

AS EXPERIÊNCIAS VIVIDAS POR FAMILIARES DE SUICIDAS PELA PERSPECTIVA JUNGUIANA: AS FASES DO LUTO À LUZ DOS ARQUÉTIPOS

Amanda Oliveira de Jesus¹; Ana Clara Stefanelli Bof¹; Taís Zanetti Bolzani¹; Dr.^a Kirlla Cristhine Almeida Dornelas²

¹Acadêmica de Psicologia na Faculdade Brasileira – Multivix – Vitória

²Docente do curso de Psicologia na Faculdade Brasileira – Multivix – Vitória

RESUMO

A morte é uma das maiores incógnitas da humanidade e, diante desse fenômeno, cada pessoa reagirá diferentemente, de acordo com seus simbolismos e valores. Não é diferente com o suicídio de um ente querido, que descarrega sobre os sobreviventes um conjunto de sentimentos oriundos da experimentação das consequências psicológicas da morte, o que chamamos luto. Assim, esta pesquisa visa analisar a experiência de luto vivida por familiares de suicidas, à luz da psicologia junguiana. Para tanto, após revisão bibliográfica de publicações disponíveis nos indexadores SciELO e PePsic, localizadas e selecionadas conforme critérios específicos, fora desenvolvida didática que permitiu associar os conteúdos do *corpus* às fases do luto de Bowlby e, a partir disso, submetê-los ao crivo da psicologia analítica, pela via do processo de individuação. Os resultados apontam para o fato de que diante do trauma, a reorganização da vida dos familiares sobreviventes pode não ser um processo natural, necessitando da intervenção de um profissional que, se pautado na psicologia junguiana, possa conduzir o indivíduo ao amadurecimento psíquico, pelo caminho da individuação, conferindo-lhe o aporte necessário para conviver com a dor da perda, mas superando o sofrimento.

Palavras chaves: morte; suicídio; luto; família; psicologia junguiana.

ABSTRACT

Death is one of the biggest questions of humanity and, while facing this phenomenon, every person reacts differently, according to their own symbolisms and values. It's not different in the suicide of a dear person, because this situation covers the survivors with a lot of feelings originated from the experimentation of the psychological consequences of death, that is, mourning. Thereby, this work aims to analyze the experience of mourning lived by the relatives of the suicidal, under the optic of analytical psychology. For this purpose, through bibliographic revision of publications available in the websites SciELO and PePsic, searched and selected with specific criteria, it was developed didactic in order to associate the contents of *corpus* to the mourning phases of Bowlby and, from that, to submit this to the prism of analytical psychology, by the individuation process. The results pointed to the fact that, while facing the trauma, reorganizing the lives of surviving family members may not be a natural process, which requires professional intervention that, if analytical psychology as a guide, could conduct the person to psych maturing, by the individuation process, bestowing the necessary support on them so it can be possible to learn to coexist with the pain of loss, but overcoming the suffering.

Key words: death; suicide; mourning; family; analytical psychology.

1 INTRODUÇÃO

O filósofo alemão Martin Heidegger, ao escrever seu livro *Introdução à Metafísica*, levantou uma questão: “Por que há simplesmente o ente e não antes o Nada?” (HEIDEGGER, 1978, p. 33-34). A pertinência dessa pergunta, que não perde sua atualidade, se renova a cada vez em que recai sobre o pesquisador a responsabilidade de se debruçar e estudar sua sociedade e as multifacetadas interpretações da vida e – por que não? – da morte, que dela emanam.

Há inúmeros questionamentos permeando a tese fundamental de Heidegger e é isso – o ato de questionar – que nos une ao mundo, conforme revela Gomes (2019) ao informar que o ser humano, em atividade interrogativa, pode revelar ao mesmo tempo a si, o mundo e a relação que os une. Enquanto interrogação, a morte é uma das maiores e mais incômodas com o que a humanidade precisa lidar.

Tamanho incômodo levou a ciência a desenvolver área de estudo específica para debruçar seus olhares sobre a morte, a *tanatologia*, que consiste objetivamente em analisar o morrer de nossa espécie, mas que não se restringe a analisar o fenômeno do morrer isoladamente, estendendo-se às questões que lhe são tangentes como: violência e guerra, cuidados a pacientes terminais, além da formação de profissionais que possam lidar com situações de perda e morte (KOVÁCS, 2008).

Cominato e Queiroz (2006) demonstram que apesar da morte ser algo natural do ponto de vista biológico, o ser humano tem por característica enxergar o mundo também pelos aspectos simbólicos, ou seja, pelos significados e valores que ele imprime às coisas; por isso o significado da morte varia necessariamente no decorrer da história e entre as diferentes culturas humanas.

Até o começo do século XX, a atitude diante do fenômeno morte era praticamente a mesma em boa parte das civilizações ocidentais e ao acompanhar os processos de industrialização, urbanização e o crescimento da racionalidade nas relações sociais, a sociedade passou a produzir mais meios para tentar se proteger das razões e situações que pudessem levar à morte (ARIÈS, 1977). Mas e quando um ser humano causa, voluntariamente, o fim da própria vida?

Dá-se o nome de suicídio a todo falecimento que resulte direta ou indiretamente de um ato praticado pela própria vítima, sabedora de que devia produzir esse resultado, podendo ter como mote causas extra sociais de grande generalidade ou causas propriamente sociais (DURKHEIM, 1982). Por sua vez, Baptista (2004) pondera que o ato autoextermínio é caracterizado por ser a lesão causada independente de seu grau de intenção, estando suas tentativas – e a própria ideação – já incluídas no comportamento suicida.

Outro conceito de suicídio digno de nota é o da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), no documento “Suicídio: informando para prevenir” (2014), que o estabelece como um ato deliberado executado pelo próprio indivíduo, cuja intenção seja a morte, de forma consciente e intencional, mesmo que ambivalente, usando um meio que acredita ser letal. Cassorla (1985) aponta que tais comportamentos requerem ser neutralizados, ou desviados, para que não se tornem prejudiciais, lesando o indivíduo e a todos que lhe são próximos. À “lesão” mencionada, pode-se chamar de luto.

Segundo Cândido (2011), o luto representa um processo de crise, requerendo grande investimento emocional de quem o vive no percurso de sua resolução; contudo, o luto não deve ser visto como patologia, mas como conjunto de reações esperadas oriundas do impacto que a morte de um ente querido traz, tendo tempo variável, podendo durar anos ou, simplesmente, não terminar, convertendo-se em profunda tristeza, desespero e desânimo em relação ao falecido.

Bowlby (1985) informa que o processo de luto se dá em quatro fases: na primeira, a fase de choque, sua duração leva de horas a semanas, acompanhadas de sentimentos como desespero e raiva; na segunda fase, a fase de desejo, há a busca da figura perdida, podendo durar meses ou anos, passando por sentimentos como inquietação, insônia, desespero e preocupação; a terceira fase, ou fase de desorganização, é caracterizada por coexistirem processos opostos como a realidade da perda e a esperança de reencontro, além da desvalorização do cotidiano e das relações afetivas; por fim, na fase quatro, ou fase da reorganização, há aceitação da perda e busca de recomeçar, podendo sempre voltar a saudade e a tristeza, estabelecendo um enlutamento gradual e nunca finalizado por completo.

Cândido (2011) assevera que o sofrer psicológico das pessoas que tinham vínculo afetivo com suicidas é enorme, pois estes deixam inúmeros questionamentos sem resposta; ademais, o suicida deposita seu esqueleto emocional no armário dos enlutados, os sentenciando à enormidade de sentimentos negativos, destacando-se dentre estes uma terrível obsessão sobre as motivações de seu ato, sendo a culpa uma tendência fortemente observada no processo de luto dos familiares sobreviventes. Mas o que faz de um ente querido um familiar e vice-versa?

Silva (2009) chama atenção para o fato de que a preocupação com o bem-estar dos membros de uma família nem sempre existiu, pois senti-la e vivê-la, como hoje se sente e se vive, é algo que teve seu início entre o fim do século XVII e o início do XVIII. Até antes do período citado, ser família implicava basicamente na conservação dos bens que lhes eram pertencentes, não necessitando, para tanto, de algum vínculo afetivo, vez que amor ou carinho não eram condições preponderantes para estabelecer uma ideia de pertencimento familiar.

O processo de mudanças na composição e interpretação familiar é longo, dinâmico e atualmente estabelece que os vínculos afetivos se tornaram os pilares das relações (WAGNER e cols., 2011). Problemática também observada por Silva (2009), ao afirmar que a reorganização dos núcleos familiares a partir de uniões afetivas, por exemplo, assume seu papel como um fenômeno social natural, visto que as composições familiares ganham novas formatações para além do tradicional, caucionadas, vale lembrar, pelo afeto.

Pautando-se no afeto como baliza das relações, pode-se dizer que o suicídio não significa apenas matar a si, mas também desencadear elevado potencial de risco à saúde mental e física dos familiares sobreviventes, frente aos muitos sentimentos que efetuariam sobrecarga no já complexo processo de luto, podendo ser responsáveis por psicopatologias associadas à morte por suicídio; isso pode se estender não só àqueles sobreviventes imediatos, mas aos seus descendentes (CÂNDIDO, 2011).

Vale dizer que uma das diferenças fundamentais entre o luto vivido por pessoas que perderam seus entes queridos por outros motivos, ainda que violentos e abruptos, é

a presença de maior demonstração de solidariedade para com a família, ainda que o conforto venha de alguém simplesmente falar abertamente sobre o tema; no caso do suicídio, é comum que o silêncio não seja característico somente dos enlutados, mas também costuma fazer parte do entorno da família, já que esta tende a ser mais responsabilizada e evitada pelas pessoas, aumentando o isolamento e a auto culpa (FONTENELLE, 2008).

Observando-se premente a necessidade de acompanhamento profissional dos familiares sobreviventes, bem como realização de estudos acadêmicos sobre o tema, a vertente escolhida para a pesquisa é a psicologia analítica, também chamada de psicologia junguiana, que segundo o Instituto Junguiano do Rio de Janeiro (2020) aborda a psicoterapia e a análise aprofundada, com foco no rol de experiências simbólicas e espirituais humanas, repousando na teoria dos arquétipos de Jung, bem como na existência de um inconsciente coletivo

Para Jung, a tristeza provinda da morte não se voltará ao morto, mas para os que tenham de suportar e elaborar o sentimento de dor da perda, permeado assim por angústias, medos, incertezas, sentimentos ambivalentes, entre outros. Ou seja, as consequências psicológicas do suicídio evidentemente serão dos sobreviventes, que neste caso são os familiares (FIDÉLIS, 2009).

O suicídio não deve ser compreendido somente como uma saída da vida, mas como uma entrada na alma; um profundo mergulho em si mesmo; ademais, o contato com a morte por parte dos enlutados, caso seja bem desenvolvido, pode amadurecer psicologicamente o indivíduo, ao levá-lo a reflexões que não está acostumado, podendo, portanto, ser uma etapa significativa para seu processo de individuação (SENA; FRANCO, 2017).

Há conceitos imprescindíveis para compreender melhor a psicologia junguiana e alguns destes permearam o desenvolvimento desta pesquisa. São eles: os *arquétipos*, definidos como componentes de ordem impessoal, sendo categorias herdadas, que normalmente aparecem como pares de complexos que dialogam enquanto se friccionam em oposição; a *alma*, que diz respeito à individualidade se relacionando com os processos psíquicos, enquanto a *psique* é chamada de o eixo do mundo,

referindo-se à generalidade dos processos psicológicos (JUNG, 2000).

Além desses, também devemos destacar os arquétipos da *sombra* e da *persona*, sendo a primeira uma faceta inconsciente e reprimida, onde são depositadas as experiências traumáticas do indivíduo, e a segunda, que é, por sua vez, uma adaptação do eu ao meio coletivo, tendo seu nome originado nas máscaras que os artistas da antiguidade utilizavam para representarem seus personagens. A mesma complementaridade é observada nos arquétipos *anima* e *animus* que se firmam na alteridade, numa dinâmica em que *animus* é uma representação do masculino e sua busca de penetração no mundo, enquanto *anima* simboliza o feminino e seu acolhimento e receptividade. Também será importante a noção de que a *religião* para Jung, qualquer que seja sua natureza, certamente terá seus aspectos psíquicos inevitavelmente residentes nas manifestações do inconsciente (PORTELA, 2013).

Outra categoria de arquétipos reside no *eu* e no *si-mesmo*. Enquanto o *eu* é uma parte do *si-mesmo* que em algum momento se tornou autônoma, mas que necessitará resgatar o equilíbrio com sua parte *a priori* pelo processo da individuação – conceituado adiante –, o *si-mesmo* é o centro ordenador da psique, o guardião dos primórdios da vida psíquica e para onde a consciência deve fluir buscando completude (JUNG, 2008). Nesta pesquisa, a força motriz que unirá contextualmente os conceitos acima elencados chama-se *individuação*, entendida como “tornar-se um ser único [...] tornar-se *si-mesmo* [...] um processo de desenvolvimento psicológico que faculte a realização das qualidades individuais” (JUNG, 2008, p. 60-61).

Fora estabelecida a relação entre as quatro fases do luto já explanadas com o conteúdo dos textos analisados, bem como se discorreu sobre como tais temas podem dialogar com o processo de individuação, tendo como norte seu trajeto natural “que se inicia com a retirada da *persona*, passando pelo reconhecimento da *sombra* e o relacionamento com as figuras de *anima* e *animus*, conduz até os domínios da camada mais profunda da psique, o *si-mesmo*” (PORTELA, 2013, p. 77).

Visando ao desenvolvimento didático do objetivo desta pesquisa, ou seja, analisar a experiência de luto vivida por familiares de suicidas, à luz da psicologia junguiana, percorreremos junto com as pessoas cujas histórias estejam registradas no *corpus*

seus trajetos de elaboração dos sentimentos, sem perder de foco que a psicologia analítica pode fornecer ferramentas não só para o entendimento do *status quo*, mas, se necessário, para oferecer aporte profissional que auxilie o indivíduo em seu amadurecimento psíquico.

2 METODOLOGIA

Este trabalho se vale dos mecanismos da pesquisa exploratória, que segundo Gil (2002) tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, no desiderato de torná-lo mais explícito ou a constituir hipóteses, bem como da pesquisa qualitativa, que visa à elaboração de novos conhecimentos, sem previsão de aplicação prática e considerando a subjetividade do sujeito mais do que meramente dados numéricos. Não obstante as características acima apontadas, o modo de operação de coleta de dados é o da pesquisa bibliográfica, que de acordo com Severino (2007) se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores como livros, artigos, teses etc.

As fontes para a coleta desses dados foram os sites SciELO e PePsic; os descritores utilizados foram suicídio, morte, luto e família, agrupados do seguinte modo: “morte e luto” e “suicídio e família”. Estabeleceram-se os seguintes critérios de inclusão: artigos em língua portuguesa com data de publicação entre 2003 e 2019, visando, primeiro, não inviabilizar a leitura por parte das pesquisadoras, bem como análise de materiais condizentes com a atualidade. Foram adotados como critérios de exclusão: artigos cujos textos não estivessem disponíveis gratuita e integralmente; artigos não relacionados à psicologia, no intuito de manter coerência entre os dados coletados e o objetivo do estudo; e as produções que não estabelecessem vínculo entre os descritores, frente ao vasto campo de pesquisa que estes representam em si.

Realizada a busca nas plataformas SciELO e PePsic, foi feita a leitura flutuante do material encontrado, no sentido de averiguar seu enquadramento nos critérios de inclusão e exclusão supracitados. No primeiro indexador, foram encontrados 102 artigos para os descritores morte e luto, assim como 37 textos para suicídio e família, dos quais foram selecionados 04 artigos. No segundo, para os descritores morte e

luto foram encontrados 147 textos e para suicídio e família foram encontrados 14, tendo sido selecionadas 03 obras. Desta feita, o corpus de análise são 07 artigos, estabelecidos conforme quadro abaixo:

Ordem	Título do artigo	Autor	Ano	Revista
Texto 1	Experiências de perda e de luto em escolares de 13 a 18 anos	Basílio Domingos; Maria Regina Maluf	2003	Psicologia: Reflexão e Crítica
Texto 2	Impacto do suicídio da pessoa idosa em suas famílias	Ana Elisa Bastos Figueiredo et al.	2012	Ciência & Saúde Coletiva
Texto 3	O Processo de Luto no Contexto do API-ES: Aproximando as Narrativas	Alzira da Penha Costa Davel; Daniela Reis e Silva	2014	Pensando Famílias
Texto 4	Especificidades sobre processo de luto frente ao suicídio	Karina Okajima Fukumitsu; Maria Júlia Kovács	2016	Psico
Texto 5	Vivenciando o suicídio na família: do luto à busca pela superação	Kassiane Dutra et al.	2018	REBEn
Texto 6	Possibilidades de abordagem do tema do suicídio na Estratégia Saúde da Família	Geovana da Silva Ferreira; Ananyr Porto Fajardo; Eliana Dable de Mello	2019	Physis: Revista de Saúde Coletiva
Texto 7	Suicídio: Peculiaridades do luto das famílias sobreviventes e a atuação do psicólogo	Priscila Gomes Rocha; Deyseane Maria Araújo Lima	2019	Psicologia Clínica

Quadro 1 – Relação das publicações selecionadas

Fonte: Produzido pelas autoras

Utilizou-se a análise de conteúdo definida por Bardin (2011), que consiste em um agrupamento de técnicas de análise das comunicações objetivando compreender, através dos procedimentos sistemáticos e objetivos descritos nos conteúdos das mensagens expostas nos textos, indicadores que possam permitir a compreensão dos conhecimentos relativos à condição de produção e recepção dessas mensagens, relacionando-as com as fases do luto de Bowlby e, a partir disso, submetê-las ao crivo da psicologia junguiana na forma proposta alhures, dividindo o tema com as seguintes perspectivas de análise: a) Retirada da Persona; b) Reconhecimento da Sombra; c) Relacionamento Anima/Animus; e d) Estabelecendo o *Si-Mesmo*.

3 APRESENTAÇÃO DOS DADOS E DISCUSSÕES

No exercício da análise dos dados, atinentes às manifestações do luto nos familiares sobreviventes, mesmo em situações distintas parece se repetir um ciclo de culpa,

desespero, raiva e agonia na busca por respostas. Contudo, ainda que dor e vazio predominem, observam-se tentativas de recomeço e mesmo de ressignificação do suicídio do ente querido e de suas causas. Para analisar referido conteúdo didaticamente, os dados estão apresentados no Quadro 2, organizados em: fase de luto respectiva, incidência no material estudado e perspectiva junguiana de análise.

Fases do Luto	Incidência	Perspectiva de Análise
Fase de Choque	Textos 2, 4, e 5	Retirada da Persona
Fase de Busca da Figura Perdida	Texto 4	Reconhecimento da Sombra
Fase de Desorganização	Textos 1, 2, 4, 5 e 7	Relacionamento Anima/Animus
Fase de Reorganização	Textos 2 e 4	Estabelecendo o Si-Mesmo

Quadro 2 – Fases do luto, incidência no *corpus* e perspectiva da análise

Fonte: Produzido pelas autoras

a) Retirada da Persona

Retirada da persona, entendida como o marco inicial do processo de individuação, é o momento em que o indivíduo é forçado a olhar para o seu interior e reconhecer que a máscara do convívio social não é suficiente à resolução dos seus conflitos internos (PORTELA, 2013). Este é o prisma analítico do conteúdo textual abarcado pela organização do Quadro 2, ou seja, narrativas presentes nos textos 2, 4, e 5 que demonstram a incidência da primeira fase do luto, a fase de choque, que se estabelece de horas a uma semana após o fato, tendo como características a negação do ocorrido, extrema aflição e certo entorpecimento (GOMES, 2019).

Há entrevistas nos textos que são muito marcantes quanto às reações imediatas após a notícia do suicídio: “Fiquei noites sem dormir [...] Passamos mais de uma semana sem comer” (texto 2); “parece que o chão desabou [...] a família perde o chão [...] eu não aceitava” (texto 5). Também no desespero transcrito no texto 4: “quando a porta abriu, minha mãe estava enrolada em um fio de ferro de passar roupa, enforcada, morta” (texto 4).

Em linhas gerais, a morte por suicídio é violenta e repentina, trazendo enorme carga emocional aos familiares sobreviventes, que além de sofrerem pela perda, precisam elaborar seu próprio – talvez – novo papel na família, somado à necessidade de

conferir sentido ao ato, sem poder, em muitos casos, compartilhar a dor por efeito da culpa, da vergonha e dos tabus que acompanham o tema; em outras palavras, trata-se de um ato que é tão disruptivo que pode retirar do enlutado, nos primeiros momentos, a própria noção de realidade (FONTENELLE, 2008).

Jung apresenta como primeiro passo para o processo de individuação a integração entre a persona, entendida como a adaptação do eu ao meio social, e os conteúdos traumáticos reprimidos ao longo da vida do indivíduo, depositados em sua contraparte denominada sombra. Ocorre que o início deste percurso é normalmente marcado por conflitos, pois o eu é obrigado a reconhecer que a persona não lhe pertence, tirando quiçá sua noção de realidade, e, além disso, a enxergar que por mais adaptado que esteja ao papel que exerce no convívio coletivo, a máscara necessitará cair para que sua interioridade apareça (PORTELA, 2013).

Os exemplos descritos acima, presentes nos textos 2, 4 e 5 explicitam bem o momento de queda da máscara, ou da retirada da persona, justamente por estarem ligados à primeira fase do luto, que corresponde ao momento de negação ou entorpecimento do indivíduo para com a realidade. Nesse caso, o suicídio do familiar pode ser interpretado como um dos fatores externos condutores diretos para uma mudança profunda ou, minimamente, predispor a pessoa a isso; referidas ocasiões conferem caráter repentino à irrupção da consciência, inundando-a de conteúdos até então estranhos e inesperados (JUNG, 2008). Isso porque “a meta da individuação não é outra senão a de despojar o *si-mesmo* dos invólucros falsos da persona” (JUNG, 2008, p. 61).

b) Reconhecimento da Sombra

O reconhecimento da sombra é o passo posterior à retirada da persona, pois a queda desta máscara é fundamental para que o indivíduo comece a olhar para o seu interior, buscando assimilação, pelo seu consciente, de um eu reprimido e que já emite sinais de existência (PORTELA, 2013). Este olhar permite enxergar nas informações constantes do texto 4 as características da segunda fase do luto, a fase da busca pela figura perdida, tendo duração de meses ou anos, com manifestações de raiva, inquietação, desespero e buscas frequentes (GOMES, 2019).

Tomaremos como exemplo o caso presente no texto 4 para ilustrar a proposição, ou seja, fazer a subsunção das reações neles contidas à fase do luto correspondente:

O ilustre desconhecido: quem foi você, mãe/pai? Existe uma parte sua em mim ou uma parte minha em você?

[...] alguns dos entrevistados não os conheciam. Esse fato pode ser visto como intercorrência da morte repentina que privou os enlutados do acompanhamento dos pais ao longo da vida [...] e que os filhos enlutados sofreram com isso ainda crianças.

Um dos caminhos foi investigar os gostos dos pais [...].

A depoente [...] Destacou seu gosto pela arquitetura, pistas que pudessem confirmar que era parecida com sua mãe e que, portanto, teria assegurado um pouco de sua mãe em sua história. [...] aponta a necessidade de o enlutado ter conhecido um pouco mais sobre o mundo daquele que se matou.

(texto 4, p. 07 e 08) **Grifos do original**

Notadamente, o percurso da depoente transcrito no texto 4 é mais do que saltar em direção à história da mãe; trata-se de uma verdadeira busca de parte do seu eu que não está clara e posta à luz da consciência, mas que sinaliza sua existência com sentimentos e reações não conscientes, mas presentes. No caso da declarante, há tentativa de explicar o que acontece consigo ao olhar para a figura perdida da mãe: “A depoente buscou vários pontos de semelhança com sua mãe [...] ‘eu sei que ela chorava muito e eu, quando estava deprimida, chorava demais” (texto 4).

A percepção da realidade da sombra é um processo que permite ao indivíduo tomar consciência do teor de seu inconsciente, mas que não é um fenômeno de cunho meramente intelectual, como talvez possa parecer, já que se trata de uma experiência que envolve a pessoa em seu todo; isto porque a sombra exemplifica bem o que os gregos denominavam *synopados*, ou aquele que segue atrás de nós, essa sensação de uma presença viva, próxima, mas incompreensível (JUNG, 2000).

Ainda assim, este é um caminho extremamente conflituoso. Por ser um confronto que é um dos primeiros na direção do encontro consigo, suportar e reconhecer a sombra força o eu a se reconhecer como apenas parte do todo na esfera psíquica, conferindo voz ao inconsciente lhe oportunizando encaminhar ao consciente os desejos de seu

interior, antes reprimidos; assim, quando o eu consegue começar a assimilar os conteúdos da sombra, se aproximando mais da esfera do *si-mesmo* e possibilitando ampliação da consciência, forças auxiliares dormentes na profundidade da natureza humana podem partir em nosso socorro, sendo mais um passo relevante no processo de individuação (PORTELA, 2013).

c) Relacionamento Anima/Animus

Podendo ser chamado de terceira etapa da individuação, o relacionamento anima/animus está ligado à terceira fase do luto, pois em ambos os casos há processos contraditórios que tentam estabelecer relação entre si. Vale lembrar que conforme estabelecido no Quadro 2, a terceira fase do luto é a da desorganização, que abarca narrativas dos textos 1, 2, 4, 5 e 7, e tem como principais características ser marcada pelo medo, desespero, desvalorização das relações afetivas e pela coexistência de sentimentos contraditórios: como a realidade da perda e esperança de reencontro (GOMES, 2019).

Da leitura dos textos citados, podem-se extrair exemplos de sentimentos que reforçam as características predominantes nessa fase do luto, tais como: “o caso [...] afigura-se muito dramático quando se atenta à angústia dela quando questiona sobre o que levara o primo a se matar” (texto 1); “nunca mais tive gosto pela vida” (texto 2); “expressa também que o luto por suicídio é um processo relacional na família e que o suicídio pode interferir na comunicação adequada dela, desequilibrando-a” (texto 7).

O trecho a seguir, retirado do texto 4, demonstra com clareza a gama de sentimentos ambíguos e até opostos que podem existir em um familiar enlutado pelo suicídio de um ente querido:

A intensidade dos sentimentos e o estranho alívio

O entrevistado C1 compartilha a intensidade dos sentimentos e o estranho alívio com a morte do pai, por choque elétrico, e que expressou o sofrimento provocado pelas várias brigas entre pai e mãe [...] tentativas prévias de suicídio [...] dizendo sentir muita “...raiva, culpa, vergonha e vergonha de ter raiva. É como se fosse uma ferida num lugar tão difícil de curar. É como se tivesse que fazer uma cirurgia do cerebelo, sei lá, num lugar bem

inalcançável. É algo muito profundo”. [...] por esse motivo, a morte da pessoa foi experimentada com alívio. (texto 4) **Grifos do original**

Essa fase do luto é marcada pela profundidade e a dificuldade na elaboração dos sentimentos por parte dos enlutados. Processar “raiva, culpa, vergonha e vergonha de sentir raiva” (texto 4) não pode ser considerado fácil quando a pessoa ainda tem que processar toda a carga psíquica que o luto por suicídio produz. Nota-se, da leitura desse trecho, de fato a existência de processos sentimentais opostos: de um lado a raiva e de outro a vergonha de sentir raiva, este último demonstrando que apesar da relação conturbada com o pai em vida e do estranho alívio em sua morte, ainda figuram no enlutado sentimento de apego.

Oposições como as descritas no trecho do texto 4 são frequentes nos estudos dos arquétipos em Jung, mas a relação de contraposição mais evidente talvez seja a de anima/animus. Esses arquétipos representam o feminino e o masculino, e sintonizar-se com eles é estabelecer relação entre o consciente e o inconsciente, ou com a personalidade verdadeira; é um complexo funcional compensatório em relação à personalidade exposta ao convívio coletivo, logo, são as características femininas no homem e masculinas na mulher, que o consciente reputa incômodas para uso externo e, portanto, reprime (JUNG, 2008). Logo, processos opostos que tentam estabelecer relação entre si.

Vencer a repressão do eu harmonizando-o com o inconsciente é a principal função dos arquétipos anima/animus, de modo a abrir caminho para aprofundar ainda mais a jornada do amadurecimento psíquico, ou individuação; anima e animus funcionam como mediadores da relação do eu com o inconsciente coletivo, assim como a persona é a reguladora do eu para o convívio social (PORTELA, 2013). Se a consciência for capaz de assimilar os conteúdos presentes nesses arquétipos, “reconhecendo-os como parte da *psique* coletiva e não do *eu*, surge a possibilidade de diálogo com o centro da personalidade, o *si-mesmo*, alcançando a meta da individuação” (PORTELA, 2013, p. 76-77).

d) Estabelecendo o Si-Mesmo

Este último tópico de análise do *corpus* sob a ótica da psicologia junguiana também faz menção à última fase do luto, conforme estabelece o Quadro 2. Trata-se da fase da reorganização, marcada por uma aceitação paulatina da perda do ente querido, além da percepção da necessidade de reconstrução da vida, ainda que esta resolução ocorra de forma diferente para cada pessoa (CÂNDIDO, 2011).

Apenas dois textos dos analisados trazem narrativas de pessoas que conseguiram chegar a esta fase, por caminhos diferentes, é verdade, mas ainda assim chegaram. Os textos 2 e 4 trazem depoimentos que demonstram alguns fatores como sendo importantes para a superação e o recomeço, estando entre eles o trabalho e a religião. Esta última será o fio condutor deste tópico, pois exemplifica melhor o trajeto do eu para o encontro com o si-mesmo. Vejamos o seguinte trecho do texto 2:

Muitas famílias disseram que encontraram na religião forças para minimizar a dor e superar o sofrimento, como no depoimento a seguir:

Eu prefiro acreditar que ele fez por amor por mim. E entregar o que não entendo para Deus. Deitei no chão do quarto, teve uma coisa que aconteceu: eu senti como se fosse ele. Eu via ele ali, mas eu não tinha força para acordar. Eu senti ele passando a mão nas minhas costas. Fica calmo, fica calmo que eu estou bem! Fiquei aliviado!

[...]o instrumento de ressignificação do filho foi sua experiência místico-religiosa que o ajudou a entender o ato do pai como de amor, e, dessa maneira, harmonizar seu sofrimento com a busca de um propósito mais elevado e integrador. (Texto 2) **Grifos do original**

Ao evidenciar que o filho necessitou de uma “experiência místico-religiosa” (texto 2) para superar o suicídio do pai, o trecho acima deixa claro o quanto pode ser difícil o caminho a ser percorrido no sentido da superação do trauma, ou, no caso desta pesquisa, o caminho do processo de individuação. Entretanto, o texto aponta que as famílias encontraram forças na religião para “minimizar a dor e superar o sofrimento” (texto 2), o que significa dizer que a dor não desaparece, ainda que se consiga suplantar o sofrimento. Isso transparece, mais uma vez, o quão pesaroso pode ser este trajeto.

A ideia não é analisar a religião propriamente, mas aproveitar de seu aparecimento

nos textos, sobretudo na referida fase do luto, para estabelecer a ponte entre a fase da reorganização e o estabelecimento do si-mesmo; ou seja, o movimento do indivíduo que, após ter tido retirada sua persona, reconhecido a sombra e se relacionado com anima/animus, busca se religar com o centro de controle de sua personalidade. Por isso a analogia entre religião e a busca do si-mesmo: de modo simplificado, se por um lado o significado de religião vem da palavra *religare*, que seria o movimento de religação do homem ao divino, ou no ato de reatar o laço de piedade com o qual estamos ligados à figura do divino, por outro a individuação é verdadeiramente a busca do eu no sentido de religar-se ao si-mesmo (PORTELA, 2013).

“O *si-mesmo* também pode ser chamado de ‘o Deus em nós’” (JUNG, 2008, p. 123) e apesar de paradoxal, percebe-se que os primórdios da vida psíquica do ser humano emanam deste centro, ao mesmo tempo em que as mais altas metas de nossas vidas dirijam-se inextricavelmente para ele; contudo, é salutar a compreensão de que utilizar o conceito de Deus nada tem com deificar o homem ou degradar o divino, mas formular o fato psicológico de que certos conteúdos psíquicos gozam de independência e supremacia em oposição à nossa vontade (JUNG, 2008).

Tendo em vista que a meta da individuação é estabelecer sintonia entre o eu e o si-mesmo, ou centro ordenador da personalidade, pode-se afirmar que o indivíduo ao se religar e integrar com os conteúdos do inconsciente, harmoniosamente e de modo não negligente, pode se aproximar do que se poderia chamar de saúde mental, ou mesmo recuperar sua saúde psicológica através do constante cuidado com o inconsciente, bem como seus traumas e desejos que ali habitam (PORTELA, 2013).

Zana e Kovács (2013) pontuaram que em oposição aos estudos que traçam fatores exógenos para o suicídio, a psicologia junguiana se debruça sobre o problema o analisando por perspectivas endógenas, firmadas na alma, cuja metáfora remete à busca dos significados singulares a cada ato humano. De fato, lançar mão do prisma de Jung para análise do luto experimentado por familiares de suicidas pareceu um tanto estranho, a princípio; isso porque de certo modo é necessário aceitar que sob a ótica do suicida, a morte auto infligida é endógena, mas se converte em fator exógeno para início do sofrimento por luto do familiar sobrevivente, que por sua vez poderá

desencadear processo endógeno de mergulhar em si, na direção de suas estruturas mais profundas.

Os discursos de dor, desespero e vazio são tão presentes nas narrativas analisadas que, em dado momento, o pesquisador pode pensar não ser capaz de prosseguir, não só pelo peso do tema, mas pela aparente falta de ferramentas para lidar com um público cujas perguntas, provavelmente, seguirão por toda sua vida sem resposta, já que superar o trauma não pareceu ser um caminho natural percorrido por todos os familiares sobreviventes. Contudo, isso só se perpetuará caso o familiar enlutado continue direcionando suas perguntas para quem já não pode ouvi-las e sequer respondê-las. Após o desenvolvimento da pesquisa, parece-nos clara a existência da pergunta certa, realizada para a pessoa certa e do modo certo, ou seja: perguntar “quem sou eu?” para si mesmo pela via da individuação.

O luto por suicídio demonstrou-se um trama de traumas o que tornou sua análise penosa, pois as constantes narrativas de dor, desespero e contradição emocional, presentes nas fases do luto, nos fizeram encarar implacáveis “e se...”. Facear essa pergunta sem poder respondê-la objetivamente foi árduo e doloroso, mas nos forçou a olhar para o nosso interior e enxergar a nossa não completude ante a grandeza da alma humana. Essa reflexão sobre si, tão presente na psicologia analítica, permitiu identificar característica comum entre os sentimentos presentes nas fases do luto e os arquétipos junguianos: a necessidade de confrontar processos antagônicos, com o objetivo de harmonizá-los em favor da superação do sofrimento, pela via da individuação.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo nos mostrou ser vital a importância da atuação do profissional conferindo aporte psicológico aos familiares que estejam vivendo situação de luto por suicídio, visto que este poderá enxergar o *status quo* do paciente, sem as fortes amarras das muitas emoções que ele sente no momento, identificar o mecanismo de ação e, com isso, conduzi-lo pelo caminho da individuação rumo ao encontro com o si-mesmo, ou à superação e à chance de recomeçar.

Por fim, importa salientar que do mesmo modo como os textos apresentaram pessoas que usaram da religião como movimento de religar os laços com o divino correspondente à sua crença – que para Jung reside no inconsciente – superando o sofrimento e minimizando a dor, também é possível, com a atuação do profissional, a partir do trauma conduzir o eu a buscar sua religação com o si-mesmo (Deus em nós, segundo Jung), pelo processo de individuação, para que este possa se tornar um ser completo, ciente das suas potencialidades e capaz, portanto, de recomeçar mentalmente saudável e psiquicamente amadurecido.

REFERÊNCIAS

- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA (ABP). **Suicídio: informando para prevenir**. Brasília, 2014. Disponível em: <<https://www.abp.org.br/cartilha-combate-suicidio>>. Acesso em: 23 mar 2020.
- ARIËS, P. **História da morte no Ocidente** (S.V. Siqueira, Trad.). Rio de Janeiro: Francisco Alves. 1977.
- BAPTISTA, M. **Suicídio e depressão: atualizações**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2004.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.
- BOWLBY, J. **Perda, tristeza e depressão**. São Paulo, 1985.
- CÂNDIDO, A. M. **O enlutamento por suicídio: elementos de compreensão as clínicas da perda**. 2011. 228 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia clínica). Instituto de psicologia, Universidade de Brasília, 2011.
- CASSORLA, R. M. S. **O que é suicídio**. 1a ed. São Paulo: Brasiliense, 1985.
- COMBINATO, D. S.; QUEIROZ, M.S. Morte: uma visão psicossocial. **Estudos de psicologia**, Natal, vol.11, n.2, p. 209-216, 2006.
- DURKHEIM, E. **O Suicídio: Um Estudo Sociológico**. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1982.
- FIDÉLLIS, V. C. A morte na visão de c. G. Jung, e a importância de sua teoria para a leitura simbólica das doenças psicossomáticas. In.: ESCUDEIRO, A. **Reflexos sobre morte e perda**. Fortaleza, LG Gráfica e Editora, 2009. p. 173-183.
- FONTENELLE, P. **Suicídio: o futuro interrompido: guia para sobreviventes**. São Paulo: Geração Editorial, 2008.
- GIL, A. C. **Como elaborar projeto de pesquisa**. 4a ed. São Paulo: Atlas 2002.
- GOMES, E. R. **Vivências de sobreviventes ao suicídio de jovens: impacto na vida dos enlutados**. 2019. 113 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Espírito Santo, 2019.
- HEIDEGGER, M. **Introdução à metafísica**. Tradução de Emmanuel Carneiro Leão. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro, 1978.
- INSTITUTO JUNGUANO DO RIO DE JANEIRO (IJRJ). **Jung e a Psicologia Analítica**. Rio de Janeiro. Disponível em: <<http://institutojunguianorj.org.br/jung-e-a-psicologia-analitica/>>. Acesso em: 23 mar. 2020.
- JUNG, C. G. **O Desenvolvimento da Personalidade**. Editora: Vozes, 1981. 223p.
- _____. **A energia psíquica**. Petrópolis. Editora: Vozes, vol. III/1. 2002.
- _____. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro. 6ª ed. Editora Nova Fronteira,

2002.

_____. **O eu e o inconsciente**. Petrópolis. 21ª ed. Editora Vozes, 2008.

_____. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. Petrópolis. Editora: Vozes. 2000.

_____. **Psicologia do inconsciente**. Petrópolis, 2ª ed. Editora: Vozes, 1980.

_____. **A natureza da psique**. Petrópolis. 5ª ed. Editora: vozes, 2000.

KOVÁCS, M. J. **Desenvolvimento da Tanatologia: estudos sobre a morte e o morrer**. Paidéia, 2008, 18(41), 457-468.

PORTELA, B. O. S. **A cura d'alma na psicologia de Carl Gustav Jung**. 2013. 121 p. Dissertação (Mestrado em Ciência da Religião). Programa de Pós-Graduação em Ciência da Religião, Universidade Federal de Juiz de Fora, 2013.

SENA, T. S.; FRANCO, A. O suicídio no atendimento clínico junguiano. **Revista psicologia, diversidade e saúde**, v.6, n.3, p. 221-225, 2017.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. 23. ed. rev. e atual. São Paulo: Cortez, 2007.

SILVA, C. M. R. **Família, adolescência e os estilos parentais**. 2009. 121 p. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Faculdade de Ciências e Letras de Assis, Universidade Estadual Paulista, 2009.

WAGNER, A. e cols. **Desafios Psicossociais da Família Contemporânea: pesquisas e reflexões**. 1ª edição. Porto Alegre: Artmed, 2011.

ZANA, A.R.O.; KOVÁCS, M.J. O Psicólogo e o atendimento a pacientes com ideação ou tentativa de suicídio. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 3, p. 897-921, 2013.