



XXI SEMINÁRIO INTERMUNICIPAL DE PESQUISA
XIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E TRABALHOS ACADÊMICOS
XVI MOSTRA DE ATIVIDADES EXTENSIONISTAS E PROJETOS SOCIAIS

TEMA: SOCIEDADE, PLURALIDADE E
TOLERÂNCIA: SELFIES COTIDIANAS

2018

INTERVENÇÃO EM CRISE NO LUTO FAMILIAR ¹

Carine Pires²
Isolda Cristina Silveira da Silva²
Janice Santana²
Elisabete Beatriz Maldaner³

RESUMO

O presente artigo tem como objetivo realizar uma análise crítica, a partir de um filme, que retrate a intervenção em crise no processo de luto e suas implicações, em decorrência da perda repentina de um familiar. Escolhemos o filme “Reencontrando a Felicidade” para análise e reflexão do processo de luto na perda repentina de um familiar, neste caso, um filho de três anos de idade. A partir da escolha do filme e da revisão narrativa, elaboramos uma possível intervenção em crise sob a ótica da teoria cognitiva-comportamental. Somos sabedores que a tristeza e a depressão são considerados sentimentos naturais diante da perda de um ente querido, onde a família, amigos e meio possuem papel vital para a superação da perda. Contudo, muitas vezes é necessária uma intervenção precoce com fins de evitar outras patologias decorrentes do luto. No filme “Reencontrando a Felicidade” é possível fazer um trabalho de mediação entre o casal com o objetivo de fortalecer o vínculo e a estrutura psíquica, a partir da discussão do declínio da relação e sentimentos após a vivência traumática da perda de um filho. É importante o respeito do tempo e do ritmo de cada um, onde é necessário acontecer a quebra da idealização inicial que uniu este casal e a construção de um novo cenário sem o filho, de modo a fortalecer a estrutura psíquica de cada indivíduo em busca de novos objetivos em comum. Por fim, o artigo evidencia que em situações de luto a intervenção em crise, a mediação, se faz necessária como medida profilática, buscando o alívio do sofrimento e prevenindo futuros transtornos mentais.

Palavras-chave: Luto familiar, Intervenção em Crise, Mediação Familiar

¹Trabalho realizado na disciplina de Intervenção em Situações de Crise, na Universidade Luterana do Brasil, Campus - Guaíba/RS.

²Autoria: Acadêmicas em Psicologia pela Universidade Luterana do Brasil, Campus – Guaíba/RS.

³Orientadora: Psicóloga, Mestre em Psicologia Social e da Personalidade (PUCRS), Docente da disciplina de Intervenção em Situações de Crise do curso de Psicologia da Universidade Luterana do Brasil, Campus – Guaíba/RS.



XXI SEMINÁRIO INTERMUNICIPAL DE PESQUISA
XIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E TRABALHOS ACADÊMICOS
XVI MOSTRA DE ATIVIDADES EXTENSIONISTAS E PROJETOS SOCIAIS

TEMA: SOCIEDADE, PLURALIDADE E
TOLERÂNCIA: SELFIES COTIDIANAS

2018

INTRODUÇÃO

Sabe-se que o luto é uma reação ao rompimento irreversível de um vínculo significativo com o outro, a perda do objeto amado, que mobiliza sentimentos dolorosos, sofrimento, tristeza, desinteresse por atividades até então prazerosas e comportamentos de consternação. A maneira como a pessoa elabora o luto dependerá da relação estabelecida com a pessoa que morreu, a circunstância da morte, a idade, o sexo, a estrutura psicológica e a capacidade de resiliência do enlutado.

Uma morte brusca, comum em acidentes, e se tratando de um filho ainda criança, exige do enlutado um rompimento repentino, já que o esperado é que os pais morram primeiro que os filhos.

A morte sempre suscitou temor. É uma experiência absolutamente solitária, incompartilhável: cada um morre sua própria morte. Embora rodeado de pessoas queridas, todo ser humano parte deste mundo absolutamente só (BOFF, 2012).

Os sentimentos de incapacidade, de vulnerabilidade são os que estão relacionados com as dificuldades intrínsecas da perda, sendo os geradores da desorganização da estrutura psíquica do indivíduo que vive a perda. A aceitação é um processo doloroso e no início “inaceitável”, onde a readaptação se faz necessária para neutralizar as crenças relativas a morte, as quais desencadeiam os pensamentos disfuncionais que são fatores que interferem no luto.

As crenças a respeito da perda de um ente querido, serão ativadas e processadas pelo entendimento que o indivíduo tem em relação à morte, ou seja, a reação dependerá do estilo de enfrentamento e dos padrões anteriormente aprendidos e internalizados, interferindo e refletindo, principalmente, na alteração emocional e comportamental, devido aos erros do pensamento (REMOR, 1999).



XXI SEMINÁRIO INTERMUNICIPAL DE PESQUISA
XIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E TRABALHOS ACADÊMICOS
XVI MOSTRA DE ATIVIDADES EXTENSIONISTAS E PROJETOS SOCIAIS

TEMA: SOCIEDADE, PLURALIDADE E
TOLERÂNCIA: SELFIES COTIDIANAS

2018

Tal situação é representada no filme *Reencontrando a Felicidade*, onde a produção cinematográfica traz a história do jovem casal Holwie e Becca que perdem o filho de quatro anos vítima de atropelamento. Becca é uma executiva que optou por abrir mão da carreira profissional para viver a maternidade. Apresenta grande sofrimento psicológico, não conseguindo elaborar o luto. Enquanto Holwie, seu marido busca recursos para o enfrentamento no trabalho, no esporte, no grupo de autoajuda e nas relações sociais. Ao contrário de Becca, ele permite-se viver a perda, sentir saudades e recordar através das imagens fotográficas do menino. Observa-se que com a perda do filho não só a parentalidade entre o casal se desfez, mas a conjugalidade foi destituída. Cada um segue o seu próprio caminho de elaboração de perda, não compartilhando suas experiências.

Conforme o filme evidencia, a morte de um filho é sempre encarada pelos pais como uma perda precoce, ainda mais quando ela ocorre na fase da infância, potencializando o sentimento parental da culpa e do fracasso frente ao mundo fantasioso do amor super protetor que cura e protege a criança de todos os males, o que vem a se constituir em fator de risco acentuado para a possibilidade da vivência de um luto de difícil resolução, predisposto a cristalizar os sentimentos de perda, de culpa, de desistência (Bromberg, 1997; Freitas, 2010).

A Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) traz o conceito de que ao longo das nossas vidas vamos construindo e adquirindo crenças sobre si mesmo e sobre o mundo, por isso constantemente fazemos interpretações errôneas acerca das situações. Através desses erros de pensamento, acabam surgindo sofrimentos emocionais, físicos e psicológicos e dentre os eventos ameaçadores, situações de crise e de luto podem ativar crenças disfuncionais (Dattilio e Freeman 2004).

Segundo Remor (1999) as crenças a respeito da perda de um ente querido, serão ativadas e processadas conforme o entendimento que o indivíduo tem em relação à morte, ou seja, as estratégias de enfrentamento utilizadas pelo sujeito dependem dos padrões por ele aprendidos e internalizados. Pais que perdem um



XXI SEMINÁRIO INTERMUNICIPAL DE PESQUISA
XIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E TRABALHOS ACADÊMICOS
XVI MOSTRA DE ATIVIDADES EXTENSIONISTAS E PROJETOS SOCIAIS

TEMA: SOCIEDADE, PLURALIDADE E
TOLERÂNCIA: SELFIES COTIDIANAS

2018

filho num acidente, como as personagens do filme, tendem a desenvolver sentimentos de fracasso e incapacidade, por não conseguirem evitar tal evento. Além disso sentem-se culpados, tornando-se incapazes de reorganizar sua vida familiar, social e profissional.

Dentre as dificuldades citadas é importante salientar o quanto é difícil a aceitação e a readaptação diante do vazio que o ente querido deixou, a perda de um ente querido é considerada um evento ameaçador e como resposta de enfrentamento, alguns esquemas são ativados durante as fases do luto: Esquemas de privação emocional, abandono, defectividade, além de esquemas de inibição emocional, são caracterizados, principalmente, por uma evitação na expressão de sentimentos e pensamentos. São mecanismos defensivos que barram emoções desagradáveis ao indivíduo e podem ser encontrados nos primeiros estágios de reação à perda e nas fases do luto descritas por Kübler-Ross (2005) e Bowlby (1990), pois a negação e o entorpecimento não deixam de ser uma resposta de enfrentamento desadaptativa frente à situação de perda por morte.

Crenças do esquema de abandono também são ativadas no anseio. É o momento em que os enlutados passam a buscar incessantemente pela pessoa que partiu, hipergeneralizando: "Se ele me deixou, as outras pessoas vão me deixar também". A barganha tem relação com a manutenção esquemática, pois envolve perdas e ganhos. Este também é o momento em que os indivíduos fazem acordos ou negociações com o intuito de alcançar algo profundamente desejado. Ou tudo ou nada: "se Deus não atender meu pedido, não sei o que será de mim". A personalização aparece quando os indivíduos assumem a culpa pelo fato ocorrido: "Ele morreu por minha culpa, não podia ter deixado o portão aberto", pois, além dos sentimentos de culpa e de revolta, eles encontram-se raivosos consigo mesmos.

Já a depressão, o desespero e a desorganização poderão ser encontrados quando ativos esquemas de dependência / incompetência, de fracasso, de negatividade/pessimismo e de vulnerabilidade, por não conseguirem enfrentar a



XXI SEMINÁRIO INTERMUNICIPAL DE PESQUISA
XIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E TRABALHOS ACADÊMICOS
XVI MOSTRA DE ATIVIDADES EXTENSIONISTAS E PROJETOS SOCIAIS

TEMA: SOCIEDADE, PLURALIDADE E
TOLERÂNCIA: SELFIES COTIDIANAS

2018

situação sozinhos. Algumas crenças e erros de pensamento irão manifestar-se como: catastrofização, abstração seletiva e pensamento dicotômico: "Eu não sou capaz de lidar com isso"; "Tudo está perdido"; "Não tenho saída"; "Eu não vou me recuperar dessa perda, vou entrar em depressão".

Nesse sentido, o artigo apresenta uma intervenção em situação de crise, dramatizada no filme, utilizando a Teoria Cognitiva Comportamental no tratamento de pacientes enlutados. O protocolo escolhido valoriza o aprendizado de novas habilidades cognitivas e comportamentais, possibilitando aos pacientes a readaptação ao seu ciclo de vida.

O objetivo terapêutico na Terapia Cognitivo-Comportamental perante uma situação de luto por perda repentina tem como base, identificar recursos disponíveis e avaliar quais são as principais preocupações do paciente. Num primeiro momento, recomenda-se defini-las; por seguinte, priorizá-las; e, por fim, abordá-las, levando em consideração e avaliando a rede de apoio social e auxiliando na tomada de decisões, pois possivelmente o enlutado encontra-se em estados psicológico e emocional prejudicados (REMOR, 1999).

INTERVENÇÃO NO OLHAR DA TEORIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL

Conforme Silva (2009) na avaliação inicial realiza-se a escuta do casal, ajudando-os na elucidação do trauma e compreensão das crenças que foram ativadas com a perda do filho, qual o seu entendimento sobre a morte, identificando as estratégias de enfrentamento utilizadas, os erros de pensamento e os esquemas vinculados ao sofrimento de ambos na situação do luto, avaliando também o risco de suicídio.

De acordo com Silva (2009) após essa primeira avaliação, propomos o seguinte modelo de protocolo: 12 sessões, com dois encontros semanais até a quarta semana, utilizando como base teórica a Teoria Cognitiva-comportamental. Incluímos procedimentos como a identificação das distorções cognitivas, pensamentos disfuncionais e psicoeducação; e aplicação de testes (Inventário de



XXI SEMINÁRIO INTERMUNICIPAL DE PESQUISA
XIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E TRABALHOS ACADÊMICOS
XVI MOSTRA DE ATIVIDADES EXTENSIONISTAS E PROJETOS SOCIAIS

TEMA: SOCIEDADE, PLURALIDADE E
TOLERÂNCIA: SELFIES COTIDIANAS

2018

Ansiedade de Beck, Inventário de Depressão de Beck e Inventário de Desesperança de Beck), para avaliar ansiedade, depressão e desesperança.

Dividiremos a intervenção em 3 fases:

Fase 1: As primeiras quatro semanas, onde o casal participará de dois encontros semanais. Atendimento individuais e juntos. Avaliação do risco de suicídio. Psicoeducação sobre as fases do luto e sobre as alterações cognitivas, fisiológicas e comportamentais, consideradas comum neste período com o objetivo de reduzir índices de ansiedade. Identificação das distorções cognitivas do casal relacionadas ao luto. Ajudar o casal a reconhecer a perda do filho e a importância da conjugalidade no enfrentamento da crise.

Fase 2: O segundo mês, será realizado um encontro semanal. Será trabalhado o reconhecimento da perda do filho, o casal (Becca principalmente) será estimulado a compartilhar a experiência da perda e elaborar rituais de despedida. Utilizar técnicas para o controle da ansiedade e da depressão em momentos agudos, criação de uma rede de apoio (eleger alguém para ser “o resgate”, pessoa com quem possa desabafar), reorganização do sistema familiar e redistribuição de papéis (para Becca, perdido o sonho de ser mãe, encerra-se também o papel de esposa), resgatar o papel de esposa. Questionar os pensamentos mais atuantes (culpa e fracasso). Construção de um cartão de enfrentamento, para ser lido no momento que os pensamentos negativos apareçam.

Fase 3: O terceiro mês, mantém-se uma sessão semanal. Readaptação da rotina do casal sem a presença do filho. Identificação das diferentes estratégias de enfrentamento que cada um deles possui. Resgate da importância do papel enquanto casal no enfrentamento da crise. Organização de uma rotina com atividades semanais (onde Becca possa ocupar seu tempo). Construção de objetivos de curto, médio e longo prazo. Prevenção de recaída.



XXI SEMINÁRIO INTERMUNICIPAL DE PESQUISA
XIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E TRABALHOS ACADÊMICOS
XVI MOSTRA DE ATIVIDADES EXTENSIONISTAS E PROJETOS SOCIAIS

TEMA: SOCIEDADE, PLURALIDADE E
TOLERÂNCIA: SELFIES COTIDIANAS

2018

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio do presente artigo e através da história contada no filme, bem como a revisão narrativa a respeito da morte repentina de um filho e das repercussões desse evento traumático na vida dos pais, conclui-se que, sem dúvidas, o luto é um evento provedor de sofrimento e de grandes alterações psicológicas, fisiológicas, comportamentais, bem como alterações nas relações sociais e conjugal dos enlutados.

No caso evidenciado, a intervenção em crise se confirma em uma medida profilática que busca o alívio do sofrimento, prevenindo transtornos mentais futuros. Utilizamos como base para a intervenção do casal Becca e Holwie, o modelo da TCC, pois acredita-se que por ela ser breve, estruturada e focal tende a ser eficiente no alívio dos sintomas em eventos traumáticos, como o luto, por exemplo. Conforme os teóricos embaixadores da TCC, os comportamentos são regidos pelos pensamentos, que na maioria das vezes são disfuncionais, onde é necessário a utilização de técnicas e estratégias psicoterápicas que irão colaborar para a identificação das distorções cognitivas, para o alívio dos sintomas, e enfrentamento do luto.



XXI SEMINÁRIO INTERMUNICIPAL DE PESQUISA
XIX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA E TRABALHOS ACADÊMICOS
XVI MOSTRA DE ATIVIDADES EXTENSIONISTAS E PROJETOS SOCIAIS

TEMA: SOCIEDADE, PLURALIDADE E
TOLERÂNCIA: SELFIES COTIDIANAS

2018

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOFF, M. **Escatologia Breve Tratado Tológico-Pastoral**. 1ª. Ed. São Paulo: Editora Ave Maria, 2012.

BOWLBY, J. **Apego e Perda. A Natureza do Vínculo** (Álvaro Cabral, Trad.). São Paulo: Martins Fontes, 1990;

BROMBERG, M. H. P. F. **A Psicoterapia em Situações de Perdas e Luto**. 2ª ed. Campinas: Editorial Psy, 1997.

DATILIO, F. M.; FREEMAN, A. (Ed.). **Estratégias Cognitivo Comportamentais de Intervenção em Situações de Crise**. Porto Alegre: ArtMed, 2004.

FREITAS, N. K. **Luto Materno e Psicoterapia Breve**. São Paulo: Summus, 2010.

KÜBLER-ROSS, E. **On Grief and Grieving: Finding the Meaning of Grief through the five Stages of Loss**. Simon & Schuster, 2005.

REMOR, E. A. **Abordagem Psicológica da Aids através do Enfoque Cognitivo Comportamental**. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 12 (1), 89 - 106, 1999.

SILVA, A. C. O. in: WIEIENSKA, R. C. (Org.). **Sobre Comportamento e Cognição: Desafios, Soluções e Questionamentos**. Santo André: Esetec, 2009.