

UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ

Isabele Soares Ferreira

**SENTIMENTOS VIVENCIADOS PELO INDIVÍDUO NO PROCESSO
DE LUTO PELA PERDA DE UM ENTE QUERIDO**

TAUBATÉ

2020

Isabele Soares Ferreira

**SENTIMENTOS VIVENCIADOS PELO INDIVÍDUO NO PROCESSO DE
LUTO PELA PERDA DE UM ENTE QUERIDO**

Monografia apresentada para a obtenção do
Certificado de Bacharel pelo curso de Psicologia
do Departamento de Psicologia da Universidade
de Taubaté.

Área de Concentração: Psicologia.

Orientadora: Professora Doutora Débora Inácia
Ribeiro.

TAUBATÉ – SP

2020

**Grupo Especial de Tratamento da Informação - GETI
Sistema Integrado de Bibliotecas - SIBi
Universidade de Taubaté - UNITAU**

F383s Ferreira, Isabele Soares
Sentimentos vivenciados pelo indivíduo no processo de luto pela
perda de um ente querido / Isabele Soares Ferreira. -- 2020.
48 f. : il.

Monografia (graduação) - Universidade de Taubaté,
Departamento de Psicologia, 2020.

Orientação: Profa. Dra. Débora Inácia Ribeiro, Departamento de
Psicologia.

1. Luto. 2. Sentimentos. 3. Ressignificação. I. Universidade de
Taubaté. Departamento de Psicologia. Curso de Psicologia. II.
Título.

CDD – 150.937

ISABELE SOARES FERREIRA
SENTIMENTOS VIVENCIADOS PELO INDIVÍDUO NO PROCESSO DE
LUTO PELA PERDA DE UM ENTE QUERIDO

Monografia apresentada para a obtenção do Certificado de Bacharel pelo curso de Psicologia do Departamento de Psicologia da Universidade de Taubaté.
Área de Concentração: Psicologia.
Orientadora: Professora Doutora Débora Inácia Ribeiro.

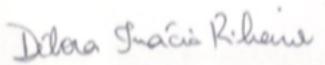
Data: 23/10/2020

Resultado: 10 (Dez)

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Débora Inácia Ribeiro

Universidade de Taubaté

Assinatura: 

Profa. Dra. Andreza Maria Neves Manfredini

Universidade de Taubaté

Assinatura: 

A todos que já vivenciaram uma perda irreparável e sentiram seus mundos vazios. Àqueles que, apesar da dor, conseguiram encontrar um novo sentido na sua existência.

AGRADECIMENTOS

À Deus, por me fortalecer em cada momento dessa caminhada, principalmente naqueles em que mais me senti enfraquecida.

Aos meus pais, Valter e Roselene, que apesar da distância sempre se fizeram presentes e jamais mediram esforços para me auxiliar na busca desse sonho. Obrigada por tanta dedicação e amor em minha criação, tudo que aprendi com vocês será a base de onde eu estiver. E à minha irmã, Maria Laura, por tantos momentos de descontração, necessários para que eu pudesse me recarregar e continuar a minha jornada.

À minha avó Lia, ser de luz, minha grande inspiração e exemplo de bondade. E ao meu avô, Maurílio Soares (*in memoriam*), que me ensinou a ter cuidado com o próximo, valorizar a quem amamos e sorrir mesmo diante das dificuldades. Carrego comigo o seu sorriso.

Em especial ao meu noivo, Christiano, com quem eu divido essa conquista. Obrigada por me incentivar desde o início e chegar comigo até aqui, por entender todas as vezes em que precisei me ausentar para dar conta de tanto trabalho e por acreditar em mim. Você cuidou de mim quando muitas vezes eu mesma deixei de me cuidar. Gratidão por tudo!

À professora Dra. Débora Inácia Ribeiro, por aceitar caminhar comigo na construção desta pesquisa, que tem um grande significado para mim. Obrigada por tanta dedicação em sua atuação e, de forma leve e delicada, dividir seus conhecimentos, me fazendo acreditar cada vez mais na potencialidade do ser humano. Devo-lhe parte do que buscarei ser como psicóloga.

À professora Dra. Andreza Maria Neves Manfredini, por aceitar participar da banca examinadora, por toda sensibilidade nas aulas e por sempre compartilhar da sua experiência, contribuindo com meu aprendizado, me fazendo refletir e ampliar minha percepção sobre a carreira profissional.

A todos os professores que passaram por mim nesse período de graduação, cada um, à sua maneira, me ensinou que quaisquer que sejam os caminhos por onde irei percorrer, devo levar comigo muito respeito e amor.

Aos meus amigos, os de longa data, por tanto carinho e por sempre estarem na torcida, e aos que tive o prazer de conhecer e compartilhar das emoções que este curso me permitiu vivenciar.

“A vida, no que tem de melhor é um processo que flui, que se altera e onde nada está fixo.”

(Carl Rogers)

RESUMO

O indivíduo ao longo de sua existência passa por diversas perdas: físicas, emocionais e materiais. No entanto, a vivência do luto está mais associada à morte, pois ela nos é imposta de forma irreparável, não cabendo ao homem modificá-la. Visto que o indivíduo atribui um sentido à sua existência com base no que se é e no que se pode ser na relação com o outro, o objetivo geral deste estudo foi investigar, a partir da literatura científica publicada nas bases de dados SciELO e LILACS nos últimos 20 anos, de que forma ele lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido. Teve-se como objetivos específicos: Identificar e analisar os sentimentos e o sentido da vida do enlutado; compreender o luto pela perda de um ente querido; verificar as possibilidades de resignificação de mundo após a experiência do luto na perspectiva da Psicologia clínica Humanista-Existencial. A metodologia utilizada envolveu uma revisão integrativa da literatura, que permite a análise de diversas publicações consideráveis para o presente estudo, tornando-se possível a compreensão de um determinado fenômeno. A coleta de dados realizou-se nas bases de dados SciELO (Scientific Electronic Library Online) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), a busca foi realizada utilizando os descritores: luto, perda e ente querido. Ao todo, foram selecionados 10 artigos para análise, que foram organizados em quadros, caracterizados em tabelas e gráficos, e analisados de forma qualitativa. Os resultados evidenciaram que, a partir de uma perda significativa, o indivíduo desestabiliza-se e perde a noção de sentido no mundo, passando também a refletir sobre a própria finitude. Considera-se, portanto, que os sentimentos vivenciados pelo indivíduo no processo de luto pela perda de um ente querido envolvem sentimentos de muita dor, raiva e revolta, sendo necessário atribuir novos sentidos e significados à relação rompida. Resignificar essa relação permite que o enlutado encontre uma nova forma de se relacionar com a ausência do outro e dar continuidade a própria vida sem a presença física do ente querido.

Palavras-chave: Luto. Sentimentos. Resignificação.

ABSTRACT

The individual throughout his existence goes through several losses: physical, emotional and material. However, the experience of mourning is more associated with death, as it is imposed upon us in an irreparable way, and it is not up to man to modify it. Since the individual attributes a meaning to his existence based on what he is as a person and what he can be in the relationship with another person, the general aim of this study was to investigate, from the scientific literature published in the SciELO and LILACS databases in the last twenty years, how he deals with his feelings during the mourning process in the face of loss of a loved person. The specific objectives were: to identify and analyze the feelings and the meaning of the bereaved's life; to understand the grief over the loss of a loved one; to verify the possibilities of redefining the world after the experience of mourning from the perspective of Humanist-Existential Clinical Psychology. The methodology used involved an integrative literature review, which allows the analysis of several handsome publications for the present study, making it possible to understand a certain phenomenon. Data collect was carried out in the SciELO (Scientific Electronic Library Online) and LILACS (Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences) databases, a search was performed using the descriptors: mourning, loss and loved one. Altogether, ten articles were selected for analysis, which were organized in tables, characterized in tables and graphs and qualitatively analyzed. The results showed that, from a significant loss, the individual becomes destabilized and loses his sense of life, also starting to reflect on his own finitude. It is concluded, therefore, that the feelings experienced by the individual in the grieving process for the loss of a loved one involve feelings of great pain, anger and revolt, and it is necessary to attribute new senses of life and meanings to the broken relationship. Redefining this relationship allows the mourner to find a new way of relating to the absence of the other one and to continue his own life without the physical presence of the loved one.

Keywords: Mourning. Feelings. Resignification.

LISTA DE FIGURAS E GRÁFICOS

Figura 1 – Procedimento de seleção dos artigos.....	30
Gráfico 1 – Levantamento dos artigos por ano de publicação.....	37

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Artigo 01.....	32
Quadro 2 – Artigo 02.....	33
Quadro 3 – Artigo 03.....	33
Quadro 4 – Artigo 04.....	33
Quadro 5 – Artigo 05.....	34
Quadro 6 – Artigo 06.....	34
Quadro 7 – Artigo 07.....	34
Quadro 8 – Artigo 08.....	35
Quadro 9 – Artigo 09.....	35
Quadro 10 – Artigo 10.....	35

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Levantamento das publicações nas bases de dados.....	36
Tabela 2 – Levantamento das publicações por periódicos.....	36

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	13
1.1 Problema.....	14
1.2 Objetivos.....	14
1.2.1 Objetivo Geral.....	14
1.2.2 Objetivos Específicos.....	14
1.3 Justificativa.....	15
1.4 Organização do Trabalho.....	15
2 REVISÃO DE LITERATURA.....	17
2.1 Definição de Morte.....	17
2.2 Breve Descrição a Respeito do Medo da Morte e o Desejo pela Imortalidade....	19
2.3 As Perdas e a Vivência do Luto.....	21
2.4 Luto e Ressignificação da Existência.....	24
3 MÉTODO.....	28
3.1 Tipo de Pesquisa.....	28
3.2 Procedimentos para Coleta de Dados.....	29
3.3 Procedimentos de Análise de Dados.....	31
4 RESULTADOS.....	32
4.1 Aspectos Formais.....	32
4.2 Discussão dos Principais Resultados.....	38
4.2.1 Compreendendo os Sentimentos do Enlutado e o Sentido da Vida Diante da Morte.....	38
4.2.2 Novas Possibilidades do Existir Diante da Ausência do Ente Querido.....	41
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	43
REFERÊNCIAS.....	45

1 INTRODUÇÃO

A morte, de acordo com Ceccon (2017), possui várias definições, algumas delas como sendo: término de algo, término da vida ou finitude. A autora considera ainda que a morte pode ocorrer de diferentes formas, seja por homicídio ou suicídio, doença, acidente, velhice, entre outros. Segundo Freitas *et al.* (2015, *apud* CECCON, 2017), a morte é definida como algo irreparável, irreversível e que nos é imposta. É algo que chegará independentemente da escolha do indivíduo ou de sua vontade e o mesmo não poderá mudar isso.

Morte é descrita como “cessação completa da vida, da existência” (DICIO, 2020), e mesmo sabendo que ela é inevitável, falar sobre é constantemente evitado, pois trata-se de um assunto que causa angústia. “As pessoas evitam falar do tema para não trazerem à consciência as suas impotências, fracassos e a própria finitude” (CECCON, 2017, p. 889).

Assim como a morte, luto também possui várias definições. Freud (1917/2010, *apud* SANTIAGO, 2017), foi o primeiro dentro do campo psicológico a caracterizar o luto e o definiu como um rompimento ou perda significativa entre o ser e seu objeto, não sendo apenas a morte de um ente querido, mas tudo que se estabeleceu em uma relação afetiva, considerou o fenômeno como natural, que faz parte da vida do ser humano.

Segundo Freitas (2013), a vivência da ausência do ente querido provoca no indivíduo um sentimento de mundo vazio e empobrecido. Freud (1917/2010, *apud* SANTIAGO, 2017), aponta que os sintomas do indivíduo seriam os mesmos da melancolia, exceto da autoestima que não se encontraria perturbada. Na melancolia o esvaziamento seria do ego, no processo do luto seria do mundo.

Ainda de acordo com Freud (1917/2010, *apud* SANTIAGO, 2017), diante da perda há duas opções: elaboração da perda por meio de um investimento libidinal em um novo objeto; ou a melancolia.

Freitas (2013), aponta a importância de verificar os avanços que este estudo percorreu e as críticas feitas por psicanalistas a respeito da não elaboração do luto direcionar o indivíduo à melancolia.

Será abordado, no presente trabalho, o significado do luto na perspectiva do indivíduo que o experiencia, bem como a importância de uma relação terapêutica

para favorecer um crescimento no indivíduo, ajudando-o a dar um novo sentido aos seus sentimentos e vivências.

Rogers (1997), afirma que todo indivíduo possui capacidade para enfrentar as situações que lhe causam sofrimento, possui também, uma tendência para se desenvolver rumo ao amadurecimento, visto que o luto pode provocar no indivíduo um sentimento de desorganização e falta de sentido no mundo, conforme explica Ceccon (2017).

As autoras Azevedo; Pereira (2013), referem-se ao luto como uma dor que não é física, mas sim com sentido, com razão de ser e significado para a subjetividade do indivíduo, dor com sentimento de pesar, de aflição e tristeza. Dor essa que não pode ser nomeada é apenas sentida e vivida.

Quando se perde um ente querido as pessoas vivenciam o processo do luto de maneira única e particular, e este, caso não seja bem elaborado, pode trazer grande sofrimento ao enlutado.

1.1 Problema

Como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo Geral

Investigar, a partir da literatura científica publicada nas bases de dados SciELO e LILACS nos últimos 20 anos, como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido.

1.2.2 Objetivos específicos

- Identificar e analisar os sentimentos e o sentido da vida do enlutado;
- Compreender o luto pela perda de um ente querido;
- Verificar as possibilidades de resignificação de mundo após a experiência do luto na perspectiva da Psicologia clínica Humanista-Existencial.

1.3 Justificativa

Ao longo de sua vida o indivíduo passa por diversas perdas, sejam físicas, emocionais e materiais, no entanto, a vivência do luto está mais associada à morte.

O homem está sempre em busca de relações que dê sentido a sua existência, que o faça sentir-se completo e permita que ele se expresse verdadeiramente, e isso só é possível em uma relação de um ser para outro ser, onde ambos atribuem significados em tal relação. Quando se rompe a relação de convívio que se tinha com o outro, desestabiliza a noção de sentido da própria vida do indivíduo, e este passa a vivenciar uma experiência muito dolorosa.

Para Ceccon (2017), apesar do grande sofrimento e das dificuldades, o luto deve ser vivido com intensidade, pois dessa forma, o enlutado poderá expressar seus sentimentos e sua dor, conseguindo elaborar o seu luto. A autora considera ainda que o luto bem elaborado é importante para a sequência da vida desse indivíduo.

Diante disso, faz-se necessário compreender o modo como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido.

1.4 Organização do Trabalho

Este trabalho está organizado da seguinte forma: o primeiro capítulo é composto pela introdução, que apresenta brevemente a definição de morte e luto, bem como o impacto que a experiência da vivência do luto pode causar na vida de um indivíduo e como este deverá reagir no enfrentamento da perda, considerando todas as suas capacidades e potencialidades para que, no contato com o sofrimento, possa ressignificá-lo, direcionando-se assim, para um crescimento. Ainda neste capítulo são apresentados o problema levantado para realização da pesquisa, os objetivos que se pretende alcançar e a justificativa.

O segundo capítulo é composto pela revisão de literatura, na qual apresentará em subseções os temas: Definição de morte; Breve descrição a respeito do medo da

morte e o desejo pela imortalidade; As perdas e a vivência do luto; Luto e ressignificação da existência.

O terceiro capítulo apresenta o tipo da pesquisa a ser realizada, que será, pois, exploratória, bibliográfica e qualitativa, utilizando-se da revisão integrativa como método. Neste capítulo também serão apresentados os procedimentos adotados para a coleta de dados e os procedimentos de análise.

O quarto capítulo está composto pelos resultados da pesquisa e suas discussões sob a luz de diferentes autores, especialmente autores que abordam o tema na perspectiva da psicologia humanista-existencial.

No quinto capítulo são apresentadas as considerações finais do respectivo trabalho.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Definição de Morte

“A morte no passado era vista como processo natural e era encarada, percebida e/ou vivenciada como um episódio comum à vida” (SANTIAGO, 2017, p. 22). Atualmente, o homem passou a ter diferentes atitudes diante da morte e atribuiu um novo sentido para tal, passando a encará-la como uma situação difícil de lidar.

Alguns autores em seus estudos apontam que desde a idade média até a contemporaneidade os indivíduos tiveram diferentes atitudes ao passar pela experiência da morte, sendo denominadas por Ariès (2003, *apud* FREITAS, 2013) como morte domada e morte interdita, algumas atitudes indicam a maneira do indivíduo compreender e vivenciar o luto, conforme explica Freitas (2013). Na experiência da morte domada, a autora ressalta que o indivíduo não encarava a morte com sentimento de desespero, mas a compreendia e estava consciente de sua proximidade, já na morte interdita, a morte teria se transformado em tabu, onde os familiares escondiam do doente seu verdadeiro estado de saúde.

Com os avanços da medicina no século XX testemunhamos a mudança da representação social da morte: já não se morre em casa a seu tempo e com os seus, mas no hospital e em grande parte das vezes, sozinho. Os progressos da ciência permitem prolongar a vida, os pacientes podem ser condenados a meses ou anos de vida vegetativa ligados a tubos e aparelhos, ou seja, fora extirpado do moribundo não só o saber sobre sua própria morte, como também, seu direito a ela (ARIÈS, 2003 *apud* FREITAS, 2013, p. 102).

Em sua obra “Sobre a Morte e o Morrer”, Elisabeth Kübler-Ross (1969), aborda as atitudes diante da morte e o morrer, considera que o homem possui dificuldades de enfrentar a morte, principalmente quando se trata dele mesmo, relata ser “[...] inconcebível para o inconsciente imaginar um fim real para nossa vida na terra” (KÜBLER-ROSS, 1969, p. 10).

Diante da dificuldade do homem em encarar e aceitar a morte, Santiago (2017), afirma que as pessoas consideram mais adequado afastar também as crianças desta realidade, pois assim, estão poupando-a de uma experiência difícil de lidar considerando sua idade. O autor aponta ainda que, escondendo a verdade da criança, “[...] a possibilidade de, na idade adulta, vir a sofrer algum desequilíbrio

emocional é muito alta, quando da perda do cônjuge, filho ou de um ente muito querido” (SANTIAGO, 2017, p. 24).

De acordo com Kübler-Ross (1969), o avanço da ciência e o desenvolvimento do homem facilitaria no modo de lidar com a perda, porém, o sujeito age ao contrário, escondendo sua dor e negando a realidade da morte. Durante seu trabalho, a autora identificou que os pacientes utilizam de alguns mecanismos para lidar com a doença, nos quais passam por cinco estágios e apontou que tais estágios podem ser vivenciados também pelos familiares que estão em processo de elaboração do luto.

Primeiro estágio: Negação e Isolamento, ocorre no momento de recebimento da notícia, no qual o indivíduo passa a não acreditar na informação como forma de defesa, negando a realidade. “O isolamento pode ocorrer como consequência, e é marcado pelos momentos em que a pessoa fica calada, quieta e reflexiva” (SANTOS *et al.*, 2017, p. 12).

Segundo estágio: A Raiva, substitui o sentimento de negação quando este não consegue mais se manter. O indivíduo passa a se revoltar, é tomado pelo sentimento de “inveja e de ressentimento” (KÜBLER-ROSS, 1969, p. 39). Essa raiva pode ser direcionada ao seu ambiente externo e a todos que lhe cercam.

Terceiro estágio: Barganha, momento que o indivíduo tenta fazer algum acordo com Deus ou consigo mesmo, na tentativa de sair da situação que se encontra, faz promessas de que será uma pessoa melhor. “A barganha, na realidade, é uma tentativa de adiamento” (KÜBLER-ROSS, 1969, p. 59).

Quarto estágio: Depressão, fase em que o indivíduo não consegue mais negar sua realidade, é o momento em que a raiva cede lugar para um sentimento de tristeza e perda.

Quinto estágio: Aceitação, tendo passado por todas as fases, é o momento que em não há mais pelo que lutar, o indivíduo passa a aceitar a realidade tal como ela é e “[...] contemplará seu fim próximo com um certo grau de tranquila expectativa” (KÜBLER-ROSS, 1969, p. 76). De acordo com a autora, estas fases podem se alterar e não necessariamente seguirão a ordem certa, podendo ainda, sofrer influência dos aspectos culturais do indivíduo.

Falar sobre a morte implica lidar com sentimentos de tristeza, pela constatação da nossa finitude e do medo do desconhecido [...]. Os medos aqui relatados relacionam-se ao medo da própria extinção e da interrupção

de sonhos para o futuro, podendo gerar na pessoa sentimentos de impotência por não se poder evitar a morte [...] (TADA; KOVÁCS, 2007, p. 125 *apud* CECCON, 2017, p. 887).

Para a autora, ao receber a notícia de morte, o indivíduo passa por um “[...] processo de desorganização e esvaziamento do sentido das coisas” (CECCON, 2017, p. 887).

2.2 Breve Descrição a Respeito do Medo da Morte e o Desejo pela Imortalidade

Em sua obra “Morte e Desenvolvimento Humano” (1992), Maria Júlia Kovács apresenta algumas reflexões a respeito do tema “morte” no decorrer da existência humana. Compreende como sendo um fato marcante para o ser humano, considerando que se trata de um assunto e acontecimento presentes durante toda sua existência, desenvolvendo, dessa forma, o medo diante da morte.

“O medo de morrer é universal e atinge todos os seres humanos, independentemente da idade, sexo, nível sócio-econômico e credo religioso. Apresenta-se com diversas facetas e é composto por várias dimensões” (KOVÁCS, 1992, p. 14).

Segundo Feifel; Nagy (1981 *apud* Kovács, 1992), todo indivíduo possui medo da morte e diante desta experiência pode-se pensar em ansiedade e medo de formas semelhantes. A princípio, ansiedade é sentida diante de alguma causa indefinida e o medo diante de alguma causa mais específica, no entanto, nesse contexto, convém afirmar que o medo da morte causa ansiedade nos indivíduos. Bem como nos apresenta May (1986), em sua teoria a respeito da pessoa existente. “Ansiedade é o estado do ser humano na luta contra o que poderá destruir seu ser” (MAY, 1986, p. 94.)

De acordo com Kovács (1992), o ser humano possui consciência de sua morte e sua finitude e isso é algo que o caracteriza como humano, diferenciando-o assim, dos animais.

“O medo da morte pode estar ligado à morte concreta, à finitude, à extinção e também aos seus equivalentes, como o medo do abandono, da vingança e de outras forças destrutivas” (KOVÁCS, 1992, p. 23).

O homem diante desse medo, “[...] tenta driblar esse saber, essa consciência e age como se fosse imortal” (KOVÁCS, 1992, p. 24) e, segundo a autora, esse é o grande desejo do ser humano, ser imortal.

Negar a própria morte o protege do medo de morrer, mas não elimina o fato, Kovács (1992), afirma que o homem não poderá deixar de encarar a morte no decorrer de toda sua existência.

“O homem é determinado pela consciência objetiva de sua mortalidade e por uma subjetividade que busca a imortalidade. A crença na imortalidade sempre acompanhou o homem” (KOVÁCS, 1992, p. 28).

Diante desse desejo do homem pela imortalidade, encontramos nos estudos realizados por Unamuno, filósofo espanhol existencialista, que o homem deseja um “[...] clamor por vida... querer viver, e, se possível, viver para sempre. Unamuno chama a este sentimento de “fome de imortalidade”, “sede de eternidade” ou, simplesmente, “não querer morrer” (GUTIÉRREZ, s/d; s/p).

Inicialmente, nos estudos de Unamuno, são apresentados sua concepção de homem, considerando-o como sendo o “[...] centro, mas não o homem abstrato, e sim, o homem de carne e osso, um homem que nasce; que sofre e morre. Sobretudo que morre. Que joga; que pensa; que sente e que ama” (SANTOS, 2015, p. 24).

E é entre a vida e o pensamento, entre a existência e a filosofia, no humano que oscila entre a racionalidade e a irracionalidade, que Unamuno localiza a “fome de imortalidade”, a sede de eternidade e o desejo de querer viver sempre. Em outras palavras: a procura pela certeza da imortalidade (GUTIÉRREZ, s/d; s/p).

O desejo de Unamuno de não morrer é acompanhado de uma angústia, assim, a “[...] única e eficaz arma capaz de combater a morte é o amor, pois o amor é a chave para que vivamos bem... quando amamos... tudo que vemos contemplamos beleza” (ARCANJO DOS SANTOS, 2009, p. 62 *apud* SANTOS, 2015, p. 37). E conforme destaca Gutiérrez (s/d), quando amamos outra pessoa queremos nos eternizar nela.

“Por conseguinte, é no amor onde encontramos a esperança, a força e alegria. Pois, por meio do amor é que sabemos que a vida não termina com a morte, mas transcende a própria existência do homem”. (SANTOS, 2015, p. 37).

O processo de amar é doloroso, pois trata-se do desejo de completar o que lhe falta e isso, segundo Santos (2015), leva o homem a uma procura incansável por algo, impedindo-o assim, de evoluir.

O amor, nesse sentido, de acordo com Santos (2015), deve ser um amor verdadeiro, no qual move o indivíduo em direção ao seu crescimento e abertura para reconhecimento de seu Eu, é se entregar ao outro e reconhecê-lo em sua totalidade.

Para que tal evolução ocorra, Santos (2015), afirma que o homem precisa de um encontro íntimo consigo mesmo, precisa despir-se da angústia pregada em seu interior e a partir desse encontro, consegue adotar uma visão mais ampla e racional de suas capacidades, pois se amando, consegue ir de encontro com outro, se eternizando nele e dedicando todo seu amor.

Diante disso, compreende-se, como destaca Kovács (1992), que

O medo da morte tem um lado vital, que nos protege, permite que continuemos nossas obras, nos salva de riscos destrutivos e autodestrutivos. Esse mesmo medo pode ser mortal, na medida em que se torna tão potente e restritivo que, simplesmente, a pessoa deixa de viver para não morrer, mas, se observarmos mais atentamente teremos um morto diante de nós que se esqueceu de morrer (KOVÁCS, 1992, p. 26).

E, portanto, com o pensamento de Unamuno, como descrito por Santos (2015), podemos perceber que o homem se constrói e reconstrói nas relações, tornando-se mais forte e consciente, mais disposto a amar e a se eternizar no amor do outro.

O homem consegue encontrar no amor “[...] um sentimento capaz de ultrapassar as barreiras humanas” (SANTOS, 2015, p. 82) e como completa Kovács (1992), deve enfrentar as questões que lhe assombram e a forma que decidirá tal questão dependerá “[...] em parte de sua história de vida, das características de sua personalidade, mas também de seu esforço pessoal... o homem é responsável pela sua vida e pela sua morte” (KOVÁCS, 1992, p. 26).

2.3 As Perdas e a Vivência do Luto

O luto é a consequência de uma perda, perder um ente querido para a morte impacta na vivência de cada indivíduo que passa a ter que lidar com seu sofrimento e dor irreparáveis. Caracteriza-se o luto como uma “vivência experienciada após uma situação de perda significativa” (FREITAS, 2013, p. 99).

O sentido da perda é um elemento fundamental para a compreensão desta experiência, especialmente quando se trata de um ente querido. O sentido

da relação também. Com a apresentação da ausência do outro no mundo do “eu”, a experiência do luto surge como essa novidade carente de sentido que coloca em jogo as especificidades relacionais, o horizonte histórico e o mundo-da-vida do enlutado. Todas as relações significativas estão sujeitas ao luto. Somos parte uns dos outros e nosso sentido existencial está atrelado ao sentido do que somos a alguém e do que podemos ser na relação com alguém (FREITAS, 2013, p. 99).

Ainda de acordo com Freitas (2013), a forma como as pessoas vivenciam o luto diz muito sobre a qualidade da relação que se tinha com a pessoa que se perdeu.

Para Bromberg (1996, *apud* SANTOS *et al.*, 2017), a existência do luto se dá pela existência de um vínculo que se tenha rompido, geralmente, pela perda de uma pessoa amada.

Considerando o contexto familiar e a morte de um de seus membros, é exigido da família uma “reorganização frente ao novo campo relacional” (FREITAS, 2013, p. 100). Para a autora, cada indivíduo que compõe o grupo familiar desempenha uma função e diante da morte de um de seus membros, Kübler-Ross (1969, p. 104), aponta que “pode haver mudanças sutis ou dramáticas na família e na atmosfera do lar, provocando também reações nas crianças, aumentando assim os encargos e a responsabilidade”.

Mesmo diante do contexto familiar, no qual a perda envolve todos os membros, as autoras Azevedo; Pereira (2013), consideram importante ressaltar que a compreensão e vivência do luto não deve ser considerada patologia, ela ocorre de maneira singular e não devem ser impostas maneiras para o enlutado reagir frente a perda do ente querido.

Ao vivenciar a experiência de luto o indivíduo demonstra algumas reações, que segundo Worden (1998 *apud* AZEVEDO; PEREIRA, 2013), podem ser: afetivas, comportamentais, cognitivas e somáticas.

As afetivas são: as tristezas, depressão, ansiedade, culpa, raiva e hostilidade, falta de prazer, solidão, perda de propósito de vida, desconfiança das pessoas, auto reprovação. As reações comportamentais são: agitação, fadiga, choro constante, afastamento das funções sociais, atitudes em relação ao morto como procura e imitação, aumento do uso dos psicotrópicos. As reações cognitivas são: a lentidão do pensamento e da concentração. E as reações somáticas: são os distúrbios de alimentação e do sono, perda de energia, queixas somáticas similares às do morto e suscetibilidade a doenças (WORDEN, 1998 *apud* AZEVEDO; PEREIRA, 2013, p. 60).

Algumas pessoas podem sofrer complicações ao passar pelo processo de luto, que segundo Parkes (1998 *apud* AZEVEDO; PEREIRA, 2013), ocorrem em três ordens: Luto Crônico, este se caracteriza como tensão, inquietação e insônia, podendo acontecer de o indivíduo identificar-se com a pessoa morta; Luto inibido, ocorre quando não existe reações ao luto ou estas estão diminuídas; Luto adiado, acontece quando as atitudes esperadas frente a perda podem ser observadas posteriormente por eventos que não deveriam emitir certas manifestações.

Bowlby (1985 *apud* AZEVEDO; PEREIRA, 2013), aponta quatro fases do luto: Fase de choque (com duração de horas a semanas, o indivíduo pode manifestar sentimentos de raiva e desespero). Fase de desejo (ocorre a busca da figura perdida e pode durar meses ou anos. Manifestação de raiva quando o indivíduo percebe que perdeu a pessoa querida). Fase de desorganização e desespero (há uma fantasia a respeito de tudo que aconteceu, o indivíduo desacredita dos fatos, mas contraditoriamente acredita que há uma possibilidade de reencontrar a pessoa perdida. Projeta o sentimento de raiva nas pessoas que estão ao seu redor). E, por fim, a fase de alguma organização (momento em que o indivíduo aceita a perda e direciona seu caminho a uma nova fase).

Considera-se importante ressaltar que, para as autoras, a fase de desorganização e desespero é o momento no qual o sofrimento e a dor da perda tomam conta do indivíduo, fazendo este vivenciar uma grande desorganização interna. “Esta desorganização é traduzida pela sensação de que nada mais tem valor, muitas vezes acompanhada de um desejo de morte, pois a vida sem o outro não vale a pena” (AZEVEDO; PEREIRA, 2013, p. 61).

No que se refere ao tempo de duração do processo de luto, este varia segundo a opinião dos autores, pois deve-se compreender o indivíduo em sua totalidade, levando em consideração suas experiências. Kovács (1992), afirma que em determinados casos o indivíduo nunca deixa de vivenciar o luto, porém pode ocorrer com menos frequência.

Pode-se considerar que o indivíduo passou pelo processo do luto a partir do momento em que aceita sua realidade, para isso, faz-se necessário “[...] que haja no indivíduo mecanismos adaptativos com o objetivo de reajustar sua vida depois da perda” (SANTOS *et al.*, 2017, p. 14) e este consiga traçar um rumo a sua vida mesmo com a ausência do ente querido.

2.4 Luto e Ressignificação da Existência

Fazendo referência ao pensamento de Miguel de Unamuno sobre o amor diante de uma relação Eu-Tu é que iremos compreender a dor do luto de quem perde um ente querido e assim, identificar quais caminhos para a ressignificação da existência diante de tal vivência.

Santos (2015), apresenta que, “[...] só nos reconhecemos pessoas na medida mesma em que há uma relação com outra pessoa, uma troca de energia, de prazer, de gostos” (SANTOS, 2015, p. 60). O autor ainda afirma que através do amor é que nos tornamos seres completos e isso só se torna possível quando ocorre uma relação verdadeira, uma relação de amor de um ser para outro ser, ou seja, uma relação Eu-Tu.

O homem é aqui compreendido como um ser sociável, que está sempre em busca de relações, Santos (2015), afirma que mesmo relacionando-se com outras pessoas, ainda prevalece um sentimento de falta, fazendo o homem exigir mais de tal relação, sendo assim, ele tende a buscar um Outro, para que seja possível que ambos eternizem-se em si.

“O que devemos compreender que, é no outro e com o outro que me fortaleço, que construo aquilo que em mim estava em falta” (SANTOS, 2015, p. 63) e o autor completa que “[...] o Outro sem sombra de dúvidas é de extrema importância para nós, pois é no outro e com o outro que nos fazemos pessoas e nos reconhecemos como seres amados, e criados para amar” (SANTOS, 2015, p. 64).

Podemos perceber que o homem, em sua relação, é entrega, partilha, cuidado, felicidade, plenitude e assim, como destaca Santos (2015), conseguimos compreender o sentido do amor em Unamuno, quando diz que o amor é o sentimento mais trágico da vida, pois, como dito anteriormente, exige que o homem sofra para alcançar tal sentimento.

Diante dessa relação construída pelo homem, encontramos um caminho para compreendermos o significado do luto vivenciado pela perda de um ente querido.

O ponto que se deve destacar é que nesse contexto, para a psicologia fenomenológica o importante é observar qual o sentido da relação entre Eu-Tu para então, se compreender a forma como o indivíduo irá passar pelo processo do luto, conforme explica Freitas (2013).

“A primeira condição para a experiência do luto é a ruptura mesma vivida do ser-com, do partilhar uma espacialidade e temporalidade específicas” (FREITAS *et al.*, 2015, p. 17-18 *apud* FREITAS, 2018, p. 51).

A relação eu-tu, como aponta Freitas (2013), se faz reveladora no sentido que é capaz de transcender a forma própria de ser “eu” conforme compartilho das experiências com o “tu”. Tal relação nos permite sermos nós mesmos, nos permite expressarmos nossos sentimentos mais íntimos sem medo e nos fortalece a medida em que a vamos construindo. Quando perdemos a outra parte da relação perdemos nossas possibilidades próprias de ser dentro daquele espaço de relação, bem como um imenso mundo de “[...] significações e vivências” (FREITAS, 2013, p. 103). O luto, portanto, exige de nós uma nova forma de ser-no-mundo.

Quando nos deparamos com a ausência do outro em nosso mundo compreendemos que:

Não é apenas o outro que desaparece com sua história. É uma vida comum que se interrompe, morremos “nós”, em largo sentido – eu e o outro. Com ele desaparecemos nós, nossa história conjunta, um modo específico de se expressar naquela relação, uma possibilidade de abertura de percepção de mundo, possibilidades de vivenciar um papel social, uma emoção, uma tarefa cotidiana. Ele morre em sua corporeidade, eu em minhas possibilidades de ser com ele, o “nós” enquanto temporalidade compartilhada (FREITAS *et al.*, 2015, p. 17-18 *apud* FREITAS, 2018, p. 51-52).

A ausência do outro na vida do enlutado afetará sua existência, mas sabe-se que tal ausência é apenas corpórea, pois o outro ainda se mantém como sentido e como parte da existência do enlutado, se fazendo presente nas recordações, nas experiências e momentos vivenciados, nos objetos e hábitos, como aponta Freitas (2018).

“O que falta ao enlutado, mais do que o “tu”, é um modo usual, habitual de ser “eu”, um modo de ser-no-mundo, uma infinidade de significações próprias e inerentes a um campo relacional” (FREITAS, 2013, p. 103).

O outro “[...] será uma presença-ausente no mundo do enlutado” (FREITAS, 2013, p. 103), quando este, nas tardes após o trabalho, passar um café fresco, e não tiver com quem se sentar à mesa e partilhar dos acontecimentos diários.

O outro constantemente se apresenta ao enlutado em suas lembranças e este tem o sentimento e a experiência traduzida por Merleau-Ponty (1994, *apud*

FREITAS, 2013, p. 103) como sendo “[...] uma dor que não tem nome e que não pode ser descrita objetivamente”.

A experiência da perda suscita algumas constatações para aqueles que ficaram e vivenciam o sofrimento pela perda, de forma peculiar e singular. A dor estampada no rosto e o dilaceramento da alma, expresso nos depoimentos daqueles que nos solicitam ajuda, revelam o que sentem e deixam de sentir com o não-mais-estar-presente do ente querido. A perda de sentido de estar com os outros esvazia o peito e a alma, restando apenas o lamento e a saudade. (AZEVEDO; PEREIRA, 2013, p. 64-65).

As experiências vivenciadas na relação eu-tu continuam se apresentando após a morte do tu, porém, como aponta Freitas (2013), faz-se necessário que essa relação seja vivenciada de forma diferente, atribuindo novos sentidos, é necessário portanto, que sejam ressignificadas.

Sendo o outro co-presença, sua desapareção enquanto mortal produz uma modificação do meu campo existencial, do meu mundo vivido, exigindo-me novas formas de ser-no-mundo. É este o campo no qual experienciamos o luto: um campo de exigência de um novo sentido, de uma nova forma de ser-no-mundo, de ressignificação da relação vivida com o ente perdido. (FREITAS, 2013, p. 103).

Na perspectiva da psicologia Humanista-Existencial, o luto que o indivíduo vivencia não se encerra ou é superado, como afirma Freitas (2013), pois trata-se do rompimento de um vínculo que jamais será possível ser vivenciado novamente, visto que o outro está morto. O que cabe aqui não é uma superação do luto e sim uma ressignificação da relação do enlutado com a pessoa que se perdeu, “[...] podendo mantê-lo como sentido, porém um sentido que se encontra na medida do próprio existir do enlutado” (FREITAS, 2018, p. 54).

Ao indivíduo não será mais possível retornar à vida que se vivia antes do rompimento do vínculo, mas será possível “[...] a *incorporação* deste evento na vida do enlutado, de tal modo que possa seguir a vida adiante com uma conexão contínua, porém nova, com o ente perdido” (FREITAS, 2013, p. 103-104).

O que se apresenta ao indivíduo portanto, não se trata de um esvaziamento do mundo, mas sim de um novo mundo, com uma nova forma de vivenciar a presença do outro na sua existência, exigindo dele novas formas de significar as coisas, como explica Freitas (2013).

O trabalho a ser realizado no contexto da clínica Humanista-Existencial, segundo Freitas (2018), diz respeito a uma abertura de possibilidades de narrativa, direcionando a presença do morto na vida do enlutado para um novo sentido, ou

seja, é facilitar “[...] uma abertura para a possibilidade de ampliarem-se os significados do outro no próprio existir” (FREITAS, 2018, p. 55) .

Nesse cenário, propomos que o espaço clínico seja aquele que permita o ressignificar, o retomar os sentidos e as narrativas diante de um novo mundo-vida que se mostra. E o mais importante – talvez também o mais difícil – seja compreender que a morte nos impõe uma ruptura da narrativa de nossa coexistência, na qual nossas histórias compartilhadas são em geral suspensas no meio de uma frase e, portanto, não é o esquecer, mas o significar e o ressignificar que nos permitem tecer novas possibilidades para o viver desde a ausência tão presente de quem amamos (FREITAS, 2018, p. 55).

Sendo assim, compreendemos que o processo do luto, como aponta Freitas (2013), significa uma nova possibilidade de se relacionar com o que se perdeu, seja do outro ou da própria capacidade de se expressar como ser-no-mundo, podendo fazer do outro presença-ausente que nos acompanhará no decorrer da nossa existência.

3 MÉTODO

3.1 Tipo de Pesquisa

Como apresentadas por Gil (2002), as pesquisas podem ser classificadas em três formas diferentes (exploratórias, descritivas e explicativas), a fim de que se tenha uma aproximação mais efetiva da teoria. Mas, antes que isso ocorra, é necessário definir os critérios que serão utilizados. Na pesquisa, sua classificação ocorre com a definição dos objetivos gerais.

Diante disso, para a realização da presente pesquisa, considerando seu objetivo geral, optou-se pela realização da pesquisa de caráter exploratório, que segundo Gil (2002), favorece o esclarecimento e desenvolvimento de ideias e conceitos.

O delineamento utilizado na pesquisa é o bibliográfico que, de acordo com Gil (2002), desenvolve-se tendo como base materiais que vários autores já desenvolveram a respeito do mesmo assunto e que estão presentes em livros e artigos científicos. “A principal vantagem da pesquisa bibliográfica reside no fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente” (GIL, 2002, p. 45). E ainda, de acordo com o autor, Gil (2002), é importante alertar o pesquisador para a realização de análises cautelosas a respeito dos dados coletados, podendo haver nestes, informações equivocadas que comprometem a qualidade da pesquisa.

O método utilizado para o estudo foi a Revisão Integrativa, pois, “[...] proporciona a síntese do conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática” (SOUZA *et al.*, 2010, p.102).

A expressão “integrativa”, segundo Botelho *et al.* (2011), indica a incorporação de ideias, conceitos e opiniões em um só conjunto. Souza *et al.* (2010), apontam que tal metodologia permite a inclusão de dados da literatura, estudos experimentais e não-experimentais, definição de conceitos, revisão de teorias e evidências de estudos já realizados anteriormente para que se obtenha uma completa compreensão do fenômeno em análise. Tornando possível ao pesquisador, desenvolver novos conhecimentos baseando-se nas sínteses dos diferentes estudos já publicados, como indicam Botelho *et al.* (2011).

Para a elaboração da Revisão Integrativa é necessário seguir algumas fases, sendo estas aplicadas na execução desta pesquisa: 1° - elaboração da pergunta norteadora, 2° - amostragem ou busca na literatura, 3° - coleta de dados, 4° - análise crítica dos estudos incluídos, 5° - discussão dos resultados, 6° - apresentação da revisão integrativa.

3.2 Procedimentos para Coleta de Dados

O estudo foi orientado pela questão norteadora “Como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido?”

Os dados foram coletados entre Junho e Julho de 2020, nos portais eletrônicos SciELO (Scientific Electronic Library Online) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde). Os portais são referências por apresentarem grande quantidade de revistas eletrônicas com informações bibliográficas na área da ciência da saúde e Psicologia. Os descritores utilizados foram: luto, perda, ente querido. Cabe ressaltar que os descritores também foram utilizados de forma combinada.

Como critério de inclusão foram considerados os artigos publicados em português, completos e disponíveis para impressão, publicados nos últimos vinte anos (2000 – 2020), que apresentavam o tema relacionado ao tema do presente estudo, sendo o luto pela morte de um ente querido e a forma como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto, artigos que abordavam o tema sob a perspectiva da Psicologia Humanista-Existencial também foram incluídos. A escolha pelo recorte temporal se deu para que fosse possível obter uma quantidade significativa de estudos.

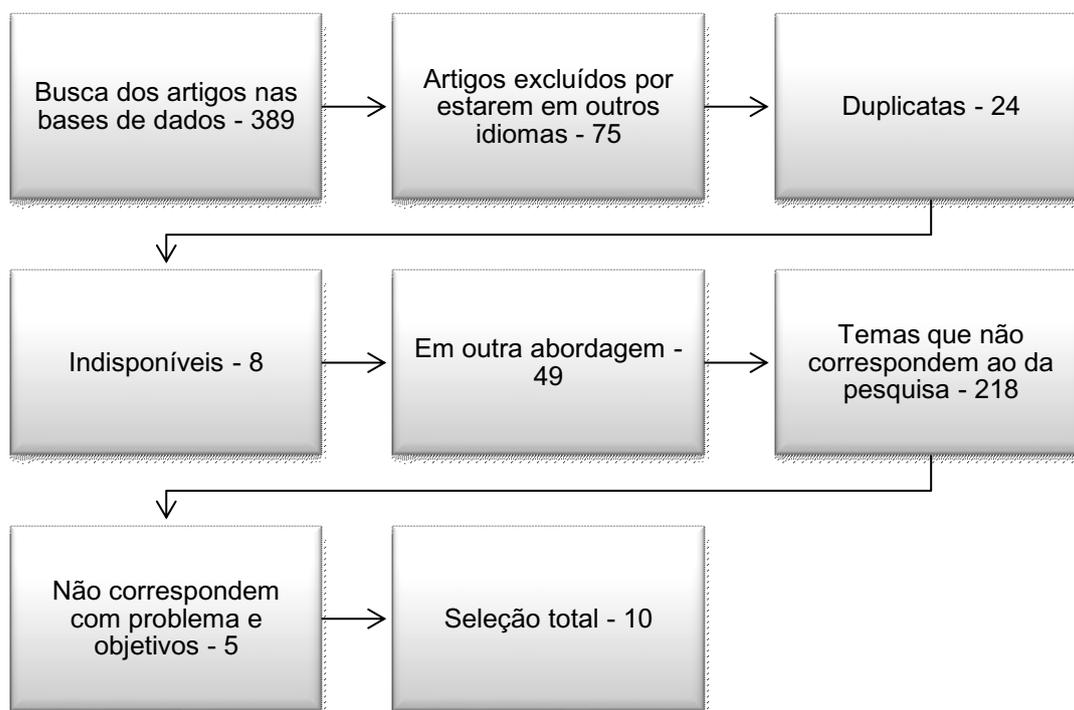
Foram excluídos os artigos duplicados, que estavam fora do período estabelecido e incompletos, em outro idioma, artigos que abordavam o tema sob outras abordagens da psicologia que não a Humanista-Existencial e artigos que não tinham relação com o tema deste estudo.

Encontrou-se inicialmente, 389 artigos nos portais eletrônicos citados anteriormente. Foi realizada a leitura dos títulos, resumos e objetivos dos artigos encontrados a fim de compreender se estes atendiam os critérios de inclusão e

exclusão desta pesquisa. Nos casos em que a leitura do título, resumo e objetivos não foram suficientes para selecioná-los, foi realizada a leitura dos artigos na íntegra. Após aplicados os critérios de inclusão e exclusão, 16 artigos foram selecionados para a leitura na íntegra. Após a leitura, 10 artigos foram selecionados para compor o objeto de estudo, considerando que estes apresentaram temáticas que correspondem ao problema e objetivos desta pesquisa.

A figura 1 apresenta o procedimento de seleção dos artigos. Dos 389 artigos encontrados, 75 foram excluídos por estarem em outro idioma que não o português, 24 foram excluídos por duplicata, 8 por estarem indisponíveis, 49 por abordarem o luto em outras abordagens da psicologia que não a Humanista-Existencial e 218 por não terem a temática principal de acordo com o tema da presente pesquisa. Posteriormente, 5 foram excluídos por não corresponderem ao problema e objetivos do estudo, restando 10 artigos.

Figura 1 – Procedimento de seleção dos artigos



(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

3.3 Procedimentos de Análise de Dados

A análise das informações coletadas na pesquisa foi realizada de forma qualitativa, a qual depende da “[...] natureza dos dados coletados, a extensão da amostra, os instrumentos de pesquisa e os pressupostos teóricos que nortearam a investigação” (GIL, 2002, p. 133). Tal tipo de análise não quantifica os dados obtidos, permitindo, dessa forma, que os fenômenos sejam compreendidos em diferentes categorias, “[...] com vista em obter ideais mais abrangentes e significativos” (GIL, 2002, p. 134).

A partir da busca nas bases de dados procuramos identificar como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido.

Botelho *et al.* (2011) indica que a análise das pesquisas publicadas deve ser realizada de acordo com categorias estabelecidas pelo pesquisador.

A seguir, apresenta-se as etapas definidas para o processo de análise dos artigos selecionados:

1. Organização das informações dos artigos selecionados tendo como critério: título, ano de publicação, resumo, autor (es), revista e base de dados. Tais informações foram organizadas em quadros para uma melhor visualização dos artigos.
2. Caracterização dos artigos de acordo com as bases de dados, periódicos indexados e ano de publicação. Essas caracterizações foram feitas no formato de tabelas e gráficos.
3. Leitura na íntegra dos artigos e avaliação crítica, tendo como caráter qualitativo e organizados em narrativas. Nessa etapa buscou-se verificar como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido.

4 RESULTADOS

Para a execução desta pesquisa foi necessária a busca por estudos já publicados nas bases de dados e a realização de uma análise aprofundada dos conteúdos para que fosse possível a seleção de materiais que se articulassem com o tema da pesquisa e com o objetivo de responder à pergunta norteadora: Como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido?

A ilustração dos resultados ocorreu através dos aspectos formais e da análise dos conteúdos, nos quais foram apresentados, respectivamente, em quadros, caracterizados de acordo com a base de dados, periódicos indexados e ano de publicação. A análise qualitativa dos conteúdos ocorreu de forma com que os artigos fossem apresentados no formato de narrativas e articulados com os conceitos encontrados na pesquisa.

4.1 Aspectos Formais

Os aspectos formais constituem-se das informações relevantes destacadas nos artigos para tornar possível uma profunda análise e, posteriormente, a discussão dos resultados.

Inicialmente, as informações dos artigos foram organizadas em quadros, visando melhor visualização e teve como critério: título, ano de publicação, resumo, autor (es), revista e base de dados.

Quadro 1 – Artigo 01

Artigo 01	
Título	A clínica do luto e seus critérios diagnósticos: possíveis contribuições de Tatossian
Ano de publicação	2019
Resumo	Tendo por fundamento a obra de Arthur Tatossian e uma perspectiva fenomenológica do luto, o objetivo deste estudo é problematizar a clínica do luto em seu entrelaçamento com a compreensão diagnóstica. Apresenta-se a concepção de que o luto é vivido como um fenômeno intersubjetivo e como experiência de perda de um mundo partilhado que se rompe com a morte. Ao se perder um ente querido, perdem-se também uma perspectiva e uma possibilidade existencial, cabendo ao enlutado a ressignificação de seu existir, e não o retorno a uma vida anterior.

Autor (es)	MICHEL, L. H. F.; FREITAS, J. L.
Revista	Psicologia USP
Base de dados	LILACS

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Quadro 2 – Artigo 02

Artigo 02	
Título	Estratégias de enfrentamento no luto
Ano de publicação	2016
Resumo	Nossa sociedade atual tem estabelecido culturalmente mecanismos implícitos de negação da morte, tornando-a um tema interdito. Como consequência, o luto passou a ser um processo mais complexo e que em alguns casos desdobra-se, tornando-se um problema de saúde. Nestes casos o luto ganha o nome de “luto complicado”. Em sua atividade profissional, médicos, enfermeiros, psicólogos e outros trabalhadores da saúde, lidam diretamente com a morte e com pessoas em situação de luto, mas nem sempre se vêm adequadamente preparados para atuarem nesta situação.
Autor (es)	GONÇALVES, P. C.; BITTAR, C. M. L.
Revista	Mudanças - Psicologia da Saúde
Base de dados	LILACS

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Quadro 3 – Artigo 03

Artigo 03	
Título	A Árvore: a difícil elaboração do processo de luto
Ano de publicação	2012
Resumo	Baseado no filme “A Árvore”, trata de um drama sobre perdas, luto e recomeços. É possível identificar como as pessoas lidam com seus sentimentos quando se deparam com a perda de um ente querido, tornando-se necessário o amadurecimento dos membros da família e o direcionamento para um novo modo de enxergar vida.
Autor (es)	ALVES, E. G. R.
Revista	O Mundo da Saúde
Base de dados	LILACS

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Quadro 4 – Artigo 04

Artigo 04	
Título	Perdas e danos: reflexões sobre as emoções estéticas do homem moderno através da fenomenologia, existencialismo e imaginário
Ano de publicação	2008
Resumo	Aborda-se o olhar do autor diante das sensações e percepções de sua esposa, após a mesma ter perdido a avó. Discute-se sobre a memória, sentimentos, imagens e a felicidade que são resgatadas a partir de uma caixa com pertences da avó. Reflete-se sobre a forma como nos identificamos com a matéria e como procuramos diante da perda de um ente querido buscar um sentido para a nossa existência.
Autor (es)	BRUSSIO, J. C.
Revista	Estudos e Pesquisa em Psicologia
Base de dados	LILACS

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Quadro 5 – Artigo 05

Artigo 05	
Título	Facebook: um novo <i>locus</i> para a manifestação de uma perda significativa
Ano de publicação	2014
Resumo	Com a frequência do compartilhamento do luto na internet, os objetivos deste estudo foram explorar a utilização da rede social Facebook pelos enlutados devido à morte de um ente querido, a forma como eles expressam seus sentimentos e analisar o compartilhamento de conteúdos no perfil do falecido. A rede social impulsiona a manifestação de sentimentos retraídos e permitem a interação social de temas considerados difíceis de se lidar.
Autor (es)	BOUSSO, R. S. <i>et al.</i>
Revista	Psicologia USP
Base de dados	LILACS

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Quadro 6 – Artigo 06

Artigo 06	
Título	Procedimentos para lidar com o tabu da morte
Ano de publicação	2013
Resumo	A morte, por mais estudada que seja, continua sendo um mistério. Lidar com ela não é algo nada fácil e por essa razão ela assusta tanto. Todos os medos do ser humano estão, no fundo, relacionados com o da morte. Tudo isso por ela ser um mistério do qual pouco ou nada sabemos, embora seja natural. À vista disso, as religiões dão a este tema o seu principal enfoque. Assim sendo, o presente artigo procura tratar o tabu da morte, refletindo temas relacionados a ele. Temas que estão presentes na vida das pessoas, sobretudo quando passam pela experiência da perda de alguém significativo.
Autor (es)	PEREIRA, J. C.
Revista	Ciência & Saúde Coletiva
Base de dados	LILACS

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Quadro 7 – Artigo 07

Artigo 07	
Título	Luto, <i>pathos</i> e clínica: uma leitura fenomenológica
Ano de publicação	2018
Resumo	A compreensão sobre o luto sofreu profundas modificações em seus aspectos teóricos e práticos. A psicologia fenomenológico-existencial estuda os fenômenos como vivências no mundo, contribuindo com a reflexão sobre o caráter vivencial e pathico do enlutamento. Este estudo objetiva apresentar o luto nessa perspectiva e suas implicações para a clínica psicológica. Quando submetemos o fenômeno do luto à <i>epoché</i> , deparamo-nos com a evidência da intersubjetividade. O luto é uma vivência que tem início na abrupta supressão do outro enquanto corporeidade, rompendo os sentidos habituais do mundo-vida. Diante da suspensão de sentidos, propõe-se que o <i>setting</i> clínico permita o retomar e o ressignificar das narrativas interrompidas, diante de um novo mundo-vida que se abre fora do horizonte das predeterminações teóricas
Autor (es)	FREITAS, J. L.
Revista	Psicologia USP
Base de dados	LILACS

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Quadro 8 – Artigo 08

Artigo 08	
Título	Familiares enlutados: compreensão Fenomenológica Existencial de suas vivências
Ano de publicação	2011
Resumo	Quando se perde um membro da família, os familiares sentem-se desorientados, com uma profunda dor e tristeza. A ausência do ente querido exige da família uma reorganização de seus membros, mas estes também necessitam expressar suas emoções nesse período de luto para que então consigam adquirir um novo horizonte de possibilidades com a ausência do ente querido.
Autor (es)	SANTOS, E. M. S.; SALES, C. A.
Revista	Texto & Contexto Enfermagem
Base de dados	LILACS

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Quadro 9 – Artigo 09

Artigo 09	
Título	Luto e Fenomenologia: uma Proposta Compreensiva
Ano de publicação	2013
Resumo	O luto é compreendido pela literatura psicológica como uma reação frente a perdas significativas. Do ponto de vista existencial pode ser compreendido como uma vivência típica em situações de transformação abrupta nas formas de se dar do ser em uma relação eu-tu. Apresenta-se a compreensão descritiva de tais processos. Ao colocar a singularidade entre parênteses busca-se uma breve descrição do horizonte histórico de apresentação da morte na atualidade e seus modos de aparição. O luto é, deste modo, uma vivência que aparece com uma forte exigência de resignificação do mundo-da-vida, onde o que é perdido pelo enlutado não é apenas um ente querido, mas também formas próprias de ser-no-mundo.
Autor (es)	FREITAS, J. L.
Revista	Revista da Abordagem Gestáltica
Base de dados	LILACS

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Quadro 10 – Artigo10

Artigo 10	
Título	Trabalho em grupo com enlutados
Ano de publicação	2012
Resumo	O luto gerado pela morte de algum membro da família causa profundos impactos na vida de quem vivencia tal situação. O presente estudo buscou trabalhar com um grupo de pessoas enlutadas diferentes temas relacionados à perda, objetivando proporcionar conforto, trocas e uma possibilidade de identificação. O atendimento é considerável viável pois apresenta resultados positivos e permite a criação de novas possibilidades.
Autor (es)	PASCOAL, M.
Revista	Psicologia em Estudo
Base de dados	SciELO

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Como dito anteriormente, a fim de que as informações fiquem mais organizadas, a caracterização dos artigos ocorreu de acordo com as bases de

dados, periódicos indexados e ano de publicação. Essas caracterizações foram feitas no formato de tabelas e gráficos a seguir.

Na tabela 1 são apresentados a quantidade de artigos encontrados nas bases de dados selecionadas. Tal informação é relevante para a organização dos materiais que irão compor este estudo, como sugerem Botelho *et al.* (2011).

Tabela 1 – Levantamento das publicações nas bases de dados

BASE DE DADOS	NÚMERO DE ARTIGOS
LILACS	09
SciELO	1

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Podemos observar que o portal de busca LILACS possui maior número de publicações indexadas, totalizando 09 artigos. Posteriormente, no canal de busca SciELO foi possível encontrar apenas 1 publicação. Totalizaram-se, portanto, 10 publicações.

Cabe ressaltar que foram encontrados materiais duplicados nas duas bases de dados, devendo ser escolhido um artigo de uma das bases para compor a presente pesquisa, a exclusão da duplicata foi realizada considerando a base de dados que apresentava um maior número de artigos indexados, privilegiando, dessa forma, a LILACS.

Pode-se observar nos periódicos em que os artigos foram indexados uma prevalência de publicações na Revista Psicologia USP, sendo três artigos. Os demais periódicos apresentaram apenas uma publicação, como apresentados na tabela 2.

Tabela 2 – Levantamento das publicações por periódicos

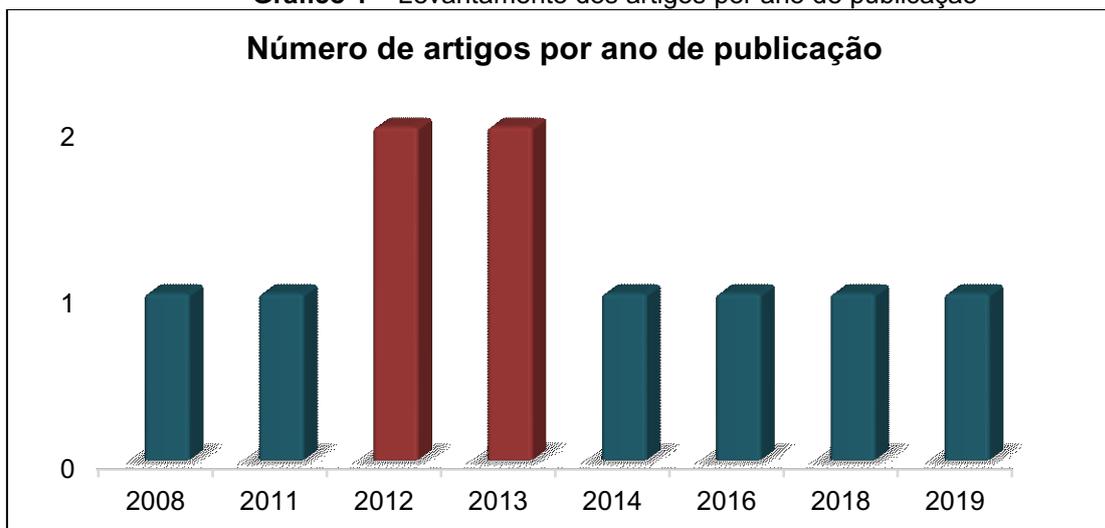
PERIÓDICOS	QUANTIDADE
Psicologia USP	3
Mudanças - Psicologia da Saúde	1
Mundo da Saúde	1
Estudos e Pesquisa em Psicologia	1
Ciência & Saúde Coletiva	1
Texto & Contexto Enfermagem	1

Revista da Abordagem Gestáltica	1
Psicologia em Estudo	1

(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

O gráfico 1 apresenta o levantamento de dados a respeito do ano das publicações encontradas nas bases de dados. Podemos observar que em 2012 e 2013 tiveram maior número de publicações quando comparados aos outros anos, apresentando duas publicações cada. Nos outros anos foram encontradas publicações na proporção de uma em cada ano. Não foram encontradas publicações nos sete primeiros anos que também faziam parte dos critérios de inclusão do estudo (2000 – 2007), posteriormente, o ano de 2009 também não apresentou nenhuma publicação. No período de 2010 a 2020, últimos 10 anos, os anos de 2015, 2017 e 2020 também não apresentaram nenhuma publicação.

Gráfico 1 – Levantamento dos artigos por ano de publicação



(FONTE: DADOS DA PESQUISA, 2020)

Os aspectos formais contribuíram para organização das informações analisadas nos artigos. Identificaram-se assuntos que abordam o conceito do luto e como este é vivenciado pelo indivíduo que perde um ente querido, tornando possível assim, a integração das informações para se identificar os sentimentos dos indivíduos diante de uma perda significativa.

A seguir, apresenta-se uma discussão dos resultados levantados nos artigos de forma que se relacionem com o tema da presente pesquisa.

4.2 Discussão dos Principais Resultados

Na presente seção busca-se compreender a forma como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido. São discutidos os conceitos de luto, sentido da vida e ressignificação. Os resultados obtidos na pesquisa integram com os dados da revisão de literatura, dessa forma, é possível se obter uma compreensão mais ampla e aprofundada sobre o tema e identificar se eles atingem os objetivos desta pesquisa.

4.2.1 Compreendendo os Sentimentos do Enlutado e o Sentido da Vida Diante da Morte

“O luto tem reflexos profundos sobre o sujeito que o vivencia” (GONÇALVES; BITTAR, 2016, p. 40). Os autores indicam que o luto se faz presente quando perdemos algo ou alguém muito amado por nós.

Quando a morte de alguém significativo é imposta ao homem, ele se depara com os mais diversos sentimentos e passa a vivenciá-los de forma intensa, ficando muitas vezes, difícil de expressar.

Foi possível identificar nos artigos selecionados que cada indivíduo vivencia de forma singular sua perda, de acordo com o tipo de relação que se tinha, como proposto por Freitas (2013). Gonçalves; Bittar (2016), completam que dependendo da proximidade que os indivíduos tinham, maior se torna a dificuldade para aceitar o rompimento dessa relação.

A princípio, quando se dão conta da realidade, a reação emocional que se manifesta é um sentimento de raiva muito grande e o enlutado acaba direcionando-a contra pessoas que estão por perto com o intuito de ajudar. Um sentimento de culpa e um desejo de querer recompensar os momentos perdidos também se fazem presentes, como aponta Elisabeth Kübler-Ross (1969), ao identificar a forma como os enlutados lidam com a morte de um ente querido, fazendo referência aos estágios em que as pessoas passam nas situações de perda.

Com isso, Brussio (2008), também coloca que a sensação de perda causa uma dor inconsolável, deixando um grande vazio, fazendo com que o enlutado

queira sempre ter por perto objetos pessoais da pessoa que se perdeu, deparando-se com uma busca constante de sua essência. Segundo Santos (2015), o amor é isso; é o desejo pelo que me falta, pelo que me preenche, pelo que perdi, e completa, o amor é o movimento e a força que me lança em direção ao outro.

Para Alves (2012), o enlutado se desestabiliza e se vê sem condições de dar continuidade a sua vida sem o outro. Ele se afasta de sua subjetividade e não reconhece suas possibilidades de ser diante deste fato que sequer foi cogitado por ele um dia. É esperado então, que ele queira ficar só, não sinta vontade de realizar as atividades rotineiras, perca a vontade de cuidar de si mesmo e muitas vezes caia em choro profundo. Considera-se, portanto, que “[...] a dor traz necessidades que só quem sente ou já sentiu conhece; não cabem julgamentos” (ALVES, 2012, p. 130). Kübler-Ross (1969), irá dizer que tais comportamentos são a única forma da pessoa aceitar a perda e, se forcarmos apresentar a realidade tal como ela se apresenta, causaríamos um sofrimento maior do que o enlutado já está vivenciando.

Sensações de falta de sentido no mundo, intenso sofrimento psíquico, dores físicas e emocionais, são alguns sentimentos apontados por Freitas (2018), e com a morte de um ente querido, perde-se também toda história em comum, para a autora, tal fato direciona o indivíduo para uma angústia e um enfraquecimento muito grande, sendo necessário, portanto, uma reorganização tanto dos seus valores e importância da vida, quanto das relações que se tem.

Nesse sentido, Santos; Sales (2011), também concordam que o indivíduo começa a refletir sobre a morte, sua existência e finitude, repensa suas crenças e comportamentos, passa a valorizar e modificar cada momento de experiências, pois compreende que seu tempo é limitado e deve ser aproveitado. Podemos compreender que a imensidão da vida faz o homem sentir-se pequeno e frágil, fazendo-o, assim, se assumir como ser finito e responsável pela própria existência, como havia colocado Kovács (1992).

“O luto [...] não é somente uma experiência dura e profunda de perda, mas também a evocação de nossa condição mortal, assim como da inevitabilidade e irreversibilidade da morte” (FREITAS, 2018, p. 98).

Michel; Freitas (2019), ressaltam que a vida com a ausência do outro afeta o indivíduo de uma forma que ele passa a sentir que está faltando parte de si mesmo, Kovács (1992) explica que este sentimento de que uma parte nossa também morreu

ocorre devido ao rompimento de uma parte que era interligada ao outro pelos vínculos que foram estabelecidos.

Com isso, é possível compreendermos o que foi proposto por Pereira (2013) e Santos; Sales (2011), onde os autores apontam que, dos medos que o homem possui na vida, todos acabam tendo relação com a morte e ainda, torna-se impossível imaginar a experiência da morte para si próprio, bem como para quem é importante para nós, deixando o homem com um sentimento de agonia muito grande. Sendo assim, se faz relevante o que sugere Kübler-Ross (1969), ao dizer que todos deveriam ter o costume de pensar na morte e no morrer antes que precisemos lidar com eles no decorrer de nossa vida.

O homem, no processo de luto, em muitos momentos poderá sentir-se sozinho e não conseguir encontrar alguém com quem possa dividir suas experiências e angústias, como indica Pascoal (2012). O vazio que ele considera em sua vida é o mesmo de quando vê a casa vazia, sem ninguém esperando na sacada. Porém, nessa mesma casa ainda há muitas lembranças e elas trazem consigo o cheiro do perfume, quando o vento toca o rosto, e uma luz no semblante, quando se recorda do sorriso largo que a pessoa amada tinha.

Freitas (2013), apresenta a importância do enlutado em viver a dor da morte e considera necessário que seja permitido a ele expressar seus sentimentos e sofrimentos de acordo com as suas possibilidades existenciais, passando pelo processo de reconhecimento e aceitação da realidade, para então ressignificar os sentimentos ocasionados pela perda. Para Santos (2015), diante da falta, o homem se vê obrigado a buscar novas experiências.

“Encontrar um sentido para essa busca de essência diante da perda talvez seja um dos maiores dilemas emocionais que o homem enfrenta ao longo de sua existência” (BRUSSIO, 2008, p. 444).

No decorrer de sua existência, aos poucos, o homem vai buscando maneiras de se reestruturar e passa a atribuir novos significados a sua vida, conseguindo dessa forma, conviver com a sua perda.

4.2.2 Novas Possibilidades do Existir Diante da Ausência do Ente Querido

“O que posso ser como existência sem esse outro que ainda é presença para mim, para o que sou?” (FREITAS, 2018, p. 54).

A vida passa a ter um ritmo diferente com a falta do outro e cada um, a sua maneira e no seu tempo, irá buscar um sentido para ela.

Santos; Sales (2011), destacam a importância de permitir que o enlutado vivencie o processo do luto de acordo com suas necessidades e apontam que, os que estão a sua volta, não devem acelerar esse processo, pelo contrário, devem demonstrar apoio e fortalecer quem está passando pelo momento de perda. Expressar os sentimentos nesse momento de perda é de fundamental importância para desenvolver o processo de luto, como havia indicado Kovács (1992).

Pascoal (2012), sugere alguns fatores externos que podem auxiliar na elaboração do luto pela perda de um ente querido, sendo, o suporte oferecido por amigos e familiares, as vivências pelas quais o enlutado já passou e a forma como ele lida com as situações diversas da vida. “[...] Devemos reforçar a importância do cuidado oferecido ser atento, não crítico e sensível ao enlutado, promovendo empatia e continência” (BOUSSO *et al.*, 2014, p. 176).

Sendo assim, Kübler-Ross (1969), propõe que conversar com o enlutado, proporcionando a ele um momento de recordações das situações vividas com o ente que morreu, poderá prepará-lo, aos poucos, para uma aceitação e superação da dor.

Dessa forma, é possível compreender que, quando o indivíduo encontra um espaço para compartilhar seus sentimentos, encontra também uma forma de lidar com suas angústias e dor. Santos (2015), considera que o homem busca constantemente algo que dê sentido a sua existência, para assim sentir-se completo novamente.

O processo de luto exige uma modificação na forma de se colocar diante da realidade, pois, o enlutado precisa compreender que não é mais possível continuar com a vida partilhada que existia antes da perda. Para Alves (2012), esse momento é de grande aprendizagem, pois é necessário aprender novos modos de viver sem a pessoa que se perdeu, o que foi possível identificar também nos estudos de Kovács

(1992), onde a autora destaca que todas perdas e erros, acertos e ganhos constroem e fortalecem o homem.

O que a Psicologia clínica Humanista-Existencial propõe é auxiliar no reconhecimento dessa nova realidade, considerando a capacidade do enlutado de se reorganizar, fazendo-o reconhecer suas possibilidades para dar continuidade a sua vida sem o ente querido.

Michel; Freitas (2019), consideram que se deve potencializar o enlutado no trabalho de busca pela sua autonomia, direcionando-o a uma abertura a novas formas de ser. Assim, se faz relevante o que pontua Kovács (1992), quando considera que somente o indivíduo consegue dar sustentação a sua falta de sentido no mundo e, a partir do momento em que isso não é mais possível, cabe a ele mesmo atribuir um novo sentido a sua existência, ou seja, ser o autor da própria vida.

Feijoo e Protasio (2010 *apud* Freitas, 2018), referem-se ao espaço terapêutico como um local no qual permitirá que o indivíduo veja e julgue a si mesmo. Santos; Sales (2011), completam que, assim o enlutado passa a encontrar um sentido em seu existir e um horizonte de possibilidades de estar no mundo com a ausência do ente querido.

Compreende-se que esse momento pelo qual todos nós seres humanos estamos sujeitos a enfrentar no decorrer de nossa existência é passível de ressignificação, como propõe Pereira (2013). O que caberá a cada um, como apresenta Freitas (2013), será a ressignificação da relação, ou seja, será manter o outro vivo como sentido em nossa existência.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O homem é compreendido aqui como um ser que busca constantemente estar em uma relação e construir um vínculo com quem está a sua volta. Ao longo de sua vida, à medida em que ele se relaciona com o outro, constrói-se também maneiras singulares de ser dentro desse espaço de relação. Essa partilha permite que o homem se fortaleça e a relação construída passa a ser a base de sua existência.

O desenvolvimento do presente estudo possibilitou identificar como o indivíduo lida com seus sentimentos no decorrer do processo de luto diante da perda de um ente querido, considerando que assim, as possibilidades próprias de ser também se perdem.

O luto como condição humana é a experiência que mais marca e mais amedronta, fazendo o homem manifestar sentimentos de desorganização e falta de sentido no mundo. Pensar na morte do outro traz à consciência nossas impotências e nos faz pensar sobre como estamos vivendo nossa vida que um dia também terminará.

A busca pela compreensão dos sentimentos vivenciados diante da perda trouxe a contribuição de Miguel de Unamuno sobre a existência humana e sua procura pela imortalidade. Sua obra se baseia na ideia de que todo ser humano tem o desejo de ser eterno e, quando ele se dá conta de que isso não é possível, origina-se o sentimento trágico da vida, que será a luta do homem com Deus e consigo mesmo em relação a própria finitude. Para combater a morte o indivíduo precisa de uma relação verdadeira, onde há uma troca e o outro também possa se doar, proporcionando assim, um autoconhecimento em ambos. Nesse sentido, compreendemos que o amor é a chave para a eternidade, pois esse amor irá transcender a existência do homem.

A experiência do luto passará a exigir, portanto, uma nova forma de ser-no-mundo, considerando que o outro se fará presente apenas nas recordações dos bons momentos partilhados e na saudade. Uma abertura para novas formas de vivenciar a presença do outro, atribuindo novos sentidos e significados faz-se necessário. Ressignificar essa relação permite que o enlutado encontre uma nova

forma de se relacionar com a ausência do outro e dar continuidade a própria vida sem a presença física do ente querido.

Por fim, é relevante ampliar as pesquisas relacionadas a este tema, principalmente dentro da abordagem Humanista-Existencial, considerando que sua prática clínica possibilita que o indivíduo compreenda sua existência e resgate as possibilidades próprias de ser-no-mundo.

REFERÊNCIAS

ALVES, E. G. R. A Árvore: a difícil elaboração do processo de luto. **O Mundo da Saúde**. São Paulo, n. 36, p. 127-132, 2012. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/artigos/mundo_saude/arvore_dificil_elaboracao_proceso_luto.pdf. Acesso em 20 de Junho de 2020.

AZEVEDO, A. K. S.; PEREIRA, M. A. O luto na clínica psicológica: um olhar fenomenológico. **Clínica & Cultura**. v.II, n.II, p. 54-67, jul-dez, 2013. Disponível em: <https://seer.ufs.br/index.php/clinicaecultura/article/view/1546>. Acesso em 02 de Março de 2020.

BOTELHO, L. L. R. *et al.* O método da Revisão Integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e sociedade**, Belo Horizonte, v. 5, n. 11. p. 121-136, maio-agosto, 2011. Disponível em: <https://www.gestoesociedade.org/gestoesociedade/article/view/1220>. Acesso em 20 de Maio de 2020.

BOUSSO, R. S. *et al.* Facebook: um novo *locus* para a manifestação de uma perda significativa. **Psicologia USP**. São Paulo, n. 2, v. 25, p. 172-179, 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642014000200172. Acesso em 02 de Julho de 2020.

BRUSSIO, J. C. Perdas e danos: reflexões sobre as emoções estéticas do homem moderno através da fenomenologia, existencialismo e imaginário. **Estudos e Pesquisa em Psicologia**. Rio de Janeiro, n. 2, p. 436-446, 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812008000200020. Acesso em 02 de Julho de 2020.

CECCON, N. J. A morte e o luto na perspectiva da Psicologia Humanista. **Anais do EVINCI** – UniBrasil. Curitiba, v.3, n.2, p. 883-889, out. 2017. Disponível em: <https://portaldeperiodicos.unibrasil.com.br/index.php/anaisvinci/article/view/3181/3048>. Acesso em 20 de Maio de 2020.

DICIO – Dicionário on-line de português. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/morte/>. Acesso em 05 de Abril de 2020.

FREITAS, J. L. Luto e fenomenologia: uma proposta compreensiva. **Revista da Abordagem Gestáltica** - Phenomenological Studies. n. XIX, p. 97-105, jan-jul, 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672013000100013. Acesso em 05 de Abril de 2020.

FREITAS, J. L. Luto, *pathos* e clínica: uma leitura fenomenológica. **Psicologia USP**. v. 29, n. 1, p. 50-57, 2018. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-65642018000100050&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em 05 de Abril de 2020.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GONÇALVES, P. C.; BITTAR, C. M. L. Estratégias de enfrentamento no luto. **Mudanças - Psicologia da Saúde**. n. 24, p. 39-44, 2016. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-835048>. Acesso em 20 de Junho de 2020.

GUTIÉRREZ, J. L. A filosofia de Unamuno como reação ao mistério da realidade e da vida humana e seu destino. **Revista Pandora Brasil**. (s/d; s/p). Disponível em: http://revistapandorabrasil.com/revista_pandora/unamuno/jorge.htm. Acesso em 16 de Abril de 2020.

KOVÁCS, Maria Júlia. **Morte e Desenvolvimento Humano**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth. **Sobre a Morte e o Morrer**. Título original: *On Death and Dying*. Tradução de Paulo Menezes. Editora Martins Fontes, 1969.

MAY, Rollo. Fundamentos Existenciais da Psicoterapia. *In*: MAY, Rollo. **Psicologia Existencial**. 4. ed. Rio de Janeiro: Globo, 1986. cap. IV, p. 83-96.

MICHEL, L. H. F.; FREITAS, J. L. A clínica do luto e seus critérios diagnósticos: possíveis contribuições de Tatossian. **Psicologia USP**. v. 30, p. 1-9, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642019000100217. Acesso em 20 de Junho de 2020.

PASCOAL, M. Trabalho em grupo com enlutados. **Psicologia em Estudo**. Maringá, n. 4, v. 17, p. 725-729, 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722012000400019&lang=pt. Acesso em 09 de Julho de 2020.

PEREIRA, J. C. Procedimentos para lidar com o tabu da morte. **Ciência & Saúde Coletiva**. n. 18, p. 2699-2709, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2013.v18n9/2699-2709/>. Acesso em 09 de Julho de 2020.

ROGERS, Carl. Algumas hipóteses com relação à facilitação do crescimento pessoal. *In*: ROGERS, Carl. **Tornar-se pessoa**. 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1997. cap. 2, p. 35-44.

SANTIAGO, M. B. **Abordagem centrada na pessoa ante o luto**. 2017. 37f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Psicologia) - Universidade Federal Fluminense, Volta Redonda, 2017. Disponível em: <https://app.uff.br/riuff/handle/1/6230>. Acesso em 04 de Março de 2020.

SANTOS, E. M. S.; SALES, C. A. Familiares enlutados: compreensão Fenomenológica Existencial de suas vivências. **Texto & Contexto Enfermagem**. Florianópolis, n. 20, p. 214-222, 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072011000500027. Acesso em 09 de Julho de 2020.

SANTOS, G. R. **O conceito de amor no capítulo VII do Sentimento Trágico da Vida de Miguel de Unamuno**. 2015. 86f. Monografia (Licenciatura Plena em Filosofia) - Faculdade de São Bento, São Paulo, 2015. Disponível em: http://faculdadedesabento.com.br/files/pesquisas_59173719-03411140-0846-142018.pdf. Acesso em 03 de Maio de 2020.

SANTOS, R. C. S; *et al.* Aspectos teóricos sobre o processo de luto e a vivência do luto antecipatório. **Psicologia.pt** - O portal dos psicólogos, s/p, 2017. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1161.pdf>. Acesso em 20 de Abril de 2020.

SOUZA, M. T; *et al.* Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**. São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, jan/mar, 2010. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1679-45082010000100102&script=sci_arttext&tlnq=pt. Acesso em 06 de Maio de 2020.