

A DOR DE UMA CERTEZA: O LUTO SOB UM VIÉS PSICANALÍTICO

Ana Carolina Graziola

Matias Trevisol

Resumo

INTRODUÇÃO: O presente resumo versa sobre o luto e sua visão através da psicanálise, sendo resultante do componente de Estágio Curricular Supervisionado II, disciplina do Curso de Psicologia, ofertado pela Universidade do Oeste de Santa Catarina (UNOESC), campus de São Miguel do Oeste, sob supervisão e orientação de um professor com CRP ativo. Tem por objetivo geral refletir sobre o luto e sua vivência sob a perspectiva psicanalítica. Ainda, tem-se como objetivos específicos: identificar como se dá esse processo e, em seguida, compreender a relação entre a psicoterapia e o luto.

DESENVOLVIMENTO: Arantes (2019, p. 178) define: "luto é o processo que sucede o rompimento de um vínculo significativo". Neste sentido, parte-se da ideia de que existem distintas perdas que cada indivíduo pode vir a enfrentar, como o fim de uma relação amorosa, a perda de um membro do corpo após um acidente, ou a morte de uma pessoa pela qual se tem apreço. Sobre este processo, Kübler-Ross (1981) o separa em estágios, sendo

eles: a negação, a raiva, a barganha, a depressão e a aceitação. Contudo, mesmo com a compreensão destes estágios, faz-se necessário destacar que cada indivíduo vivencia o luto da sua maneira, bem como, o mesmo indivíduo pode vivê-lo de forma distinta, em diferentes situações, contextos e fases de sua vida. Ainda, há outros fatores e mediadores que podem influenciar a forma com que se vive tal processo, como a cultura, a sociedade de forma geral, e espiritualidade e as religiões (FRANCO, 2021).

Para Freud (1917 [1915]), o luto é um processo lento e doloroso, que é caracterizado pela tristeza profunda, perda de interesse no mundo externo, fato que faz com que a pessoa se afaste de qualquer pensamento que não tenha relação com o objeto perdido, além da sensação de incapacidade de adotar um novo objeto, substituindo o perdido. Assim, surge uma necessária reorganização, para que a energia libidinal seja transferida para um novo objeto.

Mais tarde, Freud (1926) continua ao refletir que o Ego, no estado de luto, se encontrando envolvido em uma tarefa psíquica difícil, acaba por resultar em um empobrecimento de energia, sendo a restrição da restrição do Ego como uma medida de precaução.

Ainda, Freud (1917 [1915]) propõe-se a diferenciar luto e melancolia. Neste sentido, aponta o luto como um trabalho psíquico necessário, sendo uma resposta normal à perda. Já a melancolia se caracteriza por um abatimento psíquico, uma tristeza mais profunda e prolongada, como um estado patológico relacionado à perda, acompanhado pela diminuição da autoestima. Também, vale ressaltar que tal comprometimento da autoestima é questão chave que estabelece a diferença entre o luto e a melancolia.

Nesta perspectiva, ao entender o processo de luto como uma dinâmica de elaboração, considera-se que, com o tempo, o luto passe a ser naturalmente superado. Quando este processo se dá por "completo", pode-se dizer que o Ego estará "livre" para investir em outra relação (FREUD, 1917 [1915]). Contudo, um processo de luto mal elaborado pode vir a desencadear patologias, sendo estas manifestadas de inúmeras formas, como exemplo a estagnação de desenvolvimento (OLIVEIRA, 2001).

Nesta perspectiva, ressalta-se que a superação de uma perda está diretamente ligada a maneira com que o sujeito lida com os acontecimentos, dependendo da sua personalidade, do momento no qual se encontra e o grau de importância que o objeto perdido tem em sua vida (GOMES e GONÇALVES, 2015).

Com tal ponto em perspectiva, a psicoterapia surge como uma forma de auxílio para a elaboração das vivências que englobam o luto. Neste viés, Eizirik (1987) sinaliza que cabe ao profissional que está acompanhando a pessoa enlutada tornar o processo psicoterapêutico como um espaço de apoio, elaboração e reassuramento, ouvindo com empatia e oferecendo suporte profissional e necessário. Ademais, o autor também destaca a importância da transferência na abordagem do luto, sendo necessário que o psicoterapeuta esteja atento e compreenda o que está representando para o paciente enlutado, interpretando e compreendendo os sentimentos de ambivalência que podem se fazer presentes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: Isso posto, faz-se necessário compreender o luto como um processo que, em algum momento da vida, será vivenciado por todas as pessoas, e que a forma de experienciá-lo ocorre de forma particular, sendo diferente em cada situação, destoando de intensidade, tempo de duração, sentimentos que são gerados. Contudo, aponta-se o

fato de que, por padrão, viver o luto não é algo fácil, sendo um processo de perda, que gera sofrimento. Dessa forma, ressalta-se a importância do processo psicoterapêutico, que pode auxiliar o indivíduo a vivenciar o luto, facilitando a compreensão, expressão e elaboração de pensamentos, sentimentos e emoções causadas pela perda do objeto de estima.

REFERÊNCIAS:

ARANTES, Ana Claudia Quintana. A morte é um dia que vale a pena viver. Rio de Janeiro: Sextante, 2019. p. 178.

EIZIRIK, Cláudio Laks. Abordagem Psicoterápica do luto. Revista de Psiquiatria. Porto Alegre, v. 9, n. 3, p. 190-193, 1987.

FRANCO, Maria Helena Pereira. O luto no século 21: uma compreensão abrangente do fenômeno. 1. ed. São Paulo: Summus, 2021.

FREUD, Sigmund. Luto e Melancolia (1917 [1915]). In: SALOMÃO, J. (Org.). Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud. Edição Standard Brasileira, v. XIV. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

FREUD, Sigmund. Inibições, Sintomas e Ansiedade (1926 [1925]). In: SALOMÃO, J. (Org.). Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud. Edição Standard Brasileira, v. XX. Rio de Janeiro: Imago, 1996.

GOMES, Lauren Beltrão; GONÇALVES, Jadete Rodrigues. Processo de luto: a importância do diagnóstico diferencial na prática clínica. Revista de Ciências Humanas, v. 49, n. 2, p. 118-139, jul-dez 2015.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth. Sobre a morte e o morrer. São Paulo: Martins Fontes, 1981.

OLIVEIRA, Tereza Marques de. O Psicanalista diante da Morte. São Paulo: Mackenzie, 2001.

