



O LUTO COMO PROCESSO SUBJETIVO: CONTRIBUIÇÕES DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

Alessandra Almeida de Oliveira
Acadêmica do Curso de Psicologia, 10º semestre – UNIVAG –
oliveiraal3h@gmail.com

Jucilene Ribeiro
Acadêmica do Curso de Psicologia, 9º semestre – UNIVAG –
riber.ju@hotmail.com

Ketley Almeida Vettorazzi
Acadêmica do Curso de Psicologia, 9º semestre – UNIVAG –
ketvettorazzi@hotmail.com

Letícia dos Santos Torrilhas
Acadêmica do Curso de Psicologia, 10º semestre – UNIVAG –
torrilhasleticia@gmail.com

Professora Ma. Juliana B. Fitaroni
Supervisora do Estágio Específico I e II – Política de Saúde –
juliana.fitaroni@univag.edu.br

Professora Aline Mercedes Fonseca Ramminger
Supervisora de Campo e Coordenadora Clínica do Serviço Integrado de Psicologia –
UNIVAG – aline.ramminger@univag.edu.br

O presente trabalho tem como base uma reflexão teórica desenvolvida a partir da experiência de estágio no componente curricular “Estágio Supervisionado Específico: Políticas de Saúde II: Clínica – Abordagem Centrada na Pessoa”, realizado na clínica-escola do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG. O tema central é o luto como processo subjetivo, tendo como problema a forma como indivíduos enfrentam perdas significativas no contexto terapêutico. A proposta temática emergiu das vivências clínicas das estagiárias no contexto da clínica-escola, nas quais se evidenciaram demandas associadas ao enfrentamento de perdas significativas e ao processo de luto. Os procedimentos técnico-metodológicos consistiram na realização de atendimentos clínicos supervisionados por docentes e profissionais da instituição, baseando-se nos princípios da ACP. Além disso, como parte da preparação teórica, foi realizada uma busca de materiais bibliográficos sobre luto no Google Acadêmico, com base também em indicações fornecidas pela supervisora acadêmica, para aprofundar a compreensão do tema e enriquecer a atuação clínica. O trabalho de acompanhamento psicológico foi realizado pelas estagiárias do 9º e 10º semestres, com supervisão acadêmica e institucional semanal. A fundamentação teórica se apoia na Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl Rogers (1902–1987), reconhecido por introduzir a Psicologia Humanista como uma “terceira força” na Psicologia, contrapondo-se às abordagens psicanalítica e behaviorista. A ACP tem como eixo central a valorização da experiência subjetiva e do potencial de crescimento inerente a todo ser humano (Rogers, 1997). Seus principais conceitos — tendência atualizante, congruência, consideração positiva incondicional e compreensão empática — orientam o estabelecimento de uma relação terapêutica baseada na autenticidade, no acolhimento e na compreensão profunda do outro (Belém, 2000). A tendência atualizante, conceito nuclear da abordagem, refere-se à

capacidade inata de autorrealização e autotransformação que habita cada indivíduo. Essa força interna motiva a pessoa à superação de dificuldades, à busca de sentido e à reorganização de sua existência diante de desafios como a perda (Rogers, 1997). Já a congruência se traduz na transparência e coerência entre a vivência interna e a expressão externa, sendo fundamental para que o terapeuta se posicione de maneira verdadeira na relação clínica. A consideração positiva incondicional pressupõe o reconhecimento e acolhimento do outro como ele é, sem julgamentos ou expectativas. Por fim, a compreensão empática é compreendida como a capacidade de se colocar no lugar do outro, buscando captar, com precisão e sensibilidade, o universo emocional do cliente (Belém, 2000). Nesse contexto, o luto é compreendido como um processo humano, singular e legítimo, que ocorre frente a uma perda significativa. A Psicologia moderna, ao longo do século XX, ampliou sua compreensão sobre o luto, deixando de tratá-lo como um desvio patológico e reconhecendo-o como parte do ciclo vital. Freud (1917), em seu texto clássico “Luto e melancolia”, já apontava que o luto, embora doloroso, é um processo esperado, permitindo a reestruturação psíquica após a perda. Com o avanço das abordagens fenomenológicas e humanistas, passou-se a valorizar a experiência subjetiva do enlutado, como é o caso da ACP. Autores contemporâneos, como Kübler-Ross (1969), descreveram estágios do luto — negação, raiva, barganha, depressão e consideração — que, embora úteis para compreensão do processo, não devem ser tomados como um roteiro fixo e universal. Na perspectiva da ACP, a vivência do luto não segue uma linearidade ou cronologia rígida, mas se manifesta de forma particular, respeitando os ritmos e significados próprios de cada pessoa (Ramos, 2016). As manifestações do luto podem envolver aspectos emocionais, cognitivos, físicos e comportamentais, como tristeza profunda, alterações no sono e no apetite, isolamento social, sentimento de culpa, dificuldade de concentração e, em alguns casos, desorganização do sentido da vida. A duração e intensidade do luto variam segundo a natureza da perda, o vínculo com a pessoa perdida, os recursos emocionais disponíveis e os fatores culturais e espirituais implicados (Ramos, 2016). Importante destacar que a ACP não restringe o luto apenas às situações de morte. Há diferentes formas de luto reconhecidas nessa abordagem: o luto por perdas simbólicas (como separações, mudanças de identidade, desemprego), o luto antecipatório (que ocorre diante da iminência da perda, como no caso de doenças sem possibilidade de cura) e o luto por possibilidades não vividas (como sonhos frustrados ou projetos interrompidos). Todas essas vivências são consideradas válidas e merecedoras de acolhimento terapêutico. A atuação clínica, fundamentada na ACP, propõe que o psicoterapeuta seja um facilitador do processo de luto, não oferecendo soluções prontas, mas criando um espaço de segurança emocional em que o cliente possa explorar seus sentimentos, ressignificar sua experiência e integrar a perda à sua história de vida. Rogers (1997) enfatiza que o ambiente terapêutico ideal é aquele em que há empatia genuína, congruência e consideração positiva incondicional, favorecendo o florescimento da tendência atualizante. Além disso, é fundamental considerar o contexto sociocultural em que a pessoa enlutada está inserida. O modo como o luto é vivido e compreendido varia entre culturas e tradições, pois algumas sociedades incentivam a expressão intensa da dor, enquanto outras esperam do enlutado uma postura de contenção. A sensibilidade cultural do psicoterapeuta é, portanto, indispensável para o acolhimento ético e respeitoso do sofrimento (Belém, 2000). Diante do exposto, compreende-se que o processo de luto, embora marcado por dor e sofrimento, pode se tornar uma via de autoconhecimento e crescimento. Quando acolhido em um espaço relacional pautado pela empatia, pela escuta autêntica e pela valorização da singularidade, o luto deixa de ser apenas uma ferida emocional e passa a representar também uma possibilidade de reconstrução interna. A ACP, ao priorizar a relação psicoterapêutica e a confiança no potencial humano, apresenta-se como uma abordagem sensível e eficaz para o cuidado de pessoas em luto.



As estagiárias conduziram os atendimentos com escuta ativa, empatia e acolhimento, utilizando registros de caso, supervisão acadêmica e discussões em grupo para refinar a prática clínica. As reflexões geradas a partir das práticas de estágio evidenciam a importância de um cuidado psicológico humanizado que respeita o tempo e a singularidade de cada sujeito enlutado. A vivência prática permitiu observar a transformação subjetiva possibilitada por um espaço psicoterapêutico empático e seguro. Apesar de ser uma abordagem não diretiva, a ACP exige conhecimento teórico sobre diversos temas, como o luto, que nem sempre são aprofundados na graduação em Psicologia. Por isso, torna-se fundamental que as estagiárias busquem essa apropriação teórica com responsabilidade, aliada à supervisão, para que possam chegar mais preparadas e abertas a acolher as singularidades e dores dos clientes enlutados.

Palavras-chave: Luto; Abordagem Centrada na Pessoa; Psicoterapia; Estágio; Psicologia.

REFERÊNCIAS

- BELÉM, Diana. *Carl Rogers: do diagnóstico à abordagem centrada na pessoa*. Recife: Bagaço, 2000.
- FREUD, Sigmund. Luto e melancolia. In: *Obras Completas*. Rio de Janeiro: Imago, 1917.
- KÜBLER-ROSS, Elisabeth. *Sobre a morte e o morrer*. São Paulo: Martins Fontes, 1969.
- RAMOS, Vera Alexandra Barbosa. O processo de luto. *Revista Psicologia*, v. 12, n. 1, p. 13–24, 2016.
- ROGERS, Carl R. *Tornar-se pessoa*. 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1997.