

UM MAR DE HISTÓRIAS, LINGUAGENS E METÁFORAS NA INTERVENÇÃO COM GRUPOS DE APOIO AO LUTO

UN MAR DE HISTORIAS, LENGUAJES Y METÁFORAS EN LA INTERVENCIÓN CON GRUPOS DE APOYO AL DUELO

A SEA OF STORIES, LANGUAGES AND METAPHORS IN THE INTERVENTION WITH GRIEF SUPPORT GROUPS

RESUMO: Enquanto sociedade, dificilmente encontramos espaços propícios para o acolhimento dos múltiplos sofrimentos advindos da perda de algo ou alguém muito importante para nós, sendo o período de luto marcado por intensas emoções de difícil autorregulação para o enlutado. O presente artigo teve por objetivo apresentar um relato de experiência sobre o uso da linguagem figurativa e discutir algumas expressões metafóricas de luto co-construídas em grupos de apoio ao luto de crianças e adultos enlutados. Foram descritas cinco expressões metafóricas nos diferentes grupos: Balão, Parede de Tijolos Destruída, Mar do Luto, Porão Emocional e Sobreviver na Selva. O uso do recurso linguístico figurativo nas intervenções grupais favoreceu a elaboração de emoções e sentimentos difusos dos participantes, auxiliou a imersão das crianças enlutadas no trabalho grupal e mediou elaborações emocionais e corporais sobre seus processos de luto, mostrando-se um recurso profícuo na integração dos processos de luto.

Palavras-chave: processo de luto; expressões metafóricas; construção de significados; grupos; construcionismo social.

RESUMEN: Como sociedad, dificilmente encontramos espacios adecuados para aceptar los múltiples sufrimientos derivados de la pérdida de algo o alguien muy importante para nosotros, siendo ese periodo de duelo marcado por intensas emociones difíciles de autorregular por el doliente. Este artículo tuvo como objetivo presentar un relato de experiencia sobre el uso del lenguaje figurado y discutir algunas expresiones metafóricas co-construidas en grupos de apoyo al luto para niños y adultos en duelo. Se describieron cinco expresiones metafóricas en diferentes grupos: Globo, Pared de Ladrillos Destruída, Mar de Luto, Sótano Emocional y Sobrevivir en la Selva. El uso del lenguaje figurado en intervenciones grupales favoreció la elaboración de emociones y sentimientos difusos de los participantes, ayudó a la inmersión de los niños en luto en el trabajo grupal y medió elaboraciones emocionales y corporales sobre sus procesos de duelo, demostrando ser un recurso útil en la integración de los procesos de luto.

Palabras Clave: proceso de duelo, expresiones metafóricas, construcción de significados, grupo, construcionismo social.

ABSTRACT: As a society, we barely find embraceful spaces for the multiple sufferings from the loss of something or someone very important to us, this grief moment is highlighted by intense emotions difficult to the griever to self-regulate. The objective of this article was to present an experiential report on the use of figurative language and discuss some mourning metaphors co-constructed in grief support groups for bereaved children and adults. Five metaphoric expressions in different groups were described: Balloon, Destroyed Brick Wall, Sea of Mourning, Emotional Basement and Surviving in the Jungle. The use of the figurative language in group interventions fomented the participants' elaboration of diffuse emotions and feelings, improved the immersion of bereaved children in group work and mediated emotional and physical elaborations on their grieving processes, stating as a useful resource to integrate their mourning processes.

Keywords: grieving process, metaphoric expressions. construction of meaning, group, social constructionism.

PEDRO HENRIQUE
HAEFLIGER GEREMIA

BIANCA ZOLA
BAHIA MARQUES

LUIZ HENRIQUE
NICOLAU

GISELE LIMA
DOS SANTOS

IVÂNIA JANN LUNA

*Universidade Federal
de Santa Catarina,
Florianópolis, SC, Brasil*

<https://www.doi.org/10.38034/nps.v33i79.772>

Recebido em: 26/01/2024
Aceito em: 03/07/2024



INTRODUÇÃO

Estamos permeados socialmente por um mar de histórias sobre nós e o mundo à nossa volta. Nossas narrativas pessoais são construídas na dimensão relacional e quando ficamos enlutados - por algo ou alguém - construímos a nossa história de perda e novos sentidos para o mundo e nosso self no contexto de redes sociais significativas configuradas em torno do apoio recebido e dado durante o processo de enlutamento (Luna, 2014). Compartilhamos e negociamos sentidos em busca de segurança ontológica e protagonismo, tornando-nos mais confiantes em nossa vivência de luto.

O processo singular de luto, disparado pela perda de um ente querido ou de algum objeto significativo, se configura enquanto uma situação dual e inevitável. Dual pois ocorre numa dupla via de cognições e enfrentamentos: orientado para a perda e orientado para a restauração/reorganização psíquica e do ambiente (Stroebe & Schut, 1999). Inevitável pois se insere como um fenômeno do ciclo vital da família, sendo esperado que todos nós, em algum momento, nos encontremos em uma situação de luto. Esse processo pode ser visto como um caminho para se reaver com o mundo na ausência da pessoa falecida, que implica conciliação e (re)construção de significados em múltiplas dimensões, sendo que a compreensão reside na reintegração gradual do sujeito frente a esse novo mundo.

As teorias psicológicas sobre luto¹ tendem a normatizar e medicalizar a experiência da perda, delimitando modelos normais e anormais de como a vivência do luto deve se desenvolver, patologizando assim os casos em que a experiência de perda se diferencia ou foge da norma (Luna & Moré, 2013; 2017). Os referidos autores reforçam em seu estudo que o enlutamento não é um processo psíquico precedente à experiência social da perda, mas sim fruto das relações e vínculos significativos da pessoa enlutada, tanto pelo compartilhamento e expressão do processo de luto, quanto pela produção coletiva de recursos de enfrentamento que auxiliam na construção dos significados da experiência da perda.

Percebemos que o luto reflete de maneira radical a desorganização da vida, nos carregando à deriva por um oceano de conselhos não solicitados sobre como lidar com as vivências de luto. Tendo em vista a lógica social ocidental de normatização do sofrimento, somos impelidos, por um lado, a utilizar costumes e rituais fúnebres para o momento da morte e do luto, e por outro viver a experiência de sofrimento ao ponto que modos divergentes passam a não ser compreendidos, reconhecidos e frequentemente isolados ao nível íntimo (Luna & Moré, 2013).

Enquanto sociedade, dificilmente encontramos espaços propícios para a expressão e o acolhimento dos múltiplos estressores e sofrimentos advindos da perda de alguém ou algo muito importante para nós. São nos espaços grupais e de acolhimento ao luto que podemos encontrar força e fôlego para mudar, compor e recompor nossa história e narrativas de vida. Nesse ínterim, estar inserido em comunidades ou um grupo de acolhimento pode auxiliar os enlutados a lidarem com os estressores que evocam a dor da perda, da separação, e também aqueles que se referem à dor da restauração, do seguir em frente sem o ente querido.

Destaca-se que os enlutados utilizam recursos linguísticos para expressar a construção e auto-organização de suas histórias e sentidos acerca da perda vivida. Por exemplo, Corless et al. (2014)² descreve como compreender a expressão do pesar do enlutado pela perspectiva do seu comportamento verbal e não verbal (respostas físicas e verbais, escritas, oralizadas, reflexivas ou silenciosas) que se dá por meio de quatro recursos linguísticos: 1) narrativo (pela contação de histórias); 2) representativo (através do uso de símbolos específicos); 3) figurativo (pela construção de metáforas); e 4) analítico (pela concretização de todos recursos linguísticos citados).

1 Destacam-se as teorias e concepções psicológicas como 'trabalho de luto' (Freud, 1917/1974), 'fases de luto' (Bowlby, 1961) e transição psicossocial (Parkes, 1988), que aludem ao processo de adaptação à realidade da perda.

2 A dinâmica desse esquema baseia-se na combinação entre os Tipos de Linguagem e os Modos de Expressão, sendo influenciados por múltiplos Fatores Contingentes (Corless et al., 2014).

Luna e Moré (2017) descrevem sobre o mar de histórias e narrativas de luto que o enlutado se envolve ao falar de sua perda, como: sobre a qualidade do vínculo que tinha com a pessoa que morreu, sobre a circunstâncias da perda, suas reações de luto e ferramentas de enfrentamento e apoio, bem como, sobre as situações de crise na saúde, mudanças e os legados da perda. O construcionismo social destaca que o discurso e os recursos linguísticos para expressar o pesar são embebidos por significados que organizam as mais variadas experiências do enlutado e favorecem o sentido de continuidade de seu ser, dado que reafirmar, encontrar e reconstruir significados auxilia no processo de adaptação ao dito “novo mundo”, ao mesmo tempo que preserva-se o vínculo entre enlutado e ente falecido (Pandolfi, 2012).

O pressuposto do uso da linguagem figurativa no luto é também um dos aspectos que pode nortear a construção e auto-organização de histórias e sentidos sobre a perda vivida. Corless et al. (2014) recomendam o uso da expressão metafórica enquanto uma ferramenta de compartilhamento de significados que auxilia na expressão e compreensão de situações adversas, que por vezes incitam uma gama de emoções de difícil autorregulação. No discurso e expressão metafórica do pesar, pessoas em luto usam com muita frequência a comparação entre sentimentos e cenários simbólicos, por exemplo: nomear o aperto no peito como coração partido, comparar seu momento de luto com uma navegação em um mar turbulento em meio a uma tempestade rigorosa, um olhar para a vida comparando-a com uma estação de trem lotada, na qual alguns compraram passagens somente de ida (Corless *et al.*, 2014).

As expressões metafóricas do pesar constituem-se como um recurso de trabalho para o terapeuta, especialmente aquele que assume postura teórica alinhada ao construcionismo social. A importância do uso da linguagem figurativa é observada tanto na clínica psicoterápica quanto no espaço coletivo, ao trabalharmos com grupos ou comunidades compassivas com foco em cuidados paliativos e suporte ao luto. Por exemplo, o uso da linguagem metafórica pelos clientes pode também ser encontrado na terapia narrativa de Michael White e David Epston (1993), no qual se observa que este transpõe o sentido literal de determinada situação para outra, ou seja, comparam dois conceitos, porém sem o uso declarado de expressões que denotem tal comparação. A utilização da linguagem figurativa pode ser uma outra via de abordagem para assuntos tabus, e também uma forma de enunciar algo da seara do inexprimível, permitindo uma elucidação de sentimentos e emoções insidiosas, bem como uma negociação de sentidos sobre a realidade (Paschoal & Grandesso, 2014).

As expressões metafóricas podem emergir do terapeuta ou do cliente, pelo uso de recursos artísticos e midiáticos como músicas, filmes, séries, livros, desenhos, poemas, contos, entre outros. As possibilidades são inúmeras. Quando utilizadas em formato de brincadeira, podem adquirir uma função lúdica que favorece a expressão de sentimentos intensos ou situações de difícil elocução. Justamente por esse viés lúdico, insere-se enquanto ferramenta para o atendimento infantil. Ampliar a oferta de narrativas através de expressões metafóricas possibilita que o cliente diversifique seu repertório e encontre outras vias para expressar suas vivências, favorecendo seu protagonismo e viabilizando o processo de ressignificação (Paschoal & Grandesso, 2014).

No trabalho terapêutico com crianças, as narrativas sobre o luto infantil e comportamento da criança frente a perda são co-construídas nas relações familiares e reforçadas na rotina diária do grupo familiar. Quando ocorre uma perda no sistema familiar, todos os membros sofrem em algum nível, porém, o sofrimento das crianças frequentemente é invisibilizado no coletivo. Por vezes, a ideia de proteger a infância da dureza do mundo, leva familiares, professores e amigos a contarem alguns mitos para os pequenos, sem sabermos as consequências discursivas para a construção das narrativas de luto para as crianças. Isso não significa que devemos

suspender o uso desses mitos, mas sim encontrar formas de utilizá-los em prol do desenvolvimento sócio-cultural da criança (Roncatto, 2019).

Na terapia narrativa com crianças, utilizam-se as conversas de externalização enquanto recurso figurativo. Seus objetivos são promover elocução e concretização dos aspectos psicossociais infantis no luto e favorecer o protagonismo da criança e da família ao recontar sua história de perda (César, 2008). Assim, ao trabalharmos com crianças enlutadas, precisamos nos atentar aos aspectos discursivos de irreversibilidade, não funcionalidade, universalidade e causalidade da morte, encontrando ferramentas para favorecer a construção de significados no luto infantil (Roncatto, 2019).

Considerando os pressupostos assinalados foram facilitados processos grupais com enlutados no escopo das atividades do Ambulatório Universitário sobre o luto (AMBLu) da Universidade Federal de Santa Catarina. Neste artigo apresentamos um relato de experiência sobre o uso da linguagem figurativa nos grupos de apoio ao luto de crianças e adultos e também discutimos as expressões metafóricas do pesar construídas pelos participantes da maioria dos encontros do grupo.

MÉTODO

O AMBLu está associado ao Laboratório de Processos Psicossociais e Clínicos no Luto (LAPPSILu) e ao Serviço de Atenção Psicológica (SAPSI) do Departamento de Psicologia da UFSC. O seu objetivo geral é realizar intervenções psicoeducativas e terapêuticas com pessoas com vivências de perdas e lutos ao longo do ciclo vital a partir de quatro modalidades presenciais, são elas: Acolhimento Psicológico Individual, Grupo Reflexivo de Apoio à Pessoa em Luto (GRAL), Grupo de Apoio e Acolhimento à Criança Enlutada (GRAACE) e o Grupo Psicoeducativo para tutores sobre Luto Infantil. As atividades desempenhadas por estagiários e extensionistas nessas modalidades estão submetidas a supervisões acadêmicas semanais com a professora coordenadora do LAPPSILu e do AMBLu.

Os processos grupais do GRAL são facilitados conforme os pressupostos dos grupo reflexivos e de apoio ao luto (Luna, 2020), dos recursos linguísticos para construção e auto-organização de histórias e narrativas de luto propostos por Corless et al., (2014) e pela adoção da postura reflexiva e ética no luto, considerando os marcadores interseccionais da identidade dos sujeitos enlutados e as demandas seu ciclo vital individual e familiar (Gamino, 2009, Luna, 2020).

Estes pressupostos significam fomentar uma prática responsiva e empática entre os facilitadores e participantes, tendo em vista o que implica contar a história de perda uns para os outros, bem como construir um modo colaborativo de se construir o suporte psicológico no luto, considerando as várias necessidades de enlutamento e a singularidades das pessoas que buscam o apoio grupal. Com média de participação de cinco a dez membros, o GRAL é composto por dez encontros semanais, planejados semanalmente em supervisão acadêmica.

Os referenciais que orientam a facilitação dos processos grupais do GRAACE são semelhantes aos do GRAL, os quais também se somam à perspectiva sistêmica da perda na família (Mcgoldrich & Walsh, 1998) e a do luto infantil sob o olhar da teoria do apego (Bowlby, 1998, Roncatto, 2019; Santos & Esteves, 2022). Os objetivos do GRAACE são: (a) identificar, diferenciar e expressar as diferentes emoções da perda; (b) clarificar a percepção da morte e a naturalidade deste processo; (c) aprender estratégias de enfrentamento e (d) integrar o processo de luto.

O GRAACE é composto por crianças no estágio de desenvolvimento piagetiano do operatório concreto (aproximadamente dos 7 aos 11 anos) facilitando o trabalho

metafórico pela sua interação com a concretude da perda (Anton & Favero, 2011, Souza & Wechsler, 2014). Para participar do GRAACE é necessário que a criança tenha sido informada da morte do ente querido e que tenha condições de compreender sua irreversibilidade. Com média de três a seis participantes, o grupo é composto por um ciclo de sete encontros semanais, planejados em supervisão acadêmica.

A cada semestre letivo são abertas inscrições online para um GRAL e um GRAACE. No caso do GRAL, após contato via e-mail, os inscritos são convidados para uma conversa de acolhimento - online ou presencial - visando uma pré-vinculação entre facilitadores e participantes e alinhamento de expectativas sobre o trabalho oferecido. Esse acolhimento não tem como propósito selecionar os participantes, mas informá-los dos objetivos da atividade para que identifiquem seu interesse no grupo (Luna, 2020).

Para a organização do início do GRAACE, o responsável e a criança são convidados para uma conversa de acolhimento que ocorre presencialmente no SAPSI. Ela é composta por dois momentos: o primeiro ocorre entre dois facilitadores do grupo, o tutor e/ou genitor e a sua criança enlutada, sendo este um espaço para apresentações pessoais e objetivos do GRAACE; no segundo momento é feita uma conversa separadamente entre o responsável da criança e um dos facilitadores do grupo e este com a criança. Importante observar os aspectos emocionais relacionados a separação temporária entre genitor e/ou tutor, questão essencial para a criação de vínculo entre a família e o GRAACE (Sandler et al., 2003; Santos & Esteves, 2019).

Os grupos referidos neste artigo aconteceram durante o primeiro e o segundo semestres letivos de 2023. A primeira edição de 2023 do GRAL (ocorrida de março a junho) contou com seis participantes num ciclo grupal de dez encontros, além de dois facilitadores e uma observadora. A segunda edição de 2023 do GRAL (ocorrida de agosto a novembro) contou com 6 participantes, sendo que apenas três foram assíduas num ciclo grupal de nove encontros, além dos três facilitadores e uma observadora que realizava o diário de campo.

O grupo de apoio ao luto com as crianças (GRAACE) ocorreu no segundo semestre de 2023 (setembro a dezembro) e contou com 3 participantes efetivos, além de dois facilitadores e quatro observadores que realizavam o diário de campo. Estes últimos se posicionavam atrás de um vidro espelhado em sala adjacente (sala de espelho unidirecional), permitindo-lhes uma visão unilateral e, através de um sistema de som, ouviam as falas do grupo acomodado na sala principal.

Para o desenvolvimento do artigo, foram utilizados os diários de campo produzidos pelos observadores dos GRAL e do GRAACE, bem como, os relatos orais compartilhados pelos facilitadores dos grupos nos encontros de supervisão que ocorriam semanalmente. Os conteúdos foram submetidos a uma análise narrativa (Moutinho, & Conti, 2016), de modo que na seção de resultados e discussão os acontecimentos são organizados temporalmente e discutidos com base na literatura, com vistas a atender ao objetivo de compreender o uso da linguagem figurativa nos grupos realizados e as expressões metafóricas mais recorrentes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A linguagem figurativa de luto do GRAL

No primeiro encontro do GRAL são apresentados os acordos grupais que reiteram os objetivos do grupo e estabelecem as condições necessárias para seu andamento profícuo; também é esclarecida a agenda grupal, na qual se incentivam os participantes a compartilharem suas histórias de perdas e necessidades de enlutamento.

Utilizam-se disparadores conversacionais para favorecer esse compartilhamento, sendo essencial uma postura reflexiva por parte dos facilitadores. Há também o “intervalo para o chá” enquanto momento de troca descontraído e despretenso, no qual podem ocorrer interações valiosas - o momento é utilizado também como pausa estratégica para a reorganização dos facilitadores. Ao fim do semestre, após finalização do grupo, é enviado um formulário de avaliação das atividades como indicativo dos resultados do processo grupal.

Durante as intervenções nos grupos, os facilitadores/terapeutas utilizam a linguagem figurativa como um recurso para estimular os participantes a expressar e compartilhar sua experiência de pesar, bem como sentimentos e situações difíceis vivenciadas. Nesse processo foi importante prestar a devida atenção nas expressões metafóricas que ressoavam em sentido com os clientes, baseados na abordagem do construcionismo social, ou seja, perceber quais os sentidos que estavam sendo negociados entre terapeuta e cliente e que eram expressos na metáfora.

Nas duas edições do GRAL, quatro linguagens figurativas foram amplamente utilizadas pelos participantes dos encontros: Balão, Parede de Tijolos Destruída, Mar do Luto e Porões Emocionais. A expressão metafórica do balão faz alusão ao processo de luto como um movimento flexível de um balão que se esvazia e é tensionado constantemente pelo processo de construção de significados no luto. O balão ora murcha ora preenche as suas paredes com emoções e sentimentos que ainda não foram devidamente nomeados ou significados, porém narrar situações difíceis, favorece aos enlutados concretizarem essas emoções e ressignificados.

O uso desta linguagem figurativa é uma forma de explicitar que ao longo do grupo pode ocorrer a construção de novas narrativas sobre as experiências vividas no processo de luto de cada um, a partir da elaboração oral. Ou seja, é um processo gradual inter-narrativas, apoiado na construção simbólica temporária de continuidade de ser, enquanto o sujeito busca se adaptar ao mundo na ausência do ente querido. Duas participantes ao ouvirem essa expressão metafórica do pesar perceberam como necessário esvaziar o balão ao início das sessões para aliviar um pouco dos seus sofrimentos e conseguirem se organizar psiquicamente sobre os conteúdos que estavam impedindo-as de construir novas narrativas sobre a perda. Outro participante percebeu a importância de saber encher esse balão de forma gradual, encontrando ferramentas para esvaziá-lo entre um encontro e outro do grupo.

Outra expressão metafórica do pesar utilizada foi a parede de tijolos destruída. A parede seria o mundo presumido antes da ausência do ente querido e a destruição seria a própria perda, acompanhada do processo de luto. Sendo assim, cabe ao enlutado averiguar a situação pré e pós crise - o que se rompeu no seu mundo presumido. Quais narrativas sobre o self, sobre o vínculo e significados que faziam parte do seu mundo presumido. Faz parte desse processo localizar os tijolos rachados, reavaliar a condição da parede e encontrar novos objetivos para esses objetos. Alguns tijolos realmente precisarão ser descartados, mas outros podem auxiliar na construção de novas paredes, ou até mesmo podem ser material para pavimentar novos caminhos que levam a outras possibilidades, ou ainda essa situação provoca a reavaliação da existência daquele muro, abrindo espaço para reflexões.

Nesse processo, é possível atribuir novos significados para os elementos que constituíam o mundo anterior à perda. Essa expressão metafórica foi utilizada ao final de um encontro no qual estavam participando enlutados em momentos muito distintos de seus processos, portanto, a intenção foi demonstrar como todos estão em movimento desde a perda, independente da sensação de estagnação, pois suas paredes foram quebradas. Também foi utilizada como integrante do tema que emergiu em um encontro no qual os participantes relataram se sentir perdidos após a perda

para os auxiliar a compreender o momento de reavaliação que a perda provoca e a percepção de um horizonte de adaptação ao mundo na ausência do ente querido. Relataram nesse encontro que ainda não conseguiam perceber a função dos tijolos para seus processos de luto, retratando um momento de dificuldade em aceitar a destruição do muro e, analogamente, da perda do ente querido.

Também foi utilizada a expressão metafórica “mar do luto”. Muitas vezes o enlutado remetia-se a um cais ao qual estava ancorado por muito tempo, e após a perda se via à deriva nesse oceano, em busca de um novo cais. A autopercepção que temos desse mar do luto, nos remeterá aos instrumentos que dispomos no momento para sobreviver nessa situação, alguns se vêm com jangadas, outros com submarinos e ainda outros se sentem flutuando em mar aberto. De toda forma, nesse processo, precisamos encontrar as ferramentas de navegação que os auxiliará na localização, no reconhecimento e na movimentação dentro deste vasto mar de histórias sobre o luto de cada um.

Uma enlutada, ao ouvir essa expressão metafórica, reitera que ainda se sente muito perdida nesse oceano, pois ainda não encontrou as formas de remar, há uma neblina que a impede de enxergar e que está em busca de algum farol que a guie. A interação dela com a própria expressão metafórica demonstra sua tristeza de uma forma mais elaborada, permitindo-a encontrar outras formas de conseguir falar sobre sua dor. Por exemplo, ela relata que se esforça para nadar e chegar à superfície, porém é trágica pelas águas da tristeza do mar do luto, simbolizando um sentimento de estagnação e demonstrando sua dificuldade em enfrentar o cotidiano. Também relatou que por mais que nade, não consegue se enxergar na crista da onda, porém gostaria de chegar lá em algum momento, reiterando uma autonarrativa de esperança.

Outra participante relatou que não consegue enxergar os horizontes para o qual gostaria de apontar sua direção, ou seja, ainda possui dificuldades de enxergar um futuro na ausência do ente querido, porém, arremata sua fala pontuando que sabe da existência desses horizontes e isso lhe ajuda a manter a esperança. Também tivemos uma participante retratando a passagem pelas arrebentações da costa como um momento conturbado e necessário para o processo de luto, podendo representar o momento agudo do luto. Ela frisa que passar as arrebentações é muito difícil, porém, consegue respirar ao chegar em partes mais calmas desse mar, reavaliar e seguir sua navegação. Essa fala retrata a dificuldade dos momentos iniciais de luto, especialmente em casos de perdas violentas, porém reiterando a existência de momentos de relativa calma no processo.

No grupo facilitado no segundo semestre de 2023, a expressão metafórica ‘mar do luto’ recebeu novas complexidades. As participantes receberam no primeiro encontro do grupo um caderno de bolso em branco definido como o diário de bordo, uma testemunha e um companheiro do cotidiano de seus processos de luto. A expansão dessa expressão metafórica, infelizmente, não surtiu o efeito de implicação desejado pelos facilitadores, porém inseriu uma estratégia de continuidade do trabalho entre os encontros e foi frequentemente revisitada pela anotação de frases ou indicações de livros e filmes feitas pelos facilitadores.

Junto ao diário de bordo, a expressão metafórica “mar do luto” também se desenvolveu com a adição das ilhas da raiva, da tristeza, da saudade, denotando a possibilidade de as participantes visitarem essas ilhas e validarem sua estadia nas mesmas, por quanto tempo julgarem necessário. Outra adição foi a definição do grupo enquanto um navio que percorre esse mar e que no início do grupo todas estão convidadas a navegar conosco, reconhecendo que em alguns momentos podemos estar à deriva, ou que alguma tempestade poderia quebrar o leme, nos levando para outra direção. Essas adições demonstram a característica de imprevisibilidade do processo de luto, especialmente no trabalho grupal, pois a partir das percepções e falas das participantes e facilitadores o navio pode tomar outros rumos.

Ao final do grupo, as participantes refletiram sobre quais as bagagens que trouxeram ao embarcar, quais se mantiveram intactas e quais foram adquiridas nessa navegação, remetendo aos aprendizados co-construídos no grupo. Também percebemos o quanto essa expressão metafórica ressoou no GRAL a partir da auto nomeação do grupo pelas participantes como “Continue a nadar”, fazendo alusão à continuidade do processo do luto a partir dessa navegação constante, comedida e paulatina no Mar do Luto.

A quarta expressão metafórica utilizada foi “Porões Emocionais”. Ela consiste na compreensão de um espaço interno no qual todos guardam emoções, memórias e lembranças relacionadas à perda e ao ente querido, as quais nem sempre se sente pronto para acessar. Abrir o alçapão e olhar para o porão emocional pode suscitar alguns medos, ansiedades e receios que transbordam para o nosso dia a dia. Acessar os porões emocionais é uma tarefa por vezes dolorosa, porém necessária, mesmo que seja para o reconhecimento e compreensão da existência dessas emoções e lembranças.

Ao trabalharmos com as pendências da perda e relacionando-as à expressão metafórica “porões emocionais”, ou seja, as pendências da relação com a pessoa que morreu, compreendemos que elas existem. Mesmo se não desejamos lidar com elas, elencá-las é levantar a poeira assentada nos objetos desse porão. Esse processo exige generosidade para consigo mesmo, pois se é impelido a decidir sobre o que é possível de resolver e se quer lidar com essas pendências nesse momento do processo de luto ou não.

Guardar no porão também é uma estratégia de autocuidado, pois o enlutado reconhece seus limites emocionais, amplia seu repertório de possibilidades e decide se está preparado para acessar tudo que está guardado ali. Uma participante relatou que não se sentia preparada para lidar com as pendências e, portanto, as guardaria novamente no porão, no entanto, alguns encontros depois, reconheceu que elas existiam e que em algum momento seria convocada a olhar para essa temática novamente.

Além das expressões metafóricas mencionadas, também citamos a utilizada por um dos participantes para representar seu processo de luto: a construção de uma ponte. Ele afirmou que está ainda no início da construção, porém está determinado a construí-la até o final. A escolha pela ponte, diferente de uma escada ou uma gangorra, permite que ele tenha a liberdade para ir e vir em seu processo, mostrando sua agência de escolha, bem como a dualidade presente no processo de luto, de acordo com o modelo dual de Stroebe e Schut (1999).

A linguagem figurativa de luto do GRAACE

Ao propormos o uso da linguagem figurativa com as crianças, foi preciso planejar a materialidade dessa linguagem levando em consideração o espaço físico, emocional e psíquico que dispomos. Outrossim, salientamos que uma expressão metafórica se propõe a auxiliar na abordagem dos assuntos sobre luto, morte, sentimentos e medos num contexto de desorganização familiar.

O momento de luto agudo no ciclo familiar demonstra que o luto infantil frequentemente está acompanhado pelo luto familiar, isso porque uma morte aconteceu na família e não apenas para essa criança. Sendo assim, é imprescindível atuar em conjunto com a família, reiterando a singularidade dos processos de luto, oferecendo ferramentas e estratégias de enfrentamento das perdas, e também enfatizando a importância da comunicação para não relegar a morte ao baú dos segredos confidenciais (e sobre o qual não falamos em hipótese alguma), atitude comumente assumida pelos pais sob a égide da proteção à criança (Cruz *et al.*, 2021, Vilela & Ribeiro, 2022).

No primeiro encontro do GRAACE são apresentados os acordos grupais às crianças, as ferramentas lúdicas que serão utilizadas assim como a expressão metafórica “(Sobre)viver na Selva”. Utilizam-se estratégias de diferentes graus de envolvimento

3 O jogo de tabuleiro é composto por peões e casas com seis cores diferentes, cada uma representando uma categoria de cartas, sendo elas: Histórias, Desafios Divertidos, Verdadeiro/Falso, Eu e os Outros, Estratégias e Detetive de Mim Mesmo.

corporal, cognitivo e emocional, intencionando a integralidade da intervenção no luto infantil - o GRAACE também propõe intervalo para o lanche, enquanto um momento estratégico de descontração e troca. Ao final do encontro, os membros são presenteados com uma pulseira da coragem, adereço para valorizar sua participação. Assim como o GRAL, após finalização do grupo é enviado formulário de avaliação das atividades aos tutores e/ou genitores (Luna, 2020).

Uma das expressões metafóricas amplamente utilizadas no GRAACE foi a proposta do jogo de tabuleiro³ (Sobre)viver na selva e, conforme as idealizadores do jogo Ana Santos e Susana Esteves (2019), a criança em luto lida com uma selva cheia de perigos, porém, também encontra nela espaços seguros. No jogo, os animais também passam por processos de luto e as crianças escolhem que animais irão representá-las, tendo cada um dos animais uma força a ser reconhecida, integrada ou enfatizada. No percurso da selva é preciso aprender estratégias de sobrevivência: como fazer uma fogueira, como se proteger de animais perigosos, como se unir com outros animais para se proteger e, principalmente, como se orientar dentro da floresta.

Utilizamos também um material descritivo sobre emoções para representar um mapa que nos ajudava a transitar por essa floresta, o livro intitulado “Emocionário” (Pereira & Valcárcel, 2018). Toda vez que uma das crianças participantes do grupo traziam temas relacionados às emoções e às dificuldades em relação às suas emoções, esse material era consultado coletivamente com a finalidade de orientação e informação. Uma das crianças sorteou uma carta do jogo que lhe convidava a dar dicas de como sobreviver nessa selva, se referindo às estratégias de enfrentamento funcionais para o seu processo de luto. Ela se debruçou sobre a expressão metafórica da selva, trazendo os seguintes exemplos: relatou que precisamos ter cuidado sobre o terreno que pisamos, pois podem existir troncos de árvore ou outros objetos que nos colocam em risco de tropeçar; relatou também que ao enfrentar um leão, precisamos estar calmos e nos mostrarmos inferiores à fera para sobrevivermos. Ambos exemplos representam a cautela em lidar com o luto, mas especialmente as ações necessárias para que o enlutado atravessasse momentos desafiadores desse processo.

Em um dos encontros, os facilitadores organizaram uma caça ao tesouro, na qual foram escondidas cartas do jogo na sala com perguntas explícitas sobre morte, luto por morte e estratégias de enfrentamento. A expressão metafórica do sobreviver na selva se mostrou uma importante aliada no trabalho grupal com as crianças enlutadas, possibilitando a elocução de emoções intensas e muitas vezes confusas para as crianças no seu processo de luto, de modo que o objetivo de promover a identificação, diferenciação e expressão das diferentes emoções foi alcançado.

Outro objetivo importante do grupo foi clarificar a percepção da morte abordando com naturalidade este processo, de modo que a elaboração da irreversibilidade da morte, de sua não funcionalidade, universalidade e causalidade, objetivos primordiais no luto infantil conforme presente na literatura (Roncatto, 2019), também foram aspectos observados no grupo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do uso da linguagem figurativa nos grupos facilitados com adultos e crianças enlutadas, percebemos que trabalhar com determinadas expressões metafóricas na intervenção junto ao enlutado exige uma escuta sensível, aberta, atenta, especializada e profunda por parte do profissional.

O reconhecimento dos diferentes sentidos negociados entre terapeuta e cliente é um passo primordial para o uso das expressões metafóricas, bem como uma forma

de garantir um espaço de acolhimento genuíno à pessoa enlutada. Com essa ferramenta foi possível priorizar um olhar de não julgamento, essencial para evitar o fracasso da empatia, tanto em dispositivos de acolhimento grupais, tanto nos individuais (Casellato, 2015).

A partir dessa postura de escuta não julgadora, instrumentalizamos as possíveis intervenções, levando em consideração o momento autodenominado pelo enlutado do seu processo singular do luto, percebendo em conjunto a gama de intenções, pensamentos e emoções concretas e presentes na fala do sujeito, além de co-construirmos na díade psicoterapeuta-cliente as ações possíveis que se apresentam, respeitando os limites determinados pelo enlutado.

Fez-se necessário a atenção às expressões metafóricas eleitas pelos enlutados, pois elas nos sinalizaram os espaços profícuos de (re)construção de significados, facilitando o trabalho reflexivo. No trabalho grupal com as crianças enlutadas foi importante a abertura para a espontaneidade, trazendo desafios constantes aos facilitadores.

Foi essencial ainda estar aberto para aquilo que emergiu das falas das crianças para que ocorresse a construção do vínculo e o favorecimento dos processos clínicos no luto infantil. O uso das expressões metafóricas auxiliou a imersão das crianças no trabalho grupal, além do que, mediou conversas elaborativas do seu processo de luto e reconhecimento emocional.

Por fim, é importante salientar que facilitadores no contexto grupal ou o psicoterapeuta no contexto clínico podem oferecer algumas expressões metafóricas para que o grupo ou sujeito reflita e decida se esses modelos linguísticos propostos serão preenchidos ou não de sentidos individuais ou coletivizados.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anton, M. C., & Favero, E.** (2011). Morte repentina de genitores e luto infantil: uma revisão da literatura em periódicos científicos brasileiros. *Interação em Psicologia*, 15(1). <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v15i1.16992>
- Bowlby, J.** (1998). *Separação: angústia e raiva*. São Paulo, Martins Fontes.
- Casellato, G.** (2015). Luto não reconhecido: o fracasso da empatia nos tempos modernos. In G. Casellato (Org.), *O resgate da empatia: suporte psicológico ao luto não reconhecido* (pp. 15-27). São Paulo: Summus.
- César, A. B. C.** (2008). A externalização do problema e a mudança de narrativas em terapia familiar com crianças. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 31, 85- 98.
- Corless, I. B., Limbo, R., Bousso, R. S., Wrenn, R. L., Head, D., Lickiss, N., & Wass, H.** (2014). Languages of Grief: a model for understanding the expressions of the bereaved. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 2(1), 132-143. <http://dx.doi.org/10.1080/21642850.2013.879041>
- Cruz, M. C. N. L., Gonçalves, F. T. D., Araújo, Z. A. M., Dutra, G. C., Vaz, A. C., Oliveira, A. T. F., Vilanova, L. S. M., et al.,** (2021). Um pedaço de mim virou estrelinha: elaboração do luto infantil. *Research, Society and Development*, 10(8), 1-7. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i8.17255>
- Freud, S.** (1924). Mourning and Melancholia. In J. Strachey et al. (Trans.). *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud* [Edição standard das obras psicológicas completas de Sigmund Freud]. Hogarth Press, 1917-1974. v. 14. pp. 271-291.
- Gamino, L. A., & Ritter Jr, R. H.** (2009). *Ethical practice in grief counseling*. New York, NY: Springer Publishing Company.

- Luna, I. J.** (2014). *Histórias de perdas: uma proposta de (re)leitura da experiência de luto*. Tese de Doutorado, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis.
- Luna, I. J.** (2020). Uma proposta teórico-metodológica para subsidiar a facilitação de grupos reflexivos e de apoio ao luto. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 29(68), 46-60. <http://doi.org/10.38034/nps.v29i68.585>
- Luna, I. J., & Moré, C. O.** (2017). Narrativas e processo de reconstrução do significado no luto. *Revista M. Estudos sobre a morte, os mortos e o morrer*, 2(3), 152-172. <http://seer.unirio.br/revistam/article/view/8154/7020>
- Luna, I. J., & Moré, C. L. O.** (2013). O modo de enlutamento na contemporaneidade e o aporte do construcionismo social. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 22(46), 20-35. <https://www.revistanps.com.br/nps/article/view/111/165>
- McGoldrick, M., & Walsh, F.** (1998). Um Tempo para chorar: a morte e o ciclo de vida familiar. In F. Walsh & M. McGoldrick (Orgs.), *Morte na família: sobrevivendo às perdas*. (pp 56-75). Artmed: Porto Alegre.
- Moutinho, K., & Conti, L. D.** (2016). Análise narrativa, construção de sentidos e identidade. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 32(2), 1-8. doi: <https://doi.org/10.1590/0102-3772e322213>
- Parkes, G. M.** (1988). Bereavement as a psychosocial transition: Processes of adaptation to change. *Journal of Social Issues*, 44(3), 53-65. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1988.tb02076.x>
- Paschoal, V. N., & Grandesso, M.** (2014). O uso de metáforas em terapia narrativa: facilitando a construção de novos significados. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 23(48), 24-43. <https://www.revistanps.com.br/nps/article/view/48>
- Pandolfi, Agatha.** (2012). *O que a morte não destruiu daquele que partiu: a construção de significados no processo de luto materno*. Dissertação de Mestrado, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.
- Pereira, C. N., & Valcárcel R. R.** (2018). *Emocionário: diga o que você sente*. Rio de Janeiro: Sextante.
- Roncatto, R.** (2019). *Luto Infantil*. Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade de Caxias do Sul, Caxias do Sul.
- White, M., & Epston, D.** (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos*. Barcelona: Paidós.
- Sandler, I. N., Ayers, T. S., Wolchik, S. A., Tein, J. Y., Kwok, O. M., Haine, R. A., ... & Griffin, W. A.** (2003). The family bereavement program: efficacy evaluation of a theory-based prevention program for parentally bereaved children and adolescents. *Journal of consulting and clinical psychology*, 71(3), 587. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.71.3.587>
- Santos, A., & Esteves, S.** (2019). *(Sobre)Viver na Selva: Lutos e Perdas*. Portugal: Editora Ideais com História.
- Stroebe, M., & Schut, H.** (1999). The dual process model of coping with bereavement: rationale and description. *Death Studies*, 23(3), 197-224. <http://dx.doi.org/10.1080/074811899201046>
- Vilela Neto, A. A., & Ribeiro, J. L.** (2022). *Elaboração do Luto Infantil*. Trabalho de Conclusão de Curso, Universidade de Uberaba, Uberaba.

PEDRO HENRIQUE HAEFLIGER GEREMIA

Universidade Federal de Santa Catarina. Bacharel em Psicologia (2023), realizou estágio obrigatório no Ambulatório Universitário sobre o Luto (AMBLu) da UFSC e atualmente trabalha com Psicologia Clínica abordando aspectos psicossociais e clínicos no luto.

E-mail: pedrogeremia@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-3770-0999>

BIANCA ZOLA BAHIA MARQUES

Universidade Federal de Santa Catarina. Graduanda em Psicologia, realizou estágio obrigatório no Ambulatório Universitário sobre o Luto (AMBLu) da UFSC, atendendo grupos de adultos enlutados e grupos de crianças enlutadas (de 07 a 11 anos).

E-mail: biancabahia0104@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0002-9166-0401>

LUIZ HENRIQUE NICOLAU

Vínculo Institucional: Universidade Federal de Santa Catarina. Bacharel em Psicologia (2023), participou como extensionista no Ambulatório Universitário sobre o Luto (AMBLu) da UFSC.

E-mail: luhenriquenicolau@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-2733-8713>

GISELE LIMA DOS SANTOS

Universidade Federal de Santa Catarina. Psicóloga formada em 2023, participou como extensionista no Ambulatório Universitário sobre o luto (AMBLu). Trabalha atualmente com Psicologia Clínica na perspectiva Fenomenológico-Existencialista.

E-mail: psi.giselelima@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-7350-3505>

IVÂNIA JANN LUNA

Universidade Federal de Santa Catarina. É professora do curso de Psicologia, do Programa de Pós-Graduação em Psicologia e do Programa de Mestrado Profissional em Saúde Mental do Departamento de Saúde Pública da UFSC. É fundadora, coordenadora e supervisora do Ambulatório Universitário sobre o luto (AMBLu) da UFSC.

E-mail: ivaniajannluna@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-3095-5134>