

CAPÍTULO 2

A ELABORAÇÃO DO LUTO POR MORTE SOB A PERSPECTIVA DA PSICOTERAPIA JUNGUIANA

Data de aceite: 03/10/2022

Data de submissão: 16/08/2022

Michel Cleiton Andersson Daversa

Prefeitura Municipal de
Fazenda Rio Grande/PR
<https://orcid.org/0000-0002-8004-7647>

RESUMO: O luto pela morte do outro se configura em uma das mais dolorosas e significativas perdas vivenciadas. Nem todas as perdas justificam uma intervenção psicológica especializada. Todavia, o suporte psicológico torna-se relevante quando uma determinada perda afeta as estruturas de significado de vida, levando o indivíduo a um sofrimento psíquico profundo e por tempo prolongado. A presente revisão bibliográfica, de caráter qualitativa, se propôs a investigar como a psicoterapia de orientação Junguiana pode auxiliar enlutados em situação de sofrimento pela morte real e concreta do outro. O luto é um processo natural da condição humana, contudo, há fatores que podem dificultar este processo. Por intermédio da linguagem simbólica presente nos mitos e nos sonhos, a psicoterapia de orientação Junguiana pode auxiliar significativamente na elaboração da perda por morte. Para Jung, vida e morte não são opostas, mas complementares. Na Psicologia Analítica, a morte não significa o fim, mas uma experiência vital, singular e profundamente transformadora, parte integrante do caminho da individuação. Contudo, o psicoterapeuta deve

cercar-se de estudos contínuos, psicoterapia individual e supervisão clínica, pois ao lidar com questões de morte na clínica o profissional pode defrontar-se com estas questões em si mesmo. O presente estudo não pretende esgotar o assunto, mas fomentar futuras pesquisas acerca do tema e contribuir para uma atuação profissional fundamentada na ética e na ciência, mas, sobretudo, na empatia, no respeito, no acolhimento incondicional, na escuta empática, na humanidade e no afeto.

PALAVRAS-CHAVE: Psicoterapia. Psicologia Analítica. Jung. Morte. Processo de Luto.

ORIENTATION ANALYTICAL-JUNGUIAN PSYCHOTHERAPY IN THE PROCESS IN MOURNING FOR DEATH

ABSTRACT: Mourning for one's death translates to one of the most painful and meaningful losses experienced. Not all losses justify specialized psychological intervention. However, psychological support becomes relevant when a certain loss affects the life meaning structures, leading the individual to a long-lasting, deep psychic suffering. The present literature review, of qualitative disposition, proposes to investigate how the Jungian psychotherapy can assist the bereft in a situation of suffering for the other's real and concrete death. Mourning is a natural process of the human condition; however, there are factors that can hinder this process. Through the symbolic language encompassed in myths and dreams, Jungian psychotherapy can significantly assist in the processing of loss by death. To Jung, life and death are not opposing, but complementary. In Analytic Psychology, death

doesn't mean the end, but a vital, singular and deeply transformative experience, integral part of the path to individuation. Nevertheless, psychotherapists must surround themselves of continued studies, individual psychotherapy and clinical supervision because, while dealing with matters of death in the clinic, the professional may face these questions within himself. The present study does not aim for exhausting the subject, but for fomenting future research about it and contributing to a professional practice founded on ethics and science, but, especially, on empathy, respect, unconditional refuge, empathic listening, humanity and affection.

KEYWORDS: Psychotherapy. Analytical Psychology. Jung. Death. Process of Mourning.

1 | INTRODUÇÃO

Indagações sobre a vida e a morte estão entre as principais reflexões que o homem tem feito desde que tem consciência de si. Embora seja um tema presente na literatura, no cinema, na música, no teatro, a morte parece ser frequentemente evitada no dia a dia. A palavra “morte” é comumente substituída por expressões como “não está entre nós”, “partiu”, “veio a óbito”, o que demonstra uma possível esquivia. Para algumas pessoas, falar sobre a morte pode atraí-la, como se esta pudesse ser evitada ou como se o homem não estivesse consciente de que tudo o que nasce, um dia, irá morrer. Todavia, não há outro momento para tratarmos sobre o tema, senão em vida.

Quando falamos sobre a morte, naturalmente nos remetemos ao luto – processo de elaboração de uma perda. Apesar de o luto ser um processo natural da condição humana e não estar ligado exclusivamente à morte real e concreta do outro, é possível dizer que esta perda se configura como dolorosa e significativa e, em alguns casos, leva o enlutado a um sofrimento profundo e por tempo prolongado. Nestas situações, o indivíduo pode se beneficiar de uma intervenção psicológica especializada.

Dentre as principais abordagens psicológicas existentes, está a Psicologia Analítica, baseada nas ideias do psiquiatra suíço Carl Gustav Jung. Ao considerar que a psicoterapia visa promover a saúde mental e propiciar aos indivíduos melhores condições de enfrentamento de transtornos e/ou conflitos psíquicos, torna-se de relevante investigar o conceito de morte sob a ótica da Psicologia Analítica, e ainda, analisar e descrever como a psicoterapia de orientação Junguiana pode auxiliar pacientes em situação de luto por morte.

Desta maneira, este estudo teve como objetivos compreender o manejo psicoterapêutico frente às questões de morte e luto sob o prisma da Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung, descrever sobre as teorias clássicas de luto, analisar o tema da morte e do luto sob a perspectiva da Psicologia Analítica e descrever como a psicoterapia de orientação Junguiana pode auxiliar pacientes em situação de luto por morte.

Este estudo pode ser caracterizado como uma revisão bibliográfica, de abordagem qualitativa. De acordo com Gil (2002), a pesquisa bibliográfica é constituída de material científico já elaborado, como livros e artigos científicos, e permite ao investigador a

cobertura de uma gama de fenômenos mais ampla do que aquela que se poderia obter ao pesquisar diretamente.

A abordagem qualitativa, por sua vez, pode ser definida como um tipo de investigação voltada para os aspectos qualitativos de uma determinada questão, respeitando o rigor científico ao longo da pesquisa e mantendo coerência absoluta com os objetivos previamente estabelecidos (GIL, 2002).

Para a execução da presente pesquisa foram utilizadas as bases de dados eletrônicas Scielo (Scientific Electronic Library Online) e PePSIC (Periódicos Eletrônicos em Psicologia), a partir dos seguintes temas: morte, luto, psicoterapia, psicologia analítica, psicologia junguiana. Além destas, também foram utilizadas obras literárias especializadas no tema deste estudo.

Ressalta-se que o presente estudo partiu do pressuposto de que a psicoterapia de orientação Junguiana pode auxiliar indivíduos na elaboração do luto de difícil elaboração, desencadeado pela morte real e concreta do outro.

2 | CONCEITUADO O LUTO NORMAL E O LUTO DE DIFÍCIL ELABORAÇÃO

A literatura apresenta diversos modelos teóricos que propiciam uma melhor compreensão sobre o processo de luto. No presente tópico serão abordadas, de forma sucinta, as teorias clássicas do processo de luto normal, seguida de breve conceituação sobre o luto complicado ou de difícil elaboração.

Uma das teorias mais populares sobre o processo de luto foi desenvolvida pela psiquiatra Elisabeth Kübler-Ross. Esta autora propôs cinco estágios não sequenciais do luto, com os quais uma pessoa pode defrontar-se. De acordo com Kübler-Ross (2008), esses estágios são:

- **Negação e isolamento:** o paciente não admite o fato, nega e se retrai, se isola. Comumente, a negação pode operar como uma defesa temporária diante de uma notícia inesperada e repassada de forma abrupta. O desprendimento dessa primeira fase ocorre de acordo com tempo que o paciente demanda para se conscientizar da perda, bem como, da maneira com que ele lidou com situações negativas em ocasiões anteriores;
- **Raiva:** o paciente é tomado por sentimentos de revolta, ressentimento, inveja e raiva, que se propagam em todas as direções e se projetam no ambiente, muitas vezes, sem uma razão plausível.
- **Barganha:** estágio marcado pelo pedido ou negociação para que uma força divina superior prolongue sua vida ou alivie seu sofrimento. A barganha pode se manifestar na tentativa de estabelecer um elo que, de acordo com a crença do enlutado, poderia facilitar a aceitação da perda. Psicologicamente, a barganha também pode estar associada a uma profunda culpa;

- Depressão: a rigidez e a raiva dão lugar a uma profunda tristeza e um sentimento de solidão. É importante que a pessoa enlutada possa exteriorizar o seu pesar para não aumentar ainda mais seu sofrimento;
- Aceitação: quando o paciente dispõe de tempo e auxílio necessários para externar seus sentimentos e superar a negação, a raiva, a barganha e/ou a depressão, chegará ao estágio da aceitação. Não se trata de uma fase de desânimo ou conformação, mas de enxergar a realidade tal qual ela se apresenta, com paz e tranquilidade.

John Bowlby, responsável por elaborar a Teoria do Apego, investigou a natureza do vínculo da criança com a mãe e atestou que esta ligação possui raízes instintivas, nem sempre orientada exclusivamente à mãe biológica. Bowlby (2004) assevera que o apego é um comportamento normal que surge da necessidade de segurança e desenvolve-se precocemente na vida. Ainda segundo este autor, o comportamento de apego também possui valor de sobrevivência, mas distingue-se dos comportamentos alimentares e sexuais, como se acreditava até então.

Bowlby (2004) descreveu, ainda, a sequência de comportamentos pela qual se desenvolve e se expressa o apego nos primeiros anos de vida e como a separação da figura materna pode provocar sentimentos de raiva e de um tipo especial de ansiedade, a qual denominou “ansiedade de separação”. Não obstante, o autor identificou que há respostas comportamentais instintivas que buscam reestabelecer a relação com o objeto perdido.

Colin Parkes também contribuiu de maneira significativa para um melhor entendimento sobre o processo de luto, principalmente no que tange às reações emocionais desencadeadas pela perda do ser amado. De acordo com Parkes (1998), o alarme caracteriza-se por reações fisiológicas relacionadas ao grande estresse provocado pela perda. A reação de procura, por sua vez, envolve a necessidade de busca pelo objeto perdido, o que pode resultar em distorções perceptivas. Sensações de presença e a crença de contato por intermédio dos sonhos ou a descrença de que o fato tenha ocorrido, podem trazer alívio aos enlutados, mesmo que momentaneamente. Porém, a raiva e a culpa podem se fazer presentes, sendo autodirigidas ou direcionadas ao morto ou à outras pessoas. No entanto, a perda pode ocasionar mudanças de papéis e alterações na percepção e entendimento do mundo, levando a pessoa enlutada ao que Parkes denominou de obtenção de nova identidade.

Distanciando-se dos modelos de fases ou estágios, Willian Worden sugeriu uma atitude mais ativa do enlutado e propôs as tarefas do luto que o indivíduo deve cumprir. De acordo com Worden (2013), o enlutado precisa aceitar a realidade da perda, elaborar a dor da perda por intermédio da vivência e expressão das emoções relacionadas à perda, ajustar-se interna, externa e espiritualmente sem a pessoa morta, encontrar uma conexão interna duradoura com a pessoa que morreu e, então, prosseguir sua vida.

Depreende-se que o luto não se constitui em um estado fixo, mas em um processo que demanda tempo, atenção e esforço por parte do enlutado. Diversos autores afirmam que o sofrimento é a reação universal à perda. Mas existem outras reações que podem estar associadas ao processo de luto.

Conforme enfatizado por Soares e Mautoni (2013), durante o processo de luto, reações físicas (falta de ar, alterações do sono, mudança de apetite, perda da força física, etc.), emocionais (choque, negação, desespero, tristeza, culpa, raiva, sensação de abandono, etc.), comportamentais (falta de concentração, desorientação, preocupação, apatia, esquecimento, choro, agitação, etc.), sociais (isolamento social) e espirituais (afastamento ou aproximação de Deus) são esperadas e também consideradas comuns.

Quando o luto termina naturalmente após algum tempo, com a internalização do objeto perdido, havendo paz e espaço para o estabelecimento de outros vínculos afetivos, pode-se dizer que houve um luto bem elaborado. Todavia, se as reações emocionais são exacerbadas, persistindo por tempo prolongado, levando o indivíduo a um sofrimento profundo, é possível dizer que há um luto complicado ou de difícil elaboração (BOLWBY, 2004).

Cabe destacar que a maneira como uma pessoa enlutada reage à perda pode ser influenciada por diversos fatores, como o desenvolvimento cognitivo e emocional, as causas e circunstâncias da perda, a rede de apoio disponível, a cultura e como o indivíduo enfrentou outras perdas. Não obstante, a literatura apresenta alguns fatores que podem complicar este processo de elaboração.

Os estudos de Santos, Schliemann e Solano (2014) destacam que indivíduos com baixa autoestima, histórico de múltiplas perdas, relações de ambivalência ou alta dependência emocional, antecedentes de doenças psiquiátricas ou em situações de mortes repentinas, violentas ou prematuras, são exemplos de fatores que dificultam a elaboração do luto.

Nesse sentido, Kovács (2008) salienta que, quanto maior o investimento afetivo, maior a energia necessária para o desligamento. Ainda segundo esta mesma autora, relacionamentos carregados de hostilidade, suicídio ou no caso de doenças em que houve um período longo de cuidados, também se configuram em perdas mais difíceis de serem elaboradas.

Nestes casos, a intervenção psicológica torna-se relevante a fim de auxiliar o enlutado a expressar suas emoções, buscar recursos e estratégias de enfrentamento, reorganizar-se emocionalmente, ressignificar a perda, prosseguir sua vida sem aquilo que se perdeu, ou ainda, de forma preventiva, minimizando possíveis riscos, como o desencadeamento de um transtorno psiquiátrico, por exemplo.

3 | BREVES REFLEXÕES SOBRE O LUTO POR MORTE

O luto é o processo de elaboração e adaptação após determinada perda, seja esta real ou simbólica. Em geral, ao falar sobre perda ou luto, faz-se associação direta à morte real e concreta do outro. De acordo com D'Assumpção “quando falamos de morte, estamos falando da extinção da vida física, [...] da expressão biológica de nossa individualidade, aquilo a que comumente chamamos de “corpo”” (2011, p.15). Kovács, por sua vez, define a morte clínica como “um estado no qual todos os sinais de vida (consciência, reflexos, respiração, atividade cardíaca) estão suspensos” (2008, p.11). Estes conceitos não se esgotam, mas delimitam o tipo de morte a qual o presente estudo faz referência, pois a literatura também aborda outros tipos de perdas vivenciadas desde a tenra infância, como separação, mudança, perda do emprego e perdas advindas das fases de desenvolvimento, por exemplo.

Embora o luto não esteja relacionado exclusivamente à perda por morte, é possível considerar que a vivência deste tipo de perda se configure como uma das mais intensas e dolorosas. Isto porque, conforme destacado por Kovács, “a morte como perda nos fala em primeiro lugar, de um vínculo que se rompe, de forma irreversível” (2008, p.154). Para esta autora, a morte do ser amado é uma perda complexa e significativa que, em casos extremos, acaba fazendo parte da vida do enlutado e de forma permanente.

Destaca-se ainda, que a morte também pode desencadear sentimentos de solidão, de isolamento, de abandono, pois o luto também pode ser considerado um processo social. Nesse sentido, Rodrigues descreve que “a morte do indivíduo não é um evento isolado, mas representa tantos eventos quantas relações o indivíduo morto mantivesse” (2006, p.75). A morte de uma mulher, por exemplo, pode ocasionar a perda de uma mãe, de uma cuidadora, de uma provedora, de uma esposa, enfim, perde-se também todas as funções sociais atribuídas a pessoa que morreu.

Também é pertinente enfatizar que a morte do outro é particularmente mais complexa do que outras perdas por suscitar na pessoa enlutada reflexões sobre a sua própria finitude. A literatura aponta que esta perda pode ser comparada a uma experiência de morte em vida. Corroborando esta perspectiva, Elias (2001) salienta que o terror e o temor que a morte do outro despertam são fomentadas pela imagem antecipada da própria morte.

Diante do exposto até aqui, depreende-se que, em uma sociedade que busca o contínuo progresso no conhecimento biológico, médico e tecnológico, objetivando o prolongamento da vida e o distanciamento da morte, defrontar-se com a morte do outro pode representar algo complexo, desagradável e assustador. Todavia, tal experiência também pode favorecer profundas reflexões sobre a vida e melhores maneiras de aproveitar o viver.

4 | A MORTE NA PERSPECTIVA DA PSICOLOGIA ANALÍTICA

A morte pode ser analisada sob diversos enfoques. No entanto, a presente revisão propôs-se a abarcar, de maneira sucinta, a compreensão da morte sob a perspectiva da Psicologia Analítica, de Carl Gustav Jung. Nas palavras de Jung (2013, p. 371):

O fato de sermos totalmente incapazes de imaginar uma forma de existir independentemente do tempo e do espaço não prova absolutamente que tal existência seja impossível [...]. Em vista dos dados fornecidos pela experiência, não somente nos é permitido, mas é imperioso duvidar da validade de nossa percepção espacial-temporal. A possibilidade hipotética de que a psique também toque em uma forma de existência independente em relação ao espaço e ao tempo constitui em um ponto de interrogação que deve ser levado a sério, pelo menos por enquanto. [...] A natureza da psique mergulha em obscuridades, para além dos limites de nossas categorias intelectuais.

Neste sentido, Jung explicita, hipoteticamente, que as faculdades peculiares da psique não estão confinadas ao tempo e espaço, o que pode ser observado por intermédio dos conceitos de inconsciente coletivo, arquétipos, mitos, símbolos e da análise dos sonhos.

De acordo com Jung (2013), apesar da morte ser conhecida como um fim e nada mais, a qual todo ser humano tem consciência, ela não está dissociada da vida. A ascensão e o declínio, os começos e os fins são aspectos de um mesmo processo. Concordando com esta perspectiva, Hillman (1993) assevera que a vida e a morte chegam ao mundo juntas, pois à medida que vivemos, estamos também morrendo. Para este autor, vida e morte se complementam reciprocamente, se contêm mutuamente.

Jung (2013) salienta ainda, que o desenvolvimento do indivíduo tende para um único objetivo: o repouso. Esse desenvolvimento foi designado por ele como o processo de individuação, caminho no qual o indivíduo deve transformar-se no melhor que ele poderá vir a ser, tornar-se o que de fato ele é em essência. Ou ainda, nas palavras de Jaffé, Frey-Rohn e Franz, “o processo de individuação, em última análise, não é uma mera escola da vida, mas quando bem compreendido, uma preparação para a morte” (1980, p.12).

Cada pessoa deve trilhar um caminho próprio, rumo à conscientização, à realização do sentido da vida e à totalidade, na qual, também deve abranger a imagem e o sentido da morte. Entretanto, Franz (1984) destaca que há uma dificuldade em imaginar nossa própria morte, motivada pela nossa total identificação com o corpo. Para a autora, a identidade de cada indivíduo está aprisionada ao corpo. Sob essa ótica, compreende-se a complexidade existente na elaboração de uma perda por morte, já que esta perda suscita no enlutado a ideia e a vivência de sua própria morte. No tocante a esta afirmação, Rodrigues é da mesma opinião, ao descrever que “a morte do outro é o anúncio e a prefiguração da morte em si” (2006, p.82).

Nesse sentido, é possível compreender que a morte sob a perspectiva da Psicologia Analítica, não está dissociada da vida. Antes, a morte faz parte do mesmo processo de crescimento psíquico no caminho individual, cuja realização pessoal deste processo é o

repouso, a morte, a totalidade.

Embora a psique pode ser considerada atemporal, espalha-se através do espaço e constitui-se em um conhecimento transpessoal. Desse modo, a morte do outro permite ao enlutado experienciar e vivenciar a sua própria morte, o que pode suscitar não apenas dor e sofrimento, mas também oportunizar a ampliação da consciência e propiciar reflexões acerca do seu próprio caminho individual. Todavia, em uma sociedade que constantemente nega e mascara a morte e distancia o indivíduo das vivências extrínsecas e, conseqüentemente, das vivências intrínsecas, este defrontar-se com a morte do outro pode se tornar ainda mais complexo, embora seja inevitável em algum momento da vida.

5 | PSICOTERAPIA DE ORIENTAÇÃO JUNGUIANA PARA INDIVÍDUOS EM SITUAÇÃO DE LUTO POR MORTE

Conforme já explanado, o luto é um processo natural da condição humana desencadeado após o rompimento de um vínculo afetivo significativo. Entretanto, vínculos rompidos de maneira irreversível podem configurar em um processo de elaboração e ressignificação ainda mais doloroso e complexo.

Em situações de um luto de difícil elaboração, a assistência psicológica especializada pode ser salutar. De acordo com a Resolução n.º 10/2000 do Conselho Federal de Psicologia:

A Psicoterapia é prática do psicólogo por se constituir, técnica e conceitualmente, um processo científico de compreensão, análise e intervenção que se realiza através da aplicação sistematizada e controlada de métodos e técnicas psicológicas reconhecidos pela ciência, pela prática e pela ética profissional, promovendo a saúde mental e propiciando condições para o enfrentamento de conflitos e/ou transtornos psíquicos de indivíduos ou grupos

Sob a perspectiva da Psicologia Analítica, a psicoterapia é um procedimento dialético, no qual um sistema psíquico interage com outro sistema psíquico, objetivando a cura, que não é entendida como o dever de tornar sadio um doente, mas como um processo de transformação. Isto é, o paciente é transformado terapeuticamente no caminho de evolução individual denominado por Jung de individuação, ou seja, o paciente é transformado do melhor que ele poderá vir a ser em essência (JUNG, 2013). Sob este enfoque, entende-se que a psicoterapia de orientação Junguiana se volta não para explicar o “porquê” de um fenômeno psíquico, mas “para quê”, pois todas as situações podem ser examinadas como uma possibilidade de transformação.

Não obstante, Jung (2013) esclarece que o psicoterapeuta deve renunciar sua superioridade no saber, bem como, à toda vontade de mudar e de influenciar. Isto porque, segundo este autor, tais atitudes permitem que o analista deixe aberto o caminho individual da cura e, assim, o paciente se sente livre para expor todo seu conteúdo psíquico. Jung

salienta ainda, que “a multiplicidade de estratificações e variedades do ser humano também requerem uma variedade de pontos de vista e métodos, para que a diversidade das disposições psíquicas seja satisfeita” (2013, p.20).

No tocante à morte, Jung é enfático ao descrever que “não se deve lamentar os falecidos – eles levam grande vantagem sobre nós – mas deve-se lamentar antes os que ficaram, que precisam contemplar a fugacidade da existência e suportar a despedida, a dor e a solidão” (2002, p.177). Tal afirmação pressupõe a preocupação em dar a devida assistência aos enlutados.

Ao correlacionar os conceitos citados anteriormente com a atuação frente às questões de luto por morte, nota-se que a psicoterapia de orientação Junguiana abrange uma postura ativa, mas também acolhedora e que considera a multiplicidade das disposições psíquicas. Neste sentido, depreende-se que o psicoterapeuta deve acolher e respeitar as múltiplas formas de reações do luto e às diferentes maneiras de experienciar o pesar, a dor da perda e o luto.

No livro “Aprática da psicoterapia”, Jung (2013) subdividiu o processo psicoterapêutico em quatro etapas: confissão, esclarecimento, educação e transformação. Estabelecendo um paralelo entre estas etapas e a atuação frente às questões de luto por morte, pode-se alvitrar a seguinte atuação:

1. Confissão: etapa onde não somente há a constatação intelectual dos fatos, mas também a constatação emocional por intermédio da liberação dos afetos contidos. Assim, o psicoterapeuta deve proporcionar um ambiente seguro e acolhedor para que o enlutado possa falar abertamente sobre a perda. Para tanto, o profissional deve promover uma escuta empática, respeitosa e livre de julgamentos. Também é importante que o psicoterapeuta acolha incondicionalmente as múltiplas formas de expressão da dor e do pesar. Esta atitude pode distanciar do enlutado o sentimento de solidão e de isolamento que porventura estejam presentes.

2. Esclarecimento: novas possibilidades para lidar com as questões internas surgirão após o enlutado tornar-se consciente de seus fenômenos psíquicos. Desta maneira, o indivíduo deve aperceber-se da realidade da perda. Enquanto o indivíduo negar o fato, inibir o luto, reprimir a dor ou adiar o sofrimento, não será possível elaborar a perda de forma eficaz. Nesta etapa também devem ser trabalhados sentimentos com motivação inconsciente, os quais podem prejudicar o processo, como por exemplo a raiva, culpa, medo, etc.

3. Educação: etapa na qual o paciente assume uma postura mais ativa diante dos fatores que o levaram ao sofrimento psíquico. O enlutado dá um novo significado para a perda e passa a reajustar-se internamente (crenças, valores, percepção sobre a vida e sobre o mundo) e externamente (funcionamento diário, assumir novas tarefas diárias) sem a pessoa que morreu.

4. Transformação: nesta etapa, o Ego assume uma nova atitude em relação ao

inconsciente. O enlutado estabelece laços continuados com o falecido, internaliza a saudade e pode retomar sua vida, seguir adiante sem a pessoa que morreu, ou ainda, estabelecer novos e duradouros laços afetivos.

Todavia, conforme nos explica Hillman (1993) é necessário que a análise propicie ideias sobre a morte, de forma empírica, a partir da alma. Por este ângulo, ressalta-se o manejo psicoterapêutico dos sonhos de pacientes em situação de luto por morte.

É possível dizer que análise dos sonhos proposta por Jung se constitui em um dos mais sólidos e abrangentes métodos para compreensão dos conteúdos inconscientes da psique humana. De acordo com Jung (2008) a função geral dos sonhos é a de reestabelecer nossa balança psicológica, exercendo uma função complementar (ou compensatória) na constituição psíquica. Corroborando esta perspectiva, Roth (2011) esclarece que o potencial energético e criativo dos arquétipos expõe simbolicamente as mensagens, as quais são enviadas para a consciência. Neste sentido, os sonhos propiciam um encontro entre o indivíduo e as experiências originárias no depósito arquetípico, e assim, liberam o indivíduo de sua solidão e fomentam um processo de encontro de sentido.

Kovács (2008) salienta que o sofrimento mobiliza a energia psíquica, criando assim, uma condição favorável à ação arquetípica e à organização da personalidade. Esta é a possibilidade de vivenciar o símbolo da morte de maneira criativa, o que auxilia na compreensão e elaboração da perda. Complementando esta afirmação, Parkes (1998) assevera que sonhos com o ente perdido é muito comum durante o processo de luto. Verena Kast (1988), por sua vez, salienta que o enlutado pode sonhar de forma intensiva com a pessoa que morreu, o que representaria uma reação compensatória que auxilia a processar a experiência de morte. Hall (2005), por outro lado, destaca que os processos de luto podem se manifestar nos sonhos, por intermédio do aparecimento da pessoa que morreu e, paulatinamente, a frequência deste sonho diminui, o que pode atribuir o significado simbólico na qual uma perda representa.

Destaca-se ainda, que a compreensão e análise dos mitos também são essenciais na psicoterapia de orientação Junguiana, sobretudo, na atuação com pacientes enlutados pela morte do outro. Segundo Caviglia e Machado “os mitos oferecem ao ego um caminho seguro de contato com o inconsciente” (2012, p.65). Para estas autoras, os mitos de morte estão reatualizados nos rituais e estes, por sua vez, oferecem um caminho para a elaboração da morte, assegurando sua integração no continuar da humanidade.

Conforme destacado por Caviglia e Machado (2012), a elaboração ocorre quando o enlutado toma conhecimento de toda a extensão da perda, quando estiver consciente de todos os efeitos causados por ela e quando a saudade for internalizada. Para estas autoras, a saudade interna (voltada para a esperança do reencontro) nasce a partir da saudade externa (voltada para o objeto, que requer a presença do outro), e esta transformação faz parte do caminho da individuação. Entretanto esta tarefa de conscientização é árdua e o psicoterapeuta deve estar preparado para lidar com a enorme carga energética voltada ao

passado, representada pelas emoções que a saudade desperta.

6 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo se propôs a descrever como a psicoterapia de orientação Junguiana pode auxiliar no processo de luto pela morte do outro, a qual se configura como uma das mais dolorosas e significativas perdas.

A morte faz parte do ciclo vital e acompanha o homem desde a origem dos tempos. A morte é a única certeza absoluta que o homem pode ter. Ainda assim, a morte continua sendo negada, mascarada, ocultada. Apesar da tentativa de esquivar-se do assunto, o homem pode defrontar-se com a experiência de sua própria morte por intermédio da morte do outro, a qual pode acarretar em medo, solidão, angústia e profundo sofrimento. Nestes casos, o enlutado pode beneficiar-se de um suporte psicológico que o auxilie na expressão de seus sentimentos e pensamentos acerca da morte, na reorganização emocional e na resignificação da perda.

Conforme explicitado, o processo terapêutico sob a perspectiva Junguiana explora o universo simbólico do paciente. O trabalho com os mitos oferece subsídios para que o psicoterapeuta compreenda que a saudade é arquetípica e transcende o processo de luto, próprio da história da humanidade. Já a linguagem simbólica contida nos sonhos possibilita um entendimento ampliado e potencialmente resignificador, abrindo caminhos para a elaboração da perda.

Sob o prisma da Psicologia Analítica, vida e morte não são opostas, mas complementares. Destarte, o processo de individuação ocorre na integração entre os opostos, consciente e inconsciente, no qual contém as imagens da vida e da morte. Esta, no entanto, não é vista como um fim, mas como uma experiência vital, singular e profundamente transformadora.

Contudo, salienta-se que ao lidar com a morte, o psicoterapeuta pode defrontar-se com estas questões em si mesmo. Desta maneira, destaca-se a importância da psicoterapia individual, supervisão clínica e estudos contínuos relacionados ao suporte psicológico aos enlutados.

Por fim, ressalta-se que o assunto não se esgota com o presente estudo. Antes, esta revisão bibliográfica almeja fomentar futuras pesquisas acerca do tema e contribuir para a compreensão de que a atuação profissional diante de questões relacionadas ao luto por morte deve estar pautada na ética profissional e nos métodos e técnicas psicológicas, mas sobretudo, no respeito, na empatia, no acolhimento incondicional, na humanidade e no afeto.

REFERÊNCIAS

BOWLBY, J. **Apego** – a natureza do vínculo. 3.v. 3.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2004.

CAVIGLIA, P. M. C.; MACHADO, Z. M. P. **Perder e encontrar** - luto e saudade na Psicologia Analítica. Curitiba: Appris, 2012.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP n.º 10/2000** – Especifica e qualifica a psicoterapia como prática do psicólogo. Disponível em: < http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2000/12/resolucao2000_10.pdf>. Acesso em 18.jul.2022

D'ASSUMPÇÃO, E. A. **Sobre o viver e o morrer** – manual de tanatologia e biotanatologia para os que partem e os que ficam. 2.ed. Petrópolis: Vozes, 2011.

ELIAS, N. **A solidão dos moribundos**. Rio de Janeiro: Zahar, 2001.

FRANZ, M. L. von. **Os sonhos e a morte** – uma interpretação Junguiana. São Paulo: Cultrix, 1984.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4.ed. São Paulo: Atlas, 2002.

HILMANN, J. **Suicídio e alma**. Petrópolis: Vozes, 1993.

JAFFÉ, A.; FREY-ROHN, L.; FRANZ, M.L.V. **A morte à luz da psicologia**. São Paulo: Cultrix, 1980.

JUNG, C. G. **A natureza da psique**. 10.ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

JUNG, C. G. **A prática da psicoterapia**. 16.ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

JUNG, C. G. **Cartas**. 2.v. Petrópolis: Vozes, 2002.

JUNG, C. G. (Org.). **O homem e seus símbolos**. 2.ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2008.

JUNG, C. G. **O livro vermelho** – Liber novus. Petrópolis: Vozes, 2014.

KAST, V. **A time to mourning**: growing through the grief process. USA: Diamond Verlag, 1988.

KOVÁCS, M. J. **Morte e desenvolvimento humano**. 5.ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2008.

KÜBLER-ROSS, E. **Sobre a morte e o morrer**. 9.ed. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

PARKES, C. M. **Luto** – estudos sobre a perda na vida adulta. 3.ed. São Paulo: Summus, 1998.

RODRIGUES, J. C. **Tabu da morte**. 2.ed. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2006.

ROTH, W. **Introdução à psicologia de C. G. Jung**. Petrópolis: Vozes, 2011.

SANTOS, F. S. (E.); SCHLIEMANN, A. L.; SOLANO, J. P. C. **Tratado brasileiro sobre perdas e luto**. São Paulo: Atheneu, 2014.

SOARES, E. G. B.; MAUTONI, M. A. A. G. **Conversando sobre o luto**. São Paulo: Ágora, 2013.

WORDEN, J. W. **Aconselhamento do luto e terapia do luto** – um manual para profissionais de saúde mental. 4.ed. São Paulo: Roca, 2013