



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 10, Issue, 09, pp. 40378-40381, September, 2020

<https://doi.org/10.37118/ijdr.19862.09.2020>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

A RESSIGNIFICAÇÃO DO LUTO POR SUICÍDIO, COMO FICA OS QUE FICAM

¹Regina Lucia dos Reis e Silva, ²Dorinaldo de Freitas Cintra Júnior, ³Pedro Wilson Ramos da Conceição, ⁴Sabrina Amorim Paulo, ⁴Elizabeth da Silva Lima, ⁴Nayara Maria Ferreira da Silva, ⁴Raquel Gonçalves da Silva Filgueira Rocha, ⁴Gleice Kelly Pereira da Silva, ⁴Roneuda do Livramento Carvalho de Sousa, ⁴Edilene Pereira da Silva, ⁴Matheus Ferraz Guimarães de Araújo, ⁴Eulália Divina Rodrigues Ramos Silva and ⁴Silvina Rodrigues de Oliveira

¹Graduanda em Psicologia-Uninassau, Graduada em Pedagogia - UESPI, Especialista em Psicopedagogia- UVA Especialista em PROEJA- IFPI, Especialista em Suicidologia- Faculdade Três Rios Piauí; ²Doutorando em Ciências da Saúde pela FMABC, Docente do Centro universitário Uninassau/Redenção. Teresina, Piauí, Brasil; ³Psicólogo e Mestre em Políticas Públicas pela Universidade Federal do Piauí. Docente do Centro universitário Uninassau/Redenção. Teresina, Piauí, Brasil; ⁴Graduanda (o) em Psicologia – Uninassau. Teresina, Piauí, Brasil

ARTICLE INFO

Article History:

Received 22nd June 2020

Received in revised form

14th July 2020

Accepted 03rd August 2020

Published online 30th September 2020

Key Words:

Grupo “Vida que Segue”,
Resignificação do Luto,
Suicídio.

*Corresponding author:

Regina Lucia dos Reis e Silva

ABSTRACT

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência que tem como objetivo relatar a experiência da vivência de participação no grupo de mães e pais enlutados por suicídio com ênfase na resignificação do processo de luto. O grupo “Vida que Segue” composto por pais enlutados, que perderam seus filhos para o suicídio. Adolescentes, jovens e adultos jovens com faixa etária de 14 à 24 anos de idade. O grupo de pais realiza ações de posvenção e consequentemente de prevenção do suicídio na cidade de Teresina-PI. Deste modo, o grupo acredita que através da troca de experiências compartilhada nos encontro mensais, este grupo de pais se fortaleça, e amparados no apoio mutuo ajuda outras pessoas a vivenciarem a experiência de resignificação do processo de luto de forma acolhedora.

Copyright © 2020, Regina Lucia dos Reis e Silva et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Regina Lucia dos Reis e Silva, Dorinaldo de Freitas Cintra Júnior, Pedro Wilson Ramos da conceição, Sabrina Amorim Paulo et al. 2020. “A resignificação do luto por suicídio, como fica os que ficam”, *International Journal of Development Research*, 10, (09), 40378-40381.

INTRODUCTION

O luto é um processo que, naturalmente, todos, sem exceção de alguma forma viveu, vive ou viverá, seja pela perda de algo muito significativo na sua vida ou pela perda de um ente querido, como a perda de um filho. O luto é um dolorido processo de elaboração da perda, segundo Parkes (2018, p.170 apud FUKUMITSU) compõe a pior experiência do ser humano durante toda a sua existência. Sempre que houver perdas ou rompimentos significativos, haverá luto. A literatura aponta que o luto é uma reação ao rompimento irreversível de um vínculo significativo (Brice, 1991; Freitas, 2013; Kovács, 1992; Parkes, 1998). A vivência do luto está vinculada à qualidade da relação afetiva que havia com a pessoa que partiu e às circunstâncias que o levaram a morte.

Para Kovács (1992), o processo de luto é muito lento para algumas pessoas, e só será considerado finalizado quando existir “a presença da pessoa perdida internamente em paz, e há espaço disponível para outras relações” (p. 50). Isto, para uma mãe que perdeu seu filho recentemente, certamente é de difícil compreensão, mas para uma mãe que já tem mais de doze anos de vivência do luto, esta afirma ser possível sim, estar disponível para outras relações sem perder a lembrança do que partiu. O luto por suicídio traz consigo muitas especificidades da fragilidade humana, é um luto complexo e desafiador para todos os que estabelecem vínculo com a pessoa que partiu. A morte por suicídio deixa no familiar enlutado sentimento de revolta, vergonha, culpa e traumas que se arrastam por longos anos ou por toda uma vida e exige do enlutado novas formas de ser no mundo. A família,

caracterizada por um lugar de proteção e aconchego, quando ocorre a perda de um dos membros, ela se desestrutura de tal modo que, todos precisam se unir para superar a perda. Em casos de suicídio, a família sente muito mais dificuldade, o impacto da perda é tão grande que alguns membros sentem-se penalizados, e com isso, precisam se reconstruir em um momento de luto, são considerados por alguns pesquisadores como os “sobreviventes enlutados”. Entre estes sobreviventes, há os que não conseguem se reconstruir sem ajuda profissional, apresentam um luto complicado, não conseguem atribuir sentido à sua vida depois da perda inesperada, como no caso de algumas mães e alguns pais. Vivenciar o luto de um filho é tão impactante que faltam até palavras para descrever, não há dor maior para uma mãe que a de vivenciar o luto da perda de um filho por suicídio. Uma dor que dilacera o coração, que faz desencadear uma confusão de sentimentos e pensamentos. Só quem sente, é capaz de entender tamanho desafio, nenhuma mãe imagina ter que enterrar um filho.

O fato é que, nem sempre é possível avaliar a motivação do ato, uma vez que, a pessoa levou consigo as respostas para as muitas perguntas que ficaram, e as interrogações permanecem encravadas na alma, os resquícios deixados pelo (a) filho (a) nunca são suficientes para compreender o motivo, não se encontra resposta para os porquês, o que torna o processo de luto ainda mais difícil. A cultura também traz forte influência no comportamento de pesar quando a morte é por suicídio. Segundo Doca e Martin, (2018, p.209 apud FUKUMITSU) a cultura afeta muito mais do que nossa forma de expressar pesar, afeta os estilos de apego, que definirão nossa percepção a respeito da vida e sobre a perda, influenciando nossos recursos de enfrentamento e a intensidade de nossas reações.

O estigma sofrido pela família por conta da sociedade provoca diversas reações emocionais e comportamentais, uma vez que a sociedade se opõe ao luto, a desinformação diante deste fenômeno, faz com que toda a família se torne omissa, o que os torna mais propensos a desenvolverem distúrbios emocionais. É preciso vivenciar o luto como ele tem que ser, com todos os seus processos, não necessariamente no tempo que as pessoas esperam, mas no tempo de cada um. A psiquiatra Elisabeth Kubler-Ross (1969) descreve o luto em 5 fases: 1- Negação: Etapa onde a pessoa nega todo o problema, para não entrar em contato de nenhuma forma com a realidade. Nessa fase é comum a pessoa se recusar a falar do assunto; 2- Raiva: O indivíduo se revolta com tudo a sua volta, se sente injustiçado e não se dispõe de nenhuma maneira a tentar compreender o que está passando; 3- Barganha: Nessa fase negocia consigo mesmo sobre seu comportamento e conduta. Faz promessas a Deus e promete a todos que a partir daquela situação irá mudar, se tornando uma pessoa melhor e mais cuidadosa; 4- Depressão: É notado um isolamento, se recusa a se expressar de maneira aberta, torna-se uma pessoa melancólica e impotente; 5- Aceitação: É a fase onde já não se tem mais o mesmo desespero e a pessoa consegue enxergar toda a realidade, ficando pronto para enfrentar a morte que chega das formas mais diversas e inesperadas possíveis. Conforme o texto de Fernanda Guimarães, do Instituto Paulista de Psicanálise, é fundamental que esse processo de enlutamento seja vivenciado até que ele seja elaborado, para que a dor da perda não fique reprimida. Tal processo se dá de forma lenta e gradual, com duração distinta para cada pessoa.

A aceitação da perda de um filho é um longo processo de elaboração, aos poucos, e com o passar do tempo, aprende-se a conviver com a ausência do filho(a) em casa, no entanto, em nenhuma circunstância uma mãe esquece do seu filho. Com o

passar do tempo vai diminuindo o sofrimento psíquico e emocional, é quando se passa a restaurar os laços sociais antes distantes, recuperar vínculos antigos e estabelecer novas relações e aos poucos retornar as atividades cotidianas sem muitas cobranças.

A psicóloga Patrícia Moreira, faz uma simbologia da transição de lagarta para borboleta, como símbolo de autodescobrimento, autotransformação, resiliência e transcendência que faz o ser conectar-se a seu sagrado: A lagarta vira pupa, morre a lagarta e nasce a borboleta. “Será que a lagarta nasce sabendo que se tornará borboleta?” “O que chamamos de morte para a lagarta é visto para a borboleta como nascimento”; “Justamente quando a lagarta achava que o mundo tinha acabado, virou borboleta” “Lagarta que não sai do casulo não vira borboleta”; “Se você não se transformar nunca voará”, “A vida é cheia de metamorfoses” (MOREIRA, 2018 p.252). Nesse contexto, compreender o luto como um processo de autotransformação a ser elaborado, requer sair do casulo e se refazer, e nesse sentido o processo de vivência do luto pode ser mais leve, mais libertador, quando partilhado com pessoas que entendem a dor, a revolta, e todos os outros sentimentos que inevitavelmente vão surgindo. Falar sobre o luto por suicídio é ação preventiva, e ainda tem muito a se caminhar nessa direção.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, elaborado no contexto da conclusão do curso de pós-graduação em Suicidologia pela Faculdade Entre Rios do Piauí. Tem como finalidade, relatar a experiência da vivência como observador participante integral no grupo Vida que Segue, formado especificamente por mães e pais enlutados por suicídio da cidade de Teresina Piauí. A metodologia utilizada proporciona ao observador, apreender, compreender e intervir nos diversos contextos em que o grupo se manifesta, oportuniza uma aproximação e trabalho ao nível das representações sociais, além de propiciar um olhar diferenciado às novas necessidades dos indivíduos que ali desenvolvem as suas atividades (Martins, 1996). “Vida que Segue” é o nome do grupo de apoio emocional aos pais enlutados por suicídio na cidade de Teresina-Piauí. É formado por 32 integrantes, destes, 14 se encontram mensalmente, por um período de até duas horas, para compartilharem a vivência de seus sentimentos, dificuldades e avanços no seu processo de luto. Percebe-se que a participação de mães é em maior número que os pais, os homens apresentam maior dificuldade de falar sobre seus sentimentos. Os demais integrantes do grupo, por motivos diversos, compartilham seus sentimentos através do grupo de WhatsApp, onde todos se apoiam mutuamente. Vale ressaltar que atualmente o grupo de WhatsApp oportuniza que mães de outros estados participem ativamente, por saberem que todos os participantes entendem e acolhem a sua dor, sem críticas ou julgamentos.

DESENVOLVIMENTO

O contato com o grupo Vida que Segue, se deu pela participação como entrevistada, em uma pesquisa realizada por uma estudante do curso de Psicologia da Universidade Estadual do Piauí, em que entrevistou mães enlutadas por suicídio. Em seguida, houve a solicitação da estudante para manter contato com uma das mães que havia entrevistado, a qual relatou sentir dificuldade no processo de luto da filha, que gostaria de conversar com alguma mãe com mais tempo de

vivência no luto e sentia a necessidade de saber como conseguir elaborar o seu luto. Assim, pouco tempo depois, surgiu o convite para participar do grupo de apoio aos pais que perderam seus filhos por suicídio, a partir de então se uniu às outras mães com o intuito de conhecer, contribuir e aprender com o grupo. A criação do grupo foi proposta de uma mãe que havia perdido sua filha há pouco tempo, e sentia a necessidade de se conectar a outras mães. Assim, em setembro de 2017 foi realizado o primeiro encontro e desde então os membros se reúnem mensalmente. Em cada encontro há o momento da acolhida que geralmente inicia com uma prece pessoal, depois é o momento em que cada enlutado (a) partilha sua experiência de vivência do luto, momento em que é da pessoa que tem o desejo de falar sem limite de tempo, não há intervenções nem aconselhamentos, apenas troca de experiências.

A participação no grupo permite conhecer e compreender o processo de ressignificação do luto por suicídio, através do compartilhamento de suas vivências, dos seus sentimentos sentidos e vividos. Observa-se também que no grupo os pais enlutados admitem ter maior dificuldade de falar dos seus sentimentos, e que sofrem muito por apresentarem essa dificuldade, como na fala de um pai que diz: “por vezes me pego chorando na hora do banho e me faço de forte para não preocupar ninguém”. Na fala deste pai, percebe-se a intensidade de sua dor e ainda o cuidado que ele tem para não demonstrar o seu sofrimento aos demais familiares. Percebe-se que, por se tratar de um grupo onde só participam pessoas que compartilham dos mesmos sentimentos, compreendendo e entendendo a sua dor, o pai sentiu-se à vontade para falar do seu sentimento. O momento da partilha é o momento de maior manifestação dos sentimentos, onde é possível perceber a importância do grupo de apoio para os pais que, no âmago da sua dor vivenciam o processo de luto de seus filhos. O grupo de apoio é o lugar onde todos se sentem livres para falar da sua história, da vivência com seu, sua filho(a), das lembranças boas, como também de suas dores na alma, das angústias, de seus medos, incertezas, indignações. O sentimento que é comum na grande maioria é o de culpa, o que poderia ter sido feito, o que não deveria ter feito ou dito, toma conta dos pensamentos. A perda de um filho por suicídio faz com que o enlutado, principalmente a mãe ou pai, comece a pensar em tudo o que poderia ter sido diferente. No entanto, sabe-se que nenhuma relação é perfeita, e que as falhas cometidas não significam que tenham sido falta de amor. Amar exige disciplina, regras e saber dizer não, a mãe ou o pai enlutado, seguramente fez o que foi possível fazer dentro de seus recursos e limitações, fez o que lhes foi disponível naquele momento, se soubesse fazer diferente certamente faria, com e por amor.

No grupo também se faz partilha dos bons momentos vivenciados com os filhos que partiram, falas que ficaram marcadas na lembrança e que os pais se sentem felizes em compartilhar, pequenos gestos, grandes gestos, ações que fizeram a diferença na vida de alguém e que motivam os pais a se unirem em busca de ações sociais que podem dar um novo sentido à vida, e é neste propósito que os integrantes do grupo Vida que Segue decidiram que poderiam ajudar outras pessoas, levando seu testemunho de ressignificação do luto, mostrando que é possível transformar a dor em amor. A força de vontade de servir e prestar apoio emocional à outros pais enlutados se faz tão presente, que o crescimento do grupo vem acontecendo de forma intensa através da participação em eventos relacionados à prevenção e posvenção “termo entendido como

qualquer ato apropriado e de ajuda que aconteça após o suicídio com o objetivo de auxiliar os sobreviventes a viver mais, com mais produtividade e menos estresse que eles viveriam se não houvesse esse auxílio”. (SHNEIDMAN, 1973). Nesse sentido foi criada a Lei 5.156 de 2018, que institui no calendário oficial de eventos do município de Teresina, o dia 17 de maio como o dia municipal da posvenção. A lei Jordana, recebeu o nome da filha da fundadora do grupo “Vida que Segue”. Na mesma modalidade, a Lei Maria Cecília institui o primeiro sábado do mês de maio de cada ano, como o dia municipal de prevenção ao suicídio na cidade de Campo Maior-PI. Como se pode perceber, o grupo atua de forma a dar visibilidade à ressignificação do luto por suicídio como forma de autocuidado e cuidado com o outro, frequentemente o grupo recebe convites para a participação em eventos relacionados à prevenção e posvenção do suicídio, aonde as mães que se sentem preparadas para falar em público fazem depoimentos de sua vivência do luto, levam o seu testemunho como prova viva de que é possível ressignificar o luto. A participação em eventos como as do setembro amarelo, são exemplos de ações realizadas pelo grupo e que proporciona o refazer, dar um novo sentido à vida.

Conclusão

O grupo de apoio aos pais enlutados por suicídio, oportuniza aos participantes a troca de experiência da sua vivência na elaboração do seu processo de luto, percebe-se a necessidade de cada enlutado falar do filho(a). O compartilhamento dos mais variados sentimentos de saudade, angústia, tristeza, raiva, o inevitável sentimento de culpa pelo que deixou de fazer, pelas palavras não ditas, sempre se fazem presente, também as lembranças boas de um determinado dia, momentos vividos juntos, ações, falas nunca esquecidas. Enfim, o grupo propicia ajuda mútua aos enlutados, observa-se a necessidade da troca de experiências, e que as falas promovem a libertação do enlutado. A cada encontro é possível perceber o progresso dos que participam efetivamente, e a sede em ajudar aqueles que ainda estão com dificuldades no seu luto. Outro ponto fundamental e que é notório, é a satisfação em perceber a evolução do seu colega de grupo e aquele sorriso que antes era amarelo, com o tempo de vivência no grupo ganha a cor do arco íris. Dessa forma, considera-se que é de fundamental importância que os enlutados por suicídio busquem integrar-se em grupos que possam fortalecer vínculos junto a pessoas que compreendem a sua dor, que respeita o seu luto, seu tempo de fala, a sua liberdade de querer falar ou não de seus sentimentos de dor e alegria, porque no grupo, se respeita o tempo que o pensamento precisa para convencer o coração de que a vida segue.

REFERÊNCIAS

- Bertolete, J. M. O suicídio e sua prevenção. São Paulo: Editora: Unesp, 2012.
- Botega, N. J. Crise suicida: Avaliação e Manejo. Porto Alegre: Artmed, 2015.
- Botega, N. J. Werlang, B. S.G. CAIS, C. F.S. et al. Prevenção do comportamento suicida. Psico, Porto Alegre, PUCRS, v.37, n.3. p.213-220. Set/dez. 2006.
- Cândido, A. M. O enlutamento por suicídio elementos de compreensão na clínica da perda (Dissertação de Mestrado). Universidade de Brasília, Brasília, DF.
- Conselho Federal DE Psicologia. O suicídio e os desafios para a Psicologia. Brasília: CFP, 2013. 152p.

- Da Silva, Lorena Galvão Barreto; DE SÁ Marinho, Carlos Antônio. Suicídio: Aspectos Reacionais E O Processo DE Elaboração DO LUTO NA FAMÍLIA. 2017.
- Delalibera, Mayra et al. A dinâmica familiar no processo de luto: revisão sistemática da literatura. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n. 4, 2015.
- Fukumitsu, Karina Okajima. Suicídio e luto: Histórias de filhos e sobreviventes. 1 ed. São Paulo, 2013.
- Fukumitsu, Karina Okajima. Vida, morte e luto/ atualidades brasileiras. 1º ed. Summus. São Paulo. 2018.
- Fukumitsu, Karina Okajima; KOVÁCS, Maria Júlia. Especificidades sobre processo de luto frente ao suicídio. *Psico*, v. 47, n. 1, p. 03-12, 2016.
- Lucas DE Freitas, Joanneliese; Fuck Michel, Luís Henrique. A maior dor do mundo: o luto materno em uma perspectiva fenomenológica. *Psicologia em estudo*, v. 19, n. 2, 2014.
- Organização Mundial DE Saúde. Boletim Epidemiológico. 2017.
