

LUTO NA ADOLESCÊNCIA: RECONSTRUINDO A IDENTIDADE

Adelaide Mariana Borges Rezende
Elisângela Maura Catarino

Resumo: A adolescência é um período de transição do corpo infantil para o corpo adulto, das exigências da vida adulta sem ser ainda, fase de inúmeras descobertas. Conforme o (ECA) Estatuto da Criança e do Adolescente, a adolescência tem início aos 12 anos. Além das mudanças físicas, nota-se também as mudanças de comportamento, assim como a forma de enxergar e se relacionar com o outro é momento em que o adolescente está tentando se encontrar no mundo. Assim, o adolescente que enfrenta neste período a morte de alguém muito próximo como um dos pais ou da pessoa que exercia esse papel pode necessitar de um apoio maior, não apenas da família, amigos e escola para encarar esse processo. O presente trabalho tem por finalidade discutir esta temática, o luto, em adolescentes, analisando a experiência da perda e possíveis consequências que este luto mal elaborado pode acarretar dentro dos vários contextos que os mesmos estão inseridos: escola, meio social e familiar. Identificando alguns fatores de risco. A investigação adotou uma metodologia qualitativa, baseada em pesquisas de levantamento bibliográfico.

Palavras-chave: Adolescência. Morte. Luto.

Introdução

Falar sobre a morte ainda é um tabu em nossa sociedade, pois coloca o ser humano frente a sua própria fragilidade, mesmo sabendo que é a única certeza. Independente do contexto social em que se vive falar sobre a morte é algo doloroso para quem fala e para quem ouve. Comentar isso perto das crianças e adolescentes para algumas culturas seria “pecaminoso”, para outras tratadas de forma tão natural que não traria consequências mais severas que a dor. É como se isso não fizesse parte da vida real, os adolescentes já conseguiriam entender melhor, uma vez que estariam em um estágio de maturidade bem maior que as crianças, saberia que a morte é de verdade para todos, algo que independe do ser humano, porém mesmo compreendendo eles podem se ver perdidos e abalados frente a perda de alguém importante levando-os a necessitar de uma ajuda maior, a ajuda do psicólogo.

Neste sentido o presente trabalho pretende abordar em especial como o adolescente enfrenta a perda e posteriormente o luto de um dos genitores ou de um responsável que exerça este papel assim como o ambiente que está inserido. É preciso analisar a experiência de perda e luto para o mesmo, e como poderá atingir sua vida escolar, social e sua própria identidade. Para isso será utilizado as contribuições de alguns autores.



É interessante discutir sobre essa temática na vida do adolescente, pois o mesmo naturalmente já está passando pelo luto, de deixar seu corpo infantil e a entrada na vida adulta. Estudar como ele enfrenta esse luto propriamente dito pode contribuir para que haja um melhor acolhimento dos mesmos nesse processo, para que seu desenvolvimento não fique abalado e possa ser capaz de dar continuidade em sua vida.

O nascimento da Adolescência: crescendo

A adolescência é marcada por um momento de transição do corpo infantil para o corpo adulto, sendo um momento marcado por inúmeras transformações. Conforme o Art. 2º do Estatuto da criança e do adolescente “considera-se criança, para os efeitos desta Lei, a pessoa até doze anos de idade incompletos, e adolescente aquela entre doze e dezoito anos de idade”. Em casos excepcionais e quando disposto na lei, o estatuto é aplicável, até os 21 anos de idade.

Para a OMS (Organização Mundial da Saúde), a adolescência ocorre entre 10 e 19 anos. Para Eisenstein (p.2, 2005) a adolescência é “caracterizado pelos impulsos do desenvolvimento físico, mental, emocional, sexual e social e pelos esforços do indivíduo em alcançar os objetivos relacionados às expectativas culturais da sociedade em que vive”.

Segundo Ferreira e Nelas (p.142, 2016) “A adolescência é um período de vida que merece atenção, pois esta transição entre a infância e a idade adulta pode resultar ou não em problemas futuros para o desenvolvimento de um determinado indivíduo”. Citando o mesmo “É na adolescência que o indivíduo toma consciência das alterações que ocorrem no seu corpo, gerando um ciclo de desorganização e reorganização do sistema psíquico

Por se um momento de mudança, o adolescente pode se sentir confuso e perdido em relação às transformações que estão acontecendo tanto em seu corpo como em sua mente, sentindo-se perdidos em relação a vários aspectos: querem saber quem são, qual o propósito de suas vidas/existência e podem ter dificuldades nos relacionamentos diários entre outras coisas. Conforme Dias (p. 276, 2011) “O luto pelo papel e identidade infantis refere-se às perdas dos privilégios e à renúncia à dependência familiar, que os lança no futuro misterioso e incógnito repleto de responsabilidades e situações desconhecidas”. Algo em particular que pode os deixar muito confusos é o falar sobre a morte e viver o luto.

Segundo Kovács (p.53, 1992),



“O adolescente tem a possibilidade cognitiva de perceber as características essenciais da morte, como a sua irreversibilidade, universalidade e pode dar respostas lógicas formais. Levanta hipóteses e discute esse tema tão complexo. Porém, emocionalmente, pode estar muito distante da morte [...]”.

Fazendo referência ao autor citado, o adolescente tem consciência sobre a morte, mas é difícil para o mesmo a aceitar, principalmente quando pensa em sua própria existência por achar que isso não pode atingi-lo, tenta até desafia lá em situações de risco como guiar automóveis em alta velocidade e esportes radicais sem proteção.

Para Kovács (p. 6, 1992) “Aqui está representada a busca e o desejo de imortalidade do ser humano, o seu desejo de ser herói, forte, belo e onipotente, com a grande missão de vencer o dragão da morte”. Para Peruzzo et.al (p.92, 2007) “a perda de uma pessoa próxima pode gerar no adolescente a consciência da própria mortalidade, contrapondo-se com o sentimento de invulnerabilidade comum a este período da vida”.

Ao mesmo tempo em que arriscam suas vidas e negam se a falar sobre a morte é possível perceber que são atingidos diretamente quanto a perda de uma pessoa próxima pai, mãe ou alguém que exerça esse papel, aliás, agora ele passa do seu papel de filho para órfão, essa e outras questões podem trazer consequências na vida escolar, social, familiar e abalo na sua construção da identidade se não forem acompanhados e ajudados para a elaboração desse luto. É importante então, que o adolescente passe por isso, sinta a dor para evitar problemas no futuro.

Inclusive depressão, que é algo comum nesta fase por ele não saber lidar com mudanças tão radicais e que levará para o resto da vida. O luto pode ser apenas mais um botão para acionar mais esse sofrimento.

Histórico da Morte

De acordo com dados históricos é possível notar que nem sempre a morte foi vista como um tabu na sociedade Ocidental. Na Idade Média quando se estava perto da morte, o moribundo reunia as pessoas próximas para que pudesse ir em paz com todos, fazendo assim a reconciliação, para que pudesse alcançar o paraíso. Conforme Galvão (p.1, 1998) “Os cortejos fúnebres contavam com a presença dos membros das irmandades leigas, parentes, amigos, curiosos, músicos e padres”. Sendo assim os corpos eram enterrados na própria igreja, os ricos tinham seus lugares dentro das igrejas e os pobres eram enterrados no pátio.



A partir do momento que a morte passa a não acontecer mais em casa, e sim no hospital as pessoas começam ter distanciamento da morte. Conforme Áries (2003) esse seria um dos motivos que pelo qual a morte passa a ter outro significado para o ser humano. Segundo Tavares (p.3, 2011), “A partir do desenvolvimento da medicina, do processo de modernização e racionalização da sociedade a visão sobre a morte foi se transformando, saindo do público em direção ao privado e ganhando uma forma mais individualista”.

Atualmente percebe-se que a preparação para essa morte tomou outro rumo, a morte acontece no hospital, o corpo é preparado por profissionais especializados, levados ao caixão e o velório acontece em salões próprios para isso.

A morte realmente passou a ser um tabu, as pessoas evitam falar com o enlutado sobre, é como se nada tivesse acontecido e a pessoa fosse obrigada a seguir sua vida, sem ao menos poder passar pela dor. Aliás, expressar isso, é considerado por muitos um sinal de fraqueza, sendo inadequado esse tipo de reação.

Processo do Luto: fazendo parte da realidade

Ao longo da vida todos passam por algum tipo de luto, seja o fim de um relacionamento, a perda de um emprego, o luto do corpo infantil e a mais conhecida por todos, a morte propriamente dita. Para Parkes (p.44, 1998) “O luto é, afinal o acontecimento vital mais grave que a maior parte de nós pode experimentar”, pois independe de nossa vontade, algo que não podemos controlar e pode atingir a qualquer um.

É importante passar pelo processo do luto, adiar isso pode trazer consequências futuras, principalmente quando se fala do adolescente que enfrenta um momento de transição. Por isso a importância de deixar o enlutado sentir e expressar sua dor, sem frases clichês que estimula o enlutado a guardar tudo o que está sentindo.

A intensidade do luto é variável conforme o apego estabelecido pelo sujeito, características como: idade, sexo, dependência emocional/ financeira, personalidade, saúde, recursos sociais, espiritualidade e outro fator muito importante é o tipo de morte, esperada ou não.

O modo como a morte ocorre pode ser um dos determinantes para a elaboração do luto, receber a notícia da morte de alguém que vinha já enfrentando alguma doença terminal,



por exemplo, é mais reconfortante do que em outra situação. Não raro pode ouvir expressões que relatam que a pessoa agora está em um “lugar melhor” e que já pode descansar.

A morte torna-se menos revoltante quando leva consigo um moribundo que vinha sofrendo progressivamente há anos, alternando entre o leito de casa e o leito do hospital, ingerindo fortes medicamentos e necessitando da ajuda de seus familiares para atividades antes corriqueiras, como ir ao banheiro ou comer sozinho. (Moura, 2006, p. 39).

Já a morte inesperada traz consigo um abalo emocional e psicológico mais forte, acidentes automobilísticos, homicídios e suicídio são alguns exemplos. Para Kovács (p.155, 1992) “Mortes inesperadas são bastante complicadas, pela sua característica de ruptura brusca, sem que pudesse haver nenhum preparo. A mutilação do corpo costuma ser um fator agravante, acarretando frequentemente revolta e desespero”.

Perdas repentinas refletem um grau ainda maior de dificuldades em relação a uma perda que pode ser de certa forma, preparada. Podem interferir a ponto de incapacitar a pessoa de solucionar esses problemas, levar o indivíduo a desenvolver um funcionamento disfuncional como resposta à perda. (BASSO & WAINER, 2001, p.38).

Muitos adolescentes ficam resistentes ao falar da morte e da dor que estão sentindo, podem sentir se solitários, principalmente quando a uma relação de apego muito forte com o morto. É importante que respeite o momento do enlutado, porém as pessoas que estão mais próximas devem ficar atentas aos sinais para que o luto não se torne patológico, mais a frente será discutida. Segundo Melo (2004), “o luto vai ser uma adaptação à perda, o que consiste em uma serie de tarefas e fases, tendo cada indivíduo seu próprio tempo”.

Estudiosos da área contribuíram acerca das fases em que o enlutado pode enfrentar, não sendo necessário que se siga a ordem e nem que passe por todas as fases. Isso se aplica para crianças, adolescentes e adultos, porém cada pessoa elabora de diferentes maneiras. Elisabeth Kubler-Ross 1998, desenvolveu sua pesquisa com doentes terminais. Segundo ela doentes terminais e enlutados passam por cinco fases: negação, raiva, barganha, depressão e aceitação.

Para Bowlby (1985) o processo do luto é vivenciado a partir de quatro fases. A primeira fase refere à negação da morte, a segunda esta composta pela saudade que o enlutado sente do morto, a terceira fase é a desorganização e a quarta fase seria a adaptação.



Redes Sociais e a relação com o luto

A internet e as redes sociais são consideradas grandes veículos de comunicação na atualidade, às pessoas tendem a usa-las como forma de interagir com o meio e com outros internautas, expondo muitas vezes sua vida, sentimentos e emoções. Como forma de aliviar o que está sentindo no momento.

Não raro é vermos enlutados relatando a dor da sua perda no facebook, isso se aplica tanto a adultos e adolescentes que cada vez estão entrando mais cedo na era virtual. Nos recados deixados relembram os momentos e recordações com o morto, declarando então a saudade que os mesmo deixaram.

O facebook é uma rede social inspirada nos livros de formandos norte-americanos, que continham uma imagem de rosto em conjunto de uma breve biografia do estudante, é composto por imagens e escritos, que de forma cronológica e temporal (mas também editável) constituem o perfil de um usuário. (GOLDBERG, p. 16, 2016).

Conforme Peruzzo (p.98, 2007) “Atualmente, a Internet tornou-se uma ferramenta, na qual a liberdade de expressão é possível [...]. Talvez sejam essa uma das razões pelas quais as pessoas conseguem manifestar os sentimentos tão particulares decorrentes do luto nesse meio”.

Para Vaz (2014) “De facto, é natural que as redes sociais sejam usadas em momentos de perda, pois a sua imediaticidade e “onipresença” permitem expressar a dor e receber mensagens de apoio num momento delicado, sentindo a compaixão de quem nos quer bem”.

No entanto é importante analisar em que momento isso extrapola os limites saudáveis na elaboração da perda, pois prolongar o sofrimento ou negar a realidade pode complicar a vida do ser, ainda mais de adolescentes que estão em pleno desenvolvimento. Compreendendo em que momento a rede social, especificamente o Facebook, está impedindo que a pessoa consiga reesignificar essa perda.

Nos casos dos adolescentes são de suma relevância que os familiares, amigos e pessoas próximas estejam atentos as postagens que o mesmo faz, pois ali pode ser um lugar onde ele se sinta à vontade pra expressar sua dor, visto a enorme dificuldade que muitos têm em falar pessoalmente. Além disso, é necessário observar se as postagens não estão deixando alguma brecha contra a vontade de atentar contra sua própria vida.



Luto Patológico

Diferenciar o luto normal do patológico nem sempre é fácil, em razão da subjetividade do ser humano considerando que cada um tem o seu próprio tempo, porém algum critério pode colaborar para que possa distinguir quando a elaboração do luto está no caminho para se tornar algo patológico.

Para Franco (p.136, 2002) alguma característica do Luto Patológico seria: identificação excessiva e anormal com o falecido, ideias suicidas comuns, a autoimposição de culpa é global, a pessoa pensa ser inútil ou má em termos gerais, geralmente evoca aborrecimento e irritação médica, os sintomas não aliviam com o tempo e podem piorar, podendo persistir por vários anos se não tratados, ausência de respostas a reassuramento; afasta contatos sócias entre outros.

De acordo com Parkes (p.226, 1998).

O tratamento das reações patológicas do luto segue os mesmos princípios presentes nas indicações para apoio às pessoas enlutadas em geral. Desta forma, o tratamento adequado para o luto adiado ou inibido pode tomar a forma de psicoterapia, na qual o paciente é encorajado a expressar seus pesar e a superar as fixações ou bloqueios para que possa se aperceber do que acontece e daí reaprender o mundo.

Pode-se perceber então que é possível superar o luto patológico de maneira eficaz trazendo o enlutado a reconhecer sua dor, e a transformando em aceitação. Para o adolescente isso é muito importante, pois como está em momento de construção o apoio de familiares, amigos, escola e a psicoterapia pode o ajudar.

Segundo Nascimento (p.4, 2008) “o papel do psicólogo quando se fala de morte e luto é trabalhar com o paciente as questões frente a sua condição atual e as implicações biopsicossociais- históricos e afetivos existentes neste processo de perdas”.

Luto e Morte no ambiente escolar

A sociedade vê a morte como um tabu, é um assunto que se evita falar e na escola isso não é diferente, a escola muitas vezes não está preparada para receber o aluno que sofreu uma perda, mesmo sendo um ambiente que poderia proporcionar trocas de experiências muito



ricas. Falar dos acontecimentos da vida é tão importante quanto à matemática e o português. Já que a morte não escolhe gênero e nem idade.

Segundo Marques & Demartini (p. 55, 2011), “A importância da educação para a morte é um assunto que necessita ser tratado e repensado conforme a experiência e necessidade de cada escola”. É de suma importância que essa temática seja abordada no contexto escolar, visto que o aluno enlutado fica fragilizado, ele pode se sentir sozinho, triste e perdido, a ajuda dos colegas e da escola de forma geral será muito importante, em razão do próprio adolescente passa grande parte do seu tempo inserido neste contexto.

São comum que inicialmente o adolescente enlutado tenha uma baixa em sua vida acadêmica, apresentado notas baixas, afastamento das atividades que antes lhe davam prazer (jogos), fique distraído, desatento nas aulas e até mesmo se distancie dos colegas antes próximos. A falta de acolhimento com este aluno, tanto da parte dos colegas que muitas vezes não sabem o que fazer, visto que, muitas vezes também não entendem sobre a morte e dos professores que se veem acuados por não saber o que e quando falar pode abalar ainda mais a estrutura psicológica do adolescente.

Citando o mesmo autor, por isso a importância de uma formação continuada para professores, pois possibilitara que estes estejam mais preparados para lidar como esses e outros tipos de circunstâncias, sendo então um apoio efetivo e afetivo. Ter um espaço que possibilite o adolescente de falar suas angústias diárias tornaria o trabalho com o futuro enlutado mais fácil por já haver uma rede de apoio eficaz e de confiança. Isso permite a desconstrução da escola como um agente que só se interessa com o adolescente quando o mesmo gera algum tipo de problema.

Conclusão

Em virtude dos fatos mencionados, conclui-se que a adolescência é uma fase de (des) construção de um novo ser, este, portanto pode se sentir perdido sobre quem ele é, em razão da transição do corpo infantil para o corpo adulto, assim como na busca de sua nova identidade. Além do luto pelo corpo infantil, o luto propriamente dito com a morte de um dos pais ou de alguém que exerça essa função gera conflitos no adolescente, que já enfrenta dificuldades em aceitar a morte, posto que seja inadmissível que ele ou a figura de apego morra.



Portanto o luto pela morte quando não elaborado pode trazer malefícios futuros na vida do adolescente, como visto anteriormente um dos contextos que pode ser atingido é o escolar, por isso a necessidade de uma formação continuada para professores e colaboradores da escola, para que haja um acolhimento eficaz para os mesmos, ampliando espaços para discussões do cotidiano que aflijam os adolescentes. A ajuda de um psicólogo na elaboração desse luto pode também ser necessária já que muitas vezes esse luto não é vivido devido às exigências errôneas que a sociedade impõe, impossibilitando assim que o enlutado expresse sua dor.

Referências

- Áries, P. (2003). **História da morte no ocidente**. Editora Ediouro. Rio de Janeiro. Tradutora, Priscila Viana Siqueira.
- BASSO, Lissia Ana; WAINER, Ricardo. Luto e perdas repentinas: contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 7, n. 1, p. 35-43, 2011.
- BOWLBY, J. - **Apego, perda e separação**. São Paulo, Martins Fontes, 1985.
- DIAS, Elaine Teresinha Dal Mas; TERESINHA, E. Adolescência e morte: representações e significados. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 15, n. 2, p. 273-281, 2011.
- DOMINGOS, Basílio; MALUF, Maria Regina. Experiências de perda e de luto em escolares de 13 a 18 anos. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, v. 16, n. 3, p. 577-589, 2003.
- Eisenstein E. Adolescência: definições, conceitos e critérios. *Adolesc Saude*. 2005;2(2):6-7
- FERREIRA, Manuela; NELAS, Paula Batista. Adolescências... Adolescentes.. **Millenium-Journal of Education, Technologies, and Health**, n. 32, p. 141-162, 2016.
- FRANCO, M. H. P. **Estudos avançados sobre o luto**. Campinas: Livro Pleno, 2002.
- GOLDBERG, Leonardo. **Perfis póstumos nas redes sócias**. Ciência e vida, São Paulo, v.109, n.15-21, 2016.
- KOVÁCS, M. J. **Morte e Desenvolvimento Humano**. Casa do Psicólogo: Livraria e Editora,1992.
- MARQUES, Patrícia Regina Moreira; DEMARTINI, Zeila de Brito Fabri. Luto na escola: um cuidado necessário. **Revista Pedagógica**, v. 13, n. 26, p. 43-58, 2011.
- MELO, Rita. Processo de Luto. **O Inevitável Percurso Face a Inevitabilidade da**, 2004.
- MOURA, Cristina Marcos de. **Uma avaliação da vivência do luto conforme o modo de morte** 2006.
- NIETO. Marya. Como as redes sociais mudaram a forma de lidar com a morte, 2016. Disponível http://brasil.elpais.com/brasil/2016/08/19/tecnologia/1471622152_106143.html. Acesso em 19 de abril de 2017
- PARKES, C. M. **Luto: estudos sobre a perda na vida adulta. 2ª ed. São Paulo**: Summus editorial, 1998.
- PERUZZO, Alice Schwanke et al. A expressão e a elaboração do luto por adolescentes e adultos jovens através da internet. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 7, n. 3, p. 0-0, 2007.
- TANIS, Bernardo. Especificidade no processo de elaboração do luto na adolescência. **Revista Brasileira de Psicanálise**, v. 43, n. 3, p. 39-50, 2009.



TAVARES, Thiago Rodrigues. Um ritual de passagem: o processo histórico do “bem morrer”. Juiz de Fora: UFJF, 2010.

VAZ. Catarina Barra. Lutos e Redes Sociais, 2014. Disponível em: <https://psitalk.org/2014/11/19/luto-e-redes-sociais/>. Acesso em: 19 de abril de 2017.

Dos autores

¹ UNIFIMES, acadêmica do 9º período do curso de Psicologia. Email – adelaide_mariana@hotmail.com

¹ UNIFIMES, Prof.^a Dra. Em Ciências da Religião, adjunta na pasta de Língua Portuguesa da instituição referida. maura@fimes.edu.br

