

## O PROCESSO DA ELABORAÇÃO DO LUTO SOB A ÓTICA PSICANALÍTICA

**Adriano Batista de Freitas<sup>1</sup>**  
**Pollyana Brandão Gomes<sup>2</sup>**

[polly.matipo@gmail.com](mailto:polly.matipo@gmail.com)

**ÁREA DO CONHECIMENTO:** Ciências Humanas

### RESUMO

Embora o luto possa ser inicialmente associado à perda pela morte física de um ser amado, o sentimento do luto abrange perdas que vão além do aspecto vivo e físico onde o processo de luto está presente em todo o desenvolvimento do ser humano, desde a infância até a senilidade, esse fenômeno mental é natural e se mantém constante durante todo o desenvolvimento humano. Nesse sentido do luto, o enlutado tem consciência da perda, e o processo é necessário para elaborar a perda, que pode ser superada após algum tempo. Apesar de ter um caráter patológico, o luto não é considerado uma doença, e interferências podem ser prejudiciais, o objetivo deste trabalho é apresentar informações sobre como um profissional pode facilitar o processo de luto e contribuir para o entendimento da perda através da ótica Psicanalítica, com revisão sistemática de literatura e site especializados, com objetivos secundários de trazer informações de como a visão psicanalítica ajuda nessas questões da elaboração do processo de luto, ou como essa visão pode contribuir no entendimento da perda. Utilizou-se como metodologia de pesquisa para o presente artigo a realização de um extenso levantamento bibliográfico acerca da questão norteadora psicanálise no processo da elaboração do luto. Trabalhos como essa procura despertar em outros profissionais que atuam em contextos em que a perda, a morte faça parte do cotidiano, o desejo de falar sobre o assunto e reforçar a importância de que mais estudos sejam realizados, a fim de aprofundar tais compreensões acerca da temática luto em seus amplos aspectos.

**PALAVRAS-CHAVE:** psicanálise, luto, reconstrução.

### INTRODUÇÃO

Freud (1917/1974) diz que embora o luto possa ser inicialmente associado à perda pela morte física de um ser amado, o sentimento do luto abrange perdas que vão além do aspecto vivo e físico. O processo de luto está presente em todo o desenvolvimento do ser humano, desde a infância até a senilidade.

---

<sup>1</sup> Aluno do Curso de Psicologia do Centro Universitário Vértice.

<sup>2</sup> Psicóloga, Mestra em Políticas Públicas e Desenvolvimento Local, professora do Centro Universitário Vértice

Ainda de acordo com a visão de Freud (1915), o processo de luto é inerente à dinâmica entre os polos da existência humana: vida e morte. Neste estudo, exploramos as concepções de luto e seu processo sob a ótica psicanalítica.

Freud (1915,) ainda afirma que o luto é uma reação à perda, que pode ser de um ente querido ou algo que tenha a mesma importância. O mesmo autor cita que esse fenômeno mental é natural e se mantém constante durante todo o desenvolvimento humano. Nesse sentido do luto, o enlutado tem consciência da perda, e o processo é necessário para elaborar a perda, que pode ser superada após algum tempo. Apesar de ter um caráter patológico, o luto não é considerado uma doença, e interferências podem ser prejudiciais.

Freud (1917/1974), descreve o luto como um sentimento de perda de um ente querido ou de um objeto de amor que teve investimento libidinal e posteriormente tornou-se inacessível. Onde segundo o mesmo autor o objeto de amor pode ser real ou simbólico, material ou ideal. Neste contexto ele diz ainda que a ideia de perda é interpretada de forma abrangente, não se restringindo à morte, mas incluindo todas as maneiras de afastamento e impossibilidade de encontro entre o sujeito e seu objeto. O luto, portanto, destacado por Freud (1917/1974), é o resultado de qualquer forma de perda, e o objeto de amor pode não ter morrido, mas apenas ter sido perdido como objeto de investimento libidinal.

Nessa concepção segundo a visão psicanalítica descrita por Freud (1917/1974) o processo de luto é doloroso para o ego, que deve lidar com a perda e deslocar seu investimento para novos objetos, o que demanda tempo para uma elaboração saudável. Portanto fica a cargo do ego realizar um trabalho de adaptação à nova realidade, enfrentando angústias, ansiedades e tristezas, levando, o sujeito a buscar se organizar para reestruturar e aprender a lidar com a nova realidade que o cerca.

Este trabalho estuda a seguinte questão norteadora: Como a psicanálise atua no processo da elaboração do luto?

Nesses termos podemos dizer que a Psicologia é uma área de estudo propícia para entender como as pessoas criam, mantêm e lidam com seus vínculos, bem como para auxiliá-las em situações de perda e ruptura desses vínculos. Nessa concepção

é comum que, diante de uma perda, as pessoas busquem ajuda profissional, como a terapia, para lidar com sentimentos como dor e raiva, e para obter respostas para suas dúvidas e questionamentos.

Com esse propósito, o objetivo deste trabalho é apresentar informações sobre como um profissional pode facilitar o processo de luto e contribuir para o entendimento da perda através da ótica Psicanalítica, com revisão sistemática de literatura e site especializados, com objetivos secundários de trazer informações de como a visão psicanalítica ajuda nessas questões da elaboração do processo de luto, ou como essa visão pode contribuir no entendimento da perda.

Trabalhos como essa procura despertar em outros profissionais que atuam em contextos em que a perda, a morte faça parte do cotidiano, o desejo de falar sobre o assunto e reforçar a importância de que mais estudos sejam realizados, a fim de aprofundar tais compreensões acerca da temática luto em seus amplos aspectos.

Nesse sentido podemos apontar que a terapia psicanalítica pode ser uma ferramenta útil no processo de elaboração do luto, pois oferece um espaço para que o indivíduo possa expressar seus sentimentos e pensamentos de maneira livre e sem julgamentos. O terapeuta pode ajudar o paciente a identificar padrões inconscientes em seu processo de luto e a trabalhar na elaboração simbólica desses sentimentos. Além disso, a terapia psicanalítica pode ajudar o indivíduo a desenvolver novas formas de investimento libidinal em outras áreas da vida, contribuindo para a superação da perda e para o processo de crescimento pessoal.

## **METODOLOGIA**

Utilizou-se como metodologia de pesquisa para o presente artigo a realização de um extenso levantamento bibliográfico acerca da questão norteadora “psicanálise no processo da elaboração do luto”. Foram utilizadas diferentes plataformas de pesquisa, tais como Google Acadêmico em geral, SciELO, além de busca em sites especializados com a temática do artigo em questão. Foram consultadas por meio das palavras-chave: psicanálise, processo e luto.

Dentre a ampla gama de materiais disponíveis a partir das palavras apresentadas, foram pré-selecionados artigos acadêmicos, teses e dissertações,

além de análise de site que relatavam sobre a temática da pesquisa. Foram selecionados 10 artigos com a problemática em questão, em seguida foram lidos todos os resumos dos materiais encontrados que apresentaram itens sobre a discursão do tema em questão, onde foram excluídos os artigos que não apresentaram relação com o tema abordado. Privilegiou-se a busca por arquivos publicados em anos recentes acerca do assunto.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Anton & Favero (2011), cita em suas revisões bibliográficas quatro fases que caracterizam o luto onde os mesmos autores citam que a intensidade e duração de cada fase é sentida de modo singular. As quatro fases são descritas pelos autores em questão são:

Caracterização da primeira fase – de torpor ou aturdimento o autor relata que geralmente tem a duração de algumas horas ou semanas, podendo vir acompanhada de manifestações de desespero ou raiva. A fase seguinte, denominada saudade e busca da figura perdida, onde segundo o autor pode durar meses ou anos, e caracterizando-se pelo impulso de buscar e recuperar o ente querido, sendo que a raiva pode mostrar-se presente, quando o indivíduo percebe realmente o fato a perda. Na fase três, que é acompanhada de desorganização e desespero – é frequente o choro, a raiva, acusações envolvendo pessoas próximas e uma profunda tristeza, em virtude da constatação do caráter definitivo da perda. Os autores ainda citam que nesta fase, podem surgir sentimentos mais depressivos, com sensação de que nada mais tem valor. Na última fase em que a organização os autores descrevem que ocorre a aceitação da perda e a constatação de que uma nova vida precisa ser iniciada (ANTONE; FAVERO, 2011)

Nessa concepção segundo Anton & Favero (2011), concluem que em situações em que a perda repentina há intensificação no protesto contra a morte e a busca pelo objeto de amor perdido. Os mesmos autores citam que aqueles que vivenciam o luto se empenham na realidade ou em pensamento, para encontrar a figura perdida onde

durante esse processo há ambivalência de sentimentos onde se fazem presentes a raiva, a esperança e o desespero.

Santos *et al.*, (2014), salienta nesse sentido que na perda de familiar próximo, dificilmente essa elaboração se dá em menos de um ano, onde podemos considerar alguns sinais onde sugerem que a pessoa enlutada já lida melhor com a perda como onde o mesmo autor cita que a pessoa já é capaz de lembrar da pessoa que morreu sem dor e manifestações físicas, onde ela readquire interesse pela vida e sente-se mais esperançosa para se adaptar a novos papéis. Portanto é fundamental compreender que o luto é visto como um processo a longo prazo não acontecendo de forma linear, onde podemos verificar episódios de recaída, em especial próximo a datas significativas como o aniversário da pessoa que morreu e datas festivas.

Kovacs (2015), mostra que o luto mal elaborado está se tornando um problema de saúde pública, dado o grande número de pessoas que adoecem em função de uma carga excessiva de sofrimento, sem possibilidade de que este seja elaborado o que requer atenção e intervenção psicológica, visto que o psicólogo é um grande facilitador do processo de luto.

Nessa Concepção o psicólogo, desde a legitimação da profissão, vem atuando na área da saúde, inicialmente no âmbito hospitalar e, posteriormente, em diversos contextos do sistema de saúde. Nesse panorama, entende-se que a temática da morte faz parte do cotidiano profissional, seja na clínica, no hospital ou nas demais áreas de atuação. Desta forma, julga-se de extrema importância o estudo desse assunto, a fim de contribuir para intervenções adequadas no contexto profissional (FARAJ *et al.*, 2013).

Ainda de acordo com a autora Faraj *et al.* (2013), a terapia do Luto é uma modalidade de atendimento clínico psicoterápico voltado para queixas relacionadas a diversos tipos de perdas, que envolvam o processo de luto. Ainda de acordo com a autora o acompanhamento terapêutico é abordado pelos estudos, como uma prática que auxilia no processo do luto.

Nesse sentido podemos dizer que o tratamento e acompanhamento psicológico a sujeitos que vivem uma situação de perda, mostram que o tratamento terapêutico de luto se mostraram eficazes, onde os autores descreveram os benefícios

que o acompanhamento terapêutico proporciona para melhor elaboração do luto onde psicoterapia de luto é uma técnica desenvolvida e implementada há mais de trinta anos nos Estados Unidos e Europa e desenvolvida no Brasil, há vinte anos, com objetivo de avaliar os resultados deste tipo de intervenção na visão de (SANTOS *et al.*, 2014).

Trindade e Teixeira (2000), falam sobre outro método poderoso, o aconselhamento psicológico no processo de elaboração de luto, onde ele faz uma ressalva que diz que aconselhamento psicológico é diferente de psicoterapia o aconselhamento é mais focalizado no presente de duração mais curta, mais para ação psicoterapia, para reflexão o aconselhamento visa à prevenção e a psicoterapia o tratamento. Embora diferentes em aspectos situacionais e específicos de cada um, são dois métodos que podem ser eficazes, se utilizados juntos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A ideia de luto não se limita apenas à morte, mas o 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. O simples ato de crescer, como no caso de uma criança que se torna adolescente, vem com uma dolorosa abdicação do corpo infantil e suas significações, igualmente, o declínio das funções orgânicas advindo com o envelhecimento. A capacidade de o indivíduo, desde a infância, se adaptar às novas realidades produzidas diante das perdas servirá como modelo, compondo um repertório, reativado em experiências ulteriores.

É de conhecimento público que o luto é a tristeza que toma conta do indivíduo quando este perde um ente querido para a morte. O que muitos não sabem é que esse mesmo estado de espírito invade não só nessas situações e sim em qualquer condição de perda, mesmo que seja um status, um bem material ou qualquer objeto que tenha um valor sentimental na vida do indivíduo. A maneira que ele vai lidar com isso vai depender da forma como o sujeito reage frente a situações que lhe trouxeram frustrações no decorrer da sua vida .

Nessa concepção podemos afirmar que a psicanálise é uma parceira insubstituível na ajuda da elaboração desse processo, pois é uma das poucas que ainda prioriza ouvir o paciente e deixá-lo, mostrar as suas emoções, possibilitando assim, ir além do que é trazido na queixa inicial, pois em muitos casos o que é trazido, é apenas sombra do que realmente está causando a aflição. Uma busca profunda é essencial, não só para o que está acontecendo no presente, mas também para casos mal compreendidos do passado e os que ainda virão no futuro.

## REFERÊNCIAS

ANTON, M. C. & FAVERO E. (2011). Morte repentina de genitores e luto infantil: uma revisão da literatura em periódicos científicos brasileiros. **Interação Psicológica**, 15(1), 101-110. Disponível em : < <http://cdpsi.com.br/blog/wp-content/uploads/2015/08/MORTE-REPENTINA-DOS-GENITORES.pdf>> Acesso em: 20 mai. 2023

COCENTINO, Jamille Mamed Bomfim; VIANA, Terezinha de Camargo. A velhice e a morte: reflexões sobre o processo de luto. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 14, n. 3, p. 591-599, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/> Acesso em: 20 de maio de 2023

Eizirik C. L. (1987) Abordagem Psicoterápica do luto. **Revista de Psiquiatria**, 9(3), 185-193.

FARAJ, S. P; et al. Produção científica na área da Psicologia referente à temática da morte. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 19, n. 3, p. 441-461, dez.2013.Disponível em:<<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/per/v19n3/v19n3a08.pdf>>. Acesso em: 20 maio. 2023

FREUD, Sigmund. Luto e Melancolia (1917 [1915]). In:\_\_\_\_\_. A história do Movimento Psicanalítico, Artigos sobre a Metapsicologia e outros trabalhos (1914-1916). **Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud**. Vol. XIV, Rio de Janeiro: Imago, 1996. p. 245-263 (Psicólogo informação ano 17, n, 17 jan./dez. 2013)

FREUD, S. (1917). **Luto e melancolia** . In FREUD, S. Obras completas: volume 12. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

KÜBLER-ROSS, E. (1969). **Sobre a morte e o morrer**. São Paulo: Edart

KOVÁCS, M. J. Educação para a morte. **psicologia ciência e profissão**, 2005, 25 (3),484497.Disponívelem:<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141498932005000300012](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141498932005000300012)>. Acesso em: 20 mai. 2023.

SANTOS, G. C. et al.(2014).**Quatro Estações instituto de Psicologia**. Disponível em:<[ttp://www. 4 estacoes.com](http://www.4estacoes.com)>. Acesso em: 20 mai. 2023

SOARES, LGA; CASTRO, MM LUTO: colaboração da psicanálise na elaboração da perda . **Revista Psicologia e Saúde em Debate** , Patos de Minas, v. 3, n. 2, pág. 103114,dezembrode2017.Disponívelem< <https://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/167> >. Acesso em: 20 de maio de 2023.

TRINDADE, I; TEIXEIRA, J. A. C. Aconselhamento psicológico em contextos de Saúde e doença – **Intervenção privilegiada em psicologia da saúde**. Anais Psicologia. v. 18,n.1, Lisboa, 2000. Disponível em: <<http://www.scielo.mec.pt/scielo>. Acesso em: 20 mai. 2023

WINNICOTT, D. (1963) “From dependence towards independence in the development of the individual,” **in the maturational processes and the facilitating environment**, Nova York, IUP, 1974.