

A Coreografia do Luto Familiar

Daniela Reis e Silva¹

Resumo

A partir da experiência da autora com o atendimento de famílias enlutadas por motivos diversos, considera-se o luto como processo inerente ao movimento do ciclo vital. Neste artigo, há o enfoque do luto por morte de um dos integrantes da família, congregando importantes conceitos para a compreensão do desdobramento desse processo na família. Em especial, a construção de significados diante do luto, a transmissão intergeracional do luto, as reações especiais que podem surgir após uma perda significativa e a resiliência familiar.

Palavras-chave: luto familiar; construção de significados; transmissão intergeracional; resiliência familiar.

The Coreography of Family Bereavement

Abstract

From the experience of caring for families bereaved by different reasons, the author considers family bereavement an inherent process of the life cycle. This article deals with the grief by the death of a family member, by collecting important concepts so that the development of this process in the family can be understood. The author describes particularly meaning making in grief, intergenerational transmission of grief, special reactions that may occur after a significant loss, and family resilience.

Keywords: family bereavement; meaning making; intergenerational transmission; family resilience.

Ao longo do ciclo vital a família experimenta mudanças naturais, inerentes ao seu processo de surgimento, crescimento e desenvolvimento, que geram perdas normativas em cada etapa, de acordo com Carter & McGoldrick (2001). Contudo, nessa transição entre as etapas, a família pode também experimentar processos de luto por perdas significativas, não naturais, que surgem inesperadamente. As

¹ Psicóloga Clínica e Hospitalar; Especialista em Medicina Psicossomática e em Terapia Familiar, Mestre em Psicologia Clínica pela PUC-SP; Associada Fundadora e Titular da ATEFES; Presidente da ATEFES biênio 2008/2010; Coordenadora do grupo API/Vitória (Apoio a Perdas Irreparáveis).

perdas não naturais nem sempre são reconhecidas em suas consequências e incluem, por exemplo, a migração e o divórcio, destacando-se as mortes precoces e violentas.

Para a terapia familiar, diante de uma morte, esperada ou não, como evento do ciclo de vida (Carter & McGoldrick, 2001), haverá um rompimento do equilíbrio familiar e, por conseguinte, um processo de ajustamento à nova realidade (Brown, 2001). Nesse ajustamento, muitas variações do processo de luto individual e familiar podem acontecer. Para Walsh & McGoldrick (1998), a morte traz desafios adaptativos que impõem a necessidade de uma reorganização imediata ou em longo prazo, com mudanças nas definições de identidade e nos objetivos na família.

A adaptação familiar à perda depende de vários fatores, tais como a forma como aconteceu a morte, a idade da pessoa que morreu, as pendências com o morto, a etapa do ciclo de vida em que a família se encontra, a existência de conflitos anteriores, a existência de uma rede efetiva de apoio formal ou informal, a existência de perdas anteriores e a maneira como a família se adaptou a elas (Parkes, 1998), fatores aos quais Brown (2001) acrescenta a história transgeracional de perdas, a posição e a função da pessoa no sistema familiar, bem como a abertura do sistema familiar.

Cabe destacar que o conceito de adaptação aqui utilizado não representa uma resolução no sentido de aceitação completa e definitiva da perda, mas um caminho de descobertas das possibilidades de colocá-la em perspectiva e seguir adiante, modificando os múltiplos sentidos advindos dessa perda, transformados ao longo do ciclo de vida familiar, "... à medida que são vivenciados e integrados com as experiências vitais, incluindo, obviamente, outras perdas" (Walsh & McGoldrick, 1998, p. 34).

Conceituando o luto familiar

Parkes (1998, 2009) conceituou o processo de luto como uma transição gradual de ajustamento a um mundo alterado pela morte de alguém amado. Nesse processo, os enlutados integram gradualmente mudanças secundárias à perda em uma nova visão de mundo. Na transição do luto, fatores disposicionais são descritos como vulnerabilidades potenciais (fatores de risco) ou forças (fatores de proteção), ligadas ao processo de luto e às consequências subsequentes.

O luto é considerado um fenômeno relacional (Shapiro, 1994; Nadeau, 1998; Walsh & McGoldrick, 1998; Brown, 2001), uma vez que a perda gera um desequilíbrio no sistema familiar e, por conseguinte, uma necessidade de ajustamento que pode acontecer mediante recursos da própria família. A perda geralmente exige que o enlutado tenha que assumir novas tarefas e papéis, e pode modificar a dinâmica familiar e desencadear tarefas desenvolvimentais

(Nadeau, 1998). A nova organização familiar e a elaboração do luto dependem diretamente da elaboração do luto individual em sua relação recursiva com o conjunto (Brown, 2001), que inclui a expressão dos sentimentos e a interpretação dada ao ocorrido (Nadeau, 1998).

Para compreender o luto na família, sugere-se a observação dos movimentos individuais e do todo dentro do sistema familiar, pois nem sempre há consonância entre os processos de luto vividos individualmente pelos integrantes desse sistema. Cada elemento da família pode apresentar fases e manifestações do luto em tempos diferentes ou sobrepostas, em um mesmo indivíduo ou em outros elementos do sistema (Silva, 2008), inerentes às vicissitudes dos movimentos familiares diante da perda em busca de um equilíbrio funcional (Walsh & McGoldrick, 1998).

O luto é uma crise de apego e identidade, que interrompe a estabilidade da família nos domínios interrelacionados de emoções, interações, papéis sociais e significados. É uma crise paradoxal que envolve o crescimento na família em um delicado processo de equilibrar as mudanças inerentes à perda. O objetivo do luto familiar é restabelecer o fluxo do tempo desenvolvimental e o desenvolvimento contínuo da família (Shapiro, 1994). Assim, os processos familiares são determinantes fundamentais para a adaptação saudável ou disfuncional à perda (Walsh & McGoldrick, 1998, p. 27), com variações infundáveis das respostas culturais, familiares e individuais à perda.

O retrato que se faz das famílias e de seus integrantes em situações de perda é o de famílias problemáticas e fragilizadas. O uso dessa lente negativa faz com que suas forças e potenciais passem despercebidos e desvalorizados. As famílias, mesmo aquelas com problemas anteriores à perda, podem emergir mais fortes após trauma e sofrimento (Shapiro, 1994; Patterson, 2002; Walsh, 2005), embora convivam com a presença de alguns nichos de fragilidade.

O funcionamento da família a partir da perda

Em outro trabalho desta autora (Silva, 2008a), considerou-se que o impacto da perda gera na família mudanças imediatas e em longo prazo, bem como mudanças significativas em seu mundo presumido, iniciadas com uma etapa de privação. No momento inicial, há uma interrupção da vida cotidiana, e a família precisa aprender que nunca mais será a mesma. Questões de ordem prática relacionadas aos rituais funerários são prioridade em um primeiro momento e geram processos decisórios difíceis por parte de todos os envolvidos, tais como a maneira de dar a notícia da perda à própria família e aos amigos, o contato com os serviços funerários, a escolha da roupa que será usada no funeral, as providências necessárias para o velório e o sepultamento, as contas a pagar, a organização de documentos importantes, os trabalhos interrompidos, entre muitos outros detalhes que precisam ser cuidadosamente pensados. Shapiro (1994)

considera que a prioridade imediata de uma família enlutada é restabelecer as condições que permitam seu funcionamento diário.

Por ser um período de grande fragilidade para a família, alguns conflitos podem vir à tona envolvendo, inclusive, questões financeiras. A existência de testamento ou seguros, a distribuição das tarefas, a insegurança financeira gerada e algumas outras perdas secundárias contribuem para dificultar a adaptação, podendo suscitar verdadeiros dilemas dentro das famílias, especialmente quando há desejos individuais muito diferentes. Não é incomum encontrar famílias brigando por herança muitos anos ainda após a morte de algum de seus integrantes, ou que se tenham afastado após a perda, pois as mágoas e diferenças podem reaparecer ou se acentuar nesse período. Mas também podem ser encontradas famílias que se unem diante da dor, fortalecendo laços afetivos e de convivência que antes se encontravam fragilizados.

Há a perda da pessoa e as perdas secundárias, relacionadas aos integrantes, que, em função da ausência e da tristeza, jamais serão os mesmos, precisando desenvolver novas habilidades. É natural que haja um período em que a manutenção do controle e o sentimento de segurança da família fiquem abalados, inclusive que surja o medo de novas perdas, a necessidade de uma proximidade maior entre uns e outros e comportamentos compatíveis com a presença de ansiedade intensa.

A família sente-se insegura sobre o que fazer com os objetos pessoais do morto. Há uma cobrança por parte da sociedade para que os familiares se desfaçam dessas coisas, como se isso fosse uma forma de se livrarem da dor da ausência ou mesmo da saudade, ou como se, dessa forma, fosse possível simplesmente esquecer a existência daquela pessoa e o que aconteceu. Nem sempre há consonância entre os membros da família sobre o que fazer com esses pertences, mas o ritmo individual deve ser respeitado até que se chegue a um consenso. Algumas famílias optam por se desfazer deles imediatamente, após o enterro, outras mantêm o armário, o quarto ou até mesmo a casa como tinham sido deixados, por até alguns anos. Não há padrão nem receita de como isso deve ser, pois é preciso respeitar o ritmo da família em seu processo de luto. A ausência da pessoa já é tão difícil de ser suportada que algumas famílias precisam manter as coisas como estão por um tempo maior, como uma forma de estreitar a conexão com a pessoa. Observa-se que, à medida que esse processo se desdobra, as mudanças acontecem gradativamente, e as lembranças importantes para a família vão sendo mantidas, ao mesmo tempo em que os espaços vão sendo modificados (Silva, 2008).

Walsh & McGoldrick (1998) inferem que a desorganização experimentada logo após a perda pode desencadear movimentos precipitados, como, por exemplo, mudança precoce de residência, que acabam gerando sérias consequências. Especialmente nos casos de perdas precoces e trágicas, pode haver uma

tendência a não voltar para a casa onde aconteceu a tragédia, como forma de se livrar das lembranças, decisão às vezes imposta pela família ampliada. Nesse primeiro momento, há tanta fragilidade que a família pode aceitar conselhos e diretrizes de pessoas de sua confiança, que sempre têm as melhores intenções, mas que facilitam o surgimento de mais rupturas, acentuando as perdas secundárias. Há o tempo certo para cada tarefa dentro do processo de elaboração do luto, tempo que é único e precisa ser construído pela própria família.

No processo de buscar a manutenção da homeostase familiar, há uma reação automática à perda, de acordo com Brown (2001), quando os integrantes da família tentam distanciar-se da realidade da morte, sendo frequente uma ruptura no processo de comunicação no seio da família. A morte é o principal tabu a dificultar a comunicação intrafamiliar (Bowen, 1998). Nessas ocasiões, a maior parte das famílias estabelece um pacto de silêncio a respeito da perda, com receio de suscitar ou acentuar a emoção do outro, trazer mais sofrimento, lembrar a ausência, entre outros impedimentos. Em algumas famílias, a impossibilidade de compartilhar o pesar pode contribuir de maneira significativa para exacerbar os sentimentos relativos às perdas associadas à morte, podendo gerar um profundo sentimento de isolamento (Shapiro, 1994).

A rede de apoio constituída por família extensa, amigos, profissionais de saúde, comunidade, inclusive no âmbito da espiritualidade ou da religiosidade, pode ser muito útil ao longo de todo o processo. Porém, muitas pessoas, da própria família ou do círculo de amizades que ela espera que estejam a seu lado, não conseguem aproximar-se, por não saberem o que fazer ou dizer, e se afastam. Outras, de quem não esperava nada, aparecem e são companhias incansáveis. Essa rede de apoio precisa estar sintonizada com a família e ter sensibilidade suficiente para não atrapalhar o processo de luto com tentativas, como visitas e telefonemas intermináveis, em que se fala sobre a vida normal, evitando mencionar a perda; cobranças sobre a retomada da rotina; frases de conotação religiosa, já que muitos enlutados entram em conflito com a própria crença religiosa; insinuações sobre a obrigatoriedade de frequentarem algum ritual religioso; conselhos em relação a como se sentir ou se comportar diante do pesar e do luto; sugestões de possibilidade de substituição, como viajar, voltar ao trabalho, ter outro filho, adotar uma criança; oferecimento de material para leitura ou indicação de tratamentos das mais variadas formas de maneira intrusiva; enfim, qualquer tentativa para evitar o sofrimento.

Crianças e adultos manejam o pesar de maneiras distintas, de acordo com o próprio desenvolvimento, enquanto compartilham o processo de desenvolvimento da família ao lidar com as intensas emoções advindas do fato. Os adultos geralmente iniciam o processo com um período de afastamento dos outros, fechando-se em seu mundo privado, onde a grandiosidade da perda pode ser gradativamente reconhecida e de onde novas e coerentes estruturas de vida

podem ser reconstruídas, a partir das estruturas anteriores de casamento, parentalidade e trabalho. As crianças compreendem a morte e o pesar com as ferramentas cognitivas e emocionais de sua etapa de desenvolvimento e dependem substancialmente dos adultos para reinterpretar as implicações de uma realidade (Shapiro, 1994). Poder compartilhar a experiência de pesar, sentir-se percebido e compreendido pelos outros membros da família e ter a chance de restabelecer uma coerência no senso de passado, presente e futuro são importantes dimensões do processo saudável de recuperação de cada integrante da família (Shapiro, 1994). Para essa autora, raramente a coreografia das reações de pesar de cada membro da família é sincrônica ou simultânea.

Parece que alguns elementos da família assumem a responsabilidade de manter a vitalidade, indicando que há um futuro, que a vida não pode parar. Essa função pode ser exercida pelos filhos quando, em um primeiro momento, tentam levar uma vida muito parecida como a que tinham antes, muitas vezes gerando dúvidas em relação a estarem sentindo ou não a perda. Existem relatos sobre idas ao cinema ou a festas, ou mesmo retorno imediato ao trabalho logo após o enterro, talvez como expressão de um desejo enorme de que nada tivesse mudado, ou uma tentativa de manutenção de algum controle. Parece que cada um assume um papel, embora seja frequente haver um rodízio desses papéis na família: o que chora, o que é rebelde, o que não quer falar sobre o assunto, o que se desespera, o que mantém a calma, o que decide. À medida que se alternam esses papéis, parece que as fases do luto individual vão sendo vividas por eles, cada um em seu ritmo, da maneira como descrita na literatura (Bowen, 1998; Parkes, 1998).

Essa mistura de estilos enriquece o processo familiar, que tem ritmos bem peculiares. Não existe o certo ou errado, pois cada família elabora o luto à sua maneira, permitindo que cada um decida o que funciona para si, sem crítica ou julgamento. Tavares (2001) afirma que é a decisão de recuperar a própria saúde que faz toda a diferença no processo. Parece haver um ponto de corte, onde há a decisão pela vida. Esse ponto de corte não se dá de maneira linear em relação a todos os membros e parece ser relevante para aqueles que aparentam uma fragilidade maior. Segundo a autora, o processo do luto pode ser uma oportunidade para se olhar a vida com menos ilusão e com disposição de encontrar nela um propósito.

A reparação (Quental & D'Oliveira, 2003, In Loés, 2008) pode ser muito importante no processo de resgate e preservação da saúde e surge a partir da demanda da família de *se fazer alguma coisa*, especialmente em perdas precoces e trágicas que envolvam sentimentos de culpa ou a sensação de que a morte poderia ter sido evitada. Consiste em ações práticas, individuais ou grupais, cujo objetivo é evitar novas perdas. De maneira geral, é apoiada por todas as pessoas da família. Algumas famílias ou seus integrantes, individualmente, envolvem-se

em projetos sociais, em trabalhos educativos, buscando prevenir aquele tipo de perda ou dar apoio a pessoas em situação semelhante, ou simplesmente cuidando de outras pessoas, com vistas a dar um valor diferente à vida.

Nesse aspecto, o processo de luto parece depender da maneira como a família se relaciona com o mundo, de suas crenças em relação a esse mundo e do apoio recebido. Essas ideias são corroboradas por Shapiro (1994) que considera a rede de apoio às tarefas da vida diária, rede formada pela família extensa e pela comunidade, conforme abordado anteriormente, bem como a cultura, como dois dos recursos mais importantes para o estabelecimento do novo equilíbrio na família, inclusive na forma como interpretam a morte. À família cabe a tarefa de cuidar de todos os membros, ao mesmo tempo em que lhes provê autonomia. Portanto, a morte precoce de um deles muitas vezes pode ser interpretada como uma falha básica nesse cuidado, gerando sentimentos de culpa incessantes que podem desencadear processos dolorosos entre os subsistemas, envolvendo, inclusive, acusações mútuas.

A experiência clínica vivenciada ao longo desses anos tem ensinado que é preciso dar atenção especial à morte precoce na família, que interrompe a ordem natural do ciclo vital e é capaz de gerar intenso processo de luto, trazendo instabilidade maior ao sistema, pela mudança repentina em seu curso e suas consequências, dificultando o funcionamento da família diante do processo e, assim, aumentando a probabilidade de adoecimento posterior.

A construção de significados na família

Parkes cunhou a expressão “mundo presumido” (1971, In Parkes, 2009), referindo-se ao aspecto do mundo interno reconhecido como verdadeiro, do qual fazem parte suposições e concepções relativas à própria pessoa, à família, à sociedade, às habilidades de lidar com o mundo e sua capacidade de proteção, e às inúmeras cognições que compõem a “realidade”, tal como propõe Watzlawick (1994). Essa realidade conhecida abrange significados e propósitos de vida e é construída individual e coletivamente em um emaranhado subjetivo constantemente modificado por informações que lhe são acrescentadas. Conforme referência a Parkes (2009), o mundo presumido é uma importante fonte de segurança.

A perda de uma pessoa muito estimada implica a necessidade de revisão desse mundo presumido ao mesmo tempo em que se vive o processo de luto. O trabalho de revisão do mundo presumido é uma tarefa cognitiva que leva tempo. O luto evoca emoções de grande magnitude, principalmente quando a perda ocorre de maneira inesperada e de forma traumática, emoções que podem interferir nessa tarefa cognitiva (Parkes, 2009).

Nadeau (1998) desenvolveu um importante trabalho a respeito do significado da morte e do luto, como eventos críticos, nas diversas etapas do ciclo vital.

Quando a família experimenta um desconforto em vários de seus níveis em função da mudança no equilíbrio do sistema, pode expressá-lo por meio de alguns significados que cria, ao sentir o desequilíbrio. Em seu estudo, define significados como "... representações cognitivas, guardadas nas mentes de cada membro da família, mas construídos interacionalmente dentro da família e influenciados pela sociedade, cultura e história" (Nadeau, 1998, p. 159). Assim, são considerados como produtos da interação humana, representando vários elementos da realidade. Para a autora, torna-se de extrema importância observar não só o processo pelo qual o significado é construído pelas famílias, mas também os significados propriamente ditos, uma vez que têm um efeito direto nas decisões familiares.

Diante do caos produzido por uma perda, a família depara-se com uma nova e desconhecida realidade, que suscita nela uma série de questionamentos, relacionados por meio de interações decorrentes da busca de um novo sentido para a vida. Os significados, habitualmente exteriorizados verbalmente, também podem ser expressos por comportamentos não verbais, como, por exemplo, expressão facial, postura e até silêncio (Nadeau, 1998). São inúmeros os significados que versam sobre a natureza da morte advindos de uma perda, os significados relativos ao morto e os significados a respeito de como as famílias mudaram e aprenderam. A variedade nas categorias e subcategorias apresentadas por Nadeau (1998) reflete o vasto campo de significados, negativos e positivos, que os membros de uma família tentam compartilhar. De acordo com suas reflexões, pouco tem sido escrito a respeito de como as construções negativas interferem no curso do luto, uma vez que a ênfase atual é dada à possibilidade de construir significados positivos a partir do trauma.

Na visão de Patterson & Garwick (1994, In Patterson, 2002), as famílias constroem e compartilham significados em três níveis diferenciados, mas interligados entre si: nas situações estressantes específicas; na identidade como família; na visão de mundo. A maneira de uma família enfrentar o estresse é afetada diretamente pelo processo de construir significados. Os autores acreditam que a construção de significados positivos reduz as demandas da família e aumenta suas capacidades de enfrentamento.

Em uma visão complementar ao que foi descrito acima, a abordagem sistêmica desenvolvida por Wright & Nagy (2002) envolve a interação entre o problema de saúde e as crenças de cada integrante da família sobre o problema apresentado, partindo do pressuposto de que o próprio conceito de saúde e doença é subjetivo. Assim, na avaliação de situações difíceis geradoras de sintoma, as autoras realizam uma investigação sobre as crenças de cada membro da família, que o auxiliam a definir crenças, comportamentos e emoções. Fazem também uma distinção entre as crenças familiares limitadoras e facilitadoras que surgem de contextos sociais, interacionais e culturais. Ambas

moldam a maneira como a família se adapta à morte. As primeiras "... inibem a autonomia do indivíduo e da família, restringindo as opções de soluções alternativas para o problema" (Wright & Nagy, 2002, p. 131), ao contrário das segundas. Acreditam que a capacidade de a família inserir alguma modificação em seu equilíbrio homeostático disfuncional ocorre quando há uma alteração de suas crenças limitadoras a respeito do problema, com a introdução de crenças alternativas que podem surgir em seu contexto. As autoras consideram essa a principal tarefa de um trabalho terapêutico.

Os significados tanto positivos quanto negativos que constituem legados familiares das gerações anteriores exercem influência nas reações de luto de uma família, pois a transmissão multigeracional de padrões familiares, tal como postulada por Bowen (1978, In McGoldrick, 1998b), oferece modelos implícitos para o funcionamento familiar na geração seguinte. "Quando a morte ocorre fora de hora ou no contexto das relações familiares conflitadas, quando existe uma acumulação de perdas, ou quando a morte é estigmatizada e cercada de sigilo, o poder do legado é intensificado" (McGoldrick, 1998b, p. 150).

Transmissão intergeracional do luto

Quanto mais emocionalmente significativa for para a família a pessoa que morreu, maior a probabilidade de efeitos nas gerações seguintes, afirma Brown (2001). Segundo a autora, são dois os motivos desses efeitos: "... o rompimento no equilíbrio familiar e a tendência familiar a negar a dependência emocional quando essa dependência é grande" (Brown, 2001, p. 407), não importando o lugar que a pessoa ocupe: como cônjuge, pai/mãe ou filhos na família nuclear, ou como avós, tios e primos na família extensa.

O processo de transmissão transgeracional está baseado no pressuposto de que o indivíduo é herdeiro de uma história preexistente que define o lugar que ele ocupa na família (Falcke & Wagner, 2005). As essenciais relações estabelecidas com a família são as mais importantes da vida de um indivíduo e serão a base de seu comportamento futuro e, conseqüentemente, da geração seguinte, e assim sucessivamente.

Borzomenyi-Nagi & Spark (1994) indicam que há a transmissão de padrões familiares de uma geração a outra. Falcke & Wagner (2005) chamam a atenção para o impacto dessas questões transgeracionais sobre pontos específicos do ciclo vital, impacto normalmente relacionado a momentos de crise, nos quais pode haver uma paralisação do sistema ou uma mudança impulsionada pelo estresse gerado.

Alguns fenômenos participam dessa transmissão transgeracional, tais como valores, crenças, mitos, segredos e rituais, dentre os quais serão destacados a lealdade e o legado. O conceito de lealdade permite compreender a estrutura

mais profunda das famílias: a lealdade cria vínculos de conexão intrínseca à família nuclear, engloba a família extensa, mantém uma interligação entre as gerações passadas e as futuras sob múltiplas formas de expressão (Falcke & Wagner, 2005).

Para essas autoras, a lealdade é uma força que leva o indivíduo a pertencer a um grupo, enquanto, simultaneamente, exige dele o compromisso de obedecer às regras desse sistema e a cumprir os mandatos familiares que lhe são delegados, o que nem sempre acontece de maneira consciente.

No processo de luto familiar, pode-se assistir ao surgimento ou à intensificação dos conflitos de lealdade em relação às famílias de origem, ou, ainda, aos sobreviventes, marcados pela expectativa do grupo familiar em relação a seus membros, inclusive à preservação da linhagem familiar (Silva, 2005).

Os conflitos de lealdade, também conhecidos como lealdades invisíveis (Borzomenyi-Nagy & Spark, 1994), versam sobre o relacionamento de lealdade entre pais e filhos, quando estes últimos assumem compromissos inconscientes para ajudar a família a garantir seu equilíbrio, de maneira disfuncional, mantendo habitualmente uma sintomatologia significativa.

Se alguma das tarefas de adaptação familiar não puder ser realizada ou concluída de conformidade com o que se propôs em relação ao processo familiar diante do luto, diante das dificuldades apresentadas pela família, inclusive da presença de sintomas, leva-se em consideração a recursividade dos sintomas e a transmissão transgeracional para supor que essas dificuldades adaptativas possam repetir-se ao longo de gerações.

As perdas na família costumam deixar seus legados. Walsh & McGoldrick (1998) alertam para o fato de que as perdas ocorridas em outras gerações podem interferir na passagem do atual ciclo de vida da família de várias maneiras.

Falcke & Wagner (2005, p. 39) definem legado como "... o fenômeno que revela para as gerações seguintes os principais aspectos da família atual e o que se espera que tenha continuidade", uma espécie de testamento versando sobre como deve ser transmitida a essência da família atual, seus valores, crenças, temas e regras. Apesar da possibilidade de haver um legado destrutivo da perda, há também a possibilidade de ela fortalecer os sobreviventes, "... despertando sua criatividade, estimulando-os a se realizarem" (McGoldrick, 1998b, p. 129). O legado destrutivo de uma perda envolve mitos e superstições sobre os perigos do mundo exterior (McGoldrick, 1998b) construídos a partir dos significados atribuídos pela família à perda e transmitidos ao longo das futuras gerações.

Falcke & Wagner (2005) consideram a possibilidade de esses padrões transgeracionais serem mais um dos fatores que favorecem a saúde do sistema familiar nos momentos em que crises são vivenciadas, como, por exemplo, a crise diante da perda de um familiar.

Resiliência familiar

É preciso salientar que nem todas as famílias que enfrentam uma perda apresentam problemas de desenvolvimento ou sintomas relativos ao processo de enlutamento. Não se sabe ao certo quais fatores culturais ou míticos presentes na família a colocam na direção de uma mudança ou de uma paralisação (Silva, 2005). Porém, não há dúvidas de que as dificuldades de adaptação são inerentes a todas elas, uma vez que haverá alteração no equilíbrio familiar preexistente. Contudo, existem famílias que têm uma capacidade de transformar a adversidade em força e recursos da vida, sem que haja qualquer necessidade de intervenção profissional.

Walsh (1998, p. 4) define resiliência familiar como "... a capacidade de se renascer da adversidade fortalecido e com mais recursos. É um processo ativo de resistência, reestruturação e crescimento em resposta à crise e ao desafio". De acordo com as ideias de Walsh, a resposta individual tem sido compreendida como uma interação entre a natureza e a educação, estimulada por relacionamentos de apoio. Poucos pesquisadores consideram a família como uma fonte potencial de resiliência.

O conceito de resiliência familiar apresentado por Walsh (2005) é questionado por Patterson (2002), que o atribui a um processo e não a uma característica particular de uma família. Para esta segunda autora, resiliência familiar é um processo mediante o qual famílias são capazes de se adaptar e funcionar de maneira competente, após terem sido expostas a adversidades significativas.

De acordo com Walsh (2005), é o sistema de crenças dessa família que capacitará cada um de seus membros a atribuir um significado às situações de crise. Quando as crenças são positivas e facilitadoras, aumentam as opções para a resolução de problemas, a cura e o crescimento. Porém, quando são negativas e restritivas, perpetuam os problemas e restringem as opções.

No entanto, os significados individuais não são iguais aos construídos coletivamente, na família, uma vez que estes são interpretações dadas e pontos de vista alcançados por meio da interação entre seus integrantes, na medida em que compartilham tempo, espaço e experiência de vida enquanto falam sobre esses temas (Patterson, 2002). Para esta autora, o significado coletivo tem um papel preponderante no processo de organização e manutenção do grupo familiar diante de uma crise, pois significados compartilhados reduzem ambiguidade e incerteza sobre estímulos complexos, o que é muito difícil no processo de luto familiar, já que é frequente haver interrupção de comunicação entre os membros desse grupo, como veremos adiante.

Segundo Patterson (2002), o processo de construir significados é um componente substancial para a resiliência familiar e pode ser facilitado pela

interação do grupo em si mesmo, em sua relação com a comunidade e, em especial, com outras famílias que experimentaram processos semelhantes. Prosseguindo, este autor comenta que, para saber se uma família conseguiu engajar-se em um processo de resiliência, se torna necessário fazer uma avaliação da interação dos fatores de risco e de proteção em relação às consequências advindas da perda.

Reações especiais

É possível o surgimento da onda de choque emocional, tal como descrita por Bowen (1998), que pode reverberar sobre toda a família, até mesmo por muito tempo após a perda, mas que não faz parte das reações naturais do luto, operando em uma rede de dependência emocional oculta entre seus membros. Esse choque emocional difere das reações de luto esperadas, pois não permite à família estabelecer conexão entre os eventos vitais sérios que ocorrem e a perda e pode, inclusive, negar o significado e o impacto da morte que o antecedeu. Suas reações podem incluir qualquer problema humano, desde doenças físicas até transtornos emocionais e disfunções sociais, dos mais simples aos mais complexos.

O primeiro ano costuma ser muito difícil: as famílias passam por experiências marcadas e marcantes em relação à perda, o que pode acarretar distúrbios de longa duração, mesmo que não relacionados diretamente ao luto. É nesse período que acontecem as primeiras reações de aniversário, que podem suceder-se por vários anos (Bowlby, 1997).

Segundo Cassorla (2004), essas reações englobam sintomas nas áreas mental, somática ou social, no período anterior ao aniversário da morte de algum ente querido, podendo acontecer na data ou pouco tempo depois. Também podem surgir nas coincidências de datas de aniversário, quando se completa a idade da pessoa que morreu, de datas comemorativas em que a ausência da pessoa é marcadamente sentida, entre outras ocasiões. Nesses períodos, processos autodestrutivos podem ser disparados (Cassorla, 2004), incrementando ideações suicidas (Silva, 2008).

Existem ainda os padrões de aniversários transgeracionais mencionados por Walsh & McGoldrick (1998), que se referem aos momentos em que a idade ou a transição familiar, no instante do surgimento de um sintoma, coincidem com alguma perda ocorrida na geração anterior. Dessa maneira, ressaltam a importância de se conhecer o poder subterrâneo dos roteiros familiares ocultos (Bying-Hall, 1998), dos legados familiares (Borzormenyi-Nagi & Spark, 1994) e da transmissão dos padrões de luto, conforme mencionados acima.

O final do processo de luto

Para Shapiro (1994) o tempo de enlutamento familiar varia de acordo com o grau de estresse e descontinuidade das circunstâncias da morte, o equilíbrio entre estresse e apoio, a natureza da história de desenvolvimento compartilhada e a disponibilidade de práticas culturais de pesar.

O significado atribuído ao tempo é relativo: ele pode ser encarado como o melhor remédio ou o pior veneno. Durante a fase inicial de choque, há esperança de que o tempo ajude a curar as feridas surgidas com a dor. Nos primeiros meses, enquanto a perda se vai tornando concreta e real mediante a ausência da pessoa querida, o tempo surge como um veneno pela saudade que carrega. Famílias com mais tempo de perda relatam que o sofrimento vai amenizando-se ao longo dos anos enquanto a saudade aumenta. É como se ocorresse uma transformação na qualidade dos sentimentos em relação à ausência, indicando que a perda sempre será lembrada (Silva, 2008).

No curso do ciclo vital, a família continua a integrar a realidade da morte e suas consequências na reorganização de cada aspecto das tarefas, em um movimento de colaboração entre seus integrantes. Sempre haverá novas oportunidades de reexplorar a experiência de pesar ao longo de seu ciclo vital, e a exploração desses sentimentos permitirá à família integrar novos significados em todo o seu processo de desenvolvimento (Shapiro, 1994).

As mudanças nas relações familiares incluem transformações na relação com o morto, cuja imagem permanente fornece apoio ao desenvolvimento contínuo dos membros sobreviventes da família. "Idealmente, o morto será reintegrado à família como se estivesse vivo, envolvendo presença espiritual e psicológica cuja imagem é levada adiante junto à família em seu desenvolvimento e que continua a dar suporte ao mesmo" (Shapiro, 1994, p. 17-18). Dessa maneira, o luto, como processo desenvolvimental compartilhado, deve envolver a dissolução e a construção de uma nova identidade familiar em resposta à ausência física de um de seus integrantes, permitindo a existência de experiências individuais, quer privadas quer subjetivas, ao mesmo tempo que entrelaça-as na família, na comunidade e na cultura.

Mesmo que todas as tarefas demandem tempo para que a família consiga essa nova organização, entre os autores da área há um questionamento a respeito da duração do processo de luto como um todo. Nesse sentido, há que se concordar com Walsh & McGoldrick (1998), quando afirmam que essa organização não significa aceitação definitiva e completa da perda, mas a possibilidade de colocá-la em perspectiva, de modo a seguir adiante. Como o significado que se dá à perda é transformado ao longo do ciclo vital, à medida que é vivenciado e integrado a novas experiências vitais, inclusive de novas perdas, conclui-se que o luto é um processo recursivo que pode retornar a qualquer momento. Ou seja, ele não

acontece de maneira linear: é possível que reapareça a qualquer momento, ao longo da vida, como uma dificuldade, pois a perda é para sempre, enquanto o vínculo com a pessoa que morreu permanece.

Concluindo

Essa talvez seja a grande contribuição da terapia familiar sistêmica para a abordagem ao luto. Uma vez que o foco não está na doença nem no sintoma e não há tentativas de observá-los em um só elemento do sistema familiar, acredita-se que a família seja corresponsável por suas dificuldades e tem elementos próprios capazes de fazê-la retomar um equilíbrio funcional. Existe uma força interna que move seus membros ao longo do tempo e propicia a mudança necessária, indicando que a família tem a capacidade de levar o luto a um curso funcional.

Referências

- Borzormenyi-Nagi, I. & Spark, G. M. (1994). *Lealtades invisibles*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Bowen, M. (1998). A reação da família à morte. In F. Walsh & M. McGoldrick *Morte na família: sobrevivendo às perdas*. (pp.105-117). Porto Alegre: Artmed.
- Brown, F. H. (2001). O impacto da morte e da doença grave sobre o ciclo de vida familiar. In B. Carter & M. McGoldrick *As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar*. (2. ed.). (pp. 393-414). Porto Alegre: Artmed.
- Bying-Hall, J. (1998). Os roteiros familiares e a perda. In F. Walsh & M. McGoldrick *Morte na família: sobrevivendo às perdas*. (pp.153-165). Porto Alegre: Artmed.
- Carter, B. & McGoldrick, M. (2001). As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar. In B. Carter & M. McGoldrick *As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar*. (2. ed). (pp. 7-29). Porto Alegre: Artmed
- Cassorla, R. M. S. (2002). Reflexões sobre a psicanálise e a morte. In M. J. Kovács (Org.) *Morte e desenvolvimento humano*. (pp. 91-112). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Cassorla, R. M. S. (2004) Suicídio e autodestruição humana. In B. S. G. Werlang & N. J. Botega, *Comportamento suicida*. (pp. 21-33). Porto Alegre: Artmed.
- Falcke, D. & Wagner, A. (2005). A dinâmica familiar e o fenômeno da transgeracionalidade. In A. Wagner (Coord.) *Como se perpetua a família?: a transmissão dos modelos familiares*. (pp. 25-45). Porto Alegre: Ed. PUC-RS.
- Loés, T. (2008). Relatório da implantação do projeto ComViver – Rio de Janeiro. Retirado em 01/03/2008. <http://www.projetocomviver.org.br/html/port/textos/relatorio.htm>

- McGoldrick, M. (1998 b). O legado da perda. In F. Walsh & M. McGoldrick *Morte na família: sobrevivendo às perdas*. (pp. 129-152). Porto Alegre: Artmed.
- Minuchin, S. (1982). *Famílias: funcionamento e tratamento*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Nadeau, J. W. (1998). *Families making sense of death*. California: Sage Publications.
- Parkes, C. M. (1998). *Luto: estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus.
- Parkes, C. M. (2009). *Amor e perda: as raízes do luto e suas complicações*. São Paulo: Summus.
- Patterson, J. M. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 349-360.
- Shapiro, E. R. (1994). *Grief as a family process: a developmental approach to clinical practice*. New York: The Guilford Press.
- Silva, D. R. (2005). Impacto do luto na criança: uma questão para a terapia familiar sistêmica. In L. Mazorra & V. Tinoco (Orgs.). *Luto na infância: intervenções psicológicas em diferentes contextos*. (pp. 171-201). Campinas: Livro Pleno.
- Silva, D. R. (2008). Famílias e situações de luto. In L. C. Osorio, & M. E. P. Valle (Orgs.). *Manual brasileiro de terapia familiar*. (pp. 376-398). Porto Alegre: Artmed.
- Tavares, G. R. (2001). A busca da transformação. In G. R. Tavares et al. *Do luto à luta*. Belo Horizonte: Casa de Minas.
- Walsh, F. (2005). *Fortalecendo a resiliência familiar*. São Paulo: Roca.
- Walsh, F. & McGoldrick, M. (1998). A perda e a família: uma perspectiva sistêmica. In F. Walsh, & M. *Morte na família: sobrevivendo às perdas*. (p. 27-55) Porto Alegre: Artmed.
- Watzlawick, P. (Org.). (1994). *A realidade inventada*. Campinas: Editorial Psy.
- Wright, L. M. & Nagy, J. (2002) Morte: o mais perturbador segredo familiar. In E. Imber-Black et al. *Os segredos na família e na terapia familiar*. (pp. 128-143). Porto Alegre: Artmed.

Endereço para correspondência

drsilva@terra.com.br