

O PROCESSO DE LUTO E SUAS FORMAS NA ATUALIDADE: UM VIES PSICANALÍTICO

THE GRIEF PROCESS AND ITS CURRENT FORMS: A PSYCHOANALYTIC BIAS

Hellen Rodrigues Bugari¹, Juliana Áurea Barbosa Silva², William Araujo Lopes³

¹Acadêmica de Psicologia nas Faculdades Integradas Aparício Carvalho - FIMCA JARU, hellenbugari@gmail.com, <http://lattes.cnpq.br/2958311525534911>; ²Acadêmica de Psicologia nas Faculdades Integradas Aparício Carvalho – FIMCA JARU, julianaaureab@gmail.com, <http://lattes.cnpq.br/3731426455875309>; ³Docente do curso de graduação em psicologia nas Faculdades Integradas Aparício Carvalho (FIMCA Jarú). Psicanalista em formação permanente, atualmente pelo Círculo Psicanalítico do Pará (CPPA), filiado ao Círculo Brasileiro de Psicanálise (CBP) e à International Federation of Psychoanalytic Societies (IFPS), Graduado em Psicologia pelas Faculdades Associadas de Ariquemes (FAAR), Mestrando em Filosofia pela Universidade Federal de Rondônia (UNIR) na linha de pesquisa Ética e Filosofia Política Contemporânea, william.lopes@unicentrro.edu.br, <http://lattes.cnpq.br/7351402976561675>.

DOI: <https://doi.org/10.37157/fimca.v11i2.1081>

RESUMO

O luto, para a psicanálise, é um processo que marca um sofrimento pela perda de um objeto investido de afeto. A vivência deste luto pode ocorrer a partir de uma perda concreta, como a morte, ou de uma perda simbólica, de grande representação e significação para o sujeito. Neste sentido, os objetivos deste trabalho são apresentar as contribuições teóricas e conceituais de Sigmund Freud e Melanie Klein sobre o processo de luto, abordar os tipos de luto nas fases de desenvolvimento do sujeito, como infância, adolescência e vida adulta e, por fim, discutir sobre os lutos não reconhecidos na atualidade. A metodologia utilizada consiste em uma revisão bibliográfica, onde foram utilizados como base livros e artigos científicos publicados nos últimos anos, além de clássicos textos da teoria psicanalítica sobre o luto. Os resultados apresentam a definição do luto como um processo inerente à condição humana, na medida em que o sujeito se constitui na relação com o outro e com os objetos de afeto. Destacam-se, nesta discussão, as consequências do luto não vivenciado, como a possibilidade de desencadeamento de um estado depressivo. O estudo conclui que o luto não se restringe à morte, mas também comparece nas perdas simbólicas, como no término de relacionamentos, nas saídas de empregos e no envelhecer. Além disso, a pesquisa sublinha a importância de escutar os “lutos não reconhecidos” socialmente, como o luto pela perda do ideal da sexualidade e/ou pela perda de um animal de estimação.

Palavra-chave: Luto, Lutos não reconhecidos, Psicanálise, Sigmund Freud, Melanie Klein.

ABSTRACT

Mourning, for psychoanalysis, is a process that marks suffering due to the loss of an object invested with affection. The experience of this mourning can occur from a concrete loss, such as death, or a symbolic loss of excellent representation and significance for the subject. In this sense, the objectives of this work are to present the theoretical and conceptual contributions of Sigmund Freud and Melanie Klein on the grieving process, address the types of mourning in the subject's developmental stages, such as childhood, adolescence, and adulthood, and finally, discuss current unrecognized grief. The methodology consists of a bibliographical review, where books and scientific articles published in recent years were used as a basis, as well as classic texts on psychoanalytic theory about mourning. The results present the definition of mourning as a process inherent to the human condition insofar as the subject is constituted in the relationship with others and with the objects of affection. In this discussion, the consequences of unexperienced grief stand out, such as the possibility of triggering a depressive state. The study concludes that grief is not restricted to death but also appears in symbolic losses, such as ending relationships, leaving jobs, and getting older. Furthermore, the research highlights the importance of listening to “unrecognized mourning” socially, such as mourning the loss of the ideal of sexuality and/or the loss of a pet.

Keywords: Mourning, Unrecognized grief, Psychoanalysis, Sigmund Freud, Melanie Klein.

INTRODUÇÃO

O luto é um processo natural que ocorre com todas as pessoas ao decorrer de seu desenvolvimento. Acerca do tema existem diferentes visões e formas de abordagens. Sendo assim, o presente trabalho aborda a conceituação do luto seguindo o viés da psicanálise de Sigmund Freud e Melanie Klein. Nesse sentido, a pesquisa também quis explorar a vivência do luto em diferentes fases do desenvolvimento – infância, adolescência e vida adulta – o luto não reconhecido e as reações mais comuns diante da perda. Ao pesquisar sobre o luto, ficou evidenciada a importância de se discorrer também sobre a morte, considerando que geralmente existe uma ligação entre tais temas.

A partir da leitura da bibliografia selecionada, em busca de compreender como o processo de luto ocorre, foi possível perceber que este processo vai além da dor de perder um ente querido, como apresentado ao longo do trabalho, já que outras perdas simbólicas que se sucedem durante a vida causam sofrimento significativo, levando o sujeito a passar pelo processo de luto de forma recorrente durante seu desenvolvimento.

A bibliografia se concentrou nas obras de Sigmund Freud, o pai da psicanálise, e de seus seguidores, como Melanie Klein. Houve articulações com outros autores, como Donald Winnicott e Arminda Aberastury, na tentativa de produzir uma discussão pertinente.

Ao centralizar a pesquisa no viés psicanalítico, é importante apresentar alguns conceitos expressos por Sigmund Freud e Melanie Klein, figuras essenciais para a compreensão da teoria psicanalítica. Ambos os autores trazem uma visão semelhante

acerca do luto, o que promove uma articulação potente. Os conceitos de narcisismo e libido, fundados por Freud, se tornam indispensáveis nesta pesquisa.

De acordo com Freud (1917) o luto é o processo vivenciado conscientemente pelo sujeito, diante da perda de seu ente querido ou objeto de afeto, onde existe o sofrimento da perda e o desligamento do interesse pelo mundo externo, quando a pessoa enlutada percebe através do exame da realidade que o seu objeto de afeto não existe mais. A sua libido é investida no objeto que foi perdido.

Melanie Klein (1940) traz contribuições, explicando que o processo de luto se dá diante da perda de um objeto bom externo, que causa a sensação inconsciente de perda do mesmo, o que se soma à dor da perda exterior e interior, fazendo com que o sujeito se sinta perseguido por objetos maus.

modo, esta pesquisa apresenta o conceito de luto dentro da visão da psicanálise, buscando trazer ao leitor uma compreensão ampla a respeito do luto, não somente pela morte de um ente querido, mas também pelas perdas simbólicas que ocorrem durante sua vida, assim como reconhecer algumas reações comuns e entender o motivo por trás da dor causada pela perda. Vale ressaltar a importância de compreender sobre o luto, para diferenciar o luto normal, isto é, o esperado, do luto patológico, com o fim de prevenir psicopatologias que podem surgir decorrentes deste processo.

O SUJEITO E A RELAÇÃO OBJETAL

Para discutir o tema do luto, faz-se necessário apresentar antes, de forma breve, como a teoria psicanalítica analisa as relações do

sujeito com os objetos e com o outro. Para tanto, os temas do narcisismo e da libido, apresentados por Freud, são fundamentais. No texto *Introdução ao Narcisismo* (FREUD, 1914) descreve os sujeitos como narcísicos e que, a princípio, toda libido (energia que move um sujeito a fim de alcançar uma satisfação) é investida no próprio eu, pois o bebê não dissocia os objetos do mundo externo de si, sendo ele mesmo o primeiro objeto de investimento libidinal. Freud denomina essa relação do bebê consigo mesmo como *autoerotismo*.

À medida que o bebê vai se desenvolvendo, ele passa a enxergar os outros objetos como extensão dele próprio, inclusive a própria mãe. Antes disso, no entanto, ainda há um estado de indiferenciação entre o eu e o outro – que Freud chamou de *narcisismo primário*. Quando o bebê consegue fazer a separação entre si e o outro ele realiza a passagem para o *narcisismo secundário*. Na leitura de Freud, o *narcisismo secundário* é o que produz o movimento do sujeito de investir libido no outro, isto é, em outros objetos que não ele próprio (FREUD, 1914).

Para Melanie Klein (1940), a primeira experiência de luto do sujeito é o desmame, na medida em que o ato retira o sujeito da constante satisfação com seu objeto de prazer e o faz se colocar de uma outra forma no mundo: entender que um objeto pode ser bom ou mau, pode estar ausente ou presente. Essa capacidade de dialetização entorno do objeto Klein chamou de “posição depressiva” do desenvolvimento.

Winnicott, psicanalista inglês, é um autor fundamental para pensar essa relação do bebê com o mundo, com o próprio corpo e com o outro. A princípio, para Winnicott (1979), o bebê vive um estado de onipotência e, à medida que constrói as interações com o ambiente essa onipotência é frustrada e o bebê vive um processo de desilusão: o bebê percebe que o mundo não é só dele, é necessário ceder, compartilhar ou lidar com frustrações. Em outras palavras, à medida que amadurece o bebê se dá conta que o outro também deseja: uma verdadeira queda do narcisismo.

Assim, para que o sujeito possa vencer ao desamparo é necessário investir sua energia psíquica no objeto, no outro. Porém, caso o objeto investido esteja “ocupado” ou seja perdido, ele sofrerá um desinvestimento libidinal. Nesse sentido, o sujeito retorna o investimento libidinal ao seu lugar original, o próprio eu, como defesa (FREUD, 1914). Em outras palavras o sujeito, após perder seu objeto de amor precisa retornar a libido para si próprio. É nesse sentido que o sujeito sente afetos dolorosos, como a tristeza, uma espécie de sensação que consome seu o corpo: a libido intensifica a dor e produz o estado de luto.

A PERDA DO OBJETO E O ESTADO DE LUTO

A primeira teorização sobre o luto na psicanálise é feita Freud em seu texto *Luto e Melancolia* (1917). Neste escrito o autor descreve que o luto é um efeito sentido pelo sujeito a partir da perda de um objeto que recebia uma quantidade de investimento libidinal, de amor. Podemos pensar que isso se aplica à perda de um ente querido, de uma posição ou função, da queda de um ideal, dentre outras perdas.

Freud (1917) esclarece que o processo de luto se dá pela reação à perda de uma pessoa amada ou objeto de afeto, causando um doloroso abatimento, perda de interesse pelo mundo externo e afastamento de toda atividade que não esteja relacionada com o falecido ou objeto perdido. Durante o processo de luto o mundo parece pobre e vazio, o sujeito enlutado precisa aceitar que seu objeto de afeto não mais existe, mas não consegue substituí-lo tão facilmente, porém as satisfações narcísicas de estar vivo o levam a romper e desvincular sua libido desse objeto de afeto perdido.

Ao diferenciar o luto da melancolia Freud (1917) traz que o luto é um processo que ocorre de forma consciente, onde se sabe o que foi perdido e este é um objeto real de afeto, que pode ser simbolizado representado como a perda de uma pessoa amada, um relacionamento, um trabalho, entre diversos outros exemplos, enquanto a melancolia estaria mais relacionada a uma posição inconsciente do sujeito.

Nesse entendimento, o luto não é algo restrito à perda de alguém que morre, considera-se também um luto a perda de um objeto de apego, como um emprego, um relacionamento, uma mudança inesperada, o rompimento de um vínculo, entre outros.

Todavia, o processo de desvincular a libido do objeto perdido naturalmente gera uma oposição, pois o sujeito não aceita inicialmente que deve seguir com a sua vida, deixando seu objeto amado para trás. Esse seria o processo natural e “normal” de luto descrito por Freud, onde ocorre naturalmente a separação do enlutado e seu objeto perdido, em busca de voltar a se interessar pelo mundo externo, centrando sua libido em outros objetos (FREUD, 1917).

Segundo Franqueira (et al., 2015) o luto é experienciado individualmente, não seguindo uma regra, variando a intensidade e o período em que a pessoa enlutada sofre. Para tanto, não cabe julgamento de como o outro deve se sentir durante esse processo, pois não existe padrão definido, e cada pessoa tem suas próprias características e individualidades.

Seguindo a mesma linha de pensamento, Oliveira (2001, p. 96) discorre sobre:

O processo psíquico do luto, que foi descrito como um trabalho de elaboração consiste em o enlutado retirar os investimentos do objeto porque a realidade impôs o seu veredito. O objeto está morto. No entanto, ocorre ao enlutado uma resistência a abandonar essa posição, o que pode levar a uma alucinação do objeto. Porém, a realidade é respeitada; cada pensamento e cada lembrança são hiperinvestidos, e o desligamento da libido vai-se realizando aos poucos. A perda do objeto é consciente por parte do enlutado: ele sabe quem foi perdido, e o mundo fica vazio. Quando o luto termina, o ego está livre para ocupar-se de outro objeto, e o consolo do que traz consigo traduz-se em “meu objeto amado não se foi, porque agora trago-o dentro de mim e nunca mais poderei perdê-lo”.

Passando para o olhar de Melanie Klein sobre o estado do luto, é importante frisar que a sua teoria é conhecida como a teoria das relações objetais, ou seja, busca explicitar a dinâmica entre indivíduo e objeto. Além disso, a obra de Klein é marcada por formulações consistentes para a psicanálise, como as noções de introjeção e projeção, que são as dinâmicas humanas ligadas aos processos de ser influenciado pelo outro e influenciar. A autora também oferece o conceito de posição, que contém as posições esquizoparanoide e depressiva – sob as quais repousa o entendimento da autora sobre o desenvolvimento psicosssexual (CAVALCANTI et al., 2013).

Melanie Klein (1940) complementa as ideias de Freud, apresentando um novo olhar e uma nova formulação sobre a dinâmica do luto. Uma característica fundamental do luto abordada pela autora é a de que quando o indivíduo perde algo ou alguém importante, isso causa um sentimento inconsciente de já ter perdido algo bom interiormente, uma espécie de nostalgia ou reativação de uma “posição depressiva”. Portanto, o conjunto da perda exterior e da perda interior ocasiona uma angústia mais extensa do que se imaginava. É como se o indivíduo sentisse que está sendo perseguido por afetos que provocam sentimentos de ansiedade e um estado deprimido.

Fica marcado que o olhar de Melanie Klein (1940) se aproxima do olhar de Freud (1917), porque assemelham-se em diversos pontos, pois ambos entendem o luto como um estado de perda do objeto amado e a nostalgia de já ter perdido algo semelhante anteriormente. Porém Klein enfatiza que o luto não se dá somente pela perda do objeto real, mas também pela perda simbólica.

Diante da perda simbólica temos muitos lutos não reconhecidos, face a perdas significativas que são negligenciadas no processo de luto, como questões relacionadas à sexualidade e identidade de gênero, autismo, infertilidade, conflitos de imigração, entre outros. A perda simbólica, nestes casos, advém do sentimento de invalidação experimentado pelo sujeito ao não se encaixar em regras sociais impostas (CASELLATO, 2015).

Para a psicanalista Maria Rita Kehl (2015) existe um paradoxo vivenciado na sociedade contemporânea: vivemos numa civilização que preza a competitividade e a conquista, o que gera cada vez mais sujeitos depressivos, ainda assim tal civilização não pode amá-los. Pois o tédio, o luto e a melancolia são rejeitos na atualidade, os depressivos são muitas vezes julgados como doentes contaminantes da lamúria da qual não querem saber.

No atemporal *Mal-estar na cultura* Freud (1930) afirma que a felicidade é um fenômeno episódico e não uma condição constante, sendo experimentada pelo indivíduo de forma ocasional. Para ele, somos seres com instintos primitivos que se tornaram miseráveis devido à cultura que foi imposta. Assim, o ser humano se torna neurótico devido à incapacidade de lidar com o nível de frustração imposto pela sociedade em nome dos ideais culturais.

LUTO NA INFÂNCIA POR MELANIE KLEIN

Seguindo as ideias das relações objetais, para Melanie Klein (1940) o primeiro luto vivenciado pelo ser humano é o desmame, onde o bebê tem que deixar o seio da mãe que seria o seu objeto de amor, uma fonte de alimento e prazer. O mundo interno da criança durante esse período está repleto de objetos bons e maus, que está ocupado por meio da relação da criança inicialmente com a mãe e posteriormente com o pai e outras pessoas, associadas a processos de internalização.

Segundo Klein (1940), antes, durante e após o período de desmame a criança atinge o ponto máximo da posição depressiva do desenvolvimento, ao imaginar que perdendo o seu objeto de amor representado pelo seio da mãe, está perdendo a mãe como um todo, que foi internalizada de forma inconsciente e é vista pelo bebê como parte de seu próprio corpo por meio do mecanismo de introjeção, onde a criança absorve o que experimenta no mundo externo e as impressões das pessoas ao seu redor. O processo de internalização também ocorre com o pai, que é perdido de forma simbólica durante a fase do complexo de Édipo.

Esse período de desenvolvimento da criança é descrito como um estado maniaco-depressivo temporário, um estado de luto que a criança enfrenta. Se durante esse processo a criança não ajusta bons objetos internos ou se encontra insegura em seu mundo interior pode ocasionar a psicose maníaca depressiva. Portanto, a presença de depressão faz parte da estrutura de todo ser humano (KLEIN, 1940).

Nesse sentido, é de extrema importância que nesse período o bebê tenha uma boa relação com a mãe, como forma da criança se assegurar em um bom objeto interno e amenize o medo de ser punida. Na lógica kleiniana, é necessário que a criança tenha mais experiências com objetos bons do que maus. O que não significa que na anulação de um ambiente mau não existiriam fantasias e ansiedades agressivas e persecutórias, mas que é fundamental,

pois segundo Segal (1975, p. 26) “as experiências boas, por outro lado, tendem a diminuir a raiva, a modificar as experiências persecutórias e a mobilizar o amor e a gratidão do bebê, bem como sua crença em um objeto bom”.

Contudo, o processo de luto nesta fase, segundo Klein simboliza uma reconstrução do mundo interno perdido, buscando recuperar os objetos bons perdidos na infância. No luto vivenciado pelo adulto – isso será aprofundado ao longo desta pesquisa – ocorre a perda de um objeto real, ao contrário das perdas simbólicas que ocorrem inconscientemente durante a infância. Porém o adulto retoma essas dores ao sentir que a posição depressiva sentida durante o período do desmame é reativada. “Seu mundo interior, aquele que vinha construindo desde o início da vida, foi destruído em sua fantasia quando ocorreu a perda real. A reconstrução desse mundo interior caracteriza o trabalho de luto bem-sucedido” (KLEIN, 1940, p. 406).

TRÊS TIPOS DE LUTO NA ADOLESCÊNCIA

Conforme Aberastury e Knobel (1981) por ser a adolescência um período de construção de personalidade, não é possível passar por ele sem ter certo nível de comportamentos que noticiam considerável sofrimento psíquico. Tais comportamentos provêm dos processos de lutos que motivam atitudes defensivas, de cunho psicopático, fóbico ou contrafóbico, maniaco ou esquizoparanoide, de acordo com cada adolescente e contexto que está inserido.

Existe um padrão de comportamento na adolescência considerado normal para esta fase, mas que não é definido como uma verdade absoluta, pois tudo depende do meio socioeconômico, político e cultural do indivíduo. Mas algo é comum a todos os adolescentes como imperativo: ele está crescendo. Conforme conhecemos, é um período em que os adolescentes enfrentam desequilíbrios e instabilidades extremas.

Em nosso meio cultural, mostra-nos períodos de elação, de introversão, alternando com audácia, timidez, descoordenação, urgência, desinteresse ou apatia, que se sucedem ou são concomitantes com conflitos afetivos, crises religiosas nas quais se pode oscilar do ateísmo anárquico ao misticismo fervoroso, intelectualizações e postulações filosóficas, ascetismo, condutas sexuais dirigidas para o heteroerotismo e até a homossexualidade ocasional (ABERASTURY & KNOBEL, 1981, p. 28).

Aberastury e Knobel (1981) discorrem sobre três lutos existentes durante a adolescência, sendo eles: o luto pelo corpo infantil, o luto pela identidade infantil e o luto pelos pais da infância. No processo de luto pelo corpo infantil, o adolescente se sente angustiado ao ver as mudanças que ocorrem em seu corpo na puberdade, a incapacidade de lutar contra essas mudanças leva a um sentimento de insuficiência e estranheza. Esse processo de luto se encerra quando o adolescente aceita a perda de seu corpo infantil e da fantasia da sexualidade dupla.

No processo de luto pela identidade infantil ocorre uma confusão de papéis, onde o adolescente não é mais totalmente dependente dos pais, mas ainda não é adulto para tomar todas as decisões sozinho. O medo e a insegurança são sentimentos comuns durante essa fase de busca por independência, podendo acarretar um retorno em posturas infantis, perante algumas situações em que o adolescente não se sente capaz de resolver. Nos grupos o adolescente se encontra, ao explorar novas identidades e se identificar com figuras diferentes dos pais, constrói e reconstrói sua personalidade, após vivenciar múltiplos papéis e identificações através do contato com diferentes grupos ocorrem uma sintetização desses papéis formando a sua identidade (ABERASTURY & KNOBEL, 1981).

Entretanto o adolescente pode enfrentar dificuldade em se desvincular desses grupos, podendo se sentir mais pertencente ao seu grupo do que a sua família, especialmente se ocorrer uma internalização negativa das figuras paternas.

A busca incessante de saber qual a identidade adulta que se vai constituir é angustiante, e as forças necessárias para superar estes microlutos e os lutos ainda maiores da vida diária obtêm-se das primeiras figuras introjetadas que formam a base do ego e do superego deste mundo interno do ser (ABERASTURY & KNOBEL, 1981, p. 35).

No luto pelos pais da infância, a relação infantil de dependência gradativamente vai sendo abandonada com resistência, esse processo ocorre de forma dupla e recíproca, pois os pais também enfrentam dificuldade em se conformar com as mudanças que ocorrem com o filho durante o seu crescimento. A relação formada entre pais e filhos na infância é muito importante para definir uma boa separação na fase da adolescência.

Conforme retratam Aberastury & Knobel (1981, p. 57):

A presença internalizada de boas imagens parentais, com papéis bem definidos, e uma cena primária amorosa e criativa, permitirá uma boa separação dos pais, um desprendimento útil, e facilitará ao adolescente a passagem à maturidade, para o exercício da genitalidade num plano adulto.

Dessa forma, o processo de elaboração de luto da adolescência transpassa diferentes sentimentos de ambivalência: a rejeição de perder seu lugar infantil concomitante ao anseio de sair dele; medo de se jogar ao novo e desconhecido, enquanto procura por isso constantemente. Este é o processo de construção da identidade, personalidade, período de constituir novas relações, além de enfrentar um corpo biologicamente diferente, esse misto de sentimentos é complexo e demorado para o adolescente. Portanto é nesse período que o adolescente mudará seus objetos de investimento libidinal, passará por ruptura de suas ideias narcísicas, luto pelo e lugar infantil que simbolizava para si e para família (CAMATA & CHRISTIANO, 2023).

EXPERIÊNCIAS DO LUTO NA VIDA ADULTA

Segundo Luna e Moré (2019) o luto pode ser considerado como um período de crise de manutenção e alteração do mundo conhecido até então, pode afetar ao nível cognitivo, emocional, físico, social e interpessoal. Dessa forma, o mundo efetivamente conhecido é tido como construtor da atenção, apreciação e do afeto, não só do sujeito, mas do meio relacional como um todo.

É inerente ao ser humano em vários períodos da vida enfrentar perdas, abandono ou desistir de algo. Logo experienciamos diferentes tipos de luto, seja diante de uma perda real ou simbólica. Tais vivências de perda, como o término de um relacionamento, perda de um emprego muito significativo, processo de envelhecimento, nascimento de um filho e a morte de um ente querido, provocam sofrimento ao ser humano. Portanto, o processo de enlutar-se é individual e a ressignificação do mundo que todos nós vivenciamos (LUNA & MORÉ, 2019). Segundo Ishikawa (2021), alguns dos vínculos que o ser humano constrói ao longo da vida apresentam maiores significações, outros nem tanto. Tais relacionamentos estabelecem diferentes padrões de intensidade, vivências e tempo de duração. Em um relacionamento romântico a qualidade da troca de afeto determina a continuidade de uma relação saudável ou seu rompimento.

Quando se trata de relacionamentos amorosos, para algumas pessoas essa é a principal relação que traz motivação, sensação de prazer e de felicidade. Freud (1914) descreveu essa troca de

afeto como investimento libidinal. Para o psicanalista, se eu amo alguém, é porque realizo um investimento libidinal nesta pessoa. Portanto, ao romper este vínculo e investimento o sujeito irá enfrentar um processo de luto, que poderá ser uma experiência angustiante (ISHIKAWA, 2021).

Conforme Freud (1930) o trabalho também é uma das principais formas de investimento libidinal. Por meio da sublimação dos instintos do ser ele é capaz de direcionar sua libido para aquilo que não é de ordem sexual. É através do trabalho que o sujeito encontra uma forma de prazer em razão do trabalho psíquico e intelectual, assim obtém também sua fonte de reconhecimento social.

Castel (1998, p. 578) afirma que “o trabalho continua sendo uma referência não só economicamente, mas também psicologicamente, culturalmente e simbolicamente dominante, como provam as reações dos que não o têm.”

Sendo então o trabalho uma fonte de prazer e uma ocupação que gera extrema importância na vida do sujeito, ao ocorrer o rompimento desse vínculo, o sujeito experimenta um sentimento de angústia, sensação de estar perdido e desorientado (CASTELHANO, 2006).

Segundo Kreuz e Tinoco (2016 apud RANDO, 2000) não somente a imaginação da perda da vida provoca sofrimento no sujeito, mas também todo o prejuízo pertencente ao processo de viver, como diminuição de seu funcionamento, perda de habilidades, limitação das funções do corpo, a possibilidade da perda de um ente querido, dos sonhos e expectativas interrompidas, diminuição da autonomia, perda da segurança, percepção de invulnerabilidade.

Conforme também descreve Ligia Py (2004, p. 122):

No envelhecimento, o trabalho do luto se constitui no penoso processo psíquico que o idoso percorre, implicando a necessidade de elaboração do vínculo afetivo com aquilo que sente perdido e que o social soberanamente glorifica: o corpo jovem e a beleza; o poder e o status do trabalho e, ainda, pessoas do seu convívio que começam a morrer.

Então durante esse processo de transição da vida adulta para a terceira idade, o sujeito aplica forte atividade psíquica para se desligar do objeto, para que possa se vincular a outro, alcançando uma elaboração bem-sucedida do luto (FREUD, 1914).

LUTOS NÃO RECONHECIDOS

Segundo Doka (1989) o termo “luto não reconhecido” é utilizado quando o sujeito que vivencia uma perda que não pode ser reconhecida pelo próprio enlutado ou pela sociedade, o luto não pode ser explícito ou socialmente aceito. Entre várias experiências do ser humano, muitas são de luto que não são reconhecidas tanto pela própria pessoa enlutada como pela sociedade.

Existem inúmeras formas de luto não reconhecidas, como: luto pela perda de um relacionamento, um animal de estimação, um emprego, o fim de um relacionamento, etc. Muitas dessas perdas não são reconhecidas socialmente por não se tratar de uma morte concreta ou por não ser a morte de uma pessoa. “Vivenciar o processo de perda, sem ter um espaço para expressar a tristeza e a dor, pode gerar consequências para o enlutado, entre elas, uma maior possibilidade de adoecimento” (KOVÁCS, 2008).

Netto (2023 apud DOKA, 2002) fala sobre as perdas que têm tendência a não serem reconhecidas pelo outro e as divide em categorias. A saber:

Quando a relação não é reconhecida: Ocorre em situações em que não existe relação de parentesco entre a pessoa enlutada e a

pessoa que morreu, ou quando a relação não é socialmente aceita, como: relacionamentos homoafetivos e relacionamentos extraconjugais. Também no caso de **perdas não reconhecidas**, como: morte de animal de estimação, mortalidade perinatal, aborto induzido etc.

Quando o enlutado não é reconhecido, como: Crianças e adolescentes, idosos que possuem comprometimento cognitivo, pessoas com transtornos mentais e pessoas que possuem algum tipo de deficiência intelectual.

Quando a circunstância da morte não é reconhecida, como: morte por suicídio, acidente de trânsito por ingestão de álcool, overdose e AIDS. E a última categoria ocorre **quando a pessoa enlutada não reage de uma forma socialmente esperada**, por exemplo, quando a pessoa tem dificuldade em expressar suas emoções com lágrimas e a ausência do choro não é compreendida. Diante das perdas citadas que são negadas socialmente e que o ciclo social que o sujeito está inserido age como se nada tivesse ocorrido, é impedido o processo de elaboração do luto. Esse comportamento de negar o sofrimento próprio e do outro é algo muito presente na sociedade atual que está presa à representação de felicidade a qualquer custo, conforme expõe Schubert (2018, p. 29):

O sujeito enlutado perante o social, esta proibido de mostrar o seu sofrimento, “sofrer é feio e gera mal-estar”, pois estamos vivendo em um ideal que impõe que é preciso ser feliz a qualquer preço, reforçando a tese de que aquilo que se encontra em jogo, é justamente evitar sofrimento. Ou seja, não apenas tem o dever de ser feliz, como tem o dever de não sofrer.

Neste contexto, Casellato (2015) ressalta que a falta de empatia, ou seja, a inabilidade de compreender o sofrimento e a importância da perda de outra pessoa, está presente em todos os tipos de processos de luto não reconhecidos. Assim, ele enfatiza que o luto não reconhecido é um fenômeno que procura validar a diversidade de emoções e sentimentos que surgem após uma perda, sem considerar especificamente: o momento em que as reações de luto aparecem, quem as vivenciam, de que forma se expressam, por quais motivos e em relação a quem.

REAÇÕES COMUNS DO LUTO

O processo de luto é vivenciado de maneira singular, onde cada sujeito reage de forma particular, porém existem algumas reações comuns que podem ser vivenciadas pela maioria das pessoas. Soares e Mautoni (2013) discorrem sobre algumas reações típicas do luto, como: Reações físicas, onde o sujeito enlutado pode sentir respiração curta e falta de ar, boca seca, dor física, gemidos, tensão muscular, menor resistência a enfermidades, hipertensão arterial, alteração do sono, mudança de apetite e perda da força física.

Nas reações emocionais Soares e Mautoni (2013) trazem como exemplo: Choque, negação, desespero, tristeza, sensação de estar perdido, falta de paz interior, confusão, culpa, falta de esperança, raiva, irritação, euforia, sensação de abandono, vingança, rancor, ressentimento. pode ocorrer em alguns casos do enlutado sentir inveja de outras pessoas que não estão passando pelo luto.

Nas reações comportamentais de acordo com Soares e Mautoni (2013) é comum que a pessoa enlutada procure de maneira constante a pessoa morta, tenha dificuldade de concentração, se sinta desorientada, tenha preocupação excessiva, procure se isolar, sinta solidão, apatia, choro, agitação e esquecimento de fatos do cotidiano. Isso pode ser justificado pelo redirecionamento da sua libido para o seu objeto de afeto perdido.

De acordo com Msawa and cols. (2022), em relação às reações sociais, é possível destacar um contraste de comportamentos entre diversas formas de vivenciar o luto, o sujeito enlutado pode sentir necessidade de se isolar do meio social ou se inserir de uma forma extrema, em busca de se afastar do luto em si. Pode ocorrer também um desequilíbrio familiar, quando ocorre uma perda na família, nesse caso todos são afetados e existe uma mudança no convívio das pessoas enlutadas.

No caso das reações espirituais Soares e Mautoni (2013) citam que algumas pessoas se afastam da religião, perdem sua fé ou até mesmo se sintam revoltadas com Deus, entretanto essa reação varia de pessoa para pessoa, levando em consideração que muitas pessoas reagem de forma contrária se agarrando a sua fé para lidar com a dor do luto.

Conforme Klinger, Miranda e Oliveira (2021) é totalmente esperado eu o sujeito sinta alguns desses sintomas ao decorrer da vida, devido as diferentes perdas pela quais o ser humano vivência. Dentro desses processos como as perdas são vividas e elaboradas são de extrema relevância para construção do sujeito.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou demonstrar as contribuições da psicanálise acerca do processo de luto, abordando desde as teorias clássicas de Freud e Klein até as percepções contemporâneas de outros autores comentadores sobre o tema.

Conforme foi exposto, o luto é não apenas como uma reação à morte de entes queridos, mas também como um processo complexo diante de outras perdas significativas na vida das pessoas, como relacionamentos, empregos e outras mudanças inesperadas.

Diante disso conclui-se que a ideal saída do luto ocorre no processo de desvincular a libido do objeto perdido, seguido da reconstrução do mundo interno e a elaboração de novos investimentos libidinais para o sujeito enlutado se reintegrar ao mundo externo. É importante marcar que o processo de luto é subjetivo e acompanha o tempo de cada sujeito.

Além disso, o texto aborda a questão dos “lutos não reconhecidos”, onde certas perdas significativas são negligenciadas pela sociedade, como o luto em famílias de indivíduos que fogem aos padrões heteronormativos, os abortos e as mortes de animais de estimação. Essas experiências, muitas vezes não validadas socialmente ou pelo próprio sujeito, podem dificultar o processo de luto e levar a complicações emocionais para o enlutado.

O texto trouxe a reflexão sobre as diferentes manifestações do luto ao decorrer do desenvolvimento humano, desde a infância até a terceira idade, como forma de ressaltar a importância de um suporte emocional adequado e do reconhecimento e aceitação social das diversas formas de perda que também provocam um processo de luto.

Em suma, o estudo do luto não se restringe apenas ao aspecto psicológico individual, mas também reflete as dinâmicas sociais e culturais que influenciam como as pessoas enfrentam e processam suas perdas. Compreender os diferentes tipos de luto pode auxiliar no autoconhecimento do sujeito e da sociedade como um todo para validar o que está sentindo, bem como buscar e fornecer apoio e ajuda diante do processo de enlutamento.

REFERÊNCIAS

- ABERASTURY, A.; KNOBEL, M. **Adolescência normal**. Porto Alegre: Artmed, 1981. 92 p.
- CAMATA, M.; CHRISTIANO, A. P. **Os discursos sobre os processos de luto pertencentes à adolescência**, 2023. Estudos em Ciências

- Humanas e Sociais Volume 13, p. 59. Disponível em: <https://www.poisson.com.br/livros/estudos_humanas_sociais/volume13/Estudos_Ciencias_Sociais_Humanas_Volume_13.pdf#page=59>. Acesso em: 04 jun. 2024.
- CASTEL, R. 1998. **As metamorfoses da questão social: uma crônica do salário**. São Paulo: Vozes.
- CASTELHANO, L. M. A. **A perda do emprego, suas implicações subjetivas e as conseqüências para o laço social: uma contribuição psicanalítica**. 2006. 233 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2006. Disponível em: <<https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/17151>>. Acesso em: 01 jun. 2024.
- CASELLATO, G. **O resgate da empatia: suporte psicológico ao luto não reconhecido**. São Paulo: Summus, 2015. 264 p.
- CAVALCANTI, A. K. S.; SAMCZUK, M. L.; BONFIM, T. E. **O conceito psicanalítico do luto: uma perspectiva a partir de Freud e Klein**. *Psicol. inf.*, p. 87-105, 2013. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-88092013000200007>. Acesso em: 01 ago. 2024.
- DOKA, K. J. **Disenfranchised Grief: Recognizing Hidden Sorrow**. New York: Lexington Books, 1989. 347 p.
- _____. **Luto desprivilegiado: novas direções, desafios e estratégias para a prática**. Poughkeepsie: Pesquisa Pr Pub, 2002. 451 p.
- FRANQUEIRA, A. M. R.; MAGALHÃES, A. S.; FÉRES-CARNEIRO, T. **O luto pelo filho adulto sob a ótica das mães**. *Estudos de psicologia (Campinas)*, v. 32, p. 487-497, 2015. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0103-166X2015000300013>>. Acesso em: 6 abr. 2024.
- FREUD, S. **Introdução ao narcisismo** (1914). In: _____. *Introdução ao narcisismo, Ensaio de metapsicologia e outros textos: 1914-1916. Obras Completas de Sigmund Freud, Vol. 18*. Tradução: Paulo César Lima de Souza. São Paulo, SP: Ed. Companhia das Letras, 2010. p. 309-309.
- _____. **Luto e melancolia** (1917). In: _____. *Neurose, psicose, perversão*. Tradução: Maria Rita Salzano Moraes. *Obras incompletas de Sigmund Freud*. Belo Horizonte, MG: Ed. Autêntica, 2016.
- _____. **O mal-estar na civilização** (1930). In: _____. *O Mal-estar na civilização, Novas conferências introdutórias à psicanálise e outros textos (1930-1936). Obras Completas de Sigmund Freud, Vol. 18*. Tradução: Paulo César Lima de Souza. São Paulo, SP: Ed. Companhia das Letras, 2010.
- ISHIKAWA, L. F. **Luto do coração partido: compreendendo o processo de luto pelo término de um relacionamento amoroso**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2021. Disponível em: <<https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/26308>>. Acesso em: 01 jun. 2024.
- KEHL, M. R. **O tempo e o cão: a atualidade das depressões**. Boitempo editorial, 2015.
- KLEIN, M. **O luto e suas relações com os estados maníaco-depressivos** (1940). In: _____. *Amor, culpa e reparação e outros trabalhos (1921-1945). Obras Completas de Melanie Klein. Vol. I*, Rio de Janeiro: Imago, 1996.
- KLINGER, E. F.; MIRANDA, F. J.; OLIVEIRA, D. P. **O luto na infância: uma revisão sistemática**. *International Journal of Development Research*, v. 11, n. 03, p. 44957-44962, 2021. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Daniela-Oliveira-25/publication/361819557_O_LUTO_NA_INFANCIA_UMA_REVISAO_SISTEMATICA/links/62c6f1133bbe636e0c48d626/O-LUTO-NA-INFANCIA-UMA-REVISAO-SISTEMATICA.pdf>. Acesso em: 03 jun. 2024.
- KOVÁCS, M. J. (2008). **Educação para morte: desafio na formação de profissional da saúde e educação**. São Paulo, SP: casa do Psicólogo, 2008, p. 175.
- KREUZ, G.; TINOCO, V. **O luto antecipatório do idoso acerca de si mesmo – Revisão Sistemática**. *Revista Kairós-Gerontologia, [S. l.]*, v. 19, n. Especial22, p. 109-133, 2016. DOI: 10.23925/2176-901X.2016v19iEspecial22p109-133. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/31862>>. Acesso em: 1 jun. 2024.
- LUNA, I. J.; MORÉ, C. O. **Narrativas e processo de reconstrução do significado no luto**. *Revista M. Estudos sobre a morte, os mortos e o morrer, [S. l.]*, v. 2, n. 3, p. 152-172, 2019. DOI: 10.9789/2525-3050.2017.v2i3.152-172. Disponível em: <<https://seer.unirio.br/revistam/article/view/8154>>. Acesso em: 24 set. 2024.
- MSAWA, C. S.; ALARCON, Z.; ANDRADE, J. Vi. de A.; GOMES, K. D. da C.; OLIVEIRA, L. A. de; SIMIONI, M. C.; SANTOS, T. F. L. **Os efeitos do luto no cérebro**. *Simbio-Logias Revista Eletrônica de Educação Filosofia e Nutrição*, v. 14, n. 20, p. 68-88, 1 mar. 2022. Disponível em: <https://www.ibb.unesp.br/Home/ensino/departamentos/educacao/os_efeitos_do_luto_no_cerebro.pdf>. Acesso em: 20 mai. 2024.
- NETTO GRIGOLETO, J. V. **O luto não se faz só: pulsações sobre a experiência das rupturas em contextos de desigualdades sociais e vulnerabilidades**. *Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências – RIEC*, v.6, n.3, p. 513-529, 2023. Disponível em: <<https://riec.univs.edu.br/index.php/riec/issue/view/20>>. Acesso em: 20 mai. 2024.
- OLIVEIRA, T. M. **O Psicanalista Diante da Morte: Intervenção psicoterapêutica na preparação para a morte e elaboração do luto**. São Paulo: Mackenzie, 2001. 209 p.
- PY, L. (2004). **Envelhecimento e subjetividade**. In *Tempo de envelhecer*. Rio de Janeiro: Mao Editores.
- RANDO, T. A. **Dimensões clínicas do luto antecipatório: teoria e prática no trabalho com os moribundos, seus entes queridos e seus cuidadores**. Warwick, Rhode Island: Research Press, 2000. 601 p.
- SCHUBERT, G. **O processo de não elaboração do luto e suas possíveis conseqüências**. 2018. Disponível em: <<https://bibliodigital.unijui.edu.br/items/745b21ba-c5d6-4a49-96c2-c54faadc4308>>. Acesso em: 02 jun. 2024.
- SEGAL, H. **Introdução à obra de Melanie Klein**. Rio de Janeiro: Imago Editora Ltda, 1975.
- SOARES, E. G. B.; MAUTONI, M. A. de A. G. **Conversando sobre o luto**. São Paulo: Editora Ágora, 2013. 79 p.
- WINNICOTT, D. W. (1979). **O ambiente e os processos de maturação**. Ed Artes Médicas Sul, Ltda, Porto Alegre, RS, 1979.