

## **Orientações para a perda e para o restabelecimento em narrativas de luto: contributos para uma abordagem narrativa ao processo dual de lidar com o luto<sup>1</sup>**

José Ferreira-Alves  
Maria das Dores Ferreira da Silva  
Universidade do Minho

É sabido e comum que a perda de alguém próximo ou significativo, pode apresentar impactos vários no funcionamento emocional e cognitivo da pessoa enlutada, colocando-a num processo de transição e adaptação de duração incerta. Vários autores têm mostrado compreensões profundas desse impacto nas pessoas (Freud, 1917; Bowlby, 1980; Kubler-Ross, 1969), enfatizando a relação entre diferentes resultados desse processo e variáveis fisiológicas, psicológicas e sociais. Contudo, as compreensões obtidas têm sido de molde a veicular a ideia da necessidade da experiência de um processo doloroso centrado na perda e na dor da perda e que deverá ter uma duração limitada no tempo. Por isso mesmo, um dos conceitos mais marcantes e históricos ligados ao estudo do luto é o conceito de “trabalho de luto” proposto por Freud (1917). Este conceito que ainda hoje é dominante na visão que o senso comum e vastas comunidades apresentam sobre o luto tem sido desafiado por vários autores nomeadamente Stroebe (1987), Stroebe & Schut (1999), Wortman & Silver (1989) Bonanno & Kaltman (1999) e Kubler-Ross (1969).

O modelo de Stroebe & Schut parece-nos possuir um poder heurístico muito valioso. De acordo com esse modelo, num processo de luto adaptativo a pessoa enlutada tanto se confronta como evita stressores de perda e de restabelecimento. Além de identificar este tipo de stressores e o seu funcionamento dinâmico, os autores apontam a natureza reguladora do processo de oscilação.

---

<sup>1</sup>)Qualquer correspondência relativa a este artigo deverá ser endereçada ao primeiro autor para o email: alves@iep.uminho.pt

O objectivo deste estudo é iniciar a procura de fundamento empírico e narrativo para a teoria da oscilação tal como proposto por Stroebe e Schut (1999), observando e discutindo o comportamento dos seus componentes (orientação para a perda, orientação para o restabelecimento e oscilação) ou orientações em processos de luto reais. Adicionalmente queremos propor relações desse processo dual com o processo dual que Beevers (2005) sugere para se compreender a depressão, nomeadamente o modo associativo e reflexivo.

## **Método**

*Participantes:* 20 mulheres viúvas, das quais 16 residentes em Braga e 4 em Barcelos, de idade entre os 39 e os 85 anos de idade que sofreram a perda do seu marido nos últimos 5 a 47 meses

*Instrumento:* entrevista semi-directiva, conduzida por um dos investigadores após treino adequado, realizada em casa da participante ou em outro local seguro e privado e baseada nas seguintes perguntas padrão:

- a) Em que circunstâncias morreu o seu marido?
- b) Como era a relação entre si e o seu marido?
- c) O que é que sente ou sentiu com a morte do seu marido?
- d) O que é que mudou em si e no seu ambiente com a morte do seu marido?
- e) Será que se perguntou, pelo menos uma vez, “o que vai ser de mim?” E que resposta obteve?
- f) O quê e como mudou a sua vida do ponto de vista financeiro?

g) Agora que é viúva acha que os outros a olham de uma maneira diferente?

Como?

h) Como é a sua rotina diária? O que mudou e como mudou?

*Procedimento:*

Cada entrevista foi transcrita e dividida em segmentos tópicos de acordo com o procedimento proposto por Angus e al. (1996). De seguida cada segmento tópico foi avaliado de acordo com uma das três orientações para o luto como proposto por Stroebe & Schut (1999) e operacionalizado por nós (Dores & Ferreira-Alves, 2004). Cada um destes procedimentos foi avaliado por dois juízes, os autores deste trabalho (na altura o primeiro autor era um investigador independente, apenas supervisionando o trabalho do segundo) que tomavam decisões de forma consensual. Quando não era possível haver acordo, o segmento tópico era excluído. Alguns segmentos tópicos foram considerados “impossíveis de codificar” porque, aparentemente, não tinham qualquer orientação para o luto.

Definições:

**Segmento tópico:** porção narrativa que apresenta ou explora um tema particular ou uma faceta específica de um tema. Para ser considerado segmento tópico deverá ter no mínimo 10 afirmações

*Orientação para a perda:* segmentos narrativo focalizados na perda ou em algum aspecto particular da experiência de perda (cf. Dores & Ferreira-Alves, 2004)

*Orientação para o restabelecimento:* segmentos narrativos focalizados em stressores cuja fonte é secundária à perda, nomeadamente algumas tarefas que a pessoa enlutada deve gerir como resultado da perda (cf. Dores & Ferreira-Alves, 2004)

*Oscilação:* segmentos narrativos que são focalizados na confrontação e evitamento tanto de stressores de perda como de restabelecimento. Mudanças de

segmentos com orientação para a perda para segmentos com orientação para o restabelecimento e vice-versa

## **Resultados e Discussão**

A tabela 1 apresenta-nos os resultados brutos das variáveis consideradas, mostrando a quantificação efectuada dos processos de orientação para a perda, orientação para o restabelecimento e oscilação nos vários participantes e na sua relação com o número de segmentos tópicos, com a idade e com o tempo de viuvez. Apresentamos ainda uma coluna com o número de segmentos tópicos não cotados

Inserir por aqui a tabela 1

O número de segmentos tópicos oscila entre 8 e 27 unidades, com uma média de 15. O número de segmentos tópicos revela-nos o número de unidades discursivas e, portanto, de alguma maneira, a quantidade ou montante da elaboração narrativa do indivíduo na entrevista relativa à experiência da perda. Embora não haja qualquer ponto de referência que nos permita dar um significado a esses números, eles poderão ser importantes, pois é de admitir que números muito baixos de unidades discursivas possam significar pouca elaboração do próprio luto. Por outro lado, números muito elevados de unidades discursivas poderão, por seu lado, estar associados a dificuldades de construir significados comuns a diferentes facetas da experiência. Como poderemos ver na tabela 1, a variabilidade individual no número de segmentos tópicos é a nota mais dominante e aparentemente não parece relacionar-se com um padrão de orientações para a perda ou para o restabelecimento.

O número de orientações para a perda varia entre 3 (três) e 19 (dezanove), com uma média de 9 (nove). A análise do quadro permite-nos ainda calcular que de entre 37,5% até 70% do discurso das várias entrevistas é de orientação para a perda. Um rápido olhar à tabela informa-nos que a orientação para a perda é de todas as orientações a mais prevalente, o que significa que as nossas participantes, quando responderam à entrevista, apresentaram um discurso maioritariamente de perda. Seria interessante averiguar se, com outro contexto, ou outras perguntas, se manteria o *ratio* entre a perda e o número total de segmentos tópicos. Aliás, este tipo de estudo, baseado em entrevistas semi-estruturadas pode ser, neste contexto, uma forma de averiguar a própria possibilidade ou capacidade ou potencialidade de mudança dos participantes.

As orientações para o restabelecimento variam entre as 0 (zero) e as 7 (sete), com uma média de 3 (três). A análise do quadro permite-nos calcular, com facilidade, que de entre 0% até 41% o discurso foi de orientação para o restabelecimento. De destacar que de entre os vinte participantes, dois não apresentam orientação para o restabelecimento, quatro apresentam apenas um segmento tópico com esta orientação e outras 4 pessoas apresentam dois segmentos com esta orientação. Estes números indicam-nos um grande contraste com a orientação para a perda

As oscilações variam entre 0 (zero) e 13 (treze) com uma média de 4,4. A análise do quadro permite-nos constatar ainda que a oscilação ocorre de entre 0% a 59% dos segmentos discursivos. A oscilação, que é vista como um processo central da adaptação e de regulação na perda, só não ocorre no discurso de dois participantes e em outros dois ocorre apenas uma vez

Em suma, estes dados revelam-nos a predominância da orientação para a perda e uma variância nas diferentes orientações que importará compreender mais com outros estudos. De momento poderemos apenas acrescentar que apenas dois participantes (participantes *B* e *I*) apresentam mais orientações para o restabelecimento do que orientações para a perda. Três participantes apresentam mais oscilações do que orientações para a perda (participantes *B*, *I*, *M*). Se considerarmos o conjunto de orientações para a perda (OP) somados com as oscilações (O), sete participantes têm mais quantidade dessas orientações do que orientações para a perda (participantes *B*, *I*, *J*, *M*, *N*, *S*, *T*). Esta última poderá ser uma boa medida indicadora de que embora, na maioria dos casos, os processos de orientação para a perda sejam os mais prevalentes em termos absolutos, outros processos ou orientações narrativas podem atingir valores significativos.

De qualquer modo ainda poderemos tentar compreender mais o comportamento dessas orientações observando a sua correlação com variáveis como a idade e o número de segmentos tópicos. Observando a tabela 2, podemos encontrar dois dados de relevo:

Inserir a tabela 2 por aqui

a) Uma correlação negativa forte e significativa entre a idade e a orientação para o restabelecimento. Isto significa que à medida que a idade avança, a adaptação à perda faz-se cada vez menos recorrendo a respostas aos stressores do restabelecimento. E isto dever-se-á ou ao facto de os stressores do restabelecimento estarem menos presentes ou então porque uma resposta positiva a esses stressores é menos importante ou menos eficaz na adaptação à perda.

b) Correlações positivas fortes e significativas entre o número de segmentos tópicos e o número de orientações para a perda, o número de orientações para o restabelecimento e oscilações. Isto significa que à medida que aumenta o número de unidades discursivas aumenta, igualmente, o número de orientações diversas de adaptação à perda. Embora este resultado fosse de esperar, ele confirma a natureza dinâmica do processo: quando há discurso, há o concurso de uma miríade de orientações narrativas que coexistem e se regulam de forma dinâmica num tipo de equilíbrio particular para cada indivíduo.

## **Conclusão**

Sendo a esmagadora maioria dos segmentos tópicos, nos diferentes indivíduos participantes, que sofreram perdas em diversas circunstâncias, codificados como “orientações para a perda”, será de supor que esta forma de operar cognitivamente possa ser vista como um modo de operação activado por defeito. Se pensarmos na revisão de Beevers (2005) que aponta para o facto de o modo associativo de processamento de informação ser aquele que opera por defeito, então, temos aqui a ideia de que as orientações para a perda reflectem um modo de processamento associativo. Além disso, se, como constata Beevers (2005), a vulnerabilidade à depressão é observada quando o modo associativo de processamento da informação, enviesado negativamente, não é corrigido por um processamento reflexivo, poderemos com alguma razoabilidade sugerir que é isso que ocorre em boa parte do discurso narrativo nos processos de luto. Significa, isto, que as experiências de luto, quando não são influenciadas ou marcadas por modos de processamento reflexivo, podem levar à depressão ou à impossibilidade de realizar orientações para o restabelecimento? Não sabemos. Assim como não

sabemos se o confronto com a perda, ou o início de um processo de luto, coloca ou não a pessoa a funcionar mais num processamento associativo. Dito de modo mais geral, seria importante sabermos mais sobre a relação entre o luto (com as suas circunstâncias diversas) e os dois modos de processamento. Haverá processos ou circunstâncias de luto que façam disparar, com mais probabilidade do que outros, os modos de processamento reflexivo ou associativo?

Uma das formas de explicarmos estes dados poderá ser realmente atribuí-los à entrevista, nomeadamente à eventualidade de cada pergunta estimular prioritariamente um discurso de orientação para a perda. E esse será um dos pontos a dar muito mais atenção em futuros estudos. Quer dizer, antes de utilizarmos certas perguntas para investigar as orientações para o luto, teremos de saber se as próprias perguntas têm a neutralidade suficiente ou, por outro lado, se cada uma apresenta a mesma possibilidade de levar à produção tanto de orientações para a perda como de orientações para o restabelecimento; dito de outra maneira, que ainda complica mais o design futuro de um eventual estudo, deveríamos saber se cada pergunta estimula prioritariamente processos associativos ou reflexivos. E qual a relação entre estes modos de processamento e as orientações narrativas do luto? Poderá haver orientações para a perda que derivem de processamento reflexivo? Como serão essas porções narrativas? As orientações para o restabelecimento poderão ou não derivar do modo associativo de processamento? A orientação para o restabelecimento poderá ser vista como uma porção da narrativa que torna mais provável sair do modo associativo de processamento e entrar no reflexivo? Estas são perguntas de natureza heurística que, embora não derivem de forma imediata dos dados apresentados, pois precisaríamos de uma amostra bem maior para podermos



falar com mais substância, podem orientar o planeamento e a realização de futuros estudos.

Talvez que uma das formas mais interessantes de continuar este estudo seja o planear um programa de acção-investigação para estudar as possibilidades de promover o uso de competências reflexivas e os seus efeitos sobre as dimensões da perda, restabelecimento e oscilação e, então, compreender mais profundamente as relações entre modos de processamento de informação e orientações narrativas

### Referências

- Angus, L., Hardtke & Levitt, H. (1996). *Narrative Processes Coding System: Training Manual*. Ontario: York university (copyright pending).
- Beevers, C. (2005). Cognitive vulnerability to depression: A dual process model. *Clinical Psychology Review*, 25: 975-1002.
- Bonanno, G. & Kaltman, S.. (1999). Toward an integrative perspective on bereavement. *Psychological Bulletin*, 125: 760-776
- Bowlby, J. (1980). *Loss: Sadness and depression*. N. Y.: Basic Books
- Dores, M. & Ferreira-Alves. (2004). Manual de observação e codificação do discurso narrativo de oscilação entre uma orientação para a perda e uma orientação para o restabelecimento em processos de luto de adultos e idosos. In Machado, C, Almeida, S. L, Gonçalves, M, e Ramalho, V. (Ed.), *Avaliação Psicológica*, vol. X, (pp. 294-299). Braga: Psiquilíbrios Edições.

- Freud, S. (1917). Mourning and melancholia. In J. Strachey (Ed). *The Complete Psychological Works*. London: Hogarth press
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. New York: Macmillan
- Stroebe, M. & Stroebe, W. (1987). *Bereavement and health: the psychological and physical consequences of partner loss*. Cambridge: Cambridge University Press
- Stroebe, M. & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: rationale and description. *Death Studies*, 23, 197-224.
- Wortman, C. & Silver, R. (1989). The myths of coping with loss. *J. Consult Clin Psychology*, 57: 320-333

Tabela 1: Resultados brutos das variáveis consideradas: segmentos tópicos (SEGTP), Tempo de viuvez (TMPVIV), das orientações para a perda (OP), para o restabelecimento (OR) e oscilações (OSCL).

<b>Participantes</b>	<b>Idade</b>	<b>Tempo de viuvez</b>	<b>N.º total de segmentos tópicos</b>	<b>Orientação para a Perda</b>	<b>Orientação para o Restabelecimento</b>	<b>Oscilação</b>	<b>N.º de Segmentos tópicos não cotados</b>
<b>A</b>	85	11 meses	15	15	0	0	0
<b>B</b>	39	24 meses	11	3	4	4	1
<b>C</b>	81	16 meses	10	7	2	1	1
<b>D</b>	62	24 meses	20	9	2	2	7
<b>E</b>	64	46 meses	10	6	2	2	2
<b>F</b>	75	47 meses	22	18	3	5	0
<b>G</b>	70	24 meses	13	11	0	0	2
<b>H</b>	74	24 meses	11	4	1	1	6
<b>I</b>	57	36 meses	10	4	5	7	1
<b>J</b>	60	36 meses	15	8	4	5	2
<b>K</b>	48	5 meses	27	19	6	10	1
<b>L</b>	69	10 meses	13	10	3	4	0
<b>M</b>	72	12 meses	22	12	7	13	0
<b>N</b>	47	36 meses	17	9	7	8	0
<b>O</b>	75	18 meses	14	9	1	4	0
<b>P</b>	62	12 meses	10	7	1	3	1
<b>Q</b>	58	17 meses	14	8	1	5	1
<b>R</b>	51	13 meses	14	9	2	4	0
<b>S</b>	43	27 meses	20	8	7	7	0
<b>T</b>	65	24 meses	8	3	2	3	1

Tabela 2: Correlações entre as variáveis *categoria de idade* (idadecat), *número de segmentos tópicos* (segtop), *número de orientações para a perda* (OP) *número de orientações para o restabelecimento* (OR) e *número de oscilações* (OSCL)

		idadecat	segtop	OP	OR	OSCL
idadecat	Pearson Correlation	1	-,134	,126	-,449(*)	-,279
	Sig. (2-tailed)	.	,573	,597	,047	,234
	N	20	20	20	20	20
segtop	Pearson Correlation	-,134	1	,797(**)	,534(*)	,617(**)
	Sig. (2-tailed)	,573	.	,000	,015	,004
	N	20	20	20	20	20