

ARTIGO**O processo de luto na abordagem gestáltica: contato e afastamento, destruição e assimilação.**

Mourning process in gestalt approach: contact and removal, destruction and assimilation.

Luiza Eridan Elmiro Martins de Sousa

RESUMO

Este artigo visa trazer uma reflexão e uma contribuição ao campo da psicologia e áreas correlatas a respeito do processo de luto, tomando como base a perspectiva “*Gestáltica*”. A metodologia utilizada foi a revisão de literatura, por meio de um estudo do tipo exploratório bibliográfico de obras especializadas a respeito da temática luto e Gestalt-terapia, das quais foram estudadas: Bowlby (1985), Worden (1998), Parkes (1998), Freitas (2000), D’Assumpção (2001), Franco (2002) e Fukumitsu (2004) e da Gestalt-terapia: Perls, Hefferline e Goodman (1997), Yontef (1998), Polster & Polster (2001) e Fonseca (1998, 2003). A partir da discussão das ideias dos autores, o artigo mostra significados e sentidos atribuídos ao processo de luto, além dos fatores biopsicossociais que influenciam em sua elaboração. Observou-se que a pessoa enlutada precisa trabalhar a dor da perda, entrando em contato com ela, manejando-a para que a experiência possa ser assimilada ao “*self*”.

Palavras-chave: Luto; Dor; Gestalt-terapia.

ABSTRACT

This article brings a reflection and a contribution the field of psychology and related areas about the mourning process, taking base as a Gestalt perspective. The used methodology was a literature review, through a bibliographic exploratory study about the thematic mourning and gestalt therapy, like: Bowlby (1985), Worden (1998), Parkes (1998) , Freitas (2000), D'Assumpção (2001), Franco (2002) and Fukumitsu (2004) and Gestalt therapy: Perls, Hefferline and Goodman (1997), Yontef (1998), Polster and Polster (2001) and Fonseca (1998, 2003). From the discussion of the ideas of the authors, the article shows meanings and senses attributed the mourning process, in addition to the biopsychosocial factors that influence the elaboration. The bereaved needs works your pain of loss, contacting it, wielding it, so that the experience can be assimilated to the self.

Keywords: Mourning; Pain; Gestalt therapy.

Introdução

A morte vem sendo, com o tempo, tirada da responsabilidade e da consciência do indivíduo. Deixando de ser considerada um fenômeno natural, passa a não fazer parte do cotidiano das pessoas, é institucionalizada. Vê-se um deslocamento do lugar da morte. Não se morre mais em casa, em meio aos entes queridos, mas sozinho, na UTI. No hospital a morte é um fenômeno técnico, frio e mecanizado, declarada pela decisão de profissionais especializados (tanatocratas). *“No século XX há uma supressão do luto, escondendo-se a manifestação ou até mesmo a vivência da dor. Há uma exigência de controle, pois a sociedade não suporta enfrentar os sinais da morte”* (KOVÁCS, 1992, p. 40).

Ao afastar a morte do convívio social, o contato com a possibilidade da perda é, também, evitado, dificultando a expressão de sentimentos e angústias naturais ao luto e, conseqüentemente, sua elaboração. O homem “civilizado” é aquele que consegue manter as aparências diante de situações de intenso estresse emocional, ou seja, consegue manter-se no âmbito da racionalidade, não se deixando levar pelas emoções que possam perturbar seu comportamento “civilizado”.

“A pessoa ‘educada’ seria aquela que, diante de uma grande alegria, sorrisse discretamente ao invés de dar uma boa e sonora gargalhada. Num momento de profunda tristeza, deveria deixar rolar uma discreta lágrima pela face, que seria logo enxugada para não causar constrangimento aos demais” (D’ASSUMPÇÃO, 2001, p. 13).

As pessoas enlutadas, frequentemente, são encorajadas a abandonarem prematuramente seu processo de luto. O luto, assim como a morte, é visto como uma coisa que precisa ser evitada. O enlutado passa a comportar-se de maneira socialmente aceitável o que contraria sua necessidade psicológica atual diante da perda. Em decorrência disso, ou o enlutado vive o seu processo isoladamente ou é forçado a abandoná-lo antes que seja completado.

De acordo com Kasterbaun (1977) “*apud*” Freitas (2000, p. 23), as quatro principais áreas de pesquisa em psicologia relacionadas ao tema morte e seus desdobramentos são:

- 1 – a morte ligada ao comportamento e estilo de vida. Inclui-se aqui estudos sobre o suicídio;
- 2 – o desenvolvimento cognitivo e emocional e as atitudes diante da morte;
- 3 – o processo do *morrer*, que focaliza o paciente terminal; e lutos, perdas e pesar .

As perdas fazem parte do desenvolvimento humano, sendo caracterizadas como uma morte “consciente” ou uma morte em vida. A morte do outro traz à tona a consciência de nosso próprio fim, por isso, muitas vezes é mais temida do que a própria morte.

“Para Heidegger, a nossa primeira abordagem objetiva do fenômeno do término do *Dasein*, que é a morte, ocorre através da morte dos outros. [...] a morte dos

SOUSA, Luiza Eridan Elmiro Martins de – *O processo de luto na abordagem gestáltica: contato e afastamento, destruição e assimilação.*

outros coloca-nos diante de 'esse extraordinário fenômeno de ser que pode definir-se com a mudança de uma entidade da espécie de ser (ou da vida) do *dasein* para *não-mais-Dasein*.' [...] dessa maneira, o morto abandona o nosso mundo, mas em termos de *ente* aqueles que ficam podem ainda *estar com ele*" (CAMON, 1998, p. 19).

A morte do outro se configura como uma experiência de morte. É a possibilidade de experiência da morte, que não é nossa, mas que é vivida como se uma parte nossa morresse, uma parte ligada ao outro pelos laços estabelecidos. "O enlutado é um símbolo do que todo ser humano teme, porque nos reporta ao que todos terão de enfrentar, um dia" (FREITAS, 2000, p. 144).

Na tentativa de estabelecer relações entre o processo de luto e a Gestalt-terapia, realizou-se uma investigação de literatura em livros, artigos e pesquisas acadêmicas, com o propósito de compreender o conjunto de sensações e sentimentos que surgem após a perda de uma pessoa querida e qual o significado desta experiência na vida do enlutado.

Metodologia

Trata-se de um estudo do tipo exploratório bibliográfico, através de revisão de literatura. A revisão de literatura foi realizada de forma sistemática e crítica de obras especializadas publicadas a respeito da temática luto, das quais foram estudadas: Bowlby (1985), Worden (1998), Parkes (1998), Freitas (2000), D'Assumpção (2001), Franco (2002) e Fukumitsu (2004). Dentre os estudiosos da Gestalt-terapia, tomou-se como bibliografia básica os trabalhos de Perls, Hefferline e Goodman (1997), Yontef (1998), Polster & Polster (2001) e Fonseca (1998, 2003).

Justificou-se a seleção destas obras por estas serem consideradas relevantes quanto à temática em questão, possibilitando a consolidação e sistematização sobre o assunto. Procedeu-se à análise em leitura flutuante das obras eleitas com a subsequente leitura exaustiva daqueles itens de maior relevância, realizando, concomitantemente, fichamentos com unidade de contexto/parágrafo.

O processo de luto e seus significados

O período entre guerras no qual as pessoas estavam sofrendo as consequências da Primeira Guerra Mundial e muitos países se preparavam para a Segunda, caracterizou-se um momento de tensão no qual milhares de famílias perderam parentes muito próximos e, corriam o risco de perderem mais pessoas queridas. Em decorrência das perdas em massa, as repercussões emocionais e fisiológicas do luto tornaram-se objeto de pesquisa na década de 40. A partir de então, estudiosos começaram a dedicar mais atenção à intensa aflição e perturbação emocionais que se seguem imediatamente à experiência de perda.

Wolfelt (1992 “*apud*” Franco, 2002), estabelece uma ponte entre o senso comum e os estudos sobre luto a fim de explicar certos mitos criados acerca deste tema. Ao fazer isto, ele explicita a diferença entre pesar e luto: “Pesar é um complexo de sentimentos e pensamentos sobre a perda, que são vivenciados internamente... é o significado interno dado à experiência do luto.” Luto seria o pesar tornado público, quando a pessoa se apropria dos “sentimentos e pensamentos e os expressa e compartilha com os que o cercam. Envolve o olhar da cultura, que lhe dá contingência e validade.”.

O termo luto faz, assim, referência aos processos psicológicos provocados pela perda de uma pessoa significativamente importante. O termo pesar refere-se à condição de uma pessoa que está experimentando aflição pela perda.

Bowlby (1985), psiquiatra norte-americano, desenvolveu sua teoria do apego, com a qual tentou compreender a tendência dos seres humanos estabelecer fortes laços afetivos com os outros, e a forte reação emocional que ocorre quando estes laços ficam ameaçados ou são rompidos. Tais laços começam quando criança e advém da necessidade de segurança e proteção, admitindo um valor de sobrevivência.

Quando a figura de apego desaparece ou está ameaçada de desaparecer, a resposta é de intensa ansiedade emocional. Dessa forma, o luto trata-se de um aspecto negativo do vínculo e uma resposta à separação. Se a relação está ameaçada, surgem sentimentos de ciúme, ansiedade e raiva. Se ocorrer uma ruptura, há dor e depressão. Quando a figura de apego é perdida ou está ausente deixa de existir uma base segura para o indivíduo se refugiar diante das situações de perigo. Esta experiência causa sensações de terror e medo. Daí a razão pela qual o sofrimento é uma reação universal à separação de uma figura de apego (BOWLBY, 1995).

Parkes (1998) afirma que o luto assemelha-se a uma ferida física, mais do que qualquer outra doença. Tal como no “ferimento”, aos poucos ele cura e cicatriza, no entanto, podem aparecer complicações e a cura se tornar mais lenta, ou pode abrir um novo ferimento naquele que estava quase curado.

Fukumitsu (2004) também faz uma analogia do processo de luto ao processo de cicatrização. A perda de uma pessoa querida pode ser relacionada a uma ferida existencial que pode ser curada, jamais esquecida e a cicatriz é uma prova disso, uma ferida aberta, que gera dor e sofrimento, mas que necessita de tempo para ser processada.

A autora considera o luto como uma crise, um caos em determinado momento da vida, como um “ajustar-se às perdas”, trata-se, portanto, de um trabalho de reciclagem, onde o velho é transformado em novo sem perder suas características e sem apagar sua origem de velho. O novo é recriado e transformado a partir do esgotamento de possibilidades e da vivência plena da experiência de perda.

O luto é um processo e não um estado, um processo inevitável já que faz parte do ciclo vital e que demanda um tempo necessário para sua resolução natural. É um

movimento, uma mudança na relação da pessoa consigo, com o mundo e com os outros. Não se trata de um conjunto de sintomas que surge após uma perda e, depois, gradualmente, desaparece, compreende uma sucessão de sentimentos, reações físicas e emocionais que estão intimamente relacionados.

A morte faz parte do desenvolvimento humano, da vida. O processo de luto é acompanhado por diversas reações e sentimentos que diferem de pessoa para pessoa. Acreditam-se na singularidade do ser humano e na singularidade de cada perda.

Fatores que influenciam no processo de luto

Os acontecimentos relacionados ao luto influem de maneira significativa no modo como a pessoa vai lidar com sua situação de perda, dentre eles estão: a personalidade do enlutado, sua experiência de vida, perdas anteriores, sua história emocional prévia, o significado e as condições da perda, a existência ou não de uma rede de apoio social, sua saúde física e outros recursos adaptativos (CORDIOLI, 1998, p. 293).

Alguns autores (Bowlby, 1985; Parkes, 1998; Worden, 1998) defendem a existência de fatores pessoais, sociais e circunstanciais que influem de maneira significativa no desenvolvimento do luto.

Worden (1998) levanta seis categorias determinantes, são elas:

1. *Quem era a pessoa.* A personalidade única da pessoa que morreu e sua história de vida. Como era esta pessoa, o que ela representava na vida do enlutado, as atividades que realizava, tudo isso são fatores importantes para a compreensão do significado da perda.

Bowlby (1985) considera que a idade e o papel desempenhado pela pessoa falecida é também um fator relevante.

2. *A natureza da ligação.* A intensidade do luto é determinada pela intensidade da relação de amor, sendo, então, proporcionais. A segurança da ligação, a dependência, a ambivalência, a presença de sentimentos positivos e negativos, bem como a existência de conflitos ou situações inacabadas com a pessoa falecida, presentes na história de vida do enlutado.

A inabilidade em lidar com os sentimentos ambivalentes na relação com a pessoa falecida e as quantidades excessivas de raiva e culpa trazem dificuldades para a pessoa enlutada elaborar seu luto, chegando até a inibi-lo.

3. *A circunstância da morte.* A forma como se deu a morte influencia significativamente na elaboração do luto. O local, como foi recebida a notícia, se a morte era inesperada ou se era grande probabilidade de ela ocorrer (doença fatal). Em casos de incerteza da morte, quando o corpo não foi encontrado, a exemplo de desastres ou afogamentos, ou

quando a pessoa é tida como perdida. Além de casos de perdas múltiplas, como em terremotos, incêndios, atentados terroristas, acidentes de avião, guerras, quando um acidente mata mais de um membro da mesma família de uma única vez. Casos de morte por suicídio ou se a pessoa enlutada foi direta ou indiretamente responsável pela morte, em um acidente ou homicídio.

4. *Antecedentes históricos.* É importante conhecer a história de perdas e de saúde mental prévia da pessoa enlutada. Pessoas que apresentaram reações de luto complicadas no passado, bem como pessoas com história de doença depressiva terão maior probabilidade de ter uma reação complicada no presente. Perdas passadas têm forte impacto sobre perdas atuais e produzem medo de futuras perdas, influenciando negativamente na capacidade de fazer novas relações.

5. *Variáveis de personalidade.* Estão relacionadas com o caráter e com a forma de como a pessoa lida com o estresse emocional provocado pela perda. Incluem idade e sexo do enlutado, o quanto inibe seus sentimentos e o conceito que tem de si próprio.

Freitas (2000) cita, dentre as dimensões da personalidade que influem no luto, a inibição dos sentimentos, a ansiedade, o tipo de enfrentamento diante de situações estressantes da vida passada e da perda presente. Outra dimensão é a autoestima, o conceito que a pessoa tem de si mesma influi significativamente na elaboração do luto. Se a pessoa assume um autoconceito de ser forte, e se isso é reforçado socialmente, ela pode encontrar dificuldades em experienciar e expressar os sentimentos exigidos pela situação de perda. Estas pessoas são referências na família, não se deixam abalar, pois têm que ser fortes para si e para os outros.

Segundo D'Assumpção (2001), pessoas mais extrovertidas e sensíveis expressam a dor e o sofrimento da perda de maneira mais explícita. Pessoas mais fechadas, no que diz respeito a sentimentos, sofrem mais discretamente, disfarçando a expressão e a manifestação dessa dor, adquirindo uma postura rígida. É entre estas duas polaridades (espontaneidade e rigidez) que se encontram as diversas formas de lidar com a dor da perda.

6. *Variáveis sociais.* Para compreender a reação da pessoa à perda, é necessário conhecer os fatores culturais, étnicos e religiosos que constituem o contexto social da pessoa enlutada, já que o grau de apoio emocional e social é importante no processo de luto. Estes fatores são relevantes também na compreensão do ganho secundário como uma série de vantagens na sua rede social em função do luto, tendo efeito sobre a extensão do mesmo.

O luto é um processo social, e como tal, sofre influência de variáveis culturais, como, as questões de gênero, o contexto religioso do enlutado e a experiências com rituais de luto. Segundo Franco (2002), em nossa cultura ocidental os homens reagem à perda através da ação, dedicando-se sobremaneira ao trabalho; enquanto as mulheres expressam mais seus sentimentos, choram, falam da perda, lamentam.

Experiência com rituais de luto, disponibilizados pela cultura, têm a capacidade de reunir pessoas e de reorganização. O velório é um ritual no qual é permitido à pessoa enlutada falar da pessoa falecida. Ele é muito importante, pois pode ajudar a tornar real o fato da perda através da visualização do corpo, ajudando a trazer para si a realidade e a finalidade da morte.

Circunstâncias sociais e psicológicas que afetam o enlutado, na época e após a perda, crises ou situações de estresse concomitantes à perda, novas perdas, como divórcio, perda do emprego, transformações repentinas, mudança de casa, influem sobremaneira no processo de elaboração do luto (BOWLBY, 1985).

Aspectos biopsicossociais do processo de enlutamento

Segundo Parkes (1998), o traço mais característico do luto são os episódios agudos de dor. O enlutado sente muita saudade da pessoa que morreu, chora e chama por ela. Estas atitudes funcionam como reação de alarme frente à situação de perigo, ou seja, a ausência da pessoa amada.

Franco (2002) cita cinco dimensões das reações comuns ao luto:

1. *Dimensão Intelectual*: composta por reações de confusão, desorganização, desorientação, falta de concentração, intelectualização e negação;
2. *Dimensão Emocional*: choque, entorpecimento, raiva, culpa, alívio, depressão, irritabilidade, solidão, saudade, descrença, tristeza, negação, ansiedade, confusão e medo;
3. *Dimensão Física*: alteração do apetite, visão borrada, alterações do sono, inquietação, dispneia, palpitações cardíacas, exaustão, boca seca, perda do interesse sexual, alterações no peso, dor de cabeça, mudanças no funcionamento intestinal, choro e;
4. *Dimensão Espiritual*: sonhos, perda de fé, aumento da fé, raiva de Deus, dor espiritual, questionamento de valores, sentir-se traído por Deus, desapontamento com membros da igreja.
5. *Dimensão social*: perda da identidade, isolamento, afastamento, falta de interação, perda da habilidade para se relacionar socialmente.

Logo após a perda, há a sensação de anestesia, gerando um estado de torpor. Este torpor ajuda a não considerar a perda por um breve período de tempo. O impacto da perda provoca uma diversidade de sentimentos que invadem de uma só vez a pessoa, esta apresenta pensamento confuso, desorganizado, tem dificuldade para se concentrar ou esquece as coisas. Para D'Assumpção (2001), a negação é algo bastante comum e, até certo ponto, saudável e importante, pois age como um para-choque aliviando o impacto do acontecimento, preparando o organismo para que receba a notícia de maneira menos desestruturante.

Worden (1998) acredita que ao se ter consciência da realidade da perda, surge então a sensação de ansiedade e desamparo, a pessoa se questiona como será sua vida,

como seguirá sua vida agora. Muito dessa ansiedade vem de sentimentos de desamparo, sensação de que não podem continuar a viver sozinhas. Uma segunda fonte de ansiedade é a crescente consciência da morte pessoal. Quando morre alguém próximo ocorre o aumento da consciência de nossa própria mortalidade, o que resulta em ansiedade existencial. Caracterizada pelo medo do desconhecido, da morte, por uma sensação de impotência, medo de ficar só, temor de novas perdas e inquietação. Aliado a estes sentimentos atitudes de acusação a outras pessoas, familiares e amigos; irritabilidade, impaciência e intolerância.

Para o autor, a raiva tem origem da frustração e da sensação de desamparo. Esta raiva é real e deve ser direcionada para seu verdadeiro foco, evitando que seja dirigida a uma pessoa indevida, ou mesmo retrofletida. Muitas pessoas evitam falar diretamente sobre seus sentimentos de raiva, ou elas não têm consciência do sentimento, ou aderem à censura cultural de não falar mal da pessoa que faleceu. A raiva é um sentimento ambivalente, em que sentimentos de amor alternados aos de ódio, deixam confusa a pessoa que fica. Caso este sentimento não seja bem trabalhado pode levar a uma complicação no processo de luto.

Os sentimentos de culpa podem estar relacionados às diversas circunstâncias anteriores ou posteriores ao falecimento da pessoa, bem como ao momento da morte. Surgem culpas relacionadas ao fato de não ter sido tão amoroso com a pessoa que faleceu na época em que era viva; não ter fechado situações com a pessoa, culpa por não ter percebido a gravidade da doença e assim poder evitar a morte. Segundo Freitas (2000), o sentimento de culpa pode se manifestar por meio de autoacusações, sensações de aniquilamento, responsabilidade pela morte ocorrida e ainda a sensação de estar sendo castigado ou punido.

Para Worden (1998), o sentimento mais comum após a perda de uma pessoa querida é a tristeza. Um estado de desespero, desesperança e sofrimento. Quando se perde algo de valor, algo a que atribuímos um significado muito importante, é normal, e bastante comum, ficarmos tristes, tanto pelo fato de não tê-lo mais presente, como por ter que aceitar a realidade e a irreversibilidade da perda. D'Assumpção (2001) admite que o sentimento de desesperança advenha da sensação de que nada voltará a ser como era antes, a pessoa não visualiza nada além daquele estado no qual se encontra, uma sensação de que nunca mais voltará ao normal.

Bowlby (1985) acredita na existência de razões biológicas para os comportamentos agressivos automáticos de respostas à separação. Estas surgiram no curso da evolução, de maneira a permitir um restabelecimento com o objeto perdido e a reparação da perda. Ou seja, um equipamento instintivo em torno do fato que as perdas são reparáveis e de que as respostas que fazem parte do processo de luto são dirigidas ao restabelecimento de uma relação anterior.

As situações de luto manifestam-se semelhantemente ao episódio depressivo, podendo predominar sintomas de tristeza, desânimo, choro fácil, insônia, inapetência, dificuldade em realizar as atividades habituais, isolamento social e apatia, podendo também

apresentar irritabilidade, descontrole de impulsos, desespero, negação da realidade e queixas somáticas, entre outras (CORDIOLI, 1998, 294) .

Worden (1998) apresenta uma lista das sensações mais comumente relatadas em seu trabalho de aconselhamento a pessoas enlutadas. São elas:

1. Vazio no estômago; 2. Aperto no peito; 3. Nó na garganta; 4. Hipersensibilidade ao barulho; 5. Sensação de despersonalização: “Eu caminho pela rua e nada me parece real, inclusive eu”; 6. Falta de ar, sentindo-se com respiração curta; 7. Fraqueza muscular; 8. Falta de energia e 9. Boca seca.

É importante perceber tais reações físicas relacionadas ao luto, já que muitas pessoas procuram o médico por estarem sentindo estes sintomas desagradáveis. Na medida em que o médico procurar se informar do que está acontecendo com o paciente, poderá esclarecer à pessoa que tais sintomas são naturais à situação a qual ela está vivenciando, ou encaminhá-la a uma atividade terapêutica, caso os sintomas persistam por muito tempo ou tomem dimensões maiores.

No que se refere às mudanças no comportamento, é comum, após a perda de uma pessoa querida, ocorrer mudanças significativas na relação do enlutado com o mundo e com o outro. Para Franco (2002), a rede de apoio social dá contingência à necessidade do enlutado de expressar a sua dor e se reorganizar diante da perda. No entanto, se esta rede for inexistente ou se suas regras forem impostas, de maneira que desconsiderem as necessidades do enlutado, poderá ter um efeito prejudicial ao invés de suportivo.

Algumas pessoas evitam locais e objetos que mobilizem sentimentos dolorosos de luto. Evitam o local onde a pessoa morreu, o cemitério, o quarto ou objetos que lembrem a pessoa amada perdida. Tentar se livrar rapidamente de todas as coisas associadas à pessoa que faleceu não é, em geral, uma conduta favorável à elaboração do luto e frequentemente indica uma relação ambivalente com a pessoa falecida. Este rápido afastamento pode levar a uma complicação de seu luto (WORDEN, 1998).

Oposto ao comportamento de evitar lembranças ligadas à pessoa perdida se encontra o medo de esquecer tais lembranças e coisas da pessoa que faleceu, exigindo coragem para entrar em contato com objetos repletos de história e lembranças vividas pelo falecido, para despedir-se deles e dar-lhes um significado diferente.

De acordo com Franco (2002), as lágrimas funcionam como alívio para o estresse emocional. As pessoas tendem a associar as lágrimas à fraqueza e inadequação pessoal, causando um sentimento de impotência por parte dos amigos e familiares. No entanto, é importante identificar o sentido das lágrimas, pois chorar é uma maneira natural de aliviar as tensões internas e permite que sejam comunicadas várias necessidades, por exemplo, a de ser confortado.

Elaboração do luto: diferentes perspectivas

Diversos autores descrevem a maneira como compreendem o processo de luto através de fases ou etapas. O luto é considerado um processo que tem início com a perda de alguém significativo, algumas vezes inicia antes da perda ser efetivada (luto antecipatório), até sua elaboração, ou seja, quando a pessoa consegue ajustar-se à perda, construindo novas formas de atuar no mundo.

Worden (1998) acredita que, ao serem completadas as quatro “tarefas” do luto, pode-se afirmar que este está terminado. Suas tarefas foram baseadas na teoria do desenvolvimento infantil do psicólogo americano Havinghurst, na qual existem algumas tarefas no desenvolvimento e que se a criança não as completa num determinado momento, sua adaptação fica prejudicada quando tentar completá-las em momentos posteriores.

Worden usa o conceito de “tarefas” na medida em que estas implicam o fato de a pessoa ser agente e atuante no processo de elaboração de seu luto, podendo realizá-las em seu tempo e condições próprios. A abordagem de tarefas dá ao enlutado um sentido de esperança, de que haja algo que ela efetivamente possa fazer.

As quatro tarefas do processo de luto propostas por Worden são:

Tarefa I: Aceitar a realidade da perda.

Aceitar o fato de que a pessoa morreu e que não irá retornar. O contrário disso é a negação onde não se acredita na morte da pessoa. Aceitar a irreversibilidade da morte é fato crucial para que esta primeira tarefa seja completada. Rituais, como o velório, ajudam a pessoa a entrar em contato com a realidade da perda e a mobiliza para a aceitação.

Tarefa II: Para Elaborar a dor da perda.

Esta tarefa é muito importante, pois os sentimentos que invadem a pessoa terão que ser contatados, cada um a seu tempo, para que possam ser manejados e elaborados. A negação desta segunda tarefa é não sentir. A pessoa não se permite entrar em contato com os sentimentos provocados pela perda, abolindo estes sentimentos e negando a dor presente.

Tarefa III: Ajustar-se a um ambiente onde está faltando a pessoa que faleceu.

A perda não se refere apenas à ausência da pessoa, mas dos diversos papéis que ela representava na vida do enlutado. Adaptar-se a este novo ambiente sem a pessoa falecida, sem as atividades que ela realizava e os papéis que representava é algo difícil e, muitas vezes, frustrante, pois na medida em que a pessoa não consegue desempenhar a tarefa a qual frequentemente era realizada pela outra pessoa, sente-se incapaz e, provavelmente, com autoestima baixa. O impedimento da Tarefa III caracteriza-se por não se adaptar à perda. Algumas pessoas em vez de desenvolverem

SOUSA, Luiza Eridan Elmiro Martins de – *O processo de luto na abordagem gestáltica: contato e afastamento, destruição e assimilação.*

novas habilidades, concernentes às novas condições surgidas pela ausência da pessoa falecida, acabam por se afastar do mundo e das exigências deste, promovendo uma condição de desamparo e vítima.

Tarefa IV: Reposicionar em termos emocionais a pessoa que faleceu e continuar a vida.

Encontrar um local adequado para o falecido na vida emocional da pessoa de maneira que a permita viver bem no mundo é o objetivo primordial desta quarta tarefa. Manter um apego ao passado, impedindo a construção de novas relações com outras pessoas e com o mundo é o oposto desta quarta tarefa. Elaborar a perda, encontrando um novo lugar em termos emocionais para a pessoa que faleceu, permite a abertura de novas possibilidades de relacionamentos, sem sentimentos de culpa ou traição para com a pessoa falecida.

Para Worden (1998), um sinal de uma reação de luto terminado é quando a pessoa se sente capaz de pensar no falecido sem dor, readquirindo um interesse pela vida, sentindo-se mais esperançosa, mais gratificada e adaptando-se a novos papéis.

Parkes (1998) descreve o processo de luto em quatro fases com características próprias e que se diferenciam de pessoa para pessoa, tanto em duração quanto à forma de manifestação. A primeira delas é o entorpecimento, que dá lugar à procura pelo outro e à saudade, estes darão lugar à desorganização e ao desespero e, após esta fase, se dá a reorganização e a recuperação.

Zisook (1995 *apud* Cordioli, 1998, p. 293) aponta três fases ou estados que se sucedem ou de superpõem: 1. *Choque inicial ou negação*: constituído por estarrecimento, incredulidade, protesto, sofrimento e lamentação; 2. *Angústia aguda e isolamento social*: constituído de ondas de mal-estar físico, afastamento, preocupações, revolta, culpa, agitação, perturbação dos padrões usuais de conduta e identificação com a pessoa perdida; e 3. *Resolução*: seria o retorno ao trabalho, ao antigo papel social, a busca de novos prazeres e o amor de novas pessoas.

Diferente da concepção de “tarefas” e “fases”, Fukumitsu (2004) apresenta estratégias através das quais acredita auxiliar no processo de luto e na aceitação da perda:

- Perceber-se;
- Perceber o tempo necessário para processar o luto;
- Conscientizar-se de que a vida significa também se arriscar; e
- Entender que a perda não significa o fim do mundo. Sobrevive-se às perdas.

As atitudes apresentadas são necessárias para que a pessoa possa entrar em contato com o que está sentindo, na proporção em que se sente capaz de lidar com seus sentimentos dolorosos. A atitude de perceber-se exige coragem, a pessoa precisa arriscar-se à experiência de perda, dando-lhe significado, a partir de então, a perda deixa de ser algo assustador e passa a ser reconhecida como fazendo parte de seu

SOUSA, Luiza Eridan Elmiro Martins de – *O processo de luto na abordagem gestáltica: contato e afastamento, destruição e assimilação.*

mundo fenomenológico, não menos dolorosa, mas apropriando-se da experiência, a pessoa assume uma postura ativa, assumindo o controle sobre sua vida.

O processo de luto envolve um reconhecimento da perda e da maneira de como se vai dirigir a vida sem a pessoa querida. O enlutado tem muitas tarefas difíceis a realizar: reconhecer a fatalidade e irreversibilidade da perda e a dor que isso lhe causa e, através da vivência plena e pela assimilação dessa dor, reunir forças para uma nova vida.

A dimensão do contato em Gestalt-terapia

O movimento em direção à inteireza, ao fechamento e à completude das situações inacabadas é um dos conceitos chave em Gestalt-terapia. Existe uma tendência à completude, à conclusão das situações que, quando não podem ser atualizadas, ou quando as pessoas não dispõem de mecanismos para sua atualização, elas permanecem como fundo, geralmente incomodando, na proporção em que querem se tornar figura, no aqui-e-agora, único lugar em que podem ser atualizadas e concluídas (POLSTER & POLSTER, 2001).

Segundo Yontef (1998), o objetivo da Gestalt-terapia é um “*continuum*” de “*awareness*” onde o que for de principal interesse para o organismo venha para primeiro plano e seja experimentado, trabalhado e reconhecido para que possa ser assimilado ao segundo plano, deixando o primeiro plano livre para a próxima necessidade.

O mesmo autor afirma que a metodologia da Gestalt-terapia é o aumento da consciência, é estar “*aware*”, em contato com o elemento mais importante do campo indivíduo/ambiente, onde novas totalidades significativas são criadas e tem como princípio compreender a função de entrar em contato com a realidade e intensificar a “*awareness*” dessa realidade.

A prática em Gestalt-terapia tem como sentido a criação de espaços para uma otimização do processo de contato e do seu desdobramento. Interessa que a pessoa tenha tempo, espaço e condições para entregar-se à vivência plena, e, na medida em que se abre a novas experiências, possa ser intérprete do seu processo de contato (FONSECA, 2003).

Nossas ações são resultados de valores anteriormente assimilados ou rejeitados que dão sentido à realidade externa, determinando nosso modo de ver e agir diante desta realidade. A autorregulação orgânica baseia-se no reconhecimento e assimilação, ao invés de introjetar ou rejeitar, resultando na capacidade de resposta integrada, compreende a agressão e a destruição das velhas estruturas, transformando-as de maneira que o novo seja apropriado tornando-se semelhante e assimilável pelo organismo. Para que a autorregulação orgânica se dê, é necessário que o habitual se torne perceptível (YONTEF, 1998).

Perls, Hefferline e Goodman (1997) entendem a autorregulação orgânica como um processo que exige um “*continuum*” de “*awareness*” e abertura para novas necessidades, para mudanças dos recursos utilizados no “*self*”, no outro e na sociedade. O “*self*” em Gestalt-terapia é entendido como um sistema de ajustamentos criativos, onde as funções criativas de autorregulação, acolhimento da novidade, destruição e reintegração de experiências se dão. Tais funções ocorrem através do contato e de seu desdobramento, o “*self*” funciona, então, como um sistema de contatos.

Segundo os autores citados, a teoria “*gestáltica*” está centrada no conceito de contato e na natureza das relações de contato entre a pessoa e seu interior e o mundo exterior. Quando o afastamento da vivência de ser-no-mundo perde sua natural reversibilidade (perdendo sua potencialização de movimento de contatar) ocorre, então, uma redução da capacidade para a criatividade existencial, para o ajustamento criativo, a autorregulação orgânica e o crescimento.

Algumas pessoas tentam se distrair, evitando o contato com a experiência dolorosa, negam a possibilidade de arriscar-se a contatar os sentimentos, experimentá-los em sua totalidade, no entanto, é a valorização das partes que compõem o “*self*”, a integração das polaridades aparentemente opostas e a incorporação do que é percebido como indesejável que inicia o caminho para a mudança e o crescimento. Este reconhecimento possibilita a cura, um encontro com as partes estranhas e afastadas, um contato que é mobilizador e atualizador de possibilidades.

A experiência se dá na fronteira entre o organismo e seu ambiente. A experiência é função da fronteira e o que é real são as configurações deste organismo funcionando inteiramente, integralmente, obtendo algum significado e concluindo alguma ação. A fronteira-de-contato é o órgão específico da “*awareness*” da situação nova do campo. “*Awareness*” é uma forma de experiência, é estar em contato com a própria existência, com aquilo que se é (PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN, 1997).

A fronteira-de-contato permite que o homem não perca a noção de diferenciação do “eu” em relação àquilo que caracteriza o não-“eu”, mantendo um senso de separação com o mundo externo, uma forma de se proteger de uma possível sobrecarga para a qual não se esteja preparado (POLSTER & POLSTER, 2001).

A fronteira do “eu” é a fronteira daquilo onde o contato é possível. Trata-se de toda a amplitude de possibilidades de contato com os quais a pessoa está livre e disposta a se envolver. Incluindo os riscos com a abertura a contatos que podem ser dolorosos ou que abalem o “*status quo*” da situação em que se encontra.

Contato é a formação de uma figura de interesse (“*gestalt*”) clara, contra um fundo ou contexto do campo organismo/ambiente. A percepção clara e vívida da figura atrai necessidade e energia do organismo e as possibilidades do ambiente são incorporadas a ela. Os recursos do campo são mobilizados a dar clareza e potência à figura dominante. Quando a figura está fosca, opaca, há falta de contato, a pessoa não está inteira na experiência, seu campo total não pode fornecer toda a energia que dispõe

para completar e clarificar a figura, para que ela possa ser contatada (PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN, 1997).

O contato é inerente à condição humana e sua disfunção é entendida metaforicamente como “adoecimento”. Ele pode sofrer uma interrupção pelo afastamento habitual de sua condição de vivência fenomenológico-existencial, resultando em prejuízo dos processos de ajustamento criativo e de autorregulação orgânica (FONSECA, 2003).

Neste contexto, saúde, em Gestalt-terapia, é vista como a formação de uma boa “*gestalt*”, descrevendo um campo de percepção com clareza e boa forma. Uma figura clara se destaca de um fundo mais amplo e menos nítido. O desajuste seria a interrupção do fluxo do contato, da fluidez para a mudança e para o crescimento.

Segundo Yontef (1998), quando a formação e destruição de “*gestalten*” encontram-se bloqueadas ou rígidas, quando necessidades não são reconhecidas e expressas, a flexibilidade e permeabilidade da fronteira ficam perturbadas. Necessidades não atendidas formam “*gestalten*” incompletas que pedem atenção e energia, interferindo na formação de novas “*gestalten*”.

O processo de contato tem início com o surgimento de uma necessidade, que se forma gradualmente, conforme ela vai se tornando mais clara, pode encontrar resistência. Neste momento, forças opostas dentro do indivíduo, geram um impasse, abrindo novas possibilidades para que as barreiras anteriores sejam atravessadas e sentimentos e comportamentos antes proibidos sejam experienciados, chegando à conclusão. O excitação que antes era assustador, agora passa a ser assimilável. O indivíduo alcança uma nova orientação quanto a resoluções e alternativas, reconhecendo novas experiências (POLSTER & POLSTER, 2001).

Assim, a pessoa cujo mundo mudou radicalmente, afasta-se de uma situação intensa e complexa, que está para além do que ela pode suportar, evitando o contato com pessoas, coisas e sentimentos que possam lembrá-la da perda. Com o passar do tempo, ela começa o processo gradual de tomada de consciência do que aconteceu, “familiarizando-se com as novas áreas de incerteza que agora existem em seu mundo” (PARKES, 1998, p. 95).

Luto: contato e afastamento, destruição e assimilação.

Sensações advindas da perda de um ente querido são afastadas do contato e da consciência devido à dor que causam. Dessa forma, o indivíduo nega possibilidade de arriscar-se a contatar estes sentimentos, experimentá-los em sua totalidade, impedindo uma mudança na percepção dos mesmos, uma nova maneira de vivenciá-los e de reajustar-se ao ambiente.

Polster & Polster (2001) afirmam que há grande mobilização de energia quando uma figura emerge do ponto mais recôndito do fundo, de onde não recebia nenhuma

atenção, podendo gerar contentamento, ansiedade ou choque quando o fundo não está preparado para a efervescência da experiência como figura.

Segundo Ribeiro (1997), diante do risco da ameaça o “eu” procura ajustar-se à realidade da maneira mais rápida e econômica que encontra. Reage repetidamente, ou automaticamente às situações, mobilizando a quantidade mínima necessária de suas energias. Mecanismos de defesa e resistência são formas de manter um equilíbrio possível.

A impossibilidade de contatar os sentimentos desencadeados pela perda da pessoa amada provém do bloqueio da falta de percepção do processo de luto e de suas dores como algo que pertence ao “*self*”. A alienação de que a perda é real e faz parte da vida, impede que a pessoa se mobilize para vivenciar tal situação e seja capaz de reformulá-la e crescer com ela.

Quando o enlutado sai de seu estado de entorpecimento, choque ou negação e recupera sua disponibilidade para entrar em contato com a experiência dolorosa sob circunstâncias menos ameaçadoras, ele consegue exercitar sua experiência de perda.

“A intenção é que na situação de emergência segura possa emergir e tornar-se dominante o que estava reprimido, re-formando a figura. A ansiedade gerada por essa situação tem um sentido funcional, pois somente quando a ansiedade é tolerável podemos re-formar a figura” (RIBEIRO, 1989, p. 6).

A perda é caracterizada pelo novo que, de acordo com Perls, Hefferline e Goodman (1997), pode provocar medo, interrupção e ansiedade, no entanto este processo vem acompanhado da segurança da nova configuração que passa a existir. A preocupação é sentida num momento atual e o excitamento cresce em direção ao fechamento e à formação de uma nova configuração que contém material novo do ambiente.

Dentre as dificuldades encontradas no processo de elaboração do luto estão: os impedimentos para expressar e compartilhar sentimentos e pensamentos advindos da perda da pessoa querida e a existência de situações inacabadas que necessitam ser fechadas. Os problemas podem surgir na expressão do luto, que pode ser intensificado por ter sido negado ou inibido pela exclusão do enlutado dos rituais, ou pela falta de apoio social, durante a vivência do luto.

A raiva, sentimento comum ao luto, é formada pelo acúmulo de sentimentos não expressos, palavras ou ações geradas pela ameaça pessoal. O indivíduo teme as sensações que podem surgir caso libere seus sentimentos de raiva, temendo também, AS possíveis consequências de tal liberação.

Na retroflexão a pessoa resiste a aspectos do próprio “*self*”, substituindo-os pelo ambiente, pratica consigo ações que gostaria de praticar com outros, ou faz para si o que gostaria que outras pessoas fizessem. No luto, no que se refere ao sentimento de raiva, pode ocorrer de a pessoa voltar este sentimento para si, podendo ser vivida como depressão, culpa, baixa autoestima e, em casos extremos, comportamentos

autodestrutivos, a exemplo de condutas suicidas. A projeção é vista quando a pessoa projeta sua raiva em pessoas ou coisas que consideram serem os responsáveis pela morte do ente querido, atribuindo ao meio externo o que é do “self”, geralmente voltam sua raiva contra a equipe médica ou contra Deus.

A raiva persiste mesmo com a inexistência do objeto, pela morte ou pela distância, não se satisfaz pela aniquilação, mas por sua destruição e assimilação. Estar com raiva da pessoa que morreu faz parte de uma necessidade inacabada, a necessidade de destruir e assimilar tal sentimento. É a mescla da situação inacabada no interior da raiva que desperta culpa intensa em relação aos objetos amados, surgindo sentimentos ambivalentes para com os mesmos (PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN, 1997).

A pessoa com raiva precisa encontrar o foco de tal sentimento a fim de desdobrar o contato com o alvo apropriado, manejando-o, destruindo e assimilando.

A necessidade parte da situação real. O êxito, crescimento, advém, portanto, de contatar esta realidade, reconhecer a possibilidade da perda, expressar sentimentos, incomensuravelmente dolorosos, aprofundá-los, senti-los em sua totalidade, a afirmação do sofrimento como forma de elaboração e reelaboração do real, a criação de novas formas de ser que possibilite a atualização e a expressão dos sentimentos, a afirmação do vivido, da realidade, da vida. “A vida merece ser plenamente afirmada, mesmo quando ela é sofrimento, mesmo quando ela é finitude [...] como afirmação irrestrita da vida, mesmo no que ela tem de mais problemático, que potencializa o retorno da vontade, força, da vida, da atuação do possível” (FONSECA, 2003, p. 7).

O luto, a dor, precisa ser reconhecido como parte de si, da própria realidade, experienciado e vivenciado até esgotar-se. As emoções necessitam ser expressas, quando as expressamos estamos trabalhando para esgotá-las. Conflitos tornados conscientes e plenos de interesse funcionam como meio de crescimento, trazendo a ruptura de comportamentos estereotipados, destruição, assimilação e a construção de uma nova configuração. A experiência de perda implica em lidar com uma situação diferente, que requer a destruição de alguns hábitos para a assimilação de novas formas de ser.

“[...] o luto, a confusão, o sofrimento são prolongados, porque há muito a ser destruído e aniquilado e muito a ser assimilado, e durante esse período ele não deve se dedicar a seu trabalho sem importância, suprimindo de maneira deliberada o conflito. Por fim, o trabalho de luto se completa e a pessoa está mudada, e adota um desinteresse criativo; imediatamente outros interesses se tornam dominantes” (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997, p. 166).

A instabilidade provocada pelo caos permite que a pessoa se afaste de um comportamento programado e bloqueado proporcionando uma maior fluidez figura/fundo e uma maior abertura à vivência de novas situações. As perdas podem oferecer uma parada na correria da vida, para refletir e reavaliar qual o sentido que está sendo dado a ela, avaliar o que está sendo valorizado e o que está sendo deixado de lado, reconfigurando e reorganizando a vida.

Um dos caminhos para o desenvolvimento e crescimento pessoal é através da dor e do conflito. Embora essa inter-relação seja inerente à própria vida, é difícil, para aqueles que têm de enfrentar a perda, reconhecer sua fatalidade e irreversibilidade, e a dor que isso lhe causa.

“As perdas excluídas, “maldigeridas” e engolidas viram introjeções que clamam por um término, e a sensação resultante, normalmente, não nos tranqüiliza. Já as perdas compreendidas e “digeridas” tendem a nos fornecer uma direção, na qual a energia, antes cristalizada, poderá ser ressignificada e canalizada a nosso favor”. (FUKUMITSU, 2004, p. 81).

Abrigar e abraçar o sofrimento, sentir e expressar a dor mastigá-la, sentir seu gosto amargo e, aos poucos, engolir. Deixar adentrar em seu corpo, assimilando como algo seu. E, percebendo a mudança no gosto, na textura, o que antes era quase intragável, passa a ser incorporado, a garganta não trava mais, afrouxa perante a passagem do que agora é reconhecido como fazendo parte de si.

Alegria e pesar são inseparáveis, estão implicados, unidos, interligados em algo maior que é a vida. Um não começa quando o outro termina, mas onde um está o outro também se faz presente. Defesa e negação do sofrimento são formas de participação em coisas cujo afastamento se deseja, são possibilidades de colocar-se perante o sofrimento. No entanto, ao evitar experimentá-lo, evitam-se as inúmeras possibilidades de conviver com ele, de ser capaz de enfrentá-lo e torná-lo compreensível à vida.

De uma dor bem vivida, resultará um aprendizado, ou pelo menos, o reconhecimento de que o sofrimento também faz parte da vida e de que somos capazes de encontrá-lo em toda nossa plenitude e, ainda assim, sobrevivermos a ele. Assim, podemos nos fortalecer e acreditar que, com o tempo, pensamentos e sentimentos tão dolorosos se tornarão menos intensos, e darão oportunidade para que outros surjam e o movimento contato-afastamento se dará em relação à outra figura, que não seja apenas a dor da perda.

Considerações Finais

O processo de luto surge como o uma nova realidade na vida da pessoa. Dessa forma, a possibilidade da perda surge como novidade, torna-se figura, clama por atenção, precisa ser contatada, percebida. Instaure-se o caos, o conflito, a pessoa necessita experimentar o momento natural de sua reorganização, segundo as dominâncias de suas necessidades mais urgentes, a partir de então, atualizar a espontaneidade e da expressão de seus sentidos. O contato com o sofrimento, e sua expressão, possibilita que a dor possa ser trabalhada até seu fim.

Como profissionais de saúde mental podemos atuar através da criação de grupos de apoio, propiciando suporte emocional aos familiares que necessitem de ajuda após uma perda, possibilitando a este a realização da difícil tarefa de reviver lembranças e

SOUSA, Luiza Eridan Elmiro Martins de – *O processo de luto na abordagem gestáltica: contato e afastamento, destruição e assimilação.*

situações que envolvam a pessoa perdida, entrando em contato com suas emoções e expressando seus sentimentos de dor e sofrimento, trabalhando questões que envolvam a pessoa falecida, fechando suas “*gestalten*” e abrindo-se às novas possibilidades que possam surgir desta nova forma de se relacionar com o mundo.

É importante que profissionais de saúde compreendam a vasta gama de comportamentos considerados naturais ao processo de luto de forma a não denominarem de patológico o que pode ser considerado normal. Desta forma, poderá ser prestado esclarecimento às pessoas que apresentam tais comportamentos e os consideram um distúrbio, além de encaminhá-las a tratamento caso estas experiências persistam por mais tempo, o que pode indicar alguma complicação neste processo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOWLBY, J. **Perda: tristeza e depressão**. Vol. 3 da Trilogia Apego e Perda. São Paulo: Martins Fontes, 1985.

CAMON, V. A. A. **Psicoterapia existencial**. 3ª Edição. São Paulo – SP: Editora Pioneira, 1998.

D’ASSUMPÇÃO, E. A. **Dizendo Adeus: como viver o luto, para superá-lo**. Belo Horizonte: PUC Minas, 2001.

FONSECA, A. H. L. da . **Grupo: fugacidade, ritmo e forma: processo de grupo e facilitação na psicologia humanista**. São Paulo: Ágora, 1998.

_____, **Contato, sobre o sentido e lugar do contato em Gestalt Terapia**. Texto em elaboração. Maceió, 2003.

FRANCO, M. H. P. (org.). **Estudos Avançados sobre o Luto**. Campinas, São Paulo: Livro Pleno, 2002.

FREITAS, N. K. **Luto materno e psicoterapia breve**. São Paulo: Summus, 2000.

FUKUMITSU, K. O. **Uma visão fenomenológica do luto. Um estudo sobre as perdas no desenvolvimento humano**. São Paulo: Editora Livro Pleno, 2004.

KOVÁCS, M. J. (coord.). **Morte e desenvolvimento humano**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992.

KÜBLER-ROSS, E. **O túnel e a luz : reflexões essenciais sobre a vida e a morte**. Campinas-SP: Versus, 2003.

SOUSA, Luiza Eridan Elmiro Martins de – *O processo de luto na abordagem gestáltica: contato e afastamento, destruição e assimilação.*

PARKES, C. M. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta.** Tradução de Maria Helena Franco Bromberg. São Paulo: Summus, 1998.

PERLS, F., HEFFERLINE, R. e GOODMAN, P. **Gestalt-terapia.** São Paulo: Summus, 1997.

POLSTER, E. e POLSTER, M. **Gestalt-terapia integrada.** São Paulo: Summus, 2001.

RIBEIRO, J. P. **O ciclo do contato. Temas básicos na abordagem gestáltica.** São Paulo: Summus, 1997.

RIBEIRO, M. F. da R. **A relação terapêutica como o experimento em si.** Texto publicado na “Revista de Gestalt”, nº 1, do Departamento de Gestalt do Instituto sedes Sapientiae. São Paulo – SP, dezembro de 1989.

WORDEN, J. W. **Terapia do Luto.** 2ª Edição. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

YONTEF, G. M., **Processo, diálogo e awareness. Ensaio em gestalt-terapia.** São Paulo: Summus, 1998.

NOTAS

Luiza Eridan Elmiro Martins de Sousa: Atualmente é psicóloga da Universidade Federal do Ceará, no campus de Quixadá – CE. Graduada em Psicologia com formação em Gestalt-Terapia pela Universidade Federal do Ceará, (2005) e Mestrado Acadêmico em Políticas Públicas e Sociedade na Universidade Estadual do Ceará (2010). Tem experiência na área educacional, clínica e social.

Endereço para correspondência

Luiza Eridan Elmiro Martins de Sousa
E-mail: luizaeridan@gmail.com

Recebido em: 04/10/2016

Aprovado em: 17/11/2016