



CENTRO UNIVERSITÁRIO REDENTOR – AFYA
PSICOLOGIA

MARIANA BARBOSA MARIANO

**LUTO E RITUAIS DE DESPEDIDA NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19:
MUDANÇAS E CONTRIBUIÇÕES DA PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICA
EXISTENCIAL**

Itaperuna
2021

MARIANA BARBOSA MARIANO

**LUTO E RITUAIS DE DESPEDIDA NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19:
MUDANÇAS E CONTRIBUIÇÕES DA PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICA
EXISTENCIAL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Centro
Universitário Redentor como
requisito parcial para a obtenção
do título de Bacharel em
Psicologia.

Orientadora: Thamyres Bandoli

Itaperuna
2021

FOLHA DE APROVAÇÃO

Acadêmico/a: MARIANA BARBOSA MARIANO

Título: LUTO E RITUAIS DE DESPEDIDA NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19: MUDANÇAS E CONTRIBUIÇÕES DA PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICA EXISTENCIAL

Natureza: Trabalho de Conclusão de Curso – TCC

Objetivo: Título de Bacharel em Psicologia

Instituição: Centro Universitário Redentor (UniRedentor – Afya)

Área de concentração: Psicologia

Aprovada em: ____/____/____

Banca Examinadora:

Prof Esp.Thamyres Bandoli
Orientadora
UniRedentor

Prof. Matheus Garcia Coelho
Membro Interno
UniRedentor

Prof. Me. Higor Pontes Pinto Brito
Membro Externo

RESUMO:

No ano de 2019, o mundo foi surpreendido com o aparecimento de uma doença que devido sua alta transmissibilidade e rápida propagação, provocou rapidamente uma pandemia que deixou significativos impactos, inclusive no que se refere à saúde mental. Em virtude da necessária rigidez sanitária, durante a pandemia de COVID-19, os rituais de despedida que favorecem o processo de enfrentamento do luto têm sofrido diversas adaptações, ocasionando uma vivência singular e afetações aos envolvidos. Dessa forma, o presente Trabalho de Conclusão de Curso tem como principal objetivo, compreender de que forma a pandemia de COVID-19 interfere no processo de enfrentamento do luto devido às mudanças ocasionadas nos rituais de despedida, e como a psicoterapia fenomenológica existencial pode contribuir na elaboração do luto. Para o alcance do objetivo em questão, a metodologia adotada foi a pesquisa bibliográfica, que, através das contribuições de diversos autores (CARNEIRO; BORIS, 2017; FRANQUEIRA, 2019; QUINTAS, 2016; entre outros), possibilitou reflexões acerca do assunto. Conclui-se que é de suma importância o desenvolvimento de novas formas de rituais de despedida neste contexto, assim como a contribuição da psicoterapia fenomenológica existencial, enquanto uma clínica do cuidado que possibilita o acolhimento e escuta, visando criar mobilizações para que a própria pessoa encontre suas possibilidades existenciais.

Palavras Chaves: Luto, rituais de despedida, pandemia, psicoterapia fenomenológica existencial

ABSTRACT:

In 2019, the world was surprised by the appearance of a disease that, due to its high transmission and rapid spread, quickly caused a pandemic that left significant impacts, including with regard to mental health. Due to the necessary strict sanitary conditions, during the COVID-19 pandemic, the farewell rituals that favor the process of coping with mourning have undergone several adaptations, causing a unique experience and affectations for those involved. Thus, the main objective of this Final Paper is to understand how the COVID-19 pandemic interferes in the process of coping with mourning due to changes caused in farewell rituals, and how existential phenomenological psychotherapy can contribute to coping with mourning. To achieve the objective in question, the methodology adopted was bibliographic research, which, through the contributions of authors such as: (CARNEIRO; BORIS, 2017; FRANQUEIRA, 2019; QUINTAS, 2016) among others, it allowed reflections on the subject, concluding the importance of developing new forms of farewell rituals in this context, as well as the contribution of existential phenomenological psychotherapy, as a care clinic that enables welcoming and listening, aiming to create mobilizations so that the person themselves finds their existential possibilities.

Keywords: Mourning; farewell rituals, pandemic, existential phenomenological psychotherapy

SUMÁRIO

RESUMO:	3
ABSTRACT:	4
1 INTRODUÇÃO	6
2 LUTO E RITUAIS DE DESPEDIDA	8
2.1 Luto	8
2.2 Rituais de despedida	13
3 RITUAIS DE DESPEDIDA NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19 E SEUS IMPACTOS NO PROCESSO DE ENFRENTAMENTO DO LUTO	15
4 A PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICA EXISTENCIAL NO PROCESSO DE ENFRENTAMENTO DO LUTO	18
4.1 Fenomenologia e existencialismo: uma breve compreensão	19
4.2 A contribuição da psicoterapia fenomenológica existencial no processo de enfrentamento do luto	22
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS:	25
REFERÊNCIAS	26

1 INTRODUÇÃO

O luto é caracterizado como a vivência experienciada após uma perda significativa, sendo o sentido dessa perda um elemento fundamental para a compreensão dessa vivência, principalmente quando se trata de um ente querido (FREITAS, 2013). Durante a vivência de um luto, as dores e o sofrimento podem ser intensos, expressos quase sempre por meio de sentimentos como tristeza, medo, culpa, ansiedade, solidão e saudade, podendo tais sentimentos se manifestar de formas diversas e em tempos distintos em cada pessoa enlutada, dado que o luto é um processo dinâmico, particular e multidimensional (OLIVEIRA et al., 2020).

O processo de luto é amplamente reconhecido enquanto uma experiência humana universal, uma resposta normal e esperada frente à uma perda (CARNEIRO; BORIS, 2017). No que diz respeito a sua definição, Ramos (2016) evidencia a mesma como complexa, uma vez que cada pessoa o vivencia de forma diferente mediante as culturas, o meio em que está inserida, assim como o próprio contexto em que ocorre a perda.

Partindo do entendimento da fenomenologia existencial para a compreensão do seu conceito, considera-se que este, assim como os demais fenômenos psíquicos humanos, devem ser compreendidos enquanto uma construção própria, produto e produtora da liberdade individual, e, ainda assim universal, uma vez que é contextualizada no meio sociocultural, no tempo histórico e na vida concreta do enlutado (CARNEIRO; BORIS, 2017). Dessa forma,

ainda que se conceba reações puramente fisiológicas em sua gênese, ou seja, como reflexos, estão sempre inseridos num tempo, num espaço e num indivíduo particular, que os significa em sua liberdade e em seu projeto de ser (CARNEIRO; BORIS, 2017, p. 14).

“A morte de alguém querido constitui um evento bastante significativo para quem fica, pois inclui uma separação definitiva, que causa dor e sofrimento” (FRANQUEIRA, 2019, p. 60). Para que um processo de luto seja bem-sucedido, se faz necessário reconhecer que uma realidade foi fundamentalmente alterada, ou seja, não há como o trabalho do luto se dar, sem que haja o reconhecimento da morte. Desse modo, coube sempre à cultura auxiliar nesse processo por meio dos ritos de passagem, o qual a função é de gradualmente estabelecer e confirmar a nova realidade que se apresenta (DANTAS et al., 2020).

“Cada sociedade possui seus métodos e particularidades culturais para a manifestação da perda de um ente querido” (OLIVEIRA et al., 2020, p. 56). Neste contexto, os “rituais de despedida beneficiam a aceitação e ajudam no enfrentamento da morte e luto, auxiliando na ressignificação das relações e na vida das pessoas enlutadas” (COSENZA; PEREIRA; SILVA, 2021, p. 112). Dessa forma,

o ritual confere forte poder transformador como as etapas de um ciclo que desejamos marcar e revelar, permitindo ou facilitando a comunicação social de significados relacionados à morte e o morrer, fornecendo sentido à realidade e favorecendo a reintegração cotidiana e social rompida pela mudança que a perda ocasionou (COSENZA; PEREIRA; SILVA, 2021, p. 110).

“Com a pandemia de COVID-19, a cultura foi alterada e a ciência teve que se impor diante da situação do acúmulo de óbitos e da possibilidade de risco de contágio” (OLIVEIRA et al., 2020, p. 58). No presente contexto, os processos de terminalidade, morte, luto e os rituais que favorecem a despedida, tem sido vivenciados de forma singular em virtude da rigidez sanitária, o que tem gerado afetação aos envolvidos, inclusive no que se refere à saúde mental (OLIVEIRA et al., 2020). Nesse sentido, “a vivência do luto durante a pandemia da COVID-19 dá-se de modo diferente, pois rituais culturais como o velório, não são realizados ou são modificados para atenderem à nova situação” (OLIVEIRA et al., 2020, p. 58).

Frente ao exposto, considerando a contribuição da psicoterapia fenomenológica existencial no processo de enfrentamento do luto, ressalta-se que a pessoa em sofrimento, ao procurar ajuda profissional, “encontra na psicoterapia uma possibilidade de acolhimento e, assim, pode contar sobre a perda do ente querido e seus sentimentos em relação a tal acontecimento” (QUINTAS, 2016, p. 103). Dessa forma,

A atuação do psicólogo, nas situações de morte e luto, justifica-se pela construção de uma clínica do cuidado voltada para as pessoas enlutadas, intencionando que elas possam elaborar a situação de morte inaceitável de uma pessoa querida, já ausente no convívio cotidiano e existencial (QUINTAS, 2016, p. 103).

Ainda, cabe refletir sobre a atuação e o modo de ser e estar junto àquele que sofre, de modo a não se prender a modelos da clínica tradicional, mas sobretudo, considerar as necessidades da pessoa naquele momento. Nessa perspectiva, a proposta em questão é justamente não se limitar em conceitos estabelecidos por uma teoria, mas criar mobilizações para que a própria pessoa encontre as suas possibilidades existenciais (QUINTAS, 2016). Portanto,

articulando o pensamento filosófico que dá suporte à clínica psicológica, diz-se que a clínica se inclina sobre a experiência existencial da pessoa enlutada para dar voz e movimento ao que parece insuportável e insuperável (QUINTAS, 2016, p. 106).

Desse modo, frente ao exposto até o momento, o presente trabalho tem como principal objetivo compreender de que forma a pandemia de COVID-19 interfere no processo de enfrentamento do luto devido às mudanças ocasionadas nos rituais de despedida, e como a psicoterapia fenomenológica existencial pode contribuir no enfrentamento do luto. Para se chegar no objetivo em questão, a metodologia adotada foi a Pesquisa Bibliográfica, que, segundo Gil (2002, p. 44), “é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”. Logo, a escolha da mesma se deu uma vez que permite ao pesquisador uma ampla gama de fenômenos se comparado a uma pesquisa realizada diretamente, fato este necessário tendo em vista o objetivo da pesquisa.

Além disso, de forma a desfrutar dos meios de pesquisas disponíveis, mas prezando sempre pela credibilidade científica, as bases utilizadas no presente trabalho foram as bases de dados textuais Scielo, Portal da Capes, Pepsic e Google Acadêmico, que, “além de incluir todas as informações dadas numa base referencial, dão acesso imediato ao texto completo do artigo” (PIZZANI, 2012, p. 58). Dessa forma, para a realização das pesquisas em tais bases, as palavras-chaves utilizadas foram: luto, rituais de despedida, psicoterapia fenomenológica existencial e pandemia de COVID-19, tendo em vista que estas se enquadram no objetivo proposto.

Por fim, considerando as notáveis mudanças decorrentes da pandemia de COVID-19, o presente trabalho tem como principal motivação a importância que o tema possui atualmente para sociedade, possibilitando dessa forma agregar ainda mais conhecimento tanto para a sociedade acadêmica, assim como nos interessados ao tema, por meio da compreensão dos objetivos inicialmente expostos. Desse modo, o mesmo foi dividido em um total de três capítulos, sendo o primeiro: Luto e rituais de despedida, o segundo: Rituais de despedida no contexto da pandemia de COVID-19 e seus impactos no processo de enfrentamento do luto, e por fim: A psicoterapia fenomenológica existencial no processo de enfrentamento do luto.

2 LUTO E RITUAIS DE DESPEDIDA

2.1 Luto

O conceito de luto, encontra-se naturalmente associado ao processo vivenciado após a morte de um ente querido. Contudo, em termos gerais, o mesmo pode ser vivenciado perante o término de uma relação amorosa, a perda de um membro do corpo, de um animal de estimação, ou seja, este é um fenômeno amplo, o qual envolve situações de perdas que o indivíduo vivencia ao longo da sua vida (RAMOS, 2016). Nessa perspectiva, o processo de luto é reconhecido enquanto uma experiência humana universal, assim como uma resposta normal e esperada frente a uma perda (CARNEIRO; BORIS, 2017).

Partindo do entendimento da vivência do mesmo em consequência da morte, sendo este o objetivo proposto no presente trabalho, segundo Freitas (2013), o luto é caracterizado como a vivência experienciada após uma perda significativa, sendo o sentido dessa perda um elemento fundamental para a compreensão dessa situação, principalmente quando se trata de um ente querido. Apesar da morte ser um fenômeno cotidiano, sendo ainda a possibilidade mais peculiar, irrefutável, considerada a única certeza, uma vez que partir do momento em que o ser humano é lançado no mundo se encontra encoberto de infinitas possibilidades e, ao mesmo tempo, na absoluta impossibilidade de não estar mais aí (LARA; FERREIRA, 2019), durante a vivência de uma perda as dores e o sofrimento podem ser intensos, expressos quase sempre por meio de sentimentos como tristeza, medo, culpa, ansiedade, solidão e saudade, podendo tais sentimentos se manifestarem de formas diversas e em tempos distintos em cada pessoa enlutada, dado que o luto é um processo dinâmico, particular e multidimensional (OLIVEIRA et al., 2020).

Efetivamente o fenômeno da morte não se restringe a um fenômeno puramente biológico. Dessa forma, segundo Lara e Ferreira (2019), na prática da psicologia se faz comum os questionamentos sobre o mesmo, uma vez que este pode produzir complicações psicológicas ligadas ao sofrimento do indivíduo que antecipa seus medos em relação ao desconhecido, assim como complicações relacionadas ao processo de elaboração do luto, complicações essas que “fazem parte da realidade do existir humano e devem ser amplamente discutidas com finalidade de conscientizar e diminuir o sofrimento de perdas” (LARA; FERREIRA, 2019, p. 17). Logo, evidencia-se a importância de entender a terminalidade humana, uma vez que o indivíduo se encontra cercado por situações de perdas (LARA; FERREIRA, 2019).

Avançando na compreensão do conceito de luto, considerando em particular o ponto de vista da fenomenologia existencial para o entendimento do mesmo,

abordagem psicológica esta utilizada no capítulo três para descrever as contribuições da psicoterapia no enfrentamento do luto, cabe ressaltar que atualmente “o movimento de patologização de determinados fenômenos existenciais humanos é lento e poderoso” (CARNEIRO; BORIS, 2017, p. 136).

Ainda de acordo com Carneiro e Boris (2017), considerando especificamente as construções do filósofo Jean-Paul Sartre, que possui como fio condutor de suas obras o conceito de liberdade, a qual se contrapõe a qualquer processo de patologização humana, no contexto do luto o enlutado não tem a liberdade de fazer com que seu ente querido reviva, uma vez que a morte do outro é uma situação-limite vivida por ele. Contudo, o caminho percorrido por cada enlutado é único e exclusivamente seu, sendo desta forma fruto de sua liberdade e, consequentemente de sua inteira responsabilidade. Logo, “não podemos estabelecer padrões e modelos para o ser humano reagir à perda do ente querido, ou considerar as reações apresentadas como patológicas” (AZEVEDO; PEREIRA, 2013, p. 60)

Ainda nesta mesma linha de pensamento, considera-se que a patologização do luto significa ainda negar a situação sociohistórica do homem, desconsiderando assim a complexa rede de fatores em que este está imerso, como: o tempo histórico, a cultura, família, assim como outros aspectos de sua existência concreta. Desse modo, supor que os homens devam vivenciar seu luto de acordo com critérios diagnósticos, contribui novamente na desconsideração de sua individualidade, liberdade, e consequentemente, a retirada de responsabilidade, uma vez que,

O luto complicado deixa de ser seu luto, passando a ser considerado doença, determinada pelo mau funcionamento de sistemas que deveriam ter cumprido determinadas fases, realizado certas tarefas e feito o “trabalho de luto” (CARNEIRO; BORIS, 2017, p. 139).

Naturalmente, a retirada de responsabilidade e a “incapacidade” de escolha, possuem papel essencial na tentativa de diminuir a angústia, visto que não existe mais escolha nem liberdade, mas sim doença. Logo, “restaria ao homem entregar-se, de bom grado, nas mãos dos especialistas e se lançar, cegamente, rumo a um tratamento” (CARNEIRO; BORIS, 2017, p. 139). Todavia, ainda assim isto se trataria de uma escolha, sendo está a de se entregar, ou de fingir que não pode escolher. Nesse sentido, falar sobre a patologização do luto apresenta-se como uma questão complexa, uma vez que “a patologização da vida subjetiva tem como consequência,

muitas vezes, a impossibilidade de o indivíduo encontrar espaços para expressão do seu sofrimento” (OLIVEIRA; NALLI, 2018, p. 268).

Logo, a partir da perspectiva teórica aqui proposta, considera-se que o luto, assim como os demais fenômenos psíquicos humanos, precisam ser compreendidos enquanto uma construção própria, como produto e produtora da liberdade individualizada, mas também universal, uma vez que é contextualizada no meio sociocultural, tempo histórico e vida concreta daquele que o vivencia (CARNEIRO; BORIS, 2017).

Para além da perspectiva inicialmente apresentada para a compreensão do luto, cabe ressaltar neste contexto a contribuição de Elisabeth Kubler-Ross, onde, apesar da discrepância no que diz respeito ao entendimento do presente conceito, merece uma breve menção, tendo em vista sua importância pela formulação das famosas cinco fases do luto. Dessa forma, de acordo com Kubler-Ross (1969), é possível se falar em cinco estágios vivenciados no processo de morrer que podem se estender também para a compreensão de fases do luto, sendo: negação e isolamento, raiva, barganha, depressão e aceitação, estágios estes apresentados e detalhados em seu livro *“Sobre, a morte e o morrer”*, onde a autora compartilha os frutos de suas pesquisas realizadas com pacientes terminais.

Seguindo, no contexto da caracterização do luto enquanto patológico, se faz imprescindível apresentar as contribuições decorrentes da última atualização do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), onde, apesar de tal caracterização também se contrapor a ideia inicialmente exposta, requer atenção, uma vez o mesmo se apresenta enquanto um manual padrão utilizado por profissionais da saúde mental. Dessa forma, no capítulo “Condições para Estudos Posteriores”, são apresentados alguns conjuntos de critérios propostos para pesquisas futuras, sendo necessário ressaltar que as evidências foram insuficientes para garantir que tais propostas sejam incluídas como diagnósticos oficiais de transtornos mentais. Logo, esse conjunto de critérios não são direcionados para o uso clínico (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

De acordo com o manual, alguns dos critérios propostos para o denominado Transtorno do Luto Complexo Persistente são: O indivíduo experimentar a morte de alguém com quem tinha relacionamento próximo, apresentar sintomas como: saudade persistente do falecido, intenso pesar e dor emocional em resposta à morte, preocupação com o falecido, preocupação em relação às circunstâncias da morte,

entre outros. Ainda, tais sintomas precisam se apresentar em grau clinicamente significativo na maioria dos dias, e ter persistência por pelo menos doze meses em adultos e seis meses em crianças. (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014). Dessa forma,

O transtorno do luto complexo persistente é diagnosticado somente se ao menos 12 meses (seis meses em crianças) se passaram desde a morte de alguém com quem o enlutado tinha um relacionamento próximo (Critério A). Esse intervalo de tempo discrimina o luto normal do luto persistente (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, p. 790).

Sobre o seu desenvolvimento e curso,

O transtorno do luto complexo persistente pode ocorrer em qualquer idade, iniciando após a idade de 1 ano. Os sintomas em geral se iniciam nos primeiros meses após a morte, embora possa haver um atraso de meses, ou mesmo anos, antes que a síndrome completa apareça (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, p. 791).

No que se refere a questões diagnósticas relativas à cultura, sendo este um ponto relevante, considerando que em relação ao luto “cada pessoa o vivencia de forma diferente, mediante as culturas, o meio em que está inserida e o próprio contexto da perda” (RAMOS, 2016, p. 3), o manual aponta que

Os sintomas do transtorno do luto complexo persistente são observados entre os contextos culturais, porém as respostas de luto podem se manifestar de formas culturalmente específicas. O diagnóstico do transtorno requer que as respostas persistentes e graves vão além das normas culturais das respostas de luto e não sejam mais bem explicadas por rituais culturalmente específicos (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014, p. 791).

Quanto ao Diagnóstico Diferencial, sendo pontuado neste tópico a distinção entre luto complexo e luto normal, é demarcado que a diferença se apresenta pela existência de reações graves de luto, persistindo por pelo menos doze meses em adultos e seis meses em crianças. Dessa forma, o transtorno somente é diagnosticado se ocorre a persistência em níveis graves por esse período de tempo (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Por fim, cabe destacar que tais “critérios diagnósticos são importantes no que diz respeito à comunicação entre profissionais, à produção de categorias clínicas, a partir deles é possível pensar em possibilidades de tratamentos” (OLIVEIRA; NALLI, 2018, p. 268). No entanto, é preciso partir sempre de um olhar crítico e reflexivo, de

forma a não ser levado pela patologização de fenômenos que são naturais e inerentes ao ser humano.

2.2 Rituais de despedida

Para que um processo de luto seja bem sucedido, se faz necessário reconhecer que uma realidade foi fundamentalmente alterada. Ou seja, não é possível o trabalho do luto se dar, sem que haja o reconhecimento da morte. Desta forma, coube sempre à cultura auxiliar nesse processo por meio de ritos de passagem, o qual a função é de gradualmente estabelecer e confirmar a nova realidade que se apresenta (DANTAS et al., 2020).

Cada sociedade possui particularidades culturais no que diz respeito à manifestação de uma perda. Desse modo, as estratégias utilizadas podem ocorrer de forma mais ou menos padronizada, mas demandando quase sempre um conjunto de conhecimentos, rituais, crenças espirituais e etiquetas (OLIVEIRA et al., 2020). De maneira geral,

existem ritos, normas e formas de expressão do luto que são derivados de diferentes concepções da vida e da morte. A realização dos rituais que a cultura comunitária estabelece faz parte do processo de recuperação dos sobreviventes. Todos os povos ritualizam seus mortos e apresentam maneira similar de reação diante da perda de um ente querido (OLIVEIRA et al., 2020, p. 56).

No que diz respeito à importância dos rituais, estes “beneficiam a aceitação e ajudam no enfrentamento da morte e luto, auxiliando na ressignificação das relações e na vida das pessoas enlutadas” (COSENZA; PEREIRA; SILVA, 2021, p. 112). Em rituais fúnebres por exemplo, esses

incluem a demarcação de um estado de enlutamento, de reconhecimento da importância da perda e da importância daquele ente que foi perdido. Ritualizar é marcar, pontuar um aspecto da realidade ou um acontecimento (SOUZA; SOUZA, 2019, p. 5).

Ainda sobre os rituais fúnebres, estes variam muito de acordo com a cultura, religião, região demográfica e época histórica. Embora neste momento prevaleça as dores da perda e da saudade, a cultura do funeral estabelece uma espécie de culto ao morto, onde, ao mesmo tempo, os enlutados recebem afetos e são sustentados em suas necessidades ocasionadas pela perda, que nem sempre é de fácil

compreensão e aceitação (OLIVEIRA et al., 2020). Nesse sentido, o mesmo apresenta-se como

necessário para a maturação psicológica, por ter atribuições relevantes como: ajudar o indivíduo a confrontar-se com a perda concreta, entrando no processo de luto, possibilitando-lhe também a manifestação pública de seu pesar (SOUZA; SOUZA, 2019, p. 5).

De acordo com Franqueira (2019), os rituais operam como agentes transformadores favorecendo o processo de luto essencialmente em mortes inesperadas. Em casos de mortes por acidentes no trânsito, por exemplo, uma forma de ritual bastante conhecida são os denominados altares espontâneos, sendo esses “memoriais que são construídos nas cidades para marcar os locais das mortes” (FRANQUEIRA, 2019, p. 62), onde geralmente são colocadas cruzes, velas, ou flores no local em que a morte ocorreu. Ainda segundo a autora,

Eles sinalizam a separação entre a dor privada, sentida pela pessoa enlutada, e o sentimento de luto coletivo; entre memória individual e memória coletiva; entre espaços público e privado. Por meio dos altares, o pesar pela perda de uma pessoa querida torna-se público (FRANQUEIRA, 2019, p. 62).

Evidentemente, o reconhecimento público se apresenta como um fator importante, uma vez que através deste o enlutado não se sente isolado em sua dor, podendo desta forma contar com o apoio da comunidade no momento de perda (FRANQUEIRA, 2019). No entanto, é possível se falar também em formas de rituais mais íntimas, sendo esses denominados rituais privados que possibilitam um modo mais pessoal de expressar o pesar frente à perda. Dessa maneira, algumas formas de rituais privados são os símbolos como objetos e fotografias, assim como as visitas ao cemitério, configurando-se essas formas particulares e criativas que são carregadas de sentido (FRANQUEIRA, 2019).

Em resumo, “todos os atos narrados acima têm a função simbólica de auxiliar o enlutado a reafirmar a relação com a pessoa perdida” (FRANQUEIRA, 2019, p. 68-69). Efetivamente

Os rituais cumprem a função de dar sentido às mudanças mais significativas decorrentes da perda da pessoa amada, ao mesmo tempo em que conferem sensação de continuidade entre o que aconteceu e o que acontecerá após a perda” (FRANQUEIRA, 2019, p. 61).

Desse modo, com base em todas as considerações feitas, compreende-se que o caráter simbólico de tais rituais permite ou facilita uma comunicação social no que

se refere aos significados relacionados à morte e ao morrer, de forma a favorecer sentido à nova realidade. Ainda, os mesmos podem auxiliar na simbolização da perda ocorrida, favorecendo a reintegração cotidiana e social que foi rompida (SOUZA; SOUZA, 2019). Logo,

O não cumprimento das prescrições de cada cultura pode ocasionar situações não desejadas e prejudiciais ao equilíbrio do grupo, sobretudo relacionados aos aspectos psicoemocionais (OLIVEIRA et al., 2020, p. 56).

3 RITUAIS DE DESPEDIDA NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19 E SEUS IMPACTOS NO PROCESSO DE ENFRENTAMENTO DO LUTO

A COVID-19 é uma doença ocasionada pelo vírus SARS-CoV-2, e devido à sua alta transmissão e rápida propagação, provocou uma pandemia iniciada no final do ano de 2019 sendo vivenciada ainda nos dias atuais (CABRAL et al., 2020). Tendo em vista a gravidade e rapidez de proliferação da doença, evidenciou-se no Brasil tal problemática enquanto uma questão de saúde pública, uma vez que em pouco tempo após sua chegada ao país já havia um significativo número de casos confirmados e óbitos. (NASCIMENTO et al., 2020).

De acordo com Nascimento et al. (2020), considerando o protocolo de manejo clínico desenvolvido pelo Ministério da Saúde, a doença é capaz de provocar desde casos virais simples de gripe até casos mais graves de insuficiência respiratória, podendo levar os indivíduos contaminados a óbito, sendo a taxa de letalidade variante conforme a faixa etária e condições clínicas prévias. No que diz respeito a sua transmissão, esta ocorre por meio do contato com gotículas respiratórias de pacientes infectados sendo estes sintomáticos ou não, envolvendo como os sintomas mais prevalentes, febre acima de 37,8° C, insuficiência respiratória, cansaço e fadiga (NASCIMENTO et al., 2020).

Diante do presente cenário, se fez necessário a adoção de estratégias para a contenção da doença visando diminuir sua propagação e prevenir novas contaminações. Nessa perspectiva, dentre as medidas de prevenção estão

o uso de máscaras, a higienização das mãos com álcool em gel, o distanciamento físico, a redução de acompanhantes em leitos hospitalares e, principalmente, o isolamento social. Para além destes, foi necessário o fechamento de escolas, universidades e comércios não essenciais para a subsistência da população, além da restrição de viagens, por exemplo (NASCIMENTO et al., 2020, p. 81).

“A pandemia advinda pelo coronavírus trouxe um cenário novo ou no mínimo inesperado” (CABRAL et al., 2020, p. 285), atingindo surpreendentemente todo o mundo, gerando pânico, medidas extremas de distanciamento, assim como necessidade de reflexão sobre a morte e o luto, dado que milhares de pessoas foram atingidas de maneira repentina e devastadora com perdas inimagináveis, sendo ainda impedidas de passarem os últimos minutos ao lado da pessoa amada, bem como, impossibilitados de velar e enterrar seu ente querido (CABRAL et al., 2020). Dessa forma,

os processos de terminalidade, morte e luto no contexto da pandemia e os rituais que favorecem a despedida, estão sendo experienciados de forma singular, por conta da rigidez sanitária de se evitar a transmissão comunitária, o que tem gerado afetação nos envolvidos, inclusive relacionada à saúde mental (OLIVEIRA et al., 2020, p. 56).

Segundo Oliveira et al. (2020) além das inumeráveis mortes em um curto período de tempo, as dificuldades em realizar os rituais de despedida daqueles em iminência de morte, assim como a realização dos rituais funerários, dificultam tanto a vivência assim como a construção do luto no cenário da COVID-19, uma vez que

os corpos não podem ser vestidos, tocados, contemplados. A necessidade de que seja mantido o distanciamento social, reduz a um mínimo o número de pessoas permitidas e a duração de velórios. Assim, os familiares das vítimas de coronavírus executam um ritual incompleto, sem nunca voltar a ver o corpo que conheceram e amaram (DANTAS et al., 2020, p. 516).

“Todas essas mudanças desestabilizam o processo do luto” (HORTEGAS; SANTOS, 2020, p. 121). Os familiares em sua maioria, sem aceitar racionalmente as orientações sanitárias, creem que seu ente não recebeu de forma adequada o rito que merecia, além de não terem também a possibilidade de serem confortados adequadamente (HORTEGAS; SANTOS, 2020). Nesse sentido, a limitação no que diz respeito ao cumprimento dos rituais historicamente adotados na cultura brasileira, como a impossibilidade de despedida, ausência de velório e o caixão lacrado, podem acarretar negativos sentimentos além de complicações no processo de luto os quais interferem também de forma direta na saúde mental dos enlutados (OLIVEIRA et al., 2020).

No que diz respeito aos sentimentos mais comuns associados às restrições de rituais e cerimônias fúnebres, relatam-se ideias de “incompletude”, “tarefa inacabada”, ou ainda de “missão não cumprida”, sendo estes referentes tanto às expectativas do

próprio enlutado, assim como aos desejos que foram expressos em vida pelo ente falecido em relação as homenagens a serem realizadas (DANTAS et al., 2020). Além disso,

outras vezes, manifestam-se sentimento de culpa em relação ao falecido por não lhe ter sido dado o funeral idealizado ou considerado digno (as menções ao “saco preto” ou “saco de lixo” no qual o corpo teria sido depositado no caixão funerário são recorrentes), ainda que, na realidade, tenha havido um impedimento concreto em função de normas sanitárias (DANTAS et al., 2020, p. 518).

Sem conseguirem vivenciar esses marcos de maneira culturalmente condizente, o qual cumprem a função de organizadores emocionais no processo de luto, ressalta-se maiores chances de ocorrer complicações no processo de elaboração da perda, tendo em vista que os rituais fazem parte de uma aprovação social para expressão do sentimento, sendo a resposta ao luto também alterada quando isso é modificado (GIAMATTEY, 2020). Infelizmente, “apesar da busca de se manter a eticidade e o respeito, de certo modo as medidas alteraram a subjetividade e a cultura do rito funeral e do luto, proporcionando ainda mais tristeza, dor e desolação” (OLIVEIRA et al., 2020, p. 57).

Nesse sentido, é preciso destacar a necessidade das despedidas, uma vez que a sensação de vazio muitas vezes descritas nos processos de luto, assim como a sintomatologia a ele relacionada, tende a ganhar uma intensidade ainda maior no presente contexto (OLIVEIRA et al., 2020). Logo, se faz fundamental encontrar espaços nos quais seja possível se expressar livremente, compartilhar a dor, e se deparar com outras pessoas que também vivenciaram sentimentos e dificuldades semelhantes, uma vez que assim ocorre a possibilidade de amenização do sofrimento e busca de soluções para os problemas enfrentados (OLIVEIRA et al., 2020). Portanto,

a relevância dos rituais evidencia-se na promoção de um lugar significativamente afetivo àqueles que encontram nos rituais formas de materializar a despedida e, por conseguinte, entender a concretude da morte do seu ente. Desta forma, compreende-se que não é possível renunciar a tais rituais, pois eles indicam a continuidade do cuidado, tanto com aquele que foi paciente, bem como com sua família (NASCIMENTO et al., 2020, p. 84).

Considerando o presente contexto e esforçando-se para se adaptarem à essa nova realidade, pessoas tem encontrado como alternativa na realização de suas homenagens as vítimas fatais da COVID-19, seja plantando mudas de árvores, seja

erguendo cruzes em praias e bosques, um meio de vivenciar seu luto de um modo mais concreto (CABRAL et al., 2020). Ainda, com as redes sociais como facebook, instagram e whatsapp, a expressão dessa vivência pode ocorrer por meio da criação de páginas, grupos e posts, sendo está uma alternativa para avisos informativos, preservação da memória, além de uma forma de homenagear (HORTEGAS; SANTOS, 2020). Para além disso, identifica-se também “as cerimônias virtuais como alternativas válidas para a concretização dessa etapa de despedida” (GIAMATTEY, 2020, p. 47). Logo,

torna-se imprescindível apresentar as estratégias que estão sendo utilizadas e compreender quão necessário é vivenciar o luto, mesmo a distância, nada sensorial, mas sensitivo. Respeitar a regularidade dos rituais é entender que a variabilidade do morrer ainda implica na experiência de perder alguém (NASCIMENTO et al., 2020, p. 84)

Evidentemente a pandemia de COVID-19 ocasionou mudanças significativas nos contextos que cercam a morte e o luto, deixando só no Brasil, centenas de milhares de pessoas em condições difíceis para a elaboração da perda de seus entes (DANTAS et al., 2020). Em virtude disso, segundo Silva, Rodrigues e Aisengart (2021), é possível que ocorra consequências das interdições aos rituais, que, no entanto, somente poderão ser apreendidas após determinado tempo mediante o acompanhamento de casos, análise e reflexões sobre tais condições. Contudo, ainda que seja cedo para avaliar as possíveis repercussões das alterações dos rituais durante a pandemia, já se encontra notório que a ausência destes dificultam o enfrentamento do luto.

Portanto, diante todo o exposto, “mostra-se importante a discussão de reflexões acerca de novas formas de rituais de despedida na pandemia de COVID-19, a fim de ressaltar a importância dos mesmos na elaboração do luto” (NASCIMENTO et al., 2020, p. 82), uma vez que

o investimento e dedicação presentes nos rituais, mesmo online, podem amenizar possíveis sentimento de culpa, sendo este momento necessário para a maturação psicológica, por ter atribuições relevantes como: ajudar o indivíduo a confrontar-se com a perda concreta, entrando no processo de luto, possibilitando-lhe também a manifestação compartilhada de seu sofrimento (GIAMATTEY, 2020, p. 48).

4 A PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICA EXISTENCIAL NO PROCESSO DE ENFRENTAMENTO DO LUTO

4.1 Fenomenologia e existencialismo: uma breve compreensão

Ao considerar o Código de Ética Profissional do Psicólogo (2005), instrumento este indispensável que normatiza a atuação profissional e esclarece pontos importantes como, princípios fundamentais e responsabilidades atribuídas a profissão, o mesmo evidencia como dever do psicólogo, assumir responsabilidades profissionais somente por atividades para as quais esteja capacitado de modo pessoal, teórico e tecnicamente. Nesse contexto, tal questão nos reflete a importância da relação teoria e prática, por meio da “busca por fundamentos teóricos capazes de alicerçar a prática do profissional psicólogo em direção a um serviço prestado de modo suficientemente qualificado” (OLIVEIRA; BORBA, 2019, p. 156).

Nesse sentido, considerando todo o exposto, para que seja possível a apresentação da contribuição da psicoterapia fenomenológica existencial no processo de enfrentamento do luto, se faz inicialmente necessário uma breve compreensão do pensamento filosófico o qual a clínica psicológica em questão se apoia. Desse modo, a seguir será discorrido sobre a fenomenologia e o existencialismo de maneira sucinta, uma vez que aprofundar em tais conceitos não é o objetivo do trabalho em questão.

De modo inicial, ao se referir a temática da fenomenologia, se faz indispensável mencionar Edmund Husserl, uma vez que as raízes e fundamentos deste método vigoroso encontram-se intrinsecamente relacionados a este grande pensador (NANTES, 2020). Surgindo em um contexto histórico da ciência que pode ser resumidamente expresso como intensamente positivista, o qual rejeitava a experiência do sujeito e direcionava atenção ao naturalismo que obtinha na dinâmica da causalidade seu princípio investigativo (NANTES, 2020), a “fenomenologia apresenta-se como uma crítica e questiona o conhecimento vigente, pois, enquanto ciência do método, engendra em si o desejo de descortinar os fenômenos tal qual ela se apresenta aos sentidos” (NANTES, 2020, p. 53). Dessa forma,

Husserl defendia a premissa de que a ciência de seu tempo nada poderia dizer sobre os problemas tipicamente humanos por não considerar as formas de subjetividade, que para ele incorria na perda de sentido das ciências para a vida. Sendo assim, era necessário oferecer um novo modo de produzir conhecimento que identificasse e recuperasse o sentido o que torna verdadeiramente o homem humano (NANTES, 2020, p. 53).

A fenomenologia de Husserl se apresenta enquanto um rigoroso método que visa alcançar o conhecimento das essências por meio de um retorno ao ponto de

partida inicial, ou seja, um retorno às origens, às coisas mesmas, ao fenômeno ao qual se tem imediato acesso (NANTES, 2020). No presente método, Husserl apresenta conceitos como intencionalidade, a qual se refere que toda consciência é consciência de alguma coisa. Nessa perspectiva, a teoria da intencionalidade

aponta para o fato de que enquanto consciência estamos sempre direcionados para objetos reais, que vivenciamos situações diretas e não meramente representativas, que as vivências ocorrem no presente, que os eventos se fazem presente de modo inédito (NANTES, 2020, p. 55)

Logo, a intencionalidade se refere a um intenso transcender de si mesmo, experiência a qual se mostra recorrente na vida humana, uma vez que a cada instante nos é demandado um posicionamento frente às coisas, ressaltando dessa forma que a consciência é sempre ativa, além de conferir sentido às coisas e atribuir significado ao mundo (NANTES, 2020). Assim sendo, a “intencionalidade é uma relação dialética, pois existimos no mundo, afetamos e somos continuamente afetados, vivências e pensamentos encaminham-nos a um sentido” (NANTES, 2020, p. 55).

Ainda em termos Husserlianos, será apresentado também a ideia da epoché ou suspensão provisória do juízo, sendo este o meio que permite com que o fenômeno seja percebido, apreendido e analisado sem ideias pré-concebidas, preconceitos ou julgamento de juízo e de valor (NANTES, 2020). Segundo Oliveira e Borba (2019, p. 162),

Esse ato fundamental na fenomenologia contribui também para a prática da Psicologia Clínica, uma vez que é essencial ao exercício profissional do psicólogo compreender os fenômenos surgidos a partir do que é dito, sentido ou manifestado pela pessoa atendida e não pelas concepções de valor do psicólogo.

Desse modo, nota-se que os fundamentos husserlianos acabam por traçar um caminho distinto das ciências que priorizam a tecnificação, objetivismo e quantificação da realidade humana (OLIVEIRA; BORBA, 2019). Em contraponto a essas ciências, a fenomenologia enquanto um método irá propor “um novo modo de ver e situar-se no tempo e espaço, pautando-se num grande esforço de contemplar a vida autêntica que não se encontra fora da consciência, mas dentro da mesma” (NANTES, 2020, p. 56).

Portanto, “a fenomenologia é adotada como método à psicologia colocando a subjetividade no centro, ou seja, as vivências subjetivas são o objeto principal da ciência psicológica” (NANTES, 2020, p. 56). Logo, talvez uma das grandes

contribuições de Edmund Husserl e a proposta fenomenológica no campo da psicologia, “foi chamar a atenção para o mundo vivido, o cotidiano onde a vida transcorre, pois ele é o palco onde todas as atividades humanas acontecem” (NANTES, 2020, p. 56).

Partindo desse modo para uma breve compreensão do que se refere ao existencialismo, de maneira inicial, se faz necessário entender que este “é uma corrente filosófica que tem como principal preocupação compreender e explicar a experiência humana” (SILVA, 2007, p. 40). De acordo com Erthal (2013), o existencialismo filosófico moderno teve seu surgimento na França e na Alemanha aproximadamente há 60 anos, parecendo não existir dúvidas de que o pensamento desta corrente procede das meditações de Kierkegaard. Contudo, Heidegger, Jaspers, Nietzsche, Buber e Sartre são também importantes nomes nos pressupostos deste movimento. Ainda em consonância com a mesma, as “contribuições nucleares desta filosofia podem ser descritas como liberdade, escolha, verdade subjetiva, angústia, desespero e risco” (ERTHAL, 2013, p. 205).

No existencialismo a existência é percebida enquanto uma contínua relação entre a pessoa com ela mesma e com o mundo. Desse modo, o “indivíduo precisa permanentemente escolher como deseja existir no próximo momento, o ser depende de escolhas para existir, uma vez que não é como as árvores ou frutos que amadurecem com o tempo” (SILVA, 2007, p. 40). Além disso, o não desejar e o não escolher segundo Silva (2007), também irão se configurar como formas de existir. Logo, tendo em vista este contexto,

o ser humano ganha mais liberdade para escolher o que deseja ser, mas também ganha responsabilidades por sua vida. O existencialismo tira o destino do lugar de sujeito que constrói o ser e o coloca como uma consequência da construção do indivíduo (SILVA, 2007, p. 40-41).

Em outras palavras, compreende-se que o homem é como se percebe e o que faz de si mesmo conscientemente, significando isso dizer que este é, acima de tudo, projeto vivido subjetivamente, escolha de seu próprio destino e, ao mesmo tempo em que é responsável por si, é também responsável pelo resto da humanidade, uma vez que se trata de um ser em relação com os outros (QUINTAS, 2016). Dessa forma, a coragem se torna uma qualidade necessária para o ser existir, ao mesmo tempo em que a obrigação em escolher provoca angústia e desespero (SILVA, 2007).

Segundo Silva (2007), no que se refere a psicologia existencial, esta não se caracteriza enquanto uma escola psicoterápica e tão pouco possui a pretensão de ser, caracterizando-se está mais como uma atitude, uma postura frente ao fenômeno humano. Todavia, não é possível negar que suas orientações possuem consequências terapêuticas, sendo ainda ressaltado por Erthal (2013) que dentre os filósofos existências, o que mais teve destaque em relação a contribuições para uma psicoterapia existencial foi Sartre, onde, apesar de não sistemático, uma vez que não apresenta um sistema fechado e concluído, busca utilizar todos os recursos de seu conhecimento para o alcance de uma compreensão do indivíduo enquanto um ser único, como pessoa.

Dessa forma, na Psicologia Existencial todas as descobertas assim como estudos científicos são considerados. Contudo, o conhecimento em questão é sempre utilizado sob os fundamentos existenciais de respeito e aceitação da complexidade e singularidade que é a existência humana (SILVA, 2007). Assim sendo,

Não há tentativa de subjugar o humano aos conhecimentos científicos até o momento disponíveis, uma vez que a ciência está subordinada ao ser. A ciência é feita para o ser humano e não o contrário. Não é a existência humana que deve se moldar aos conhecimentos científicos, em uma tentativa de enquadramento sócio-cultural (SILVA, 2007, p. 45).

Portanto, de um modo geral, a psicologia existencial compreende que o processo de psicoterapia deve possibilitar a pessoa à libertação de situações e emaranhados existenciais que, de alguma maneira, se encontra confinando as possibilidades mais plenas de uma existência satisfatória. Logo, está se encontra a serviço de cessar a coisificação do ser, possibilitando a pessoa um reencontro com sua dignidade existencial (SILVA, 2007).

4.2 A contribuição da psicoterapia fenomenológica existencial no processo de enfrentamento do luto

Reconhecer e aceitar a morte enquanto uma condição existencial e como possibilidade fundamental da existência parece óbvio. No entanto, a morte de um ente querido pode representar para os que ficam um momento de significativo sofrimento, e, entendendo ainda ser possível ocorrer uma reação emocional que pode se manifestar de diferentes modos diante a perda (QUINTAS, 2016), o psicólogo enquanto um profissional que trabalha profundamente com assuntos que envolvem

perdas e mortes pode contribuir de diversas formas neste contexto, ressaltando como fundamental em tais condições o acolhimento e respeito, assim como as competências teórica-técnicas relacionadas ao assunto (SANTOS, 2017).

Enquanto o luto a ser aqui discorrido, compreende-se este como a vivência experienciada após uma situação de perda significativa. Desse modo, com o surgimento da ausência do outro no mundo do “eu”, o enlutamento emerge como uma novidade carente de sentido que coloca em jogo as especificidades relacionais, o horizonte histórico, assim como o mundo-da-vida do enlutado (FREITAS, 2013). Logo, entendendo a psicoterapia enquanto uma prática que visa auxiliar na experiência dessa vivência, ressalta-se que a pessoa em sofrimento ao procurar ajuda profissional, encontra na psicoterapia a possibilidade de acolhimento, assim como um espaço para falar sobre a perda de seu ente querido e sentimentos relacionados a tal acontecimento (QUINTAS, 2016), uma vez que,

A atuação do psicólogo, nas situações de morte e luto, justifica-se pela construção de uma clínica do cuidado voltada para as pessoas enlutadas, intencionando que elas possam elaborar a situação de morte inaceitável de uma pessoa querida, já ausente no convívio cotidiano e existencial (QUINTAS, 2016, p. 103).

Baseando-se em pressupostos já aqui mencionados, ao psicoterapeuta, espera-se que este se posicione em sua atitude de escuta livre de a-prioris, intervindo nos diversos momentos do encontro e do processo psicoterápico (QUINTAS, 2016). Para tanto, cabe ao profissional possibilitar que o enlutado se lance aquilo que lhe diz respeito, como recordações, experiências vividas, objetos significativos, lugares, outras pessoas do convívio, entre inúmeros outros, objetivando que a situação se mostre clara e definida, de maneira que a pessoa seja capaz de encontrar o seu melhor lugar (QUINTAS, 2016), dado que

Apesar de não ser mais possível que nossa experiência conjunta se atualize, o mundo e a relação pedem uma resignificação, já que o morto não cessa de se “apresentar” na vivência do enlutado, por meio de objetos, hábitos, aromas, fotografias, lembranças (FREITAS, 2018, p. 53).

Um dos problemas que emergem frente ao contexto de perda, sendo este relacionado ao luto e as propostas psicoterápicas predominantes na contemporaneidade, são as concepções normativas que se delineiam e predeterminam como seria a vivência “normal” do luto e suas possibilidades de expressão, o que ocasiona consequentemente em grande parte dos casos a

patologização do luto (FREITAS, 2018). Dessa forma, segundo aponta (OLIVEIRA et al., 2020, p. 57),

O enlutamento é uma experiência que pode envolver sofrimento, o qual não se “controla” com tarefas ou passos prescritos, que determinam previamente o modo como se atravessar essa experiência. Portanto, o luto não pode ser compreendido como algo que se supera, tal como apontado pelos próprios enlutados, em diversas pesquisas fenomenológicas nacionais e internacionais; mas deve ser incorporado ao existir, com novas possibilidades de significações.

“A normatização dos comportamentos diante do luto é um problema complexo e, portanto, nada simples em seu enfrentamento” (FREITAS, 2018, p. 55). No entanto, a clínica de base fenomenológica-existencial, objetiva abrir um espaço de articulação para que o próprio indivíduo encontre as possibilidades de tutela de seu existir, e tomando a si mesmo como medida, o espaço clínico se faz uma condição de possibilidade de que as experiências sejam compreendidas no íntimo de cada vida, cada existência, e não a partir de um referencial a priori (FREITAS, 2018). Desse modo, a proposta da clínica em questão é exatamente não se limitar aos conceitos estabelecidos, mas criar mobilizações para que a própria pessoa encontre suas possibilidades existenciais (QUINTAS, 2016). Logo,

Durante os encontros, de forma qualitativa e meditativa, podemos ofertar uma ajuda, fazendo intervenções sobre possibilidades e impossibilidades, controles e manipulações, fazendo clarificações, validação experiencial, confronto, suporte ao sofrimento, considerando o possível e o que a pessoa é capaz de suportar naquele momento (QUINTAS, 2016, p. 108).

O luto demanda portanto novos sentidos além de um novo modo de ser com quem morreu através da ressignificação da relação entre morto e enlutado, e não do morto como um objeto perdido (FREITAS, 2018). Dessa forma, é possível mantê-lo como um sentido, contudo um sentido “que se encontra na medida do próprio existir do enlutado e não pode ser dado por normatizações extrínsecas a cada existência, predeterminadas, embora se dê em jogo com elas” (FREITAS, 2018, p. 54). Logo, todo esse contexto implica maior responsabilidade para o psicoterapeuta, pela autonomia das ações que se pautam na desconstrução de uma postura teórica e engessada, a caminho de um agir terapêutico ético que busca na vivência e acontecer do outro, o sentido do que ele quer comunicar (QUINTAS, 2016).

Como mencionado diversas vezes ao longo do presente trabalho, a pandemia de COVID-19 ocasionou significativas mudanças, sendo uma das principais o

isolamento social, que demandou adaptações em diversos âmbitos profissionais, fato este que não foi diferente na psicologia. Nesse contexto, considerando a psicoterapia enquanto um suporte no enfrentamento do luto vivenciado no presente cenário, cabe ressaltar a adaptação do profissional de psicologia que

se organizou rapidamente para auxiliar na compreensão e atender as demandas da população através de novas possibilidade de cuidado: os atendimentos à distância por meio de tecnologias da informação e comunicação (OLIVEIRA, 2020, p. 10).

Nesse sentido, corroborando com a necessidade de adaptar a categoria profissional na situação atual em busca de diminuir os impactos negativos na saúde mental dos indivíduos durante a pandemia (OLIVEIRA, 2020),

o Conselho Federal de Psicologia através da Resolução CFP nº 4/2020 flexibilizou a prestação de serviços psicológicos por meios de tecnologia da informação e da comunicação, reforçando o cumprimento do Código de Ética Profissional, e exigindo o cadastro na plataforma e-Psi (OLIVEIRA, 2020, p. 12).

Logo, a “união entre a psicologia e a tecnologia tem viabilizado ferramentas que possibilitam a prestação de serviços de qualidade para a população que enfrenta uma situação atípica e sofre suas consequências” (OLIVEIRA, 2020, p. 12), possibilitando por meio da atuação no processo de enfrentamento do luto, “abertura de possibilidades para novas formas de ser-com, dada pela irremediável ausência do morto” (FREITAS, 2018, p. 53).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Em consonância com todo o exposto no presente trabalho, conclui-se que a pandemia de COVID-19 atingiu de forma inesperada todo o mundo, gerando pânico, medidas extremas de distanciamento, assim como uma maior necessidade de reflexão sobre a morte e o luto, dado que milhares de pessoas sofreram perdas inimagináveis, sendo ainda impedidas de passarem os últimos minutos com a pessoa amada e na sequência impossibilitadas de velar e enterrar seu ente querido (CABRAL et al., 2020).

Nesse contexto, os rituais de despedida que “beneficiam a aceitação e ajudam no enfrentamento da morte e luto, auxiliando na ressignificação das relações e na vida das pessoas enlutadas” (COSENZA; PEREIRA; SILVA, 2021, p. 112), tem

demandado adaptações onde algumas pessoas tem encontrado nas alternativas, seja plantando mudas de árvores, seja erguendo cruzeiros em praias e bosques, uma forma de vivenciar o luto de forma mais concreta (CABRAL et al., 2020).

De acordo com Hortegas e Santos (2020, p. 121), “todas essas mudanças desestabilizaram o processo de luto”. Dessa forma, mostra-se importante a discussão de reflexões em relação às novas formas de rituais de despedida, a fim de evidenciar a importância dos mesmos na elaboração do luto (NASCIMENTO et al., 2020), uma vez que, os sentimentos relatados quanto às restrições dos rituais giram em torno de ideias de incompletude, tarefa inacabada, ou mesmo de missão não cumprida, que se referem tanto às expectativas do enlutado, assim como os desejos manifestados em vida pelo ente querido acerca das homenagens a serem realizadas (DANTAS et al., 2020). Outras vezes,

manifestam-se sentimento de culpa em relação ao falecido por não lhe ter sido dado o funeral idealizado ou considerado digno (as menções ao “saco preto” ou “saco de lixo” no qual o corpo teria sido depositado no caixão funerário são recorrentes), ainda que, na realidade, tenha havido um impedimento concreto em função de normas sanitárias (DANTAS et al., 2020, p. 518).

Por fim, no que se refere a contribuição da psicoterapia fenomenológica existencial no processo de enfrentamento do luto, ressalta-se que a atuação do psicólogo se justifica pela construção de uma clínica do cuidado, intencionando que o enlutado possa elaborar a situação de morte do ente querido já ausente no convívio cotidiano e existencial (QUINTAS, 2016). Ainda, considerando que “o luto não se “controla” com tarefas ou passos prescritos que determinam previamente o modo como se atravessa essa experiência” (FREITAS, 2018, p. 55), a clínica em questão proporciona a abertura de um espaço de articulação, onde as experiências são compreendidas no íntimo de cada vida, de cada existência, e não a partir de um referencial a priori (FREITAS, 2018).

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (ed.). Condições para estudos posteriores. In: AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. cap. Seção III, p. 783-792. ISBN 978-85-8271-088-3.

ANDRADE, Neila Janne Aparecida da Cruz. As experiências dos sujeitos diante do processo de morte e morrer: uma revisão de literatura integrativa. Orientador: Prof. M.e Rosângela Veloso de Freitas Morbeck. 2017. 70 p. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) (Bacharel em Psicologia), Palmas - TO, 2017.

AZEVEDO, Ana Karina Silva; PEREIRA, Maria Aldeci. O luto na clínica psicológica: um olhar fenomenológico. **Clínica & Cultura**, [s. l.], v. II, n. II, p. 54-67, jul-dez 2013. Disponível em: https://web.archive.org/web/20180429150842id_/https://seer.ufs.br/index.php/clinica_ecultura/article/viewFile/1546/1695. Acesso em: 3 set. 2021.

CABRAL, Hideliza Lacerda Tinoco Boechat *et al.* Consequências do adeus negado às vítimas da COVID-19. **Revista Transformar**, [s. l.], ano 2020, p. 281-303, mai./ago. 2020. Disponível em: <http://www.fsj.edu.br/transformar/index.php/transformar/article/view/398>. Acesso em: 9 out. 2021.

CARNEIRO, Sarah Vieira; BORIS, Georges Daniel Janja Bloc. O luto como categoria diagnóstica: considerações sartreanas. Separata de: SCHNEIDER, Daniela Ribeiro; CASTRO, Fernando Gastal de; BORIS, GEORGES D J B. **J.P. Sartre e os desafios à psicologia contemporânea**. 1. ed. Rio de Janeiro: [s. n.], 2017. cap. 5, p. 124-141. ISBN 978.8564565.59-3.

Conselho Federal De Psicologia – CFP (2005). Código de Ética Profissional do Psicólogo. Retirado de <http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo-de-etica-psicologia.pdf>.

COSENZA, Tânia Regina dos Santos Barreiros; PEREIRA, Eliane Ramos; SILVA, Rose Mary Costa Rosa Andrade. O luto e o rito de morte: dores sufocadas durante a pandemia. Separata de: JUNIOR, Sebastião André Barbosa. **Temas em saúde coletiva: Covid-19**. Ponta Grossa - PR: Atena, 2021. cap. 9, p. 107-113. ISBN 978-65-5706-943-1. Disponível em: <https://www.atenaeditora.com.br/post-artigo/50203>. Acesso em: 2 set. 2021.

DANTAS, Clarissa de Rosalmeida *et al.* O luto nos tempos da COVID-19: desafios do cuidado durante a pandemia. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, Campinas - SP, v. 23, n. 3, p. 509-533, Set. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlpf/a/SgtgR9xSwqBSYjr5Mm3WSwG/?lang=pt>. Acesso em: 6 set. 2021.

ERTHAL, Tereza Cristina Saldanha. A abordagem existencial sartreana: terapia vivencial. In: ERTHAL, Tereza Cristina Saldanha. **Trilogia da Existência: Teoria e Prática da Psicoterapia Vivencial**. 1. ed. Curitiba: Appris, 2013. cap. I, p. 205-220. ISBN 978-85-8192-131-0.

FERREIRA, Isabelle Soares. Luto e Ressignificação da Existência. *In*: FERREIRA, Isabelle Soares. Sentimentos vivenciados pelo indivíduo no processo de luto pela perda de um ente querido. Orientador: Professora Doutora Débora Inácia Ribeiro. 2020. Monografia (Bacharel em Psicologia) - UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ, Taubaté - SP, 2020. p. 24-27. Disponível em: <http://repositorio.unitau.br/jspui/handle/20.500.11874/4144>. Acesso em: 3 set. 2021.

FRANQUEIRA, Ana Maria Rodrigues. Entre o público e o privado: rituais no processo de luto parental. **Tempo da ciência**, Toledo, ano 2019, v. 26, n. 51, p. 59-72, jan. / jun. 2019. Disponível em: <http://saber.unioeste.br/index.php/tempodaciencia/article/view/22989>. Acesso em: 2 set. 2021.

FREITAS, Joanneliese de Lucas. Luto e Fenomenologia: uma Proposta Compreensiva. **Revista da Abordagem Gestáltica - Phenomenological Studies**, Goiânia, ano 2013, v. XIX, ed. 1, p. 97-105, jan-jul 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357735557010>. Acesso em: 2 set. 2021.

FREITAS, Joanneliese de Lucas. Luto, pathos e clínica: uma leitura fenomenológica. **Psicologia USP**, [s. l.], ano 2018, v. 29, ed. 1, p. 50-57, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psup/a/7XBPBJQ4PLgrXc9pTyCDSTw/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 3 nov. 2021.

GIAMATTEY, Maria Eduarda Padilha. Resultados e discussão: rituais fúnebres em contexto de isolamento social. *In*: GIAMATTEY, Maria Eduarda Padilha. **Processo de Luto diante da Ausência de Ritual Fúnebre na Pandemia da COVID-19**: análise documental jornalismo online. Orientador: Joselma Tavares Frutuoso. 2020. Dissertação (Mestrado Profissional em Saúde Mental e Atenção Psicossocial na área de concentração Atenção e Reabilitação Psicossocial) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2020. p. 41-49. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/219504>. Acesso em: 10 out. 2021.

GIL, Antônio Carlos. Como classificar as pesquisas?. Separata de: GIL, Antônio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: ATLAS S.A., 2002. cap. 4, p. 44-45. ISBN 85-224-3169-8. Disponível em: http://www.uece.br/nucleodelinguasitaperi/dmdocuments/gil_como_elaborar_projeto_de_pesquisa.pdf. Acesso em: 27 ago. 2021.

HORTEGAS, Monica Giraldo; SANTOS, Cristiane Caldas dos. Covid-19 e o luto: sem poder dizer o último adeus. **Revista Transformar**, [s. l.], ano 2020, p. 117-125, mai./ago. 2020. Disponível em: <http://www.fsj.edu.br/transformar/index.php/transformar/article/view/382>. Acesso em: 9 out. 2021.

KUBLER-ROSS, Elisabeth. Sobre a morte e o morrer: O que os doentes terminais tem para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e aos seus próprios parentes. [S. l.]: Martins Fonte, 1969.

LARA, Wagner Alexandre; FERREIRA, Ismael. A morte como fim do projeto de ser: um estudo dos últimos anos de Sartre. **Revista de Ciências Humanas**, Florianópolis, v. 53, p. 2-19, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/revistacfh/article/view/58214>. Acesso em: 9 nov. 2021.

NANTES, Arilço Chaves. A fenomenologia de Edmund Husserl como método para a psicologia. **Diaphora**, Porto Alegre, ano 2020, v. 9, ed. 1, p. 52-57, jan/jun 2020. Disponível em: <http://www.sprgs.org.br/diaphora/ojs/index.php/diaphora/article/view/208>. Acesso em: 25 out. 2021.

NASCIMENTO, Adriana Rodrigues *et al.* Rituais de despedida no contexto da pandemia da covid-19. **CADERNOS ESP**, Ceará, ano 2020, v. 14, n. 1, p. 80-85, JAN. JUN. 2020. Disponível em: <https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/384>. Acesso em: 10 out. 2021.

OLIVEIRA, Eliany Nazaré *et al.* “Aquele adeus, não pude dar”: luto e sofrimento em tempos de COVID-19. **Enfermagem em foco**, [s. l.], v. 11, n. 2, p. 55-61, 2020. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/4203>. Acesso em: 1 set. 2021.

OLIVEIRA, Lucas Suisso de. Psicologia e pandemia: atendimentos online como possibilidade de cuidado. **Diaphora**, Porto Alegre, v. 9, ed. 2, p. 9-14, jul/dez 2020. Disponível em: <http://www.sprgs.org.br/diaphora/ojs/index.php/diaphora/article/view/225>. Acesso em: 16 nov. 2021.

OLIVEIRA, Thais Fernanda Roberto; NALLI, Marcos Alexandre Gomes. Luto no contexto do dsm: limites, alcances e críticas. **I Congresso do Programa de Pós-graduação em Psicologia da UEL**, [s. l.], ano 2018, p. 265-269, 2018. Disponível em: <http://www.anais.uel.br/portal/index.php/ppgpsi/article/view/289>. Acesso em: 5 set. 2021.

OLIVEIRA, Thayane Cristine Amaral; BORBA, Jean Marlos Pinheiro. Contribuições da fenomenologia husserliana para a psicologia clínica. **Revista do NUFEM**, Belém, ano 2019, v. 11, ed. 3, p. 154-169, set. – dez 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912019000300010. Acesso em: 25 out. 2021.

PIZZANI, Luciana *et al.* A arte da pesquisa bibliográfica na busca do conhecimento. **Revista Digital de Biblioteconomia e Ciência da Informação**, Campinas, v. 10, n. 1, p. 53-66, jul./dez. 2012. Disponível em: https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/rdbci/article/view/1896/pdf_28. Acesso em: 27 ago. 2021.

QUINTAS, Josélia. Morte e luto: um estudo sobre a existência em sofrimento e as possibilidades de atuação clínica. **Revista FAFIRE**, Recife, ano 2016, v. 9, ed. 1, p. 102-111, jan./jun. 2016. Disponível em:

https://publicacoes.fafire.br/diretorio/revistaFafire/revistaFafire_v09n01_a08.pdf. Acesso em: 1 out. 2021.

RAMOS, Vera Alexandra Barbosa. O processo de luto. **Psicologia.pt**: O portal dos psicólogos, [s. l.], ano 2016, p. 1-16, 25 set. 2016. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1021.pdf>. Acesso em: 2 set. 2021.

SANTOS, Patrícia Pollyanna Lysike. Contribuições da psicologia fenomenológica existencial no enfrentamento da morte. *In*: SANTOS, Patrícia Pollyanna Lysike. **A contribuição da psicologia fenomenológica existencial no enfrentamento da morte**. Orientador: Carolina Santin Cótica. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) (Bacharel em Psicologia) - Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas - TO, 2017. p. 31-34. Disponível em: [file:///C:/Users/maria/Downloads/document5e1e11252307c%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/maria/Downloads/document5e1e11252307c%20(3).pdf). Acesso em: 1 nov. 2021

SANTOS, Patrícia Pollyanna Lysike. Fases do luto. *In*: SANTOS, Patrícia Pollyanna Lysike. **A contribuição da psicologia fenomenológica existencial no enfrentamento da morte**. Orientador: Prof. M.e Carolina Santin Cótica. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) (Bacharel em Psicologia) - Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas - TO, 2017. p. 16-22.

SILVA, Andreia Vicente da; RODRIGUES, Claudia; AISENGART, Rachel. Morte, ritos fúnebres e luto na pandemia de Covid-19 no Brasil. **Revista NUPEM**, Campo Mourão, ano 2021, v. 13, n. 30, p. 214-234, set./dez. 2021. Disponível em: <http://revistanupem.unespar.edu.br/index.php/nupem/article/view/877>. Acesso em: 9 out. 2021.

SILVA, Cristiane Sotelo da. Psicologia existencial. *In*: SILVA, Cristiane Sotelo da. **Contribuições da psicologia existencial no enfrentamento das perdas e da morte**. Orientador: Aurino Ramos Filho. 2007. Monografia (Bacharel em Psicologia) - Universidade do Vale do Itajaí - UNIVALI, Itajaí - SC, 2007. p. 40-56. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/cristiane%20soleto%20da%20silva.pdf>. Acesso em: 28 out. 2021.

SOUZA, Christiane Pantoja de; SOUZA, Airle Miranda de. Rituais Fúnebres no Processo do Luto: Significados e Funções. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, ano 2019, v. 35, p. 1-7. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/McMhwzWgJZ4bngpRJL4J8xg/?lang=pt>. Acesso em: 3 set. 2021.