

## DOR E PERDA: ANÁLISE DO PROCESSO DO LUTO

*Edilene Joceli de Almeida*

Especialista em psicoterapia de técnicas integradas/IFP. Especialista em informação científica e tecnológica em saúde/FIOCRUZ-GHC. Psicóloga clínica – Serviço de Assistência Especializada em HIV/AIDS- SAE Santa Marta / Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre.

E-mail: <edilene@sms.prefpoa.com.br>, <edilenealmeida25@gmail.com>.

*Clarissa Santos Leitune*

Especialista em Psicologia Clínica/CFP. Terapeuta de Casal e Família/CEFI Consultório particular.

E-mail: <clarissaleitune@yahoo.com.br>.

*Ângela Cristina Barrios Pratini Seger*

Mestre em Educação/ PUCRS. Especialista em Psicoterapia na Adolescência pela PUCRS.

E-mail: <aseger@pucrs.br>.

*Miriam Lerrer Terner*

Especialista em Clínica, com Ênfase em Atendimento Individual, Casal e Família/  
Clínica de Atendimento Psicológico da UFRGS.

E-mail: <miriampsico@ig.com.br>.

*Daila Alena Renck da Silva*

Bacharel em Enfermagem pela UFRGS. Acadêmica do curso de Saúde Coletiva pela UFRGS. Especialista em Cardiologia pela Fundação Universitária de Cardiologia IC/FUC Mestranda em Saúde Coletiva pela UFRGS. Coordenadora do Serviço de Assistência Especializada em HIV/AIDS- SAE Santa Marta / Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre.

E-mail: <dailalena@gmail.com>.

### RESUMO

O objetivo deste trabalho é oferecer subsídios teóricos para entender o processo do luto, a fim de contribuir na compreensão da subjetividade observada na dor de amar. Como ponto de partida para o desenvolvimento deste texto, busca-se o entendimento na formação dos primeiros vínculos afetivos e do estabelecimento dos padrões de apego iniciais desenvolvidos na vida dos seres humanos. Esses dois pressupostos são levantados para análise, visto que estes padrões são responsáveis pelos dispositivos utilizados por cada indivíduo para enfrentar os processos de luto ao longo da vida. As bases teóricas utilizadas para debater tal temática foram autores consagrados como Bowlby (1990), Nasio (2007) e Worden (1998; 2013). Acredita-se que a partir deste estudo será possível oferecer contribuições aos psicoterapeutas que trabalham com esta temática, auxiliando-os no manejo dos pacientes que apresentam essa condição. Essa discussão aponta para a necessidade de trabalhar com o indivíduo a adaptação de uma nova vida, desenvolvida sem a presença física do amado, sendo elaborado um reposicionamento emocional no encontro de um novo sentido para a vida.

**Palavras-chave:** apego, dor de amar, luto.

Amar e ser amado são, sem dúvida, essenciais para a vida de cada ser humano. As experiências amorosas saudáveis desenvolvem e suprem necessidades emocionais básicas, trazendo gratificações prazerosas quando há reciprocidade e continuidade no compartilhamento deste afeto, aqui no sentido dado pelo poeta “que não seja imortal, posto que é chama, mas que seja infinito enquanto dure” (Vinícius de Moraes). A ruptura unilateral do vínculo amoroso provoca desprazer, tristeza e muita dor, exigindo um lapso de tempo subjetivo para amenizar, elaborar, adaptar-se e/ou “curar” esta dor emocional advinda da perda de quem se ama. Para os habitantes do ocidente, devido às questões culturais, viver a perda é de tamanha dificuldade, uma vez que lidar e aceitar a morte se apresenta como uma grande preocupação. O processo de perda torna-se um obstáculo para quem sofre e para aqueles mais próximos do indivíduo que vive o luto (Domingos & Maluf, 2003).

O luto pelas pessoas que amamos é vivido de maneiras e com intensidades diferentes, dependendo do que foi investido na relação de afeto com quem partiu. As dinâmicas do amor se refletem nas dinâmicas do luto, e estas, por sua vez, funcionarão de diferentes formas nas experiências de perda. Sabe-se que o luto é uma resposta natural e que pode interferir em todas as áreas da vida de quem sofre este processo, sendo necessário à construção de uma nova forma de viver, com a reorganização das rotinas em meio ao completo estado de sofrimento (Ferreira, Leão, & Andrade 2008).

Nosso interesse aqui é oferecer um entendimento teórico para a compreensão deste fenômeno do luto pela ruptura com o ser amado, entendido como aquele com quem estabelecemos um laço afetivo. Assim, com apoio de autores como Bowlby (1990), Nasio (2007) e Worden (1998; 2013), focalizaremos neste artigo a possibilidade humana de formação de vínculos para a sobrevivência, a peculiaridade da internalização dos objetos de amor, a desordem e dor psicológica frente à morte, e o processo do luto enquanto condição psíquica de desinvestimento progressivo da relação e representação com o ente querido morto.

Nosso objetivo ao oferecer esta articulação teórica é contribuir para o entendimento subjetivo do processo da dor de amar e conseqüentemente contribuir para qualificar a escuta e as estratégias de intervenção em psicoterapia do luto.

## **POR QUE AMAMOS: A NECESSIDADE HUMANA DO VÍNCULO DE APEGO**

Cada vez que nasce uma criança inauguram-se os papéis de pai e de mãe, dando início às relações de afeto com o filho. Winnicott (1998) coloca que o bebê, desde a gravidez, vai suscitar na mãe a preocupação materna primária, que é a capacidade de se colocar no lugar do bebê e entender suas necessidades. A partir deste conceito, postula que, no desenvolvimento emocional da criança há uma constante progressão, tanto de gratificação quanto de frustração, referente às ações maternas.

A análise do apego é de tamanha complexidade, pois envolve o chamado modelo interno de funcionamento, que trata das representações construídas durante a infância, que englobam as vivências da criança que fazem com que ela perceba a si e ao ambiente (Dalbem & Dell’Aglio, 2006). Neste sentido, Gonçalves (2014) aponta para situações em que a mãe não consegue entrar no estado, proposto inicialmente por Winnicott de preocupação materna primária, e estabelecer uma comunicação profunda com a criança, por estar absorpta com outras preocupações, provocando um modelo de relação impessoal e protocolar.

Brazelton & Greenspan (2002), em seus estudos sobre as necessidades essenciais das crianças, resgatam ideias de estudiosos como Spitz e Bowlby, precursores da tese da primazia do cuidado sustentador para a saúde física, emocional, social e intelectual da criança; da mesma forma, referem Erikson, Anna Freud, e Dorothy Burlingham, para destacar a necessidade, na primeira infância, não somente de cuidados físicos, como também do cuidado sensível e sustentador na construção das capacidades de confiança, empatia e compaixão.

Brazelton & Greenspan (2002), reforçam a importância dos cuidados maternos, acrescentando a igual relevância dos padrões familiares no desenvolvimento de capacidades cognitivas, emocionais e sociais das crianças, ao postularem que interações sustentadoras e afetuosas ajudam o sistema nervoso central a se desenvolver adequadamente. Além disso, os autores destacam que a privação de afeto e o estresse estão associados com alterações na fisiologia cerebral e no desenvolvimento de déficits, pois a aprendizagem de vínculos saudáveis nos primeiros anos de vida é fornecida pela interação humana quando há relacionamentos seguros, empáticos e sustenta-

dores entre a criança e a família (ou cuidadores). Esta condição favorece que a criança consiga adquirir uma boa autoestima, ser íntima e empática, aprendendo a comunicar seus sentimentos, refletir sobre seus próprios desejos e desenvolver bons relacionamentos com seus iguais e com os adultos, sendo a condição para a segurança básica, que é o alicerce dos demais relacionamentos ao longo da vida e a base da saúde mental.

Considerando as ideias de Bowlby (1990) referentes à teoria do apego, é importante ressaltar que, no início da vida, estabelecer fortes e significativas relações de apego com as pessoas que nos cuidam é uma necessidade básica fundamental, tanto para a sobrevivência quanto para a obtenção de prazer. Portanto, reafirma-se a importância da qualidade, da responsividade e da habilidade dos cuidadores de crianças pequenas na interação com estas, mais do que satisfazer simplesmente suas necessidades básicas.

O comportamento de apego, para o autor, evidencia uma função básica de sobrevivência, pois impulsiona o bebê, quando se sente ameaçado, em direção ao seu cuidador de referência. Entretanto, para Bowlby (1990) há diferentes padrões de comportamento de apego desencadeados pela qualidade da interação afetiva, marcando estilos diferentes na forma de se vincular, onde convívio e eventos seguros tendem a gerar formas seguras de se apegar e se relacionar consigo e com os outros e situações de estresse, geradoras de medo e ameaça, podem predizer padrões de apego inseguros.

Por se constituir ao longo da infância e se refinar nos estágios posteriores de desenvolvimento, o padrão de apego não se define somente por uma experiência, mas pelo continuum das diferentes experiências vivenciadas ao longo do tempo que resultam em três diferentes padrões de apego: apego seguro, apego inseguro-esquivo e apego inseguro-resistente, e estes definem estilos de relações e reações frente às experiências de vida atuais e posteriores, com seus desafios ou adversidades (Bowlby, 1990).

O apego seguro (crianças seguramente apegadas à mãe) é caracterizado pela possibilidade de a criança explorar e interagir ativamente com o ambiente e esta, quando afligida por algum evento ou breve separação, busca o contato com a mãe ou cuidador; após breve conforto, volta às brincadeiras, apresentando menos episódios de choro e maior cooperação frente a solicitações

maternas (Bowlby, 1990). O autor também argumenta que as crianças com o comportamento de apego inseguro-esquivo (crianças ansiosamente apegadas à mãe e esquivas) evitam o contato com a mãe, principalmente quando uma breve separação é repetida; podem ser mais amistosas com um estranho – embora não se sintam à vontade no colo deste –, buscando mais contato visual com a mãe e apresentando raiva direcionada a outros objetos (ambiente). Ainda destaca que as crianças que apresentam apego inseguro-resistente (ansiosamente apegadas à mãe e resistentes) oscilam entre proximidade e afastamento na interação com a mãe, mostram-se mais irritáveis ou mais passivas.

Nesta perspectiva, Nascimento, Machado Coelho, Pereira de Jesus e Vassilieff Martins (2006), reforçam que o padrão de apego influencia o desenvolvimento da personalidade ao longo da vida, determinando a forma como cada pessoa responde aos eventos relacionados à separação, rejeição, afastamento e perdas.

Apegos seguros na infância estão relacionados com o desenvolvimento de uma maior capacidade interna; portanto, apresentam mais segurança, estabelecem relações mais estáveis, seguras e com intimidade. Estes indivíduos, normalmente, têm maior capacidade interna para lidar com situações de estresse, luto e sofrimento. Apegos inseguro-esquívos na infância predisõem a um maior sentimento de insegurança e desconfiança na vida adulta, assim como ao receio de vincular-se com outras pessoas, pois a intimidade é vista como um perigo. Mas, quando conseguem estabelecer um relacionamento e, mais adiante, enfrentam o luto do amado, têm maior dificuldade de expressar os sentimentos, projetando a raiva em outros objetos, podendo inclusive desenvolver comportamento autodestrutivo. Pessoas com estilo de apego inseguro-resistente na infância geralmente tendem a estabelecer relações dependentes na vida adulta e, diante da morte do amado, podem desenvolver um luto complicado pela dificuldade de lidarem com o vazio interno ocasionado pela perda (Bowlby, 1990).

A forma como é desenvolvido e consolidado o padrão de apego influenciará no estilo de enfrentamento das diferentes situações experimentadas ao longo da vida, em especial aquelas que envolvem afastamento e perda de pessoas significativas. O constante sentimento de perda iminente, vivenciado pelas crianças com apego in-

seguro, tende a dificultar o manejo das situações de luto ao longo de sua vida; por isso, é crucial a análise do padrão de apego quando do período de avaliação de um paciente enlutado. Dada a relevância das primeiras relações parentais para o desenvolvimento físico e emocional da criança, Castro e Piccinini (2002) salientam a importância da avaliação desta relação em situações adversas de saúde posteriores, na busca de indicadores de problemas no enfrentamento do evento.

Desespero e desapego, para incluir o entorpecimento ou embotamento das emoções, como primeira resposta, sobretudo nas mortes repentinas. Daí o reconhecimento do luto como “um processo de mudança pelo qual as pessoas passam” (Parkes, 2009, p. 41). O autor chama a atenção que, infelizmente, houve um reducionismo a partir destes estudos e artigos em torno das “fases do luto” enquanto uma prescrição fixa do luto normal, sendo que “os componentes essenciais são a experiência da perda e uma reação de anseio intenso pelo objeto perdido (ansiedade de separação). Se não houver estes componentes, não se pode dizer que a pessoa esteja realmente em processo de luto” (Parkes, 2009, p. 42).

Seguindo nos estudos sobre luto e na perspectiva da terapia, em seus estudos sobre terapia do luto, Worden (1998), corrobora que eventos severamente adversos, tais como morte de entes queridos e as circunstâncias em que esta se deu, por si só provocam inseguranças e dificuldades de adaptação à perda, mas pessoas com estilo de apego seguro tendem a um melhor prognóstico de adaptação. Tal condição se deve ao fato de estas disporem de mais recursos psicológicos e cognitivos para o enfrentamento do processo do luto e conseqüente reposicionamento afetivo da pessoa que faleceu para seguirem suas vidas com novos investimentos afetivos.

## **COMO AMAMOS E SOFREMOS POR AMAR: A ELEIÇÃO PSÍQUICA DOS OBJETOS DE AMOR E A DOR DE AMAR**

Como vimos anteriormente, podemos sintetizar que a essência humana é indissociável da necessidade de apego e de amor para a sobrevivência física e emocional. Mas o que é o amor? Como amamos?

Para Nasio (2007), o processo amoroso é a transformação e internalização de um outro exterior, consolidado por uma sutura inconsciente entre o sujeito e a pessoa por ele eleita como objeto de amor e de desejo. Este processo regula a intensidade deste afeto ao congregar de forma real, simbólica e imaginária, o ser amado no inconsciente, ligando imagens e significantes que o amado suscita no outro e vice-versa. Em suma, “a fantasia (do eleito) é o nome que damos à sutura inconsciente do sujeito com a pessoa viva do eleito” (Nasio, 2007, p. 55).

Na acepção de Nasio (2007) os objetos eleitos internalizados compõem fantasias que habitam o sujeito, dando estrutura, forma e ritmo ao desejo. E a estrutura desejante se configura pela coexistência de vários objetos eleitos, operando como ordenadores do recentramento e movimento do indivíduo, tais como outras pessoas queridas, o próprio amor dedicado à autoimagem e à integridade corporal e outros objetos singulares, a exemplo de bichos de estimação, uma relíquia familiar ou um souvenir, dentro outros, inclusive aqueles dos quais não se tem consciência.

Quando se perde um destes objetos singulares que alimentam o desejo ocorre um significativo abalo emocional denominado dor de amar, proporcional à intensidade e à força daquele vínculo. A dor de amar é a dor psíquica sentida quando se rompe a conexão com um ou mais dos objetos eleitos, seja a pessoa amada (morte) ou o seu amor (abandono), seja o amor dedicado à sua própria imagem (humilhação) ou à integridade do próprio corpo (mutilação) (Nasio, 2007).

Seguindo com suas contribuições e ênfase na morte da pessoa amada, Nasio (2007) propõe que a sutura inconsciente deste amado internalizada e o seu contínuo desabrochar no que ama é constantemente reforçada pela presença exterior do outro. A morte do ente querido rompe este equilíbrio desestruturando a complexa fusão homeostática entre as imagens e significantes que ambos partilhavam, a qual selava e retroalimentava este laço de amor desde a presença viva de cada um dos pares. E, nesta dupla existência do eleito, como pessoa viva no mundo (com excitações que impactam e irradiam em quem o ama) e como existência fantasiada, prevalece a segunda, que determina comportamentos, julgamentos e sentimentos experimentados por quem ama, embora quem nutra seja a pessoa amada viva no mundo. Entretanto, o autor salienta que há duas espécies de dores psíquicas: aquela que sabemos

ser inevitável, a exemplo da condenação por uma doença, e aquela onde a perda do amado é repentina e imprevisível, impactando subitamente a pessoa, a ponto de se tornar inassimilável pelo eu, por transtornar todas as referências de espaço, tempo e identidade, até então organizadas. “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, p. 59);

Frente a esta citação percebe-se que quando perdemos, perdemos duplamente: o objeto interno e o objeto externo, complexificando ainda mais o processo de entendimento do que se rompe ao perder a pessoa real e concreta do ser amado e da dor psíquica desencadeada pela perda. Seguindo as postulações do autor, a perda é a causa desencadeante, e o desmoronamento da fantasia do amado é a causa efetiva da dor psíquica.

Ora, não é a ausência do outro que dói, são os efeitos em mim desta ausência. Não sofro com o desaparecimento em mim do outro. Sofro porque a força do meu desejo fica privada de uma de suas fontes, que era o corpo do amado; porque o ritmo simbólico dessa força fica quebrado com o desaparecimento do compasso que os estímulos provenientes daquele corpo escandiam; e depois por que o espelho psíquico que refletia as minhas imagens desmoronou, por falta do apoio vivo em que sua presença se transformara (Nasio, 2007, p. 70).

## **COMO NOS ENLUTAMOS E CONCLUÍMOS O LUTO: UM DOLOROSO TRABALHO**

A partir de Bowlby e Nasio vimos que nos apegamos e estabelecemos relacionamentos a partir da eleição de entes e objetos de amor. E estes relacionamentos nos dão lugares e, quando terminam precisamos decidir se podemos desistir ou não desses, pois afrouxar os laços com o ente perdido significa afrouxar os laços com a imagem assumida naquela relação. Aí reside, conforme os estudos apresentados, o doloroso e longo trabalho do luto, quando entendido como esta constelação de reações psíquicas, conscientes e inconscientes, que transcende o âmbito individual (Domingos, 2003).

O enfrentamento da morte de um ente querido é o desafio mais difícil com que um indivíduo e uma família podem se defrontar, muito embora a perda seja encarada como um processo transicional no ciclo de vida familiar, onde se pode reconhecer o inescapável da morte como, paradoxalmente, a continuidade da vida; torna-se relevante, também, considerar as repercussões imediatas ou de longo prazo da morte em todo grupo familiar, pois é uma experiência nodal poderosa que abala as bases da vida individual e familiar, podendo, inclusive, ser reeditada e colocada em questão em outro momento da vida de cada pessoa. (Walsh, 2005).

Não há dúvidas que a dor da perda é avassaladora para o território emocional e psíquico dos submetidos a esta circunstância. Fica entendido para o indivíduo que tal condição é permanente sem possibilidade de reversão. Neste momento apresenta-se a necessidade de proteção contra o sofrimento com o processo de reconstrução de uma nova trajetória de vida. Cabe salientar a necessidade de diferenciar a presença de um luto normal de um complicado. Aquele considerado normal é esperado e bem caracterizado, porém o limite para atingir o luto complicado, encontra-se na falta de superação e na permanência prolongada deste estado, com manifestações acentuadas e devastadoras ao ser enlutado (Melo, 2004).

O luto é um processo normal, saudável e necessário para a cicatrização e elaboração das feridas provocadas a partir da morte do ser amado; consiste em um trabalho subjetivo de estabelecer um novo equilíbrio das referências e representações de espaço, tempo e identidade; tarefa árdua que a pessoa tem que realizar para desinvestir gradualmente a representação saturada do ente amado morto externamente e vivo mentalmente, através de uma dupla reação defensiva: de superinvestimento desesperado na fantasia do ente querido, à custa do desinvestimento nas outras representações do eu (Nasio, 2007). O luto além de ser considerado um evento natural após a privação do que se considera vital para a existência é uma resposta inevitável que move o indivíduo a viver um processo de ajustes em todos os setores da vida (Ferreira, Leão & Cardoso, 2008).

Embora geradoras de extrema dor psíquica, estas reações defensivas do eu são ironicamente salutares, pois evitam a desagregação total da pessoa frente ao trauma da perda, ao manterem o eu inteiramente ocupado e confundido com a

manutenção da imagem mental do ente querido perdido, até que se instaure o trabalho do luto de desinvestimento progressivo, logo assimilável, daquela representação saturada e imaginária do ente perdido, com o consequente retorno ao investimento nos demais objetos eleitos (Nasio, 2007).

Por sua vez, Worden (1998) destaca a negação dos fatos da perda que varia em diferentes níveis de intensidade: de uma leve distorção até uma desilusão completa, com uma negação maciça da realidade, pois a aceitação da realidade da perda envolve uma conscientização intelectual, afetiva e efetiva da morte da pessoa amada. O autor destaca também que a negação pode gerar na pessoa enlutada o medo de amar novamente, ou seja, de reinvestir em novas relações emocionais, revelando a dificuldade em desapegar-se do ser amado e da dor sofrida com a perda, assumindo um compromisso consigo de nunca mais amar e vincular-se a alguém a fim de evitar perder. E, Para Nasio (2007), a fim de oferecer seu sofrimento como homenagem àquele que morreu.

O término do processo do luto se dá, para Nasio (2007), quando a pessoa que perdeu um eleito afetivo admite que o amor por um outro eleito vivo nunca abolirá o amor pelo que morreu. E para Worden (2013) a conclusão se dá quando a pessoa consegue encontrar uma conexão duradoura com a pessoa que morreu em meio ao início de uma nova vida.

## CONCLUSÃO

Para entender como respondemos às experiências de perda, partimos de como entendemos a constituição, no ser humano, das diferentes formas de apego e estruturação psíquica da eleição de pessoas fundamentais para a própria vida objetiva e subjetiva.

Partimos da análise intrapsíquica da vinculação de um sujeito a um outro e apresentamos como este sujeito interage nas relações interpessoais/afetivas e como ama elegendo objetos de amor, para finalmente compreendermos a dor gerada pela morte ou perda dos amores eleitos.

Primeiramente através deste ensaio verificamos que a condição de apego promove a capacidade humana de se vincular, elegendo objetos de amor que, conseqüentemente, provocam sofrimento quando perdidos. Esses padrões de apego

interferem no sentimento de segurança ou insegurança, na forma de se relacionar com os outros, na maneira de enfrentar os problemas que surgem durante a vida e no modo como a pessoa é impactada pelas perdas.

Nesta eleição de objetos de amor se constrói uma dimensão híbrida do ente amado, como pessoa da realidade externa e aquela forjada através das fantasias inconscientes; portanto, a morte do ser amado causa um grande e duplo impacto, pois há a perda da pessoa real e a perda da fantasiada, gerando o que Nasio (2007) denomina de “a dor de amar” ou “a dor psíquica”.

A dor provocada pela perda do ser amado é intensa e provoca um vazio tão grande que frequentemente ocasiona uma desorganização psíquica, que pode ser passageira ou prolongada, influenciando respectivamente no processo de luto e no seu transcurso normal, não complicado ou no complicado, conforme Worden (2013). A esse respeito, Nasio (2007) descreve o fenômeno do amado fantasma presente nas situações em que a pessoa que faleceu, por ser tão essencial para o enlutado, é imaginariamente ressuscitada, sendo esta negação da perda do objeto de amor uma reação para aplacar a dor insuportável do rompimento que ameaça a integridade do enlutado.

Muito embora a competência de cada pessoa de lidar com a dor da morte e com o vazio decorrente dependa também do padrão de apego desenvolvido na infância e aprimorados ao longo de sua vida, também exercerão grande influência a força do vínculo existente, o tipo e circunstâncias da morte, dentre outros fatores.

Percebemos o quanto às contribuições teóricas de Bowlby (1990), Nasio (2007) e Worden (1998; 2013) são essenciais para o entendimento das diferentes formas de enfrentamento nos processos de adaptação à perda e o quanto são igualmente fundamentais para a condução de cada psicoterapia do luto; isso pelo fato de que os padrões de apego, a complexa estratégia psíquica de eleição de um amor e os impasses frente à perda deste ente fantasiosamente construído manifestam-se ou, até mesmo podemos inferir, caracterizam o processo de luto na sua singularidade e corroboram para a conclusão ou não de tal processo de adaptação e reposicionamento afetivo.

Assim, para se entender a capacidade emocional de cada pessoa em lidar com a dor psíquica provocada pela morte de quem se ama, torna-se necessário conhecer os padrões e funcionamen-

to de apego e o processo de eleição e internalização de um objeto de amor arraigado na estrutura psíquica daquele que ama. Mas também de nada adianta conhecer e entender tais aspectos teoricamente se estes não tiverem ampliado ou operado mudanças na capacidade empática de o psicoterapeuta conectar-se com o sofrimento do enlutado, buscando entender “com que trama é tecido o laço amoroso para que sua ruptura seja sentida como uma perda” (Nasio, 2007, p. 36); assim, será possível desvendar este enigma da efetividade para uma genuína terapia do luto e para a consistência na escolha das técnicas e intervenções que o psicólogo lançará mão, auxiliando o enlutado na dolorosa travessia de desinvestimento e reposicionamento pulsional do ente querido perdido.

Espera-se através deste estudo uma contribuição na temática do luto e da dor frente perdas, buscando em bases concretas da literatura os fatores que podem determinar os padrões de luto manifestados pelos indivíduos quando inseridos em situação de perda. Assim, busca-se, fornecer aos profissionais dispositivos para entender e manejar o processo da dor que resulta no luto. A elaboração deste trabalho estimulou a construção de novas pesquisas com maior poder científico para aprofundar as teorias expostas acima.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Brazelton, T. B., & Greenspan, S. I. (2002). *As necessidades essenciais das crianças*. Porto Alegre: Artmed.
- Bowlby, J. (1990). Apego e perda (Vol. 1) (A. Cabral, Trad). São Paulo: Martins Fontes. (Original publicado em 1969).
- Castro, E. D., & Piccinini, C. A. (2002). Implicações da doença orgânica crônica na infância para as relações familiares: algumas questões teóricas. *Psicologia: reflexão e crítica*, 15(3), 625-635.
- Dalbem, J. X., & Dell’Aglia, D. D. (2006). Teoria do apego: bases conceituais e desenvolvimento dos modelos internos de funcionamento. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 57(1).
- Domingos, B., & Maluf, M. R. (2003). Experiências de perda e de luto em escolares de 13 a 18 anos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 16(3), 577-589.
- Ferreira, L. C., Leão, N. C., & Andrade, C. C. (2008). Viuvez e luto sob a luz da Gestalt-terapia: experiências de perdas e ganhos. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 14(2), 153-160.
- Gonçalves, T. G. (2014). O fenômeno da negação não psicótica da gravidez na perspectiva winnicottiana. *Revista de Psicologia da IMED [on line]* 6(2), 63-68.
- Melo, R. Processo de Luto (2004). *O Inevitável Percorso Face a Inevitabilidade da morte*.
- Nascimento, C. C., Coelho, M. R. M., Jesus, M. R. P. D., & Martins, W. V. (2006). Apego e perda ambígua: apontamentos para uma discussão. *Revista Mal Estar e Subjetividade*, 6(2), 426-449.
- Nasio, J. D. (2007). *A dor de amar*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Parkes, C. M. (2009). *Amor e perda: as raízes do luto e suas complicações*. São Paulo: Summus.
- Walsh, F. (2005). *Fortalecendo a resiliência familiar*. São Paulo: Roca.
- Winnicott, D.W. (1998). *Os bebês e suas mães*. São Paulo: Martins Fontes.
- Worden, J. W. (1998). *Terapia do luto: um manual para o profissional de saúde mental*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Worden, J. W. (2013). *Aconselhamento do luto e terapia do luto: um manual para profissionais da saúde mental* (4ª ed.). (A. Zilberman, L. Bertuzzi, & S. Smidt, Trad.). São Paulo: Roca.

## *Pain and loss: process analysis of mourning*

### **ABSTRACT**

This article aims to provide theoretical basis in order to understand the process of mourning and how to contribute to the understanding of subjectivity observed in the pain of love. As a starting point for the development of this text, we seek to understand the formation of the first emotional bonds and the establishment of early attachment patterns developed in the human's beings lives. These two assumptions are raised for consideration as standards, are responsible for the devices used by each individual to face the mourning process throughout life. The theoretical framework used to discuss this theme authors were enshrined as Bowlby (1990), Nasio (2007) and Worden (1998; 2013). From this study, we believe will be able to offer contributions to psychotherapists who work with this theme, helping them in the management of patients with this condition. This discussion points the need of working with the individual to adapt to a new life, developed without the physical presence of the beloved, establishing an emotional repositioning and find a new sense of life.

**Keywords:** attachment, pain of loving, mourning.

Recebido em: 28/08/2014

Avaliado em: 20/10/2014

Correções em: 02/01/2015

Aprovado em: 13/05/2015

Editor: Vinícius Renato Thomé Ferreira