrão também se reflete nas relações familiares atuais, especialmente com seus irmãos ainda vivos, com quem não mantém vínculos significativos. Durante as sessões, B relatou que o irmão não compareceu ao velório de seu ex-marido nem ofereceu condolências, a tepeuta C questionou B sobre seus sentimentos em relação a essa atitude — “desamparo, tristeza, indiferença?” —, B respondeu: “indiferença”. Além disso, mencionou que não esperava ser procurada pela irmã, a não ser para atender a algum pedido dela. Franco (2021) corrobora que a ausência de vínculos afetivos saudáveis na infância agrava o sofrimento no processo de luto. Adicionalmente, o histórico de desamparo e negligência experimentado por B pode ser relacionado à “posição depressiva” descrita por Klein (1940), em que a perda atual reativa os traumas de abandono e insegurança vivenciados na infância. As teorias de Bowlby e Klein oferecem uma base teórica para compreender como a relação disfuncional de B com seus pais e o ambiente familiar fragmentado comprometem sua capacidade de confiar nos outros, intensificando a vivência do luto e dificultando a adaptação à morte do ex-marido.

Outro aspecto relevante do sofrimento de B é o impacto sobre seu corpo e saúde. Freud (1917) sugere que o processo de luto consome a energia psíquica, deixando o indivíduo exausto física e emocionalmente, algo evidente na fala de B: “estou muito cansada e me esgoto muito rápido”, acompanhada de sintomas como insônia e ansiedade. Essas queixas mostram que a experiência da ausência não afeta apenas o bem-estar emocional, mas também a saúde física, evidenciando a profunda interconexão entre corpo e mente. Em uma das sessões, B relatou: “perdi 50kg sozinha, sem personal ou nutricionista, porque minha mãe morreu de

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

obesidade e queria ter disposição para o meu filho”, essa mudança representa uma busca não apenas por saúde, mas também pela reconstrução de sua identidade e autonomia. Franco (2021) afirma que o autocuidado no luto pode funcionar como uma defesa emocional, ajudando o paciente a resgatar sua autonomia. No caso de B, esse autocuidado reflete-se no controle que tenta exercer sobre o próprio corpo, rompendo com os ciclos de controle e autoritarismo que vivenciou na infância, especialmente no que diz respeito à alimentação. Contudo diante da perda atual, ela enfrenta sintomas físicos como o cansaço extremo, dificuldades para dormir e problemas de pele, então ela sente-se novamente no lugar de vulnerabilidade e perda de controle, como se revivesse as limitações que tanto tentou superar. A vivência de B, portanto, revela-se uma luta constante entre os efeitos incapacitantes do luto e seu esforço para reorganizar a vida, preservando sua autonomia em meio a um processo profundamente desafiador.

A morte do ex-marido representa não apenas a perda de uma relação, mas uma ruptura profunda na identidade e no papel social de B. Ela mantinha expectativas inconscientes de reconciliação ou resignificação do relacionamento, expectativas que foram frustradas com a morte de P. Essa ausência é marcada pela “perda do eu idealizado” (FREUD, 1917), pois B se vê incapaz de reorganizar sua história afetiva e perde a sensação de completude que o papel de esposa e mãe lhe proporcionava. A frase “é triste saber que a gente está melhor sem ele em certos aspectos” revela a ambivalência no luto, uma mistura de alívio pela ausência dos conflitos conjugais e a dor pela perda do papel familiar. Esse luto ambivalente, como Bowlby (1978) aponta, dificulta a aceitação plena da ausência, pois B ainda idealiza momentos felizes do passado, suavizando a dor da perda. Assim, o luto de B envolve um processo contínuo e doloroso de revisitação e resignificação de ausências passadas, que ainda permeiam seu presente e influenciam suas escolhas e capacidade de seguir em frente.

4.2 O luto após a morte do ex-marido

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

O processo de luto, na perspectiva psicanalítica, é um fenômeno complexo que envolve a vivência de emoções intensas e a reconfiguração da identidade após a perda de um ente querido. No caso da paciente B, a morte do ex-marido trouxe à tona uma preocupação central: a responsabilidade de criar o filho sozinha. Em diversos momentos, a paciente expressou angústia com a possibilidade de o filho crescer sem a figura paterna e a sensação de que “nunca mais seremos completos”. Essa preocupação reflete não apenas o desafio de lidar com a ausência, mas também a quebra do ideal de família que sustentava sua identidade, evidenciando dificuldades em assumir múltiplas responsabilidades sem uma rede de apoio, o que representa um fator de risco significativo para sua saúde mental. (MORAIS *et al.*, 2021).

Além disso, logo no início do processo de luto, B apresentou sinais significativos de exaustão emocional, conforme evidenciado em uma sessão: “estou exausta, é muita coisa”. Esse estado é característico do luto, no qual o indivíduo pode sentir-se incapaz de lidar com as novas situações de forma eficiente e saudável. Ademais, B não teve momentos do dia a dia para descanso e reflexão, um aspecto que agravou o esgotamento emocional. (MACEDO, 2022). Entretanto, o luto é um processo dinâmico e não linear, podendo incluir episódios de regressão e manifestações intensas de tristeza, atitude evidenciada quando B disse que “não sei pra que lado eu vou”, “não tem o que eu querer”, assim indicando uma sensação de desorientação e perda de propósito, comum entre aqueles que estão em processo de luto. (ROCHA *et al.*, 2021).

É relevante citar que B apresentou sintomas físicos, como a queda de cabelo, acne e a apatia, que podem ser atribuídos tanto ao estresse emocional quanto ao uso de medicação. A psicanálise sugere que a medicação pode, em alguns casos, mascarar os sentimentos em vez de permitir que a pessoa os processe. (FRANCO, 2012). B também se questiona se seus sintomas são emocionais ou decorrentes do remédio, o que destaca a complexidade da interação entre saúde mental e física durante o luto. (GOMES, 2022).

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

Ademais, B relatou um medo crescente de acumular dívidas, que desencadearam comportamentos ansiosos e episódios de choro. Esse tipo de ansiedade é comum em situações de luto, nas quais a insegurança financeira e emocional pode agravar o sofrimento. (FILHO; LIMA, 2017). À luz da abordagem freudiana, a perda de um parceiro muitas vezes gera uma crise de identidade, levando o indivíduo a lutar para manter um sentimento de controle sobre sua vida e responsabilidades. (BERNARDES; PEGORADO, 2021).

Nesse contexto, o mecanismo de defesa de deslocamento se fez presente. A paciente encaminhou sua angústia central, que foi a dor pela perda do ex-marido, para preocupações relacionadas à segurança financeira e ao futuro do filho. Ao invés de focar diretamente na dor do luto, a paciente deslocou esse sentimento para o medo de não poder garantir estabilidade ao filho e ao acúmulo de dívidas. Dessa forma, a posição permitiu que B expressasse seu sofrimento de uma maneira menos direta e dolorosa, canalizando a sua dor para uma preocupação mais concreta e “gerenciável”. Essa dinâmica de deslocamento ajuda a compreender como o luto se manifesta de forma indireta na vida do paciente, ligando a ansiedade financeira ao processo de enfrentamento da perda. (PONTALIS; LAPCHANCE, 2001).

A paciente B demonstrou no início, dificuldades em elaborar o luto, os seus relatos revelaram a presença de diversos mecanismos de defesa que obstruem o processo de elaboração da perda. Recentemente, ela começou a conversar com um homem e disse que ele se assemelha ao ex-marido em todos os aspectos, ao atribuir-lhe características de P, e a identificação com o objeto perdido, manifestada na associação entre a visão de uma moto e a lembrança do falecido, demonstram a tentativa de manter uma conexão com o objeto perdido, evitando assim a angústia da separação. A negação da realidade da morte, que se manifesta nos sonhos onde o ex-marido aparece vivo no futuro, indica uma resistência à perda e uma dificuldade em lidar com a nova realidade. Essa negação temporária, que pode surgir tanto em imagens oníricas quanto em situações cotidianas, é algo bastante frequente nos estágios iniciais do luto. (FREUD, 1917).

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

Durante uma das sessões observadas, a paciente B verbalizou: “o bom é que as pessoas não me machucam mais”. Essa afirmação sugere a presença de um mecanismo de defesa, a racionalização, no qual o sujeito busca atribuir um significado positivo e racional à perda, encontrando alívio na ausência de conflitos com o falecido. Essa estratégia, embora compreensível como tentativa de lidar com a dor intensa, pode, segundo Garritano e Sadala (2009), dificultar a elaboração completa do luto. Conforme apontam Fonteles e Coutinho (2019), é fundamental que o luto seja vivenciado em sua plenitude, permitindo que a dor seja reconhecida e que a busca por um novo significado na vida possa ocorrer de forma gradual e autêntica.

Esses mecanismos de defesa, segundo Freud (2005), são estratégias inconscientes utilizadas pelo ego para lidar com a ansiedade gerada pela perda. No caso de B, eles parecem estar impedindo a reintegração do ego e a construção de novas relações objetais. A persistência desses mecanismos indica a necessidade de um trabalho psicoterapêutico que permita a paciente acessar o material recalçado, elaborar a perda e construir novas narrativas sobre si mesma e sobre o futuro.

4.3 A elaboração do luto

A relação entre B e D é um dos aspectos positivos na elaboração do luto. Pois, o assunto é falado abertamente em casa, sem censura ou repreensões de ambas as partes. Afinal, a forma como a família lida com a morte é determinante em todo o processo de perda individual, uma vez que a comunicação e a aceitação dos que lhe são próximos pode reduzir o impacto da perda. (KOVÁCS, 1992). Além disso, B observou que, após o falecimento do pai, o filho demonstrou uma proximidade emocional mais intensa com ela. Notou-se que ele se tornou mais calmo, colaborativo e de fácil convivência, mostrando maior disposição para ouvir, acompanhar e auxiliar nas tarefas diárias, representando uma atitude diferente de quando o pai estava vivo, pois a separação dos pais foi descrita como um período de grande estresse para D, marcado por uma constante disputa de atenções e lealdades. Com a morte de P, essa dinâmica de conflito foi neutralizada.

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

Em uma sessão, B comentou que “D não precisa mais agradar a duas pessoas; agora somos apenas eu e ele, e nos entendemos bem”. Isso reflete um novo equilíbrio na relação familiar, permitindo um vínculo mais harmonioso e coeso. Desta maneira, quando ocorre um evento traumático, como uma separação ou a morte de um indivíduo, a família necessita absorver uma gama de novas informações, superior às estratégias de enfrentamento das quais se utiliza normalmente, rompendo o equilíbrio interno. Tal situação implica uma indispensável coesão e retroalimentação entre os membros, com busca de novas alternativas para superar o momento de crise. Uma vez que, nesses momentos, os mesmos enfrentam uma espécie de transição que a transforma e impõe uma nova identidade. (GONÇALVES, 2016).

Com isso, após a venda da residência do ex-marido, B tomou a decisão de proporcionar ao filho uma última visita à casa do pai. Durante essa visita, D registrou em vídeo os diversos espaços da casa, relatando memórias significativas associadas a cada um dos cômodos: “aqui era o meu quarto”, “aqui eu andava de moto com o meu pai”, “aqui eu caí”. Também foram tiradas fotografias dos locais, culminando em um gesto simbólico de despedida à casa. Segundo B, o objetivo desse momento era criar uma recordação positiva e duradoura do ambiente, valorizando as memórias felizes que ali foram vivenciadas. Através da situação relatada, percebe-se que o ritual de despedida aproximou essa família e viabilizou a morte, como parte integral do processo de vida. É visto que esses tipos de ritos são essenciais para curar ou prevenir aqueles que a morte atingiu, sendo uma maneira de fortalecer os membros da família e de partilharem momentos especiais. (FRANQUEIRA, 2019).

Além disso, também foi observado que B ao longo das sessões conseguiu superar a impotência, aceitando que por mais que deseje e por mais que tenha toda a disposição para tal, não tem domínio sobre todas as coisas. A espiritualidade dela foi muito importante em todo esse processo, em muitos momentos relatou que tem uma fé muito forte, “Deus levou o meu ex-marido no momento dele e não tem nada que eu possa fazer”. Para Franco (2012), a espiritualidade está intimamente

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

relacionada à esperança, que por sua vez ajuda a aplacar a angústia da finitude trazida pela morte. Sinteticamente, o enfrentamento do luto, com possibilidade de superar a perda, significa a possibilidade de caminhar em direção à sua resolução e encontrar uma maneira de viver “com” e “apesar” da perda.

Dessa forma, aos poucos, outros problemas tornaram-se o assunto principal dos atendimentos: efeitos colaterais do remédio, apreensão com o trabalho e com o filho. Agora, B mostra-se mais risonha e consegue encarar com bom humor os outros problemas. Além disso, percebeu que está falando sobre a morte do seu ex marido com mais tranquilidade, chorando com menos frequência, mas ainda se emociona em momentos especiais. É visto que a terapia favoreceu esse processo, com um espaço de acolhimento e compreensão e se tornou fundamental para a paciente utilizar o discurso como forma de elaborar a perda e o sofrimento dela decorrente. Afinal, a psicanálise defende que a cura se dá por meio da fala, da expressão dos sentimentos e da construção de uma narrativa. Com isso, a paciente por meio da fala tem a oportunidade de ouvir e refletir sobre as palavras que expressa. (FORSTER *et al.*, 2023).

Um ponto de grande importância para a terapia foi a relação terapêutica entre a paciente e a terapeuta. Embora as observações tenham começado no decorrer do processo terapêutico, foi possível perceber o surgimento de um vínculo sólido, o qual facilitou a abertura emocional da paciente, permitindo uma abordagem mais profunda. A terapeuta, com um olhar atento e uma escuta ativa, demonstrou esse vínculo. Uma evidência desse vínculo foi a constância da paciente em comparecer semanalmente, bem como sua pontualidade. Esses comportamentos não refletem apenas um compromisso com o processo terapêutico, mas também indicam uma sensação de segurança e acolhimento proporcionada pela terapeuta e isso só é possível quando a psicoterapia é conduzida por um profissional ético, comprometido, empático e que se mantém constantemente atualizado em sua área de atuação. (MONÇÃO, 2019).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

Este estudo teve como objetivo observar e compreender os processos inconscientes envolvidos no luto, analisando a maneira como a paciente lidou com a perda de seu ex-marido e procurou reorganizar sua identidade. Constatou-se que o luto é complexo e multifacetado, caracterizado pelo rompimento de vínculos afetivos e pelo desafio de reconstruir a identidade pessoal e social.

Outro componente essencial identificado foi a influência dos mecanismos de defesa e do apoio social na vivência do luto. A paciente recorreu frequentemente a estratégias inconscientes, como o deslocamento, a racionalização e a negação, que, embora tenham aliviado momentaneamente a dor da perda, também geraram sintomas físicos e emocionais, como insônia e apatia. Entende-se que, mesmo evitando falar sobre a dor, ela encontrava uma maneira de se expressar. A ausência de uma rede de apoio sólida agravou o processo de luto, evidenciando a importância das relações sociais e familiares para a reconstrução psíquica após uma perda significativa.

Constatou-se ainda que o acolhimento psicológico e a escuta ativa vindas da terapeuta foram fundamentais para que a paciente pudesse expressar seus sentimentos, permitindo que a angústia da ausência fosse elaborada e ressignificada. Por meio desse espaço seguro e de apoio, a paciente teve a oportunidade de confrontar seus medos e angústias e de acessar memórias significativas que facilitaram o enfrentamento do luto. A vivência desse processo permitiu que ela desenvolvesse uma maior compreensão da complexidade de seus sentimentos, encontrando maneiras de expressá-los e de lidar com eles. No entanto, os sintomas persistiram ao longo do acompanhamento, indicando que a dor da perda ainda ocupava um espaço significativo em sua vida emocional.

Dessa maneira, concluiu-se que o objetivo de explorar a elaboração do luto e a reconstrução psíquica foi alcançado, destacando o papel essencial de proporcionar espaço para que a paciente pudesse enfrentar e integrar sua dor, favorecendo uma ressignificação das experiências de perda ao longo do processo terapêutico. A pesquisa em questão reforça a importância do envolvimento de familiares e amigos no processo de luto, oferecendo suporte emocional que

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.



Um novo conceito na formação!



INSTITUTO DE DESENVOLVIMENTO
EDUCACIONAL DE BAGÉ
FACULDADE IDEAU DE BAGÉ



possibilite à paciente encontrar novos significados para sua identidade e viver de forma equilibrada após a perda. Ademais, destaca-se a relevância das intervenções psicanalíticas que facilitem a elaboração do luto e o enfrentamento da dor de uma perda expressiva.

6. REFERÊNCIAS

BATISTELLI, F. M. V. Caminos en la elaboración de un luto. **Jornal de psicanálise**, v. 43, n. 79, p. 155-162, 2010.

BAUMAN, Zygmunt. **Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos**. Editora Schwarcz-Companhia das Letras, 2004.

BERNARDES, I. A.; PEGORARO, R. F. Irmãos saudáveis de criança com câncer: Revisão integrativa da literatura. **Espaço para a Saúde**, [S. l.], v. 16, n. 4, p. 98–108, 2021.

BORGES, V. de G. Relação luto e sociedade em suas diversidades de conceitos: Amor o luto capcioso. **Revista Caparaó**, [S. l.], v. 3, n. 1, p. e39, 2021.

BOWLBY, J. Attachment and loss, v. 1: Attachment. Harmondsworth: Penguin, 1978.

CASELLATO, Gabriela. **Luto por perdas não legitimadas na atualidade**. BOD GmbH DE, 2020.

CAVALCANTI, A. K. S. et al. O conceito psicanalítico do luto: uma perspectiva a partir de Freud e Klein. **Psicol. inf**, p. 87-105, 2013.

COCA, O. de S. et al. UMA COMPREENSÃO PSICANALÍTICA ACERCA DO PROCESSO DE LUTO NA SEPARAÇÃO AMOROSA. **Psicologia em Estudo**, v. 22, n. 1, p. 27-39, 28 mar. 2017.

FILHO, J. F. C.; LIMA, D. M. de A. Luto parental e construção identitária: compreendendo o processo após a perda do filho. **Psicologia Argumento**, v. 35, n. 88, 2017.

EDLER, Sandra. **Luto e melancolia**. Editora José Olympio, 2008.

FONTELES, C. S. L.; COUTINHO, D. M. B. A presença da psicanálise na universidade francesa. **Psicol. rev.** (Belo Horizonte), Belo Horizonte, v. 25, n. 2, p. 513-531, ago. 2019.

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.



Um novo conceito na formação!



INSTITUTO DE DESENVOLVIMENTO
EDUCACIONAL DE BAGÉ
FACULDADE IDEAU DE BAGÉ



FORSTER, S. et al. Importância da narratividade no processo do luto. **Cadernos de Psicanálise** | CPRJ, v. 45, n. 48, p. 183-199, 9 ago. 2023.

FRANCO, M. H. P. Crises e desastres: a resposta psicológica diante do luto. **O mundo da saúde**, v. 36, n. 1, p. 54-58, 2012.

FRANCO, M. H. P. **O luto no século 21: uma compreensão abrangente do fenômeno**. Summus Editorial, 2021.

FRANQUEIRA, A. M. R. Entre o público e o privado: rituais no processo de luto parental. **Tempo da Ciência**, v. 26, n. 51, p. 59-72, 2019.

FREUD, Anna. **O Ego e os Mecanismos de Defesa**. ed. São Paulo: Artmed, 2005.

FREUD, S. Luto e melancolia. In: FREUD, S. **Obras Completas**. São Paulo: Companhia das Letras, p. 245-268, 2010 (1917).

FREUD, S. Recordar, repetir e elaborar (1914) In: **Edição Standard das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud**, v. 12. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

GARRITANO, E. J.; SADALA, G. O ADOLESCENTE E A CULTURA DO CORPO NA CONTEMPORANEIDADE. **Revista Inter-Ação**, Goiânia, v. 34, n. 2, p. 485-512, 2009.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 7ª ed. São Paulo: Atlas, 2019.

GOMES, Á. J. dos S. Luto e melancolia: as fraturas incuráveis na obra de Hérrib Campos Cervera. **Signótica**, v. 34, 2022.

GONÇALVES, P. C.; BITTAR, C. M. L. Estratégias de enfrentamento no luto. **Mudanças-Psicologia da saúde**, v. 24, n. 1, p. 39-44, 2016.

HOFFMANN, F. S. et al. A mulher com câncer de mama: apoio social e espiritualidade. **Mudanças: Psicologia da Saúde**, v. 14, n. 2, p. 143-150, 2006.

KEHL, M. R. **O tempo e o cão: a atualidade das depressões**. Editorial Boitempo, 2015.

KLEIN, M. O luto e suas relações com os estados maníaco-depressivos (1940). In: _____. **Amor, culpa e reparação e outros trabalhos** (1921-1945). Obras Completas de Melanie Klein. Vol. I, Rio de Janeiro: Imago, 1996.

KOVÁCS, M. J. A morte em vida. **Vida e morte: laços da existência**, p. 11-33, 1996.

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.



Um novo conceito na formação!



INSTITUTO DE DESENVOLVIMENTO
EDUCACIONAL DE BAGÉ
FACULDADE IDEAU DE BAGÉ



LOPES, C. M. B.; PINHEIRO, N. N. B. Notas sobre algumas implicações psíquicas da desconstrução da maternidade no processo de luto: um caso de nascimento-morte. **Estilos da Clínica**, v. 18, n. 2, p. 358-371, 2013.

MACEDO, M. M. K. PARAGEM E MOVIMENTO: DESDOBRAMENTOS DO PESQUISAR EM PSICANÁLISE. **SIG Revista de Psicanálise**, v. 11, n. 1, p. 55-62, 2022.

MCWILLIAMS, N. **Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process**. Guilford Press, 2011.

MINAYO, M. C. de S. **O Desafio do Conhecimento: Pesquisa Qualitativa em Saúde**. 14ª ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

MONÇÃO, M. R. F.; HONDA, H. O estatuto de regra fundamental da associação livre: sobre as bases teóricas da técnica da psicanálise. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, v. 10, n. 2, p. 41-58, 2019.

MORAIS, J. O. et al. No trem da vida, o meu vagão se chama luto: aconselhamento psicológico em sujeitos enlutados. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 6, p. e50710615915-e50710615915, 2021.

NASCIMENTO, S. P. do. **A importância do profissional de psicologia na elaboração de perdas e o luto no relacionamento**. 2021. 26. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Faculdade Anhanguera, Sumaré, 2021.

NASIO, J.-D. **A dor de amar**. Editora Schwarcz-Companhia das Letras, 2007.

PARKES, C. M. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta**. Summus editorial, 1998.

PEREIRA, Cláudia B. et al. **O processo de luto inerente à morte da infância à velhice**. 2014.

PONTALIS, Jean-Baptiste; LAPLANCHE, Jean. **Vocabulário da psicanálise**. Santos: Martins, 2001.

ROCHA, K. P. de M. et al. Vivências de luto e saúde mental da enfermagem na pandemia da COVID-19: o que nos diz a literatura?. **Saúde Coletiva (Barueri)**, [S. l.], v. 11, n. 62, p. 5092–5096, 2021.

SÊNECA, L. A. **Sobre a brevidade da vida**. São Paulo: Companhia das Letras, 2017.

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.



Um novo conceito na formação!



INSTITUTO DE DESENVOLVIMENTO
EDUCACIONAL DE BAGÉ
FACULDADE IDEAU DE BAGÉ



SILVA, E. B. T. Mecanismos de defesa do Ego. [Trabalho de Curso]. **Rev Psicologia**. PT, v. 3, p. 1-5, 2011.

VAILLANT, G. E. **Ego mechanisms of defense: a guide for clinicians and researchers**. American Psychiatric Pub, 1992.

¹ Discentes do Curso de Psicologia, 4º semestre 2024/2 – Faculdade IDEAU – Bagé/RS.

² Docentes do Curso de Psicologia, Faculdade IDEAU – Bagé/RS.