CENTRO UNIVERSITÁRIO ALVES FARIA

GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

**IGOR HENRIQUE MAIA MARTINS**

# A Elaboração do Luto na Ruptura Afetiva

## Um Estudo de Caso

GOIÂNIA

2022

**IGOR HENRIQUE MAIA MARTINS**

# A Elaboração do Luto na Ruptura Afetiva

## Um Estudo de Caso

Artigo apresentado ao Centro Universitário Alves Faria como requisito parcial para obtenção do título de Psicólogo.

Orientador: Prof (Esp.) Simone dos Santos Abadia

GOIÂNIA

2022

**IGOR HENRIQUE MAIA MARTINS**

# A Elaboração do Luto na Ruptura Afetiva

## Um Estudo de Caso

Artigo apresentado ao Centro Universitário Alves Faria como requisito parcial para obtenção do título de Psicólogo.

Orientador: Prof. (Esp.) Simone dos Santos Abadia

---

Prof. (Esp.) Simone dos Santos Abadia – Centro Universitário Alves Faria (Orientadora)

---

(Doutor) Raphael Moura Cardoso – (Banca examinadora)

---

(Mestre) Andréia Alves – (Banca examinadora)

Goiânia, 15 de Dezembro de 2022.

**Dedicatória**

*Dedico este trabalho a minha mãe, que é uma mulher incrível e me deu as bases educacionais para que hoje eu estivesse aqui. Além disso, dedico ao Geovane por me apoiar muito, tanto materialmente quanto emocionalmente, de modo que sem essas ajudas básicas talvez eu não concluísse este trabalho.*

**Agradecimentos**

Agradeço ao Geovane,

Ao meu amigo Kaíke,

A minha mãe,

A Supervisora Simone,

A Professora Cláudia

E a todas as outras pessoas que me auxiliaram de algum modo.

“A única constante é a mudança”

*Heráclito de Héfeso*

**Resumo**

O presente artigo tem o objetivo de investigar como se dá o processo de luto em decorrência do fim de relacionamentos amorosos no intuito de identificar como o sujeito que passa por essa vivência elabora essa experiência de perda. Desse modo, este artigo contém uma revisão bibliográfica do tema sob a perspectiva da psicanálise, trazendo as concepções de vários autores a respeito, como Freud, Elizabeth Kübbler-Ross, Bowlby e também autores contemporâneos com publicações na plataforma google acadêmico e scielo. Foram reunidos os escritos acerca do tema buscando descrições do processo e de sua elaboração, incluindo a psicodinâmica relacionada ao processo de luto e sentimentos existentes nesta fase. Em um segundo momento foram visualizados na prática os conceitos abordados, através de um estudo de caso de uma paciente que buscou atendimento psicológico na instituição devido ao sofrimento intenso e consequentemente alguns sintomas psíquicos ocasionados por uma ruptura amorosa que a colocou num processo de inibição melancólica. Através deste estudo concluiu-se que o manejo transferencial é de fundamental importância, bem como as intervenções clínicas durante os atendimentos, pois auxiliaram o sujeito a atravessar os estágios de luto, evitando a fixação em uma etapa do luto. e também notamos a importância da quebra de idealizações acera do objeto de amor de modo a retirar a libido uma vez investida para que esta esteja disponível para atividades do mundo externo.

**Palavras-chave:** Luto; Separação Afetiva; Psicanálise;

**Abstract**

This article aims to investigate how the mourning process takes place due to the end of affective relationships and also how the subject elaborates all this. This article contains a bibliographic review of the theme from the perspective of psychoanalysis, bringing the conceptions of several authors about it, such as Freud, Elizabeth Kübbler-Ross, Bowlby and also authors of articles from the google academic platform and scielo. The writings on the theme were gathered seeking descriptions of the process and its elaboration, including the psychodynamics of this and feelings existing in this phase. In a second moment, the concepts approached were vizualized in practice, through a case study with a patient who sought psychological care at the institution because she was experiencing a love break and was going through a process of melancholic inhibition. Through this study it was concluded that transferential management is of fundamental importance, as well as clinical interventions that help the subject to cross from one stage to another, avoiding fixation in a stage of mourning and we also noticed the importance of breaking the idealizations of the object of love in order to remove the libido once invested so that it is available for activities of the external world.

**Keywords:** Mourning; Affective separation; Psychoanalysis;

**Sumário**

**Introdução**.....**1**

**RUPTURA AMOROSA E O PROCESSO DE LUTO**.....**2**

**2.1 Concepção de Freud**.....**2**

*2.2 Elizabeth Kübbler-Ross e As Fases do Luto.*.....**3**

***2.3 Concepção de Bowlby***.....**4**

2.4 Vivência Psíquica e Sentimentos Após a Ruptura Afetiva.....**5**

**2.5 Elaboração do Luto**.....**7**

**Método**.....**8**

**Estudo de Caso**.....**9**

**Participantes**.....**9**

**Resultados e Discussão**.....**9**

**Referencias**.....**17**

# A ELABORAÇÃO DO LUTO NA RUPTURA AFETIVA

**Igor Henrique Maia Martins**

**Centro Universitário Alves Faria**

Segundo Freud, a vivência do sujeito no amor e nos relacionamentos representa uma busca não só pela felicidade como também uma das maiores fontes de sofrimento possíveis. Através das relações humanas, o indivíduo tem suas necessidades eróticas satisfeitas, contudo, corre sempre o risco de perder este objeto externo podendo encontrar a dor e o desamparo (FREUD, 1930/1980).

Nesse contexto, o que acontece quando uma relação acaba? O sujeito embarca num processo denominado luto, algo natural, não patológico, onde o psiquismo buscará liberar a libido uma vez investida no objeto de amor para novos investimentos. Contudo, trata se de um processo onde o sujeito se sentirá triste, desestimulado em relação as atividades externas, por vezes culpado e com memórias e sentimentos voltados para o que perdeu (FREUD, 1917).

Espera-se que o sujeito realize esse atravessamento e, com o tempo, supere a inibição característica do luto e se sinta vivo de novo, no entanto, podem haver problemas neste redirecionamento da libido e o sujeito ingressar no que Freud denominou Melancolia (FREUD, 1917). Neste caso, será necessária uma intervenção psicológica e a abordagem psicanalítica é uma boa opção.

Essa pode ser uma experiencia complexa com sentimentos em relação ao parceiro vindo à tona e ser difícil manejar tudo isso. No final das contas, partes nossas morrem juntamente com aquilo que se foi (Kovacs, 1992), num golpe contra o nosso narcisismo.

No presente artigo abordamos como se dá o processo de luto após uma ruptura afetiva, tendo como objetivos 1) Discutir o tema à luz da literatura psicanalítica 2) Entender como ocorre a elaboração do luto por separação amorosa através de um estudo de caso 3) Identificar

fatores que facilitam esta elaboração. O tema é importante por ser uma demanda comum na clínica e também pela escassez de trabalhos a respeito deste tipo de luto especificamente.

## 2. RUPTURA AMOROSA E O PROCESSO DE LUTO

### 2.1 Concepção de Freud.

Para elaboração de uma perda, o sujeito embarca no processo denominado Luto. Sempre que se fala em luto, logo se pensa no processo de sofrimento psíquico em decorrência da morte de alguém, mas para a Psicanálise este processo é desencadeado sempre que ocorre uma perda significativa para o sujeito, de qualquer ordem, real ou simbólica, concreta ou abstrata (Cavalcanti, Samozuk, & Bonfim, 2013; Kovács, 1996).

Conforme a contribuição de Freud em seu clássico “Luto e Melancolia”:

> O luto, de modo geral, é a reação à perda de um ente querido, à perda de alguma abstração que ocupou o lugar de um ente querido, como o país, a liberdade ou o ideal de alguém, e assim por diante” (FREUD, 1917, pg 129).

Neste atravessamento o sujeito é tomado por um profundo desanimo, um desinteresse pelas atividades externas, uma inibição generalizada das ações, incapacidade de amar e constantes rememorações em relação ao objeto de amor perdido. A tarefa exigida neste é redirecionar a libido uma vez investida no parceiro afetivo para outros empreendimentos ou pessoas, o que naturalmente se dá através do constante teste de realidade que frustra o sujeito, provando que ele não tem mais aquilo que amava em sua vida. Se esta tarefa penosa for bem sucedida, o sujeito elabora o luto e rompe com a inibição, retornando atividades no mundo externo, caso contrário, entra em um estado denominado por Freud de Melancolia, onde o sujeito sofre além dos sintomas naturais do Luto, também um grande dano ao seu ego, a sua

autoestima, resultando em autoacusações e expectativa de punição. Ocorre que a raiva em relação ao parceiro que o abandonou se volta para o ego da pessoa enlutada. Vale lembrar também que, conforme a contribuição essencial de Freud em “Luto e Melancolia”, o enlutamento é algo natural, não podendo ser tratado como patológico. Portanto, interferências de qualquer tipo não eliminam o processo e podem até mesmo atrapalhar a fluidez da elaboração da perda (FREUD, 1917).

**2.2 Elisabeth Kübbler-Ross e as Fases do Luto.**

Em outra perspectiva, que se difere das concepções psicanalíticas, porém não menos importante, o luto é abordado como um processo de 5 fases, em que haveria uma tendencia a acontecer na ordem descrita, porém, não se limitando a isso, com fases se sobrepondo ou ocorrendo simultaneamente. As fases são: Negação, raiva, barganha, depressão e aceitação (Kübbler Ross, 1926/1994).

A primeira fase, denominada de Negação é caracterizada pela defesa psíquica e necessária em relação àquilo que o sujeito reconhece que ou acredita que, não possa lidar. Isto é, o sujeito nega a perda, se recusa a olhar para o fato de que o  ente querido morreu, o ex-companheiro a/o deixou, etc, ficando em um estado de choque. Na segunda fase, o sujeito é tomado pela revolta e a raiva em relação àquilo que se foi ou então o que foi supostamente responsável pela perda vivida. Essa raiva pode ser direcionada ao ex-companheiro que terminou, a um terceiro envolvido, a Deus e etc. Na terceira fase, denominada de Barganha, o sujeito começa entender que está perdendo e busca meios alternativos para impedir a efetivação do processo: Faz acordos, negociações, se for com alguma entidade espiritual ou divina, faz promessas (Kübbler Ross, 1926/1994).

Após frustradas todas as tentativas de negar e negociar, e após perceber que se revoltar não alterará em nada a situação, o sujeito se vê triste e impotente perante o que se impôs a ele e que não tem o controle e assim, se volta para seu mundo interno, se fechando e se excluindo das atividades externas. É a fase depressiva do luto, já muito próxima da aceitação, mas podendo se prolongar bastante. A aceitação se dá quando o indivíduo consegue olhar para a situação de perda de forma nua e crua, daí em diante podendo seguir sua vida de forma mais saudável, porquê a perda finalmente foi elaborada (Kübbler Ross, 1926/1994).

*2.3 Concepção de Bowlby.*.

Bowlby também traz uma importante contribuição acerca disso dividindo o processo em quatro estágios. Vale a pena mencioná-los.

O primeiro estágio é o do Torpor ou Aturdimento, fase em que o sujeito descobre a perda, isto é, recebe a notícia do parceiro terminando ou a equipe de saúde entra em contato para informar que um ente querido morreu, a partir daí o sujeito poderá ter acessos de fúria em relação ao que aconteceu ou então de consternação. No segundo estágio, a pessoa é dominada pela saudade e a nostalgia e passa a buscar o objeto de amor perdido, se dando conta de forma um pouco mais consciente da perda. É nesta fase que se pode ir atrás do ex e buscar reatar a relação. A terceira fase, da desorganização e do desespero é marcada pela ambivalência emocional, onde o sujeito sente alternadamente tristeza, raiva e culpa juntamente com um desespero ao se lembrar da pessoa que perdeu, constatando este fato. A última, chamada de "Fase de Maior ou Menor Reorganização" ocorre logo após o desespero final e é onde o indivíduo se reestrutura a partir da perda e em que ocorre, enfim, a aceitação. Contudo, assim como no modelo de Kübbler-Ross, estas fases não ocorrem de forma linear no psiquismo do sujeito, onde tudo é sempre mais complexo e assim as fases podem se intercalar ou se inverter (Bowlby, 1969).

### *2.4 Vivência Psíquica e Sentimentos após a Ruptura Afetiva.*

Na separação amorosa, o fator que definiu a escolha do parceiro também representará influência importante no tipo de luto que será vivido. Quanto a isso, a escolha do objeto de amor pode ser narcísica ou anaclítica. A escolha narcísica é baseada no próprio ego do sujeito, em características pessoais deste, no que ele foi ou no que poderia ser (ideal de eu), nestes casos o outro não é visto como indivíduo, há projeção do eu no outro e este é mais um meio para a satisfação de um desejo. Quando um relacionamento de escolha narcísica acaba, o sujeito experimenta um sentimento de perda de si mesmo. Na escolha anaclítica, o parceiro é escolhido com base nas relações primordiais com as figuras parentais, na questão do cuidado. Logo, uma mulher heterossexual pode escolher como parceiro um homem provedor, reeditando a relação com seu pai e um homem heterossexual pode escolher uma mulher que cuide dele nas questões domésticas e de nutrição, repetindo a relação com a figura materna (FREUD, 1914).

No artigo “Uma compreensão psicanalítica acerca do processo de luto na separação amorosa” observou-se que participantes que vivenciaram relacionamentos de escolha predominantemente anaclítica tiveram relacionamentos mais longos em relação àqueles que vivenciaram relacionamentos de escolha predominantemente narcísica (Coca, Salles & Granado, 2017).

A respeito dos sentimentos na separação afetiva, verifica-se que aquele que é deixado tende a sofrer mais que quem decide abandonar a relação, talvez até por ter começado a elaborar o luto gradualmente, antes mesmo da relação acabar (Luto Antecipatório). Porém, ambos terão sofrimento significativo e precisarão fazer o trabalho de elaboração. Outra curiosidade interessante e menos intuitiva é que relacionamentos mais curtos não necessariamente causam menos sofrimento do que os mais longos, podendo até mesmo causar mais dor, conforme destaca (Marcondes, 2006).

Coca, Salles & Granado (2017) menciona também a sensação de alguns participantes de estarem sozinhos no mundo após o término, o que se justifica pelo fato de que partes nossas são projetadas no outro, então quando a relação acaba e essa projeção é retirada, há a inevitável sensação de estar partido ao meio, incompleto e vazio (Parisi, 2006), conforme Freud, em Luto e Melancolia, o mundo fica pobre e vazio.

Neste processo muitos sentimentos eclodem, como já foi mencionado, podemos destacar, contudo, a raiva, especialmente quando o parceiro ou a parceira supera a relação primeiro que o sujeito. Há, neste caso, uma dependência que implica na necessidade de estar fundido ao outro, fazendo com que se negue a aceitar o ex-parceiro amoroso como independente e considerando isso como uma afronta, uma traição, resultando no ódio do parceiro e no desejo de aniquila-lo (Lemaire, 2005) .

Uma das maneiras de observar esta raiva está nos desejos de vingança expressados em crimes como o feminicídio, que continua apresentando números alarmantes (Fórum Brasileiro de Segurança Pública, 2021) e que ocorre, frequentemente como lamentável reação de alguns homens a fins de relacionamentos com mulheres. O estudo “Raio X do feminicídio em SP” demonstrou que de 364 denúncias de feminicídio, 240 foram motivadas por inconformismo com a separação.

. Do outro lado da questão Neri (2007) realizou um trabalho com mulheres em unidades prisionais e destacou a correlação entre o feminino e crimes motivados por amor, ciúme e vingança, observando estas motivações passionais com frequência. No caso das relações homoafetivas, carecem de dados a respeito das reações de vingança e ressentimento após as relações.  O sujeito, nestes casos, não avança ao longo dos estágios do luto, motivado por uma ferida narcísica que o impede de ser amado de novo (Levy & Gomes, 2011).

Destaca-se, por fim, o ressentimento, que pode se dar pelo motivo mencionado acima, da independência do outro, mas também, por coisas que aconteceram durante o relacionamento.

Verifica-se aí, uma necessidade de reaver um suposto direito do qual se foi privado ou um lugar do qual este acredita ocupar. Este apego ao passado também impede a elaboração (Levy & Gomes, 2011).

## 2.5 Elaboração do Luto

Nos contextos acima, se o sujeito para em algumas dessas fases do luto ou se fixa nessas emoções, poderá desenvolver o quadro melancólico de que trata Freud, onde a raiva e/ou o ressentimento que seriam dirigidos ao ex-parceiro se voltam contra o ego da própria pessoa, resultando em autoacusações e um dano à sua autoestima (FREUD, 1917).

Há facilitadores e elementos que dificultam a elaboração, por exemplo, a pressão social de amigos para a superação rápida do luto e o envolvimento com outras pessoas pode prejudicar o sujeito, gerando culpa e sensação de impotência. Nas atuais circunstâncias sociais, as pessoas estão menos propensas a oferecer uma escuta genuína e mais inclinadas a sugestionar este tipo de troca, sugerindo que a pessoa se relacione com outros, numa perspectiva de consumo (Coca, Salles & Granado, 2017). Assim como uma inconsciência em relação ao que foi perdido, isto é, a noiva que foi deixada sabe que perdeu o relacionamento, mas não sabe que conteúdos estavam ali de fato, que consistem na perda real. Este segundo fator também é propicio a desencadear a inibição melancólica (FREUD, 1917).

Em relação aos fatores que facilitam a elaboração, destacamos a necessidade de que este sujeito seja ouvido de forma genuína, a escuta e a verbalização acerca da perda propiciam a expressão emocional que é fundamental para a superação. Juntamente com estes elementos, a existência de uma rede de apoio, formada por familiares, amigos que estejam juntos com esta pessoa e o apoio espiritual e profissional também serão de grande valia (Coca, Salles & Granado, 2017).

Em linhas gerais, o sujeito precisa deixar o processo fluir, sentir o que vier à tona e respeitar as constantes memorias que lhe acometem e assim, espera-se que com o tempo o interesse nas atividades externas retorne e a vida volte a acontecer. Por fim, o luto muitas vezes é reprimido ou ignorado dentro dos contextos sociais em que estamos inseridos, é necessária uma compreensão deste processo com mais naturalidade e aceitação. A sociedade precisa autorizar que o sujeito viva sua perda.

## Método

Este trabalho consiste, inicialmente, de uma revisão bibliográfica onde foram revistos conceitos básicos da psicanálise e essenciais para a compreensão da temática abordada. Num segundo momento, foi apresentado o estudo de caso objetivando as demonstrações e o insight a respeito do objeto de estudo referido. O estudo de caso neste artigo foi apresentado da seguinte forma: 1) exposição do caso, com as informações relevantes sobre o paciente, a queixa e o desenvolvimento das sessões. 2) Análise das informações obtidas e discussão destas. O objetivo na apresentação do caso é observar como se dá a elaboração do luto na separação afetiva e identificar os fatores que facilitaram este processo.

O estudo de caso foi realizado através dos atendimentos clínicos prestados no Núcleo de Estudos, Pesquisa e Prática Psicológica (NEPPP), que é a clínica-escola da instituição. O NEPPP é uma estrutura que consiste em consultórios para atendimentos psicoterapêuticos, salas para a realização de avaliação psicológica e triagens. A estrutura do consultório onde ocorrem as sessões consiste em uma poltrona e um divã. Os pacientes solicitam atendimento através de uma triagem e surgindo vagas, são chamados para iniciar a psicoterapia, podendo permanecer por até um ano, preferencialmente com o mesmo estagiário, mas mudando de profissional se necessário. As sessões são realizadas semanalmente e tem duração de 50

minutos. Os atendimentos com a participante do estudo de caso se iniciaram no dia 30/08 e ocorreram 11 sessões até o momento em que foi finalizada esta pesquisa.

## Estudo de Caso

### Participante

A paciente que buscou atendimento psicológico e que participará do estudo de caso é uma mulher de 34 anos que convencionou-se chamar de Luciana.

### Discussão e Resultados

Luciana buscou atendimento psicológico no NEPPP após passar pelo término de um relacionamento. Quando chegou, estava desesperada, chorava constantemente e relatava estar sentindo muita falta da ex-companheira, demonstrava incompreensão acerca do motivo de estar tão mal, relatava não estar vendo sentido em sua vida e tinha ideação suicida.

A ausência de sentido na vida é compreendida em termos do fluxo da libido que no processo de luto se volta completamente para o objeto de amor perdido e, com isso, esvazia o mundo de sua cor e graça. Como descreve Freud, em luto e melancolia "o mundo se torna pobre e vazio" (FREUD, 1917/1996, p 251) . A única coisa que a fazia ver alguma cor na vida era a existência da ex-companheira, pensar e lembrar de tudo relacionado a ela. As intervenções iniciais precisaram ser realizadas com calma e delicadeza, logo no início da terapia a paciente foi aconselhada a ter uma consulta psiquiátrica objetivando o auxílio medicamentoso para lidar com a dor tão intensa que a fazia querer se suicidar. Essa medida foi tomada após ela afirmar que se via por um fio de tomar essa atitude, bastando uma nova rejeição da pessoa amada. Luciana aderiu ao tratamento psiquiátrico e em algumas semanas notamos uma menor intensidade na vivencia emocional dela que foi fator importante nas ideações.

As sessões subsequentes foram palco de muita tristeza, lágrimas e lembranças. Luciana se queixava do acontecido e sessão por sessão relatava algum momento que teve com a ex-

namorada em uma vivência emocional que se assemelha a segunda fase do luto descrita por Bowlby que é caracterizada por saudade e nostalgia (Bowlby, 1969). Todas as histórias tinham em comum o fato dela descrever como se tivesse sido um momento mágico, único, assim como a personalidade da pessoa amada. Ela dizia:

"Eu estava sendo muito feliz com ela, mas não percebia. Todos os momentos com ela eram bons, ela me fazia tão bem, ela me complementava, porque eu sou mais, assim...nervosa, agressiva, e ela era mais calma e com isso me trazia paz também"

Como fica evidente na fala acima havia uma idealização tanto das memorias associadas ao objeto de amor perdido, como da personalidade deste. Trata se de um processo natural, fruto do direcionamento da libido ser único e exclusivo ao objeto. Mas a dolorosa elaboração do processo de luto consiste justamente em recordar quantas vezes for necessário e fazer o teste de realidade, onde nota que perdeu o objeto (FREUD, 1917). Gradualmente e através da repetição, o indivíduo assimila a perda. Nesses momentos era oferecida a escuta e o apoio, especialmente pelo fato de que ela se mostrava vulnerável nestes momentos nostálgicos e chorava. Na perspectiva das fases do luto de Kübbler-Ross (1926/1994) esta idealização pode ser entendida como associada a fase da negação. Contudo, era necessária uma quebra dessa idealização das memorias e da personalidade da pessoa amada para a liberação da libido, mas não demorou muito até surgir o primeiro relato de Luciana em que se revoltava com a ex.

Associados a estes momentos nostálgicos, Luciana também retomava constantemente comentários imbuídos de intenso sofrimento psíquico acerca da falta de sentido que notava em sua vida. Ela dizia:

“Eu nunca fiz nada na minha vida, comecei uma graduação e não conclui, comecei a empreender e desisti, moro até hoje com meus pais, me sinto uma fracassada. Eu já me sentia assim antes, mas ela (a ex-companheira) me completava e acho que me esqueci dessa sensação, agora ela se foi e tudo isso voltou. Está sendo como cair em um abismo”.

Quando perguntada a respeito do que gostava de fazer, ela não tinha respostas, dizia que nada a interessava, quando questionada do que a interessava antes do relacionamento, ela argumentava que gostava de alguns esportes, mas que agora pensar em fazer isso a desestimulava. Nesse contexto dessa falta de sentido e de desinteresses, ela cogitava ir atras da única pessoa que a despertava desejo.

Luciana aparentemente estava ingressando no estado melancólico, que ocorre quando a raiva originalmente referente ao objeto de amor perdido se volta para o próprio sujeito, resultando em pensamentos de autoacusação, fracasso e em um dano importante na autoestima do indivíduo (FREUD, 1917). Pode se compreender que o próprio desejo de morrer que foi desaparecendo aos poucos estava relacionado a essa raiva auto dirigida da melancolia. E também ao fato desta paciente vivenciar uma falta de desejo há muitos anos, de modo que o fim deste relacionamento adquiriu um caráter mortífero. Além disso, o fator inconsciente da melancolia poderia ser verificado nas falas de Luciana sobre não entender porque estava tão mal dessa vez, ela não sabia o que de fato tinha perdido neste término. As intervenções foram realizadas no sentido de estimular a busca de outros elementos e o retorno da libido para investimentos no mundo externo. Quando Luciana trazia o desejo de ir atrás da ex, eu questionava “como seria ir atrás de outras coisas?”.

As sessões em que discutíamos o interesse em atividades do mundo externo e que buscavam gostos pessoais de Luciana envolviam respostas relativas ao nada, como exposto acima, porém, não foram de tudo infrutíferas, pois levaram a lugares de antigos investimentos

libidinais. Luciana trouxe a tona algumas vontades como a de se mudar e viver independente da mãe que exigia muito dela, o interesse em arquitetura que era sua área de estudo na graduação que quase concluiu, e vontades simples como andar de patins. Embora ela continuasse desinteressada, foi um passo importante conseguir sequer vislumbrar estes objetos e, aos poucos, ela foi concluindo que não tinha uma vida e que tudo estava voltado para a ex-companheira.

Após cerca de três sessões em que todos os comentários a respeito do término eram falando bem da pessoa amada e mal de si mesma, em uma das sessões a paciente retomou uma história que ocorreu em uma das vezes em que elas saíram. Dentre diversos acontecimentos confidenciados sobre esta noite, relatou uma possível traição entre a companheira e uma amiga. Isso provocou raiva em Luciana e evocou outras situações similares e a consequente constatação, no ápice da revolta, que as vezes ela não tinha consideração e a tratava de forma estranha. Dentre esses relatos começaram também observações de que a ex-companheira a manipulava para que ela fosse atrás dela, o que independentemente de serem ideias paranoides ou não, entravam em conflito com a figura maravilhosa, calma e compreensiva que foi apresentada nas primeiras sessões, apesar da percepção dessa manipulação, ela também começou a se revoltar com o fato de ter sido rejeitada e isso provocou muito ressentimento. O ressentimento dela se manifestava como sensação de ter sido privada de algo que fosse dela por direito e uma vontade de reaver isso (Levy & Gomes, 2011).

Estes movimentos de acessar essas memorias e começar a perceber “defeitos” e tecer queixas a respeito do objeto de amor são passos importantes na elaboração do luto, pois quebram a idealização a respeito do outro, “estragando” essas lembranças e consequentemente liberando a libido. Luciana começou aos poucos, e com muita raiva emergindo lentamente a retirá-la da posição que ocupava anteriormente, quase que de uma deusa. Com todos estes elementos que começaram a surgir a partir da quarta sessão, pode se notar que ela ingressou na

segunda fase do luto, a fase da raiva (Kübbler-Ross, 1926/1994). A paciente foi incentivada a falar sobre esta raiva e as perguntas feitas foram justo no sentido de buscar estes elementos de raiva e "defeito" no discurso dela, visando o desinvestimento libidinal.

Além disso, a paciente sendo encorajada a falar sobre sua raiva significa depositar essa mesma raiva no objeto, retirando de si-mesma. E essa raiva de si-mesma constituía seu quadro melancólico, que era manifestado em falas de ser uma fracassada na vida. Isto poderia ser aliviado redirecionando esta raiva. Este processo foi realizado com mais intensidade por umas três sessões, onde houve muita queixa e revolta.

Por volta da sétima sessão, Luciana chegou no atendimento um pouco menos introspectiva e ao ser perguntada sobre como estava, pela primeira vez, disse que estava bem. Esta sessão ocorreu com menos choro e revolta e ela começou a dar indícios de uma aceitação, fluiu para temas mais amplos como as amizades e os lugares que frequenta como entretenimento. Contudo, ela não estava feliz, apenas mais estável emocionalmente.

Relatava:

> Ainda estou triste e queria voltar com ela, mas estou mais serena hoje

Contudo, na sessão seguinte ela relata ter ido atrás da ex-companheira e tentado reatar a relação, foi a primeira tentativa de retomada dessa relação e ela informava estar ansiosa esperando uma resposta. Nessa conversa houve reconhecimento de Luciana a respeito de certas características suas que prejudicaram a relação e também promessas.

Interessante notar como as fases do luto no modelo Kübbler-Ross (1926/1994) não ocorrem de forma linear, a paciente começou a dar indícios de aceitação e em seguida retornou a fase de barganha, buscando reaver o que perdeu, retomar a relação. É de certa forma natural e esperado que hajam esses retornos na elaboração do luto, especialmente quando há complicações como neste caso. Devido a possibilidade de suicídio relatada no início do processo, em que Luciana dizia que se fosse rejeitada novamente certamente faria, a

expectativa dessa resposta da ex-companheira era preocupante e eu intervi dizendo para que ela não atravessasse isso sozinha caso recebesse um não, informei que ela poderia entrar em contato comigo se ficasse desesperada com a resposta. Esta intervenção ocorreu deste modo devido a necessidade de oferecer rede de apoio à pessoa que atravessa este processo (Coca, Salles & Granado, 2017).

Por volta da nona sessão, Luciana relata que não retomou seu relacionamento, mas ao invés de desespero e tristeza, manifestou apenas raiva e muitas queixas a respeito da ex-companheira, dizendo que ela só tinha discurso e poucas ações efetivas que a fizessem se sentir amada. Não foi notado, portanto, algo próximo do estado psicológico inicial, a regressão não foi tão intensa. Comecei a perguntar a Luciana novamente sobre suas ambições e começamos a falar novamente sobre o desejo de sair da casa dos pais, através de um trabalho mais atrativo financeiramente. Ela trazia a questão de que a mãe sofria com um casamento mal sucedido e que Luciana sentia culpa por sair de perto da mãe a deixando sozinha para lidar com isso, contudo, a mãe a sobrecarregava com queixas e interferências em sua vida, de modo que elas acabavam discutindo.

A barganha (Kübbler-Ross, 1926/1994) tentada através da ida atrás da pessoa amada constituiu mais um forte teste da realidade de que não se tem mais o objeto (FREUD, 1917), um teste de realidade que frustra de forma concreta e que não deixa dúvidas a respeito da necessidade de desapego. Luciana voltou ainda mais decidida e eu ouvi sua revolta e decepção. As intervenções que fiz no sentido de evocar outros elementos e experiencias, sempre tentando levá-la a dar atenção a própria vida a levaram a constatação de que ela realmente precisava abandonar a casa da mãe, realizando o próprio desejo de independência. Questionei nesta última sessão “Que tipo de apoio você pode dar a sua mãe se fica tão abalada neste ambiente? Que qualidade a relação entre vocês duas terá?”.

Após essa sessão, a paciente estava na expectativa de conseguir uma vaga de emprego e se mostrou muito feliz com esta possibilidade, estava fazendo entrevistas e certamente conseguiria uma vaga na área que gostaria, a sessão versou em torno disso e a ex quase não surgiu na narrativa. No fim da sessão pontuou que, caso conseguisse o emprego ela gostaria de ver a possibilidade de mudança de dia das sessões porque não gostaria de trocar de terapeuta.

Foi interessante e surpreendente nota-la feliz com algo e satisfeita de algum modo, pode se notar que a libido retornava e que um novo movimento em direção ao mundo externo (além da terapia) a fez bem. A respeito da terapia, nas primeiras sessões, Luciana sempre relatava que precisava se esforçar para comparecer e não faltar as sessões, até que esta queixa desapareceu e o interesse em se manter sendo atendida por mim indicava segurança no vinculo terapêutico.

Por fim, nas sessões finais do atendimento, ela relatou ter conseguido a vaga de emprego desejada, em um cargo ainda melhor que o esperado e se mostrava muito satisfeita com isso. Era notável no aspecto físico da paciente a alegria sendo renovada, além disso, decidiu sair da casa dos pais em definitivo, definindo uma data para tanto. A respeito do relacionamento, relatava que ainda desejava ter a pessoa amada de volta, mas que estava tão focada no trabalho que esta questão não era mais o centro de sua vida, disse com essas palavras.

Nas três sessões finais da psicoterapia pode-se observar a fase da aceitação acontecendo e a libido retornando ao mundo externo através do trabalho e das realizações pessoais. O fato da questão do objeto de amor perdido não ser mais definido por Luciana como o centro de sua vida é muito simbólico e indicativo do  desinvestimento da libido

## Considerações finais

Através deste estudo do caso clínico demonstramos na prática como se dá o processo de elaboração do luto neste contexto específico e notamos que as pessoas podem vivenciar o

luto de maneira bastante intensa, patológica e desencadear o quadro melancólico, colocando suas vidas em risco. Por isso o processo analítico desempenhou papel fundamental, tendo sido necessário mostrar muito acolhimento e presença. Notou se também, a importância da desconstrução de idealizações a respeito do objeto de amor para que ocorra a aceitação da perda posteriormente.

Identificamos, por fim, pelo menos quatro fatores que facilitaram a elaboração do luto em nosso estudo de caso: 1) A manifestação de apoio no setting terapêutico 2) A Frustração com o objeto de amor através do teste de realidade de tê-lo perdido e de não ser o que se esperava 3) A oportunidade profissional que ocorreu no meio externo 4) O incentivo a visualizar novos investimentos libidinais

## Referências

BOWLBY, J. - Apego, perda e separação. São Paulo, Martins Fontes, 1985.

Coca, O. de S. Uma compreensão psicanalítica acerca do processo de luto na separação amorosa. Psicologia m Estudo, Maringá, 2017. https://doi.org/10.4025/psicolestud.v22i1.33428

Cavalcanti, A. K. S., Samozuk, M. L., & Bonfim, T. E. (2013). O conceito psicanalítico do luto: uma perspectiva a partir de Freud e Klein. Psicólogo informação, 17(17). Recuperado em 06 de junho, 2016, de https://www.metodista.br/revistas/revistasims/index.php/PINFOR/article/view/4552

Ducatti, D. C. P. (2013). O luto da separação nas relações amorosas. In G. Casellato (Orgs.), Dor silenciosa ou dor silenciada? Perdas e lutos não reconhecidos por enlutados e sociedade (2a ed.). Niterói: PoloBooks. (Original publicado em 2005).

Fórum Brasileiro de Segurança Pública. Violência contra as mulheres em 2021. https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2022/03/violencia-contra-mulher-2021-v5.pdf

Freud, S. (2004). À guisa de introdução ao narcisismo. In Escritos sobre a Psicologia do Inconsciente (Hans, L. A., trad., Vol. 1, pp.95-131). Rio de Janeiro: Imago Ed. (Original publicado em 1914).

Freud, S. (1917/1969). Luto e Melancolia. *Obras Completas*, ESB, v. XIV. Rio de Janeiro: Imago

Freud, S. (1980). O mal-estar na civilização. In S. Freud, *Obras psicológicas de Sigmund Freud* (pp. 81-178). Edição Standard de obras completas de Sigmund Freud, v. 21. Rio de Janeiro: Imago. (Trabalho original publicado em 1930)

Kübler-Ross, E. (1994). Sobre a morte e o morrer. São Paulo: Martins Fontes. (Original publicado em 1926)

Kovács, M. J. (1996). A morte em vida. In M. H. P. F. Bromberg, M. J. Kovács, M. M. M. J. Carvalho, V. A. Carvalho (Orgs.), Laços da Existência. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Kovács, M. J. (1992). Morte, Separação, Perdas e o Processo de Luto. In M. J. Kovács, Morte e desenvolvimento humano. São Paulo: Casa do Psicólogo

Levy, L. & Gomes, C. G. (2011). Relações amorosas: rupturas e elaborações. Tempo Psicanalítico, 43(1), 45-57. Recuperado em 06 de junho, 2016, de http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tpsi/v43n1/v43n1a03.pdf

Marcondes, M. V., Trierweiler, M., & Cruz, R. M. (2006). Sentimentos predominantes após o término de um relacionamento amoroso. Psicologia: ciência e profissão, 26(1), 94-105. Recuperado em 06 de junho, 2016, de http://www.scielo.br/pdf/pcp/v26n1/v26n1a09.pdf

Ministério Público de São Paulo. Raio X do feminicídio em SP: É possível evitar a morte. http://www.mpsp.mp.br/portal/page/portal/Nucleo_de_Genero/Feminicidio/RaioXFeminicidioC.PDF

Neri, H. (2007). O feminino e o crime passional. Psicanálise & Barroco – Revista de Psicanálise, 5 (2), 7-23.

Parisi, S. (2012). Amor e separação: reencontro com a alma feminina. São Paulo: Vetor