

RECURSO TERAPÊUTICO PARA AUXILIAR CRIANÇAS NA ELABORAÇÃO DO LUTO. LUTO INFANTIL: DESAFIOS E POSSIBILIDADES

Mariane Engel¹, Rafael Gustavo de Liz¹

¹Centro Universitário Uniavan – SC, Brasil

e-mail: mariane.engel@uniavan.edu.br

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como objetivo apresentar um instrumento de aplicabilidade em diferentes contextos de atuação da psicologia e de áreas multidisciplinares que atuam frente a crianças enlutadas. Compreendendo que a perda é algo de extrema importância e que gera impactos em diferentes contextos da vida, seja escolar, laboral, social ou familiar a criação do instrumento que visa contribuir com profissionais e sobretudo com crianças que vivem a fase do luto e a sua má compreensão, se torna extremamente relevante. Cada casa do tabuleiro tem o objetivo de guiar a criança a refletir sobre diferentes aspectos da sua experiência de luto, como suas memórias com a pessoa que faleceu, seus sentimentos atuais e como eles têm mudado com o tempo.

Trabalhar com o tema luto na infância envolve aspectos específicos, pois podem se diferenciar do luto que os adultos vivem, uma vez que as crianças ainda estão em processo de desenvolvimento físico e cognitivo. A experiência do luto infantil é cercada de senso comum, onde a criança pode ser vista como incapaz de compreender e lidar com a morte (Oliveira; *et al*, 2020).

Neste sentido o presente recurso terapêutico visa ajudar as crianças a compreender suas emoções, compartilhar experiências e aprender estratégias para lidar com o luto de uma maneira lúdica, sendo direcionado para crianças até 12 anos (podendo ser adaptado para outras idades) e podendo ser utilizado de forma individual ou em grupo.

A utilização de recursos terapêuticos é uma prática comum na terapia, pois os materiais podem servir como apoio para coletar informações, para realizar intervenções e para a criação do vínculo terapêutico além de nortear o profissional na estruturação dos objetivos terapêuticos. Percebe-se que os recursos lúdicos são instrumentos facilitadores

para o atendimento de crianças, construindo uma ponte para o acolhimento necessário (Giaxa; *et al*, 2019).

2.METODOLOGIA

O caminho metodológico classifica-se com a abordagem qualitativa, o que significa que seu foco está no processo e no significado dos fenômenos estudados. Através dessa abordagem, busca-se interpretar esses fenômenos, para em seguida descrevê-los ou explicá-los. Quanto ao objetivo caracteriza-se como descritivo, retratando a realidade estudada com o maior número de elementos existentes. Em relação ao procedimento técnico é bibliográfico, por ter como objetivo “colocar o pesquisador em contato direto com todo material já escrito sobre o assunto da pesquisa” (Prodanov; Freitas, 2012, p. 54). Portanto, utilizou-se como base estudos publicados em livros e revistas científicas.

3.RESULTADOS E/OU DISCUSSÃO

3.1 O PROCESSO DO LUTO E O LUTO NA INFÂNCIA

O luto é um processo que sucede ao romper um vínculo significativo. Esse vínculo nem sempre é feito só de amor, pode ser de outros sentimentos complexos, quanto mais intenso o sentimento, mas difícil será o enfrentamento desse processo (Arantes, 2022). Sabe-se que o luto é vivenciado de diferentes formas de acordo com a história de vida de cada indivíduo, segundo Parkes (2009) este pode ser definido como um conjunto de reações diante de uma perda, sendo elas tristeza, desamparo, solidão, raiva, entre outras.

Diante de uma perda, as pessoas passam por diversas mudanças no mundo interno, enquanto alguns autores podem definir essa vivência em fases ou estágios, Worden (2013) compreende o processo de luto em quatro (4) tarefas, sendo elas:

- a) Tarefa 1: aceitar a realidade da perda, encarando a realidade que a pessoa está morta, essa aceitação precisa ser intelectual e emocional.
- b) Tarefa 2: processar a dor do luto, sendo necessário reconhecer esse sofrimento que pode se manifestar por meio de sintomas físicos ou com comportamentos anômalos, permitindo-se vivenciar.

- c) Tarefa 3: ajustar-se a um mundo sem a pessoa morta, esses ajustes precisam estar conscientes dos papéis desempenhados pela pessoa que morreu, é muito comum que a pessoa sinta que perdeu o seu direcionamento de vida.
- d) Tarefa 4: encontrar uma conexão duradoura com a pessoa morta em meio ao início de uma nova vida, ou seja, encontrar uma conexão duradoura com a pessoa morta, mas iniciar uma nova vida, seguir em frente.

É necessário pontuar que tais tarefas, assim como as fases ou estágios do luto não seguem uma ordem exata, sendo apenas sugerido uma ordenação em sua definição (Worden, 2013). Ao viver um processo de luto a vida passa por diversas mudanças, o mundo se transforma e os significados passam a não fazer sentido como antes e ações terapêuticas oferecem uma possibilidade de viver de outra maneira, que até então poderia não ser vislumbrada.

O luto infantil, por sua vez, é um processo único que depende do estágio de desenvolvimento em que a criança se encontra, da maneira como ela foi exposta ao conceito de morte e das interações que tem com seu ambiente familiar e social. Se faz relevante o conhecimento das fases de desenvolvimento da criança antes de aprofundar-se sobre o luto infantil. Piaget, apresenta quatro grandes estágios de desenvolvimento infantil, sendo eles: Sensório- motor (entre 0 e 2 anos de idade); Pré-operacional (2-7 anos de idade); Operacional- concreto (7- 12 anos de idade); Operacional-formal (a partir dos 12 anos de idade). A média das idades dependem dos meios sociais e escolares da criança, pois são os comportamentos que estão em estágios, sendo a idade um indicador e não um critério de desenvolvimento. Gradualmente as relações vão fazendo sentido na cabeça da criança e as relações se formam (Pádua, 2009).

Considerando o desenvolvimento crianças muito pequenas, por exemplo, podem não compreender a irreversibilidade da morte e acreditar que a pessoa falecida pode retornar, enquanto crianças mais velhas, por volta dos 9 anos, já começam a entender a morte como um processo do corpo e inevitável e que alguns acontecimentos são irreversíveis (Nunes; *et al.* 2002). Em casos em que a criança acredita que a morte seja um acontecimento reversível é necessário explicar de forma clara, dando exemplos que de preferência tenham feito parte da sua vivência, como a perda de um animal de estimação, utilizando sempre a linguagem adequada para a idade (Leandro; Freitas, 2015).

A perda de um ente querido pode ser vivenciada como um rompimento de laços profundos e, para a criança, isso pode ser sentido como uma ameaça à sua própria segurança emocional. Diferentemente de adultos, que possuem mecanismos mais maduros de enfrentamento, as crianças podem reagir com desorganização emocional, problemas comportamentais ou somatizações. Na teoria do apego, se destaca a importância da relação de segurança com os cuidadores na resposta ao luto. Uma criança que perdeu um ente querido pode sofrer não apenas com a ausência da pessoa, mas também com a percepção de desorganização do ambiente familiar. A resposta dos adultos ao luto, portanto, serve como um modelo para que a criança entenda e processe o que está acontecendo (Bowlby, 1998).

Há uma tendência dos familiares em evitar falar sobre a morte, tentando poupar o sofrimento da criança, porém essa atitude corrobora para que a criança vivencie sentimentos negativos de rejeição, abandono e desamparo, sem vivenciar o luto. Ao omitir as informações acerca da morte das crianças considerando a crença de que estas não teriam capacidade de compreensão ou sentimento, pode ser mais traumático do que expor a informação considerando o seu nível de desenvolvimento (Oliveira; *et al*, 2020).

Devidamente apresentado o processo luto e o luto na infância, a seguir serão apresentados os impactos emocionais e comportamentais de uma criança frente ao luto.

3.2 IMPACTOS EMOCIONAIS E COMPORTAMENTAIS DE UMA CRIANÇA FRENTE AO LUTO

O luto na infância se diferencia do luto na pessoa adulta, considerando que a criança está em processo de formação de sua personalidade. A criança simultaneamente pode demonstrar tristeza e confusão junto a família, sendo importante considerar o momento do seu desenvolvimento psicológico para entender qual a forma que o significado de morte se dá para a criança (Noletto, 2021).

Para os autores Franco e Mazorra (2007), à dificuldade cognitiva e emocional em dar sentido à perda, faz com que a criança vivencie e processe o luto gradualmente ao longo de sua formação psíquica, em diferentes momentos da vida, à medida que ela consegue compreender melhor suas experiências. Além disso, o luto pode ser reativado no futuro, especialmente quando se relaciona com novos conflitos que surgem em seu desenvolvimento. Não devendo ser interpretado como uma patologia ou um luto

prolongado, mas sim como parte do processo de elaboração, já que traumas da infância geralmente não podem ser completamente resolvidos até que a criança alcance uma maior maturidade.

Considera-se que quanto mais jovem é a criança, maiores podem ser os efeitos da morte e do luto que foram negados, pois o problema não é a morte em si, mas sim o que se segue após ela, o luto. Durante um processo de luto as crianças podem apresentar tristeza profunda, ou até idealizar que o familiar que morreu permanece vivo. Podem surgir sentimentos de culpa, temor, dor e saudade, sendo importante considerar as curiosidades expressas pela criança em relação a morte, para que seus sentimentos não sejam reprimidos (Oliveira; *et al*, 2020).

Falar da morte de um ente querido com a criança pode aliviar os sentimentos e contribuir para a elaboração do luto, como também pode aproximar a relação com a criança, essa abertura promove um ambiente de amparo e acolhimento, mesmo que ainda não compreenda ao certo o que está acontecendo, dessa forma possíveis fantasias podem ser evitadas como o pensamento de que o ente querido irá “voltar” (Noletto, 2021).

O desenvolvimento do processo de luto na criança, é influenciado por diversos fatores, como a forma que lhe é dito, o que lhe é dito, como as pessoas próximas reagem e qual a expectativa de reação da criança. Se tratando da perda de um dos genitores, é uma das experiências mais impressionantes na vida de uma criança, pois os sentimentos que prevalecem são da perda de um objeto de amor, pois como a criança está vivenciando seu processo de desenvolvimento psíquico, ainda é dependente desse objeto de amor para garantir sua sobrevivência e desenvolvimento emocional. Também é considerado importante que a criança participe dos rituais que envolvem o luto como velório e enterro para ajudar a criança a lidar com a morte (Leandro; Freitas, 2015).

A seguir será apresentado o recurso terapêutico luto infantil: desafios e possibilidades.

3.3 RECURSO TERAPÊUTICO. LUTO INFANTIL: DESAFIOS E POSSIBILIDADES

O protótipo do recurso terapêutico “Luto infantil: desafios e possibilidades” é composto por um tabuleiro com 33 casas que representam a passagem pelas etapas do luto com uma linguagem direcionada ao público infantil e acompanhado de um livro com as

orientações de aplicação. Antes de iniciar o profissional deve apresentar o instrumento à criança como um recurso terapêutico interativo e seguro para falar sobre sentimentos e lembranças relacionados à perda. Após a apresentação cada participante deve escolher uma peça e colocar na casa inicial do tabuleiro, os participantes devem avançar uma casa por rodada ou realizar a tarefa conforme descrito na casa, como por exemplo: “imagine que você teve um belo sonho com a pessoa que faleceu e acordou sorridente, avance uma casa”. Quando a ação for avançar uma casa, deve ser realizado a ação dessa nova casa também na mesma rodada.

A jornada inicia com questões gerais sobre como a criança ficou sabendo da perda, como por exemplo: “Vamos tentar entender o que aconteceu. Relate como você ficou sabendo.”, como se sente e o que lembra do ente querido, e à medida que avançam, os participantes enfrentam desafios relacionados a uma fase específica do luto, explorando sentimentos e memórias, estratégias para lidar com o luto e de criar conexão com o ente querido, por exemplo: “Como você poderia homenagear a pessoa que faleceu?”. O terapeuta deverá adaptar o texto de acordo com a linguagem de cada participante.

Caso a criança demonstre dificuldade em responder ou fique emocionalmente sobrecarregada, o profissional pode fazer uma pausa, oferecer suporte emocional e reforçar que não há respostas erradas. As casas são estruturadas com orientações ou perguntas de forma a serem adaptáveis, podendo ser simplificadas ou aprofundadas dependendo da idade e do desenvolvimento emocional da criança.

Em uma sociedade onde o tema luto ainda é tratado como um tabu e frequentemente evitado, abordar essa questão oferece às crianças a oportunidade de compreender e expressar seus sentimentos, ajudando-as a encontrar significado e acolhimento em momentos de perda. A utilização do recurso serve como um ponto de partida e apoio para o desenvolvimento de um diálogo entre os participantes, que envolvidos pelo lúdico, compartilham histórias, lembranças, estratégias de enfrentamento e formas de superação, representando em sua essência as fases do luto.

O recurso pode ser utilizado de forma individual ou em grupo e sua aplicação pode trazer à tona diversos sentimentos das crianças relacionadas à perda e luto vivenciados na vida, possibilitando a assimilação do conteúdo, formas de lidar com os sentimentos existentes e possibilitando um espaço de diálogo, sem julgamentos onde a criança se propõe

a compartilhar sua experiência. Deve-se considerar as necessidades individuais apresentadas por cada criança. O tempo estimado de aplicação individual é de 1 hora. Quanto a estimativa de tempo para aplicação em grupo, poderá levar até 2h, a sua aplicação finaliza ao chegar na última casa do tabuleiro após o participante compartilhar uma mensagem positiva com os outros participantes e avançar para a casa “chegada”.

Os recursos terapêuticos que auxiliem na elaboração do luto são essenciais, pois fornecem à criança formas de expressar seus sentimentos, questionamentos e medos de maneira lúdica e acessível. O lúdico surge como um aliado na construção de um espaço seguro, terapias que utilizam desenhos, jogos, histórias e outras atividades criativas permitem que a criança elabore o luto de forma simbólica, ajudando-a a transformar a dor em algo compreensível e manejável. Uma vez que nas brincadeiras, as crianças passam a ter controle das suas ações, exploram seu mundo, suas emoções e sentimentos importantes, passando a ter controle de suas habilidades e emoções além de trabalhar sua capacidade de linguagem, memória, atenção, criatividade, imaginação e raciocínio (Silva; *et al*, 2020).

4.CONCLUSÕES

Considerando as informações apresentadas neste artigo, evidencia-se a importância de recursos terapêuticos direcionados ao luto infantil, reconhecendo a singularidade das vivências das crianças em relação à perda. Ao integrar a teoria do desenvolvimento e as fases do luto, através do uso deste recurso, espera-se facilitar a compreensão do luto, promover o diálogo e auxiliar as crianças na elaboração de suas emoções, contribuindo para seu bem-estar emocional e desenvolvimento saudável. Sendo mais um recurso disponível para a assistência de crianças enlutadas.

Em uma perspectiva econômica, o recurso terapêutico “luto infantil, desafios e possibilidades” é um recurso não oneroso e de baixo investimento considerando o retorno significativo que pode proporcionar em termos de saúde emocional e social. Investir em práticas que considerem a complexidade do luto infantil é fundamental para garantir que as crianças não apenas compreendam a morte, mas também encontrem caminhos para seguir em frente, levando consigo as memórias e o amor pelos que partiram.

Os estudos acerca do luto vêm ganhando mais evidência e espaço entre profissionais e pesquisadores. A sua importância se justifica através da crescente demanda de pessoas que buscam ajuda profissional após passar por algum tipo de perda. Neste sentido também se destaca importância de semanas científicas e eventos acadêmicos como este, que contribuem diretamente com a sociedade, através desse incentivo de olhar para a vida no cotidiano e propor contribuições e intervenções, que enriquecem nossa formação.

REFERÊNCIAS

- ARANTES, A. C. Q. **A morte é um dia que vale a pena viver**. 1 ed. Rio de Janeiro: Sextante, 2022.
- BOWLBY, J. **Apego e Perda: perda, tristeza e depressão**, v3.2 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.
- FRANCO, M. H. P.; MAZORRA, L. Criança e luto: vivências fantasmáticas diante da morte do genitor. **Estudos de psicologia**. (Campinas), vol. 24, n. 4, pp. 503-511. 2007.
- GIAXA, A. C. M.; *et al.* A utilização do jogo como recurso terapêutico no processo de hospitalização da criança. **Revista da SBPH**, v. 22, n. 1, p. 280–305, 2019.
- LEANDRO, J. C.; FREITAS, Patrícia Maria Lima de. Luto infantil: a vivência diante da perda de um dos pais. **Revista Uningá**, Vol 46, p 69-75. 2015.
- NOLETO, I. F. **Estratégias e recursos lúdicos utilizados na prática psicoterapêutica do luto infantil por morte**. 2021.
- NUNES, D. C. *et al.* As crianças e o conceito de morte. **Psicologia: Reflexão e Crítica**. v. 11, n. 3. 2002.
- OLIVEIRA, D. P. *et al.* A criança e a morte: **um estudo acerca do lúdico no processo de luto infantil**. 2020.
- PÁDUA, G. L. D. A epistemologia genética de Jean Piaget. **Revista FACEVV**, 2009. n. 2, p. 22-35.
- PARKES, C. M. **Amor e Perda: as raízes do luto e suas complicações**. São Paulo: Summus, 2009.
- 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.

SILVA, I. N.; *et al.* Ajudando as crianças a enfrentarem o luto pela perda de pessoas significativas por COVID-19. **Rev. Soc. Bras. Enferm. Ped.**, v. 20, n. spe, p. 85-90, out. 2020.

WORDEN, J. W. Aconselhamento do Luto e Terapia do Luto: **um manual para profissionais da saúde mental**. 4 ed. São Paulo: Roca, 2013.