

## O PAPEL DO PSICÓLOGO CLÍNICO NO ENFRENTAMENTO AO LUTO

Georgia Heleny Campos Arruda Carvalho <sup>1</sup>

Ruy Ribeiro Moraes Cruz<sup>2</sup>

Dannilo Jorge Escorcio Halabe <sup>3</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Psicologia (Faculdade Edufor), São Luís-MA.

<sup>2</sup> Docente da Faculdade Edufor, São Luís-MA.

Recebido em: 01/02/2024 - Aprovado em: 10/04/2025 - <http://doi.org/10.70353/edufor.v3n1.008>

### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** O artigo aborda a importância do papel do psicólogo no processo de luto, que é uma resposta natural e esperada à perda significativa de uma pessoa querida. O psicólogo ajuda a identificar os erros de pensamentos e os esquemas vinculados aos sofrimentos do paciente, oferecendo um espaço acolhedor para expressar sentimentos e pensamentos sobre a perda. O objetivo do trabalho é mostrar a importância de um luto assistido por um profissional capacitado, destacando a escuta humanizada e intervenções psicológicas. **MATERIAIS E MÉTODOS:** O trabalho foi elaborado com base em atendimentos psicológicos realizados em situações de terminalidade e morte de familiares e amigos. Foi feito um levantamento bibliográfico através da literatura de textos, análise de dados, planejamento e organização das ideias. A pesquisa qualitativa visa traduzir e expressar o sentido dos fenômenos do mundo social, reduzindo a distância entre teoria e dados. **RESULTADOS:** Os resultados incluem a descrição de artigos e livros sobre experiências de psicólogos clínicos atuando com pacientes enlutados. Um dos artigos, "Trabalho em grupo com enlutados", apresenta uma pesquisa com um grupo de autoajuda para pacientes em processo de luto, onde os estágios mais frequentes observados foram raiva, aceitação e depressão. Outro artigo, "Atendimento psicológico para emergências em aviação", aborda uma pesquisa sobre atendimento psicológico em situações de emergência decorrentes de desastres aéreos. O terceiro artigo, "Como lidar com a morte e o luto?", analisa abordagens psicológicas, teorias, técnicas, instrumentos e intervenções para auxiliar no processo de luto. **CONCLUSÃO:** O estudo conclui que o trabalho do psicólogo é essencial no auxílio ao enlutado, utilizando técnicas e abordagens específicas para ajudar no processo de sofrimento e dor. Sugere-se viabilizar relações de apoio psicossocial que estimulem diálogos sobre o mundo presumido existente antes da morte do membro familiar. O ressignificado do luto respeita a nova condição do enlutado, onde novas possibilidades de ser se apresentam pela ausência-presença daquele que morreu.

**PALAVRAS-CHAVE:** Luto. Psicologia Clínica. Transtorno.

### THE ROLE OF THE CLINICAL PSYCHOLOGIST IN COPING WITH GRIEF

### ABSTRACT

**INTRODUCTION:** The article discusses the importance of the psychologist's role in the grieving process, which is a natural and expected response to the significant loss of a loved one. The psychologist helps to identify thought errors and schemas linked to the patient's suffering, offering a welcoming space to express feelings and thoughts about the loss. The aim of this study is to show the importance of bereavement assisted by a trained professional, highlighting humanized listening and psychological interventions. **MATERIALS AND METHODS:** The work was based on psychological care provided in situations of terminality and death to family members and friends. A bibliographic survey was carried out through the literature of texts, data analysis, planning and organization of ideas. Qualitative research aims to translate and express the meaning of phenomena in the social world, reducing the distance between theory and data. **RESULTS:** The results include a description of articles and books on the experiences of clinical psychologists working with bereaved patients. One of the articles, "Group work with the bereaved", presents a study of a self-

help group for bereaved patients, where the most frequent stages observed were anger, acceptance and depression. Another article, "Psychological care for aviation emergencies", discusses research into psychological care in emergency situations arising from air disasters. The third article, "How to deal with death and bereavement?", analyzes psychological approaches, theories, techniques, instruments and interventions to help with the bereavement process. **CONCLUSION:** The study concludes that the work of psychologists is essential in helping the bereaved, using specific techniques and approaches to help with the process of suffering and grief. It is suggested that psychosocial support relationships be made possible that encourage dialog about the presumed world that existed before the death of the family member. The re-signification of mourning respects the new condition of the bereaved, where new possibilities of being are presented by the absence-presence of the deceased.

**KEYWORDS:** Grief. Clinical Psychology. Disorder.

## INTRODUÇÃO

O luto é uma resposta esperada e natural que temos ao sofrermos uma perda significativa, um processo difícil e doloroso pelo qual o ser humano passa quando vive o vazio da ausência de uma pessoa muito querida. O papel do psicólogo no luto é de grande valia, pois a perda é uma das experiências mais tristes e desafiadoras da vida (Nascimento et al, 2022).

Compreender as crenças do paciente que foram ativadas com a perda, de seu ente querido, qual o seu entendimento sobre a morte e como ele tem enfrentado a situação da perda, são elementos importantes para que o profissional da área de psicologia possa identificar os erros de pensamentos e os esquemas que estão vinculados aos sofrimentos do paciente na situação do luto e ajudá-lo por meio da intervenção (Datillo; Freeman,2004; Nascimento, 2022).

O profissional capacitado deve respeitar e entender o processo dinâmico do luto e ajudar o enlutado no seu momento pessoal de dor, oferecendo um espaço acolhedor e não punitivo para expressar seus sentimentos/pensamentos sobre a morte/perda e os conflitos gerados por ela. Esse trabalho tem como objetivo mostrar a importância de um luto assistido e amparado por um profissional em psicologia capacitado, além de ressaltar que a escuta humanizada e intervenções psicológicas fazem total diferença nesse processo (Praxedes et al, 208).

## MATERIAL E MÉTODOS

Este trabalho foi elaborado na necessidade de refletir sobre os atendimentos psicológicos realizados em situações de terminalidade e morte dos familiares a amigos, assim como analisar a repercussão da perda, ajudando-os no processo. O levantamento bibliográfico do tema proposto realizou-se através da literatura de textos, análise de dados, planejamento e organização das ideias, com o objetivo de ampliar o aprendizado e o amadurecimento no campo de estudo a partir das perspectivas dos autores, a fim de possibilitar um maior direcionamento das pesquisas sobre o tema proposto.

Sobre a pesquisa qualitativa, Severino (2007) afirma que ela tem por objetivo traduzir e expressar o sentido dos fenômenos do mundo social, no sentido de reduzir a distância entre indicador e indicado, entre teoria e dados, entre contexto e ação. Segundo Gil (2010), a pesquisa bibliográfica desenvolve-se através das seguintes etapas: escolha do tema,

levantamento bibliográfico preliminar, formulação do problema, elaboração do plano provisório de assunto, busca das fontes; leitura do material e fichamento; organização lógica do assunto e redação do texto.

## RESULTADOS E DICUSSÃO

A área de estudos sobre a morte teve como um dos seus pioneiros o médico canadense William Osler (1849-1919). Na sua publicação de 1904, *A study of death*, são abordados os aspectos físicos e psicológicos da morte com o objetivo de minimizar o sofrimento das pessoas no processo de morte (Kovács, 2002).

Em 1969 a psiquiatra e autora Elizabeth Kubler-Ross (1969) apresentou em uma conferência, os 5 estágios sobre a percepção da morte para as pessoas enlutadas. 1) negação: indivíduo nega a aceitas as situações dos fatos ocorridos, como uma estratégia temporária de defesa; 2) raiva: sentimentos explosivos como a raiva, angústia, e culpa são mais frequentes, o indivíduo fica buscando culpados para a situação; 3) barganha: o indivíduo compreende melhor a situação que se encontra e passa uma negociação na busca de aliviar o/solucionar o “problema”, essa barganha tem uma função de consolo próprio, a pessoa pode fazer promessas ou estratégias para alterara a realidade; 4) depressão: estágio mais duradouro no luto no qual o indivíduo tende a ficar recluso e relacionar pouco com o mundo a sua volta, apresenta grande sofrimento psíquico e maior dificuldade de relacionamentos interpessoais, esse é o momento em que a realidade se torna inescapável; 5) aceitação: o enlutado passa a compreender melhor a nova realidade e começa a encontrara uma forma de viver com a perda.

A aceitação não significa que houve esquecimento da pessoa perdida ou que não existe mais sentimentos e emoções ligadas a perda, e sim, que o enlutado ressignifica sua nova vida e rotina. As cinco fases do luto, conforme descritas por Kübler-Ross (1969), não seguem uma ordem rígida e podem ser vivenciadas de forma não linear, variando de pessoa para pessoa.

O luto é uma experiência complexa, as lembranças do falecido fazem emergir emoções se sentimentos confusos, esses sentimentos não podem ser rejeitados, eles devem ser acolhidos e trabalhados a fim de elaborarmos a perda uma forma mais saudável as dores que a pessoa deverá enfrentar. Nos primórdios da psicanálise encontramos a ideia de que a pessoa enlutada tinha necessidade de direcionar para outros objetos o interesse que alimentava pela pessoa perdida (Freud, 2012).

Com o avanço das pesquisas nessa área, podemos falar atualmente que existem diferentes formas da vivência do luto e é importante que profissionais da saúde, principalmente psicólogos, possam aprofundar o conhecimento sobre o assunto para prestarem um serviço melhor aos que buscam ajuda para superar o momento do luto. Reiteramos que o ressignificado do luto significa respeitar a nova condição que o enlutado é lançado, em que novas possibilidades de ser se apresentam e são evidenciadas justamente pela ausência-presenta daquele que morreu (Freitas, 2018; Freitas et al., 2025).

O fato é que o adoecimento grave, morte e luto são experiências humanas que demandam muita atenção e cuidado aos que estão envolvidos emocionalmente, ou a própria pessoa ou outros ligados afetivamente a ela. É nesse contexto que, entre os tipos de ajuda a serem ofertados, podemos citar o suporte religioso às pessoas enlutadas (Parkes, 1998). Na maioria dos casos, a religião é a primeira forma e a mais tradicional em que as pessoas recorrem, antes mesmo da ajuda psicológica.

Schult e Stroebe (2005-2006) apontam que, atualmente, intervenções potencialmente viáveis em contextos socioculturais ocidentais incluem variadas ações de suporte: desde equipes de emergência visitando famílias enlutadas poucas horas após o óbito, grupos de autoajuda, programas de educação para enlutados, tratamentos envolvendo informações e

emoções compartilhadas em grupos, psicoterapia breve de grupo, hipnoterapia à terapia dinâmica.

A diferenciação dos tipos de intervenções sugerida pelos autores pode oferecer uma condição que se considere eficiente e objetiva nas ofertas de suporte psicossocial aos enlutados, tendo como premissa que cada um destes teriam uma reação única diante de cada perda e, conseqüentemente, o profissional de saúde mental possa ter clareza sobre qual intervenção pode oferecer, quando e como atuar de forma mais eficiente no suporte ao enlutado (Praxedes et al, 2018; Schut e Stroebe, 2005).

O luto normal, segundo Barbosa (2010), Franco (2010) e Ruschel (2006), é o processo pelo qual o indivíduo compreende e aceita a perda do ente querido, adaptando-se à condição de viver sem aquela pessoa. Sendo assim, esse tipo de luto permite que o enlutado fique triste, chore, sinta saudades. A questão não é não sentir a perda, mas como é ela é sentida e administrada.

De acordo com Franco (2010), o luto complicado caracteriza-se quando a pessoa experimenta uma desorganização prolongada que a impede de não retomar suas atividades com a qualidade anterior a perda. Worden (2013) destaca manifestações que podem estar presentes no processo do luto complicado: expressão de sentimentos intensos que persistem mesmo muito tempo após a perda; somatizações frequentes; mudanças radicais no estilo de vida que tendem ao isolamento; episódios depressivos, baixa autoestima e impulso autodestrutivo. Nesse sentido, vale questionar quais seriam os fatores de proteção e de risco para o desenvolvimento do luto complicado, pontuando que os primeiros não isentam e não blindam o indivíduo de viver e sentir a morte de um ente querido, porém podem auxiliar no sentido de tornar essa vivência um processo razoável e saudável.

Nos últimos anos, muitas pesquisas foram realizadas sobre o processo da morte, e em 2022 o luto prolongado ou luto complicado passou a ser considerado oficialmente como transtorno mental susceptível a tratamento através da atualização da 5 edição do Manual de Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5 TR) (APA, 2022), como a inclusão de novas entidades diagnósticas, atualizações das terminologias dos critérios diagnósticos e dos especificadores.

A psicologia clínica trata da investigação, da avaliação, do diagnóstico, do tratamento, da reabilitação e da prevenção das questões que afetam a saúde mental. É um ramo da psicologia que trata as condições que possam causar mal-estar ou sofrimento às pessoas. Os psicólogos adotam diversas abordagens da psicologia ao tentar entender o comportamento humano. As principais abordagens são: 1) fisiológica: também conhecida como Neurociência Comportamental, pressupõe que fatores biológicos influenciam nosso comportamento e bem-estar mental de uma maneira de cauda e feito. 2) Evolucionista: também olha para a composição biológica de uma pessoa, a fim de entender seu comportamento, porém assume que a mente foi ajustada em resposta ao seu ambiente por milhões de anos.

3) Comportamentais (Behaviorismo): acreditam que o nosso comportamento é determinado por nosso ambiente externo. Os behavioristas observam o comportamento que a pessoa exibe, em vez de processos internos da mente. 4) Cognitiva: tem uma visão diferente do comportamento humano, principalmente em relação ao behaviorismo. Ele analisa os processos cognitivos internos que levam uma pessoa a agir de uma maneira específica. 5) Humanista: considerada a “terceira força” da psicologia, assume que os indivíduos possuem algum grau de autocontrole, são capazes de determinar seu próprio comportamento (Veluma Marzola, 2020).

Uma das formas de tratamento amplamente utilizadas atualmente é a psicoterapia, ela visa ajudar os pacientes a lidar com suas questões emocionais, comportamentais e mentais, como a depressão, ansiedade, transtorno pós-traumático, entre outros. Na psicoterapia, os

profissionais utilizam diferentes abordagens e técnicas. Em 15 junho de 2022, foi publicada a Resolução de n. 13, que estabelece diretrizes e deveres para o exercício da Psicoterapia para psicólogos.

No documento, que atualiza a Resolução CFP n. 10/2000, são estabelecidas os princípios e deveres da(o) psicóloga(o) psicoterapeuta, assim como sigilo profissional e os serviços psicoterapêuticos que serão utilizados em crianças e adolescentes, bem como os critérios para a utilização das abordagens e organização do espaço.

Existem também as intervenções psicológicas, que são técnicas utilizadas para abordar questões distintas como, a ansiedade, depressão, conflitos, proporcionando um tratamento adequado para cada paciente. As mais conhecidas são a terapia cognitivo-comportamental, terapia humanística, terapia psicodinâmica e terapia de grupo. Elas ajudam o indivíduo a desenvolver habilidades de enfrentamento, melhorar autoestima e lidar com situações difíceis.

Neste ponto, destacam-se os artigos levantados que mais corresponderam ao tema da pesquisa e por isso, se fez um resumo de suas contribuições.

O primeiro artigo intitulado “Aspectos emocionais do Luto e da morte em profissionais da equipe da saúde no contexto hospitalar” as autores apresentam como os profissionais vivenciam os sentimentos, percepções e mecanismo de enfrentamento ao processo da morte e do morrer, no qual são atribuídos fatores como o despreparo para o enfrentamento perante essas situações. O artigo enfatiza a necessidade dos profissionais que prestam assistência a pacientes fora da possibilidade de cura tenham mais formação a respeito do assunto abordado, a exemplo das alterações psicológicas que os pacientes apresentam, mas não sabem de que maneira devem ser trabalhadas (Faria; Figueiredo, 2017).

O segundo artigo intitulado “Atendimento psicológico para emergências em aviação: a teoria revista na prática”, da autora “Maria Helena Pereira Franco” (2006) aborda uma pesquisa sobre atendimento psicológico em situação de emergência, em consequência de desastres aéreos, cujos resultados foram: 22 psicólogos no grupo, sendo que seis com doutorado em Psicologia Clínica, seis com mestrado (um cursando Doutorado), cinco cursando mestrado. Destes, nove já participaram de atendimento a acidentes aéreos.

O trabalho deste grupo responde diretamente às determinações do Departamento de Aviação Civil - DAC sobre assistência às famílias de passageiros vitimados em desastres aéreos de práticas espirituais orientais, um era católico e o outro referiu não ter crença espiritual ou religiosa. Três entrevistados haviam concluído ao menos uma pós-graduação lato sensu e/ou stricto sensu. O tempo de atuação profissional variou entre sete e 26 anos. Com relação ao tempo de trabalho em CPs no SUS, um entrevistado afirmou atuar havia cinco anos, dois há dois anos e meio e outro há mais de um ano. Os cenários de práticas variaram, sendo que um dos participantes atuava no contexto hospitalar, um em ambulatório de CPs e dois em serviços de AD.

O terceiro artigo intitulado “Como lidar com a morte e o luto? Abordagens psicológicas, teóricas técnicas, instrumentos e/ou intervenções” das autoras Larissa Suarez, Milena Nunes Alves de Sousa e André Luís Dantas Bezerra (2022) objetivou-se analisar a abordagem psicológica, teoria, técnica, instrumento e/ou intervenção para auxiliar no lidar com a morte e o luto. Para tanto, o estudo tratou-se de uma revisão integrativa de literatura. O levantamento bibliográfico foi realizado na internet, na Scientific Electronic Library Online e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde. Para busca do material foi utilizada a seguinte combinação entre os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): luto OR morte AND psicoterapia. A partir dos critérios de elegibilidade, selecionaram-se para a amostra 15 documentos, os quais foram considerados potenciais. Os resultados evidenciaram que as produções foram publicadas entre 2003 a 2021, eram estudos de caso e com o perfil da

amostra variável. Quanto à abordagem psicológica, destacaram-se a Psicanálise (Sigmund Freud) e a Terapia Cognitivo-Comportamental (Aaron Beck). A teoria base majoritária foi o Protocolo Cognitivo-Comportamental e quanto à técnica, o protocolo de atendimento para luto e as estratégias lúdicas foram as mais aplicadas, no mais, as entrevistas foi instrumento mais citado.

No quarto artigo encontrado, intitulado “Compreensão da Morte e do Morrer: Um Estudo com Residentes”, as autoras apresentam uma discussão acerca dos sentimentos que a morte trás, que vão desde a raiva, a tristeza, a barganha, até a negação, podendo ser entendida de diferentes maneiras, de acordo com a história de vida, a religião, a idade, o sexo e a cultura dos sujeitos envolvidos. Para Nascimento e et al (2022), afirmam que que a literatura ainda é escassa, existindo poucas oportunidades de expressão pública que facilitem a compreensão sobre essa etapa da vida, observando-se o não reconhecimento do processo de luto do profissional de saúde.

Concluiu-se que os profissionais da área de Psicologia têm buscado inúmeras abordagens psicológicas, teorias, técnicas, instrumentos e/ou intervenções para auxiliar os enlutados, portanto, esta revisão é útil para auxiliar na atuação de psicólogos e outros profissionais da área da saúde, a qual exige ações complexas e permanentes, como abordagem holística e integral, escuta qualificada, empatia e atuação interdisciplinar.

## CONCLUSÃO

Ao fim desse estudo, podemos ter uma noção de como é o trabalho do psicólogo no auxílio ao enlutado no seu processo de sofrimento e dor; quais as técnicas e abordagens utilizadas, além da importância do apoio profissional para atravessar um momento tão difícil e doloroso na vida dessas pessoas. Nesse sentido, sugere-se viabilizar relações de apoio psicossocial que estimulem diálogos em torno de narrativas sobre o mundo presumido existente anterior, ante à morte do membro familiar. Reiteramos que o ressignificado do luto significa respeitar a nova condição que o enlutado é lançado, em que novas possibilidades de ser se apresentam e são evidenciadas justamente pela ausência-presenta daquele que morreu (Freitas, 2018; Freitas et al., 2025).

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARBOSA, A. M. O luto e suas manifestações: um estudo sobre os estágios do luto e o impacto emocional da perda. *Revista Brasileira de Psicologia*, 2010.
- DATILLO, M. L.; FREEMAN, R. L. *A terapia cognitivo-comportamental no tratamento do luto*. São Paulo: Editora Atlas, 2004.
- FARIA, S.S. FIGUEREIDO, J.S. Aspectos emocionais do luto e da morte em profissionais da equipe de saúde no contexto hospitalar. *Psicologia Hospitalar*, 2017, 15 (1), 44-66. Acesso em: 10 nov 2024. Disponível em:  
<https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/wp-content/uploads/2021/05/15n1a05-1.pdf>
- FRANCO, M. H. P. Atendimento psicológico para emergências em aviação: a teoria revista na prática. *Revista Brasileira de Psicologia Clínica*, 2006.
- FREITAS, L. et al. *Luto e perda: reconfigurações na saúde mental*. São Paulo: Editora Psico, 2025.
- FREITAS, L. O ressignificado do luto: novas perspectivas de adaptação à perda. *Revista de Psicologia Social e Clínica*, 2018.
- FREUD, S. *Sobre o luto e as suas implicações psíquicas*. In: Edição do Livro: *Escritos Psicológicos*. São Paulo: Editora Companhia das Letras, 2012.
- GIL, A. C. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 6. ed. São Paulo: Editora Atlas, 2010.
- KOVÁCS, M. *A dor da perda: aspectos psicológicos e fisiológicos do luto*. Editora Hucitec, 2002.
- KÜBLER-ROSS, E. *Sobre a morte e o morrer*. São Paulo: Editora Manole, 1969.
- MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M.a. *Fundamentos de metodologia científica*. 9. ed. São Paulo: Atlas, 2023.
- MEIRELES, M. A. de C., FEITOSA, R. B., OLIVEIRA L. de A., SOUSA, H. J., & LOBÃO, L. M. Percepção da morte para médicos e alunos de medicina. *Revista Bioética*, 27(3), 500-509, 2019. Doi: <https://doi.org/10.1590/1983-80422019273334>
- NASCIMENTO, L.F. et al. Compreensão da Morte e do Morrer: Um Estudo com Residentes. *Psicologia: Ciência e Profissão* 2022 v. 42, e233879, 1-16., 2022. Doi: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003233879>
- PRAXEDES, A. M., ARAÚJO, J. L., & NASCIMENTO, E. G. C. do. (2018). A morte e o morrer no processo de formação do enfermeiro. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 19(2), 369-376, 2018 <http://doi.org/10.15309/18psd190216>
- PRODANOV, C. C., FREITAS, E. C. de. *Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico*. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.
- SANTOS, J. A.; PARRA FILHO, D. *Metodologia científica*. 2. ed. São Paulo: Cengage Learning, 2011.
- SCHULT, M.; STROEBE, M. O papel do apoio social no enfrentamento do luto. *Revista Internacional de Psicologia Social*, 2005.
- SEVERINO, A. J. *Metodologia do Trabalho Científico*. 23 ed. São Paulo: Cortez, 2007.

# REVISTA CIÊNCIA & CONTEMPORANEIDADE

Revista Eletrônica Multidisciplinar da Faculdade Edufor

WORDEN, J. W. **Aconselhamento no luto: uma abordagem prática para o terapeuta.** São Paulo: Editora Cultrix, 2013.

**Autor correspondente:**

Dannilo Jorge Escorcio Halabe

E-mail: [dannilo.halabe@edufor.edu.br](mailto:dannilo.halabe@edufor.edu.br)

**Conflitos de interesse:**

Não há.