

QUATRO ESTAÇÕES INSTITUTO DE PSICOLOGIA

CRISTIANE DE CARVALHO NEVES

**LUTO COMPLICADO NAS SEPARAÇÕES AMOROSAS**

SÃO PAULO

2015

QUATRO ESTAÇÕES INSTITUTO DE PSICOLOGIA

CRISTIANE DE CARVALHO NEVES

## **LUTO COMPLICADO NAS SEPARAÇÕES AMOROSAS**

Monografia apresentada ao Quatro Estações Instituto de Psicologia como requisito parcial para a obtenção do grau de Especialista em Teoria, Pesquisa e Intervenção em Luto, sob a orientação da Dr.<sup>a</sup> Luciana Mazorra.

SÃO PAULO

2015

## Luto complicado nas separações amorosas

Cristiane de Carvalho Neves<sup>1</sup>

**Resumo** - Este trabalho de pesquisa tem como objetivo apresentar uma revisão sistemática de literatura sobre os fatores de risco na formação do apego adulto que dificultam a separação amorosa de casais heterossexuais resultando num processo de luto complicado. Para tanto, foi realizada uma busca de trabalhos publicados no site BVS, acessando o novo Portal de Pesquisa BVS – BIREME e LILACS, como também no site SciELO. Dos 197 trabalhos iniciais encontrados na busca sem filtros, 19 foram selecionados pelo título para leitura do resumo, 09 foram condizentes para leitura do texto completo e, somente 07 foram analisados e incluídos na discussão desta monografia. Os critérios de inclusão para a seleção das publicações analisadas foram: trabalhos publicados em Português, entre o período de 2010 e 2015, acesso irrestrito e disponíveis em texto completo. Os artigos analisados apresentaram discussões sobre luto na dissolução da conjugalidade; formação de apego na conjugalidade; sistemas familiares; litígios conjugais e luto complicado; separação amorosa e tentativa de suicídio.

**Palavras-chave:** Luto complicado; apego adulto; separação amorosa; revisão sistemática de literatura.

### INTRODUÇÃO

Podemos pensar sobre o amor em suas diversas formas de expressão. O amor próprio, o amor paterno, o fraterno, o amor que permeia as amizades e o amor entre os casais são algumas dessas possibilidades de experienciar o amor. Qualquer uma dessas

---

<sup>1</sup> Psicóloga (UNIP GO); Especialista em Psicodrama e Terapia Sistêmica Casal e Família; Aluna do curso Teoria, Pesquisa e Intervenção em Luto (Instituto 4Estações SP)

formas de amar se dá através da formação de um vínculo afetivo (BOWLBY, 2006). “Talvez não seja o amor que faça o mundo girar, mas ele é uma fonte de segurança, autoestima e confiança da maior importância. Sem esses suportes, nós nos sentimos, e de fato estamos, em perigo” (PARKES, 2009, p. 13).

Neste trabalho, será feito um recorte numa forma específica de amar, na qual, se propõe entender melhor as reações a perdas quando acontece o rompimento do vínculo afetivo-amoroso entre casais heterossexuais.

Não precisamos ser especialistas no assunto para ver o sofrimento de pessoas quando se separam daqueles que significavam ‘tudo’ na vida delas. Ouvimos algumas frases como, ‘onde foi que errei pra ele (a) me deixar?’; ‘minha vida acabou’; ‘agora não quero mais ninguém!’ Tento imaginar o tamanho da força desse amor ou dor que consome e dilacera corações. Que vínculo amoroso é este que deixa aquele que sofre sentindo-se arrasado, com um sentimento de vazio ou de ‘falta de um pedaço’? Com o rompimento amoroso, o que será que o outro leva daquele que sofre por amor? Talvez, possamos pensar o contrário: o que faltou para o sofredor, antes mesmo, de ter sido rejeitado por aquele que considerava seu grande amor?

As pessoas se apegam umas às outras de diversas maneiras. Bowlby (2006) em seus estudos, entendeu que o vínculo afetivo é construído desde a infância no meio familiar, sendo responsável por gerar um padrão de comportamento de apego que se estenderá ao longo da vida, podendo impactar na futura escolha amorosa quando na idade adulta. Para tanto, entende-se que o objetivo do comportamento de apego é manter o laço afetivo, que representa proteção e segurança.

O potencial inato dos seres humanos de se ligarem afetivamente a outros humanos e o adoecimento intrapsíquico das pessoas, atraía o interesse de Bowlby (2006) nos estudos e pesquisas desenvolvidos ao longo do seu trabalho dedicado ao comportamento físico e emocional infantil.

Edward John Mostyn Bowlby foi um conceituado psicólogo britânico que nasceu em 1907 e faleceu em 1990. Em meados das décadas de 60 e 70, ele realizou diversas pesquisas empíricas em busca da compreensão sobre a ligação mãe-bebê, resultando na denominação da teoria da ligação, o que mais tarde, ficou conhecida como teoria do apego. O apego é um comportamento que se promove especificamente por meio de segurança e que vai precisar de autonomia e de intimidade como aspectos essenciais.

Portanto, acredita-se que distúrbios psiquiátricos, na sua maioria, podem ser atribuídos à falha na relação com a figura de apego, como ocorre quando há uma separação traumática ou definitiva da criança com sua figura de apego, por exemplo. (BOWLBY, 2006)

Como resultado dessas pesquisas, Bowlby (idem) categorizou três tipos de apego: apego seguro, apego inseguro ambivalente e apego inseguro evitativo. Neste sentido, entende-se que cada padrão de comportamento determina as estratégias defensivas necessárias na relação com a figura de apego.

O comportamento seguro representa o equilíbrio entre a autonomia e a intimidade. Assim, a criança na condição de apego seguro, manifesta-se com segurança para explorar o ambiente, desenvolvendo suas potencialidades, buscando proteção na sua figura de apego somente quando ameaçada. Já a criança numa condição de apego inseguro ambivalente sente-se geralmente ameaçada e manifesta-se de forma dependente da relação com o outro e com dificuldade de desenvolver suas potencialidades. A criança com o comportamento de apego inseguro evitativo, também sempre se sentindo com ameaça premente, se manifestará como auto suficiente, com dificuldade de intimidade na relação com o outro.

Na experiência humana, quando experimentamos o rompimento de um vínculo afetivo, ficamos suscetíveis a diversas expressões físicas e emocionais que fazem parte do processo de luto. Conforme Parkes (1998), o luto é uma manifestação de estresse emocional considerado normal frente a uma situação de rompimento de vínculo. O enlutado, também, pode apresentar reações físicas, emocionais, comportamentais e sociais que compõem um quadro de luto complicado. Estas reações podem ser resultantes do tipo de vínculo construído. O autor acima citado (idem) afirma que numa experiência de perda afetiva espera-se que a pessoa perdida seja interiorizada, passando a integrar as representações mentais do enlutado. Entretanto, numa avaliação de luto complicado, esse processo poderá ser mais penoso para o enlutado por lhe faltar base segura e estratégias defensivas apropriadas.

Assim, Parkes (2009) contribuiu para o entendimento do que diferencia o luto complicado de outros transtornos psiquiátricos que podem complicar o processo de luto, dizendo que “é somente quando ele se prolonga muito e causa dano às funções da vida normal que pode ser considerado ‘patológico’” (p. 42). Portanto, entende-se o luto

complicado, quando há intensificação e prolongamento das reações esperadas 'normais' para o processo do luto.

Bromberg (1995) ressalta que a forma como ocorreu o rompimento deste vínculo poderá influenciar na forma de expressão desse sofrimento. Em algumas situações de separação amorosa, parece difícil desfazer-se do vivido com o outro – mesmo que sejam objetos que foram compartilhados, pois, a experiência vivida é sentida pelo enlutado como perda de uma parte da própria vida sendo jogada fora. A pessoa enlutada apresenta dificuldade em utilizar seus recursos, habitualmente usados em situações difíceis, às vezes, precisando recorrer ao aprendizado de novos recursos mais adaptativos àquele tipo de perda.

Ducati (2013) alerta que a situação de separação entre parceiros amorosos pode apontar um risco para o luto complicado, devido a separação como vivência de luto não ser reconhecido, embora a relação seja reconhecida socialmente. E, complementa dizendo que “acompanham os momentos de separação, sentimentos de dor e de luto, bem como o medo e a ansiedade em não conseguir refazer vínculos” (p. 76). Ou seja, “no processo de separação há uma morte psíquica importante” (p. 81). A autora acima citada (idem) sinaliza que no processo de separação, várias são as perdas que precisam ser elaboradas, como a perda da conjugalidade, dos ideais, da família sonhada, dos bens materiais, da identidade, do status. O parceiro amoroso que não tiver validação para expressar sua dor da perda na separação, estará sujeito a um sofrimento maior no processo de elaboração à perda, na qual se faz necessária para a reorganização.

Parkes (2009) realizou estudos que o levou a perceber que pessoas que formaram vínculos ansiosos/ambivalentes com os pais na infância estavam mais propícias a formarem vínculos dependentes na vida adulta. O relacionamento ambivalente ou dependente com o parceiro pode ser fator de risco para luto complicado por dificultar o enfrentamento da perda. Esse vínculo dependente com a outra pessoa se deve, talvez, por necessidade de um amor que sempre desejou e nunca teve na infância. O mesmo autor (idem) compreende que “Quando tais relacionamentos são interrompidos pelo luto, não chegam a um fim, tornam-se o foco do desejo contínuo do enlutado de cuidar e ser cuidado pela pessoa que morreu” (p. 209).

## **OBJETIVO**

O objetivo deste trabalho é pesquisar os estudos produzidos a respeito da formação do vínculo amoroso e o risco para o luto complicado na separação. Busca-se identificar o que estes estudos levantaram a respeito dos fatores de risco na formação do apego adulto que dificultam a separação amorosa reconhecendo a possibilidade de um processo de luto complicado como resultante dessa dinâmica.

## **MÉTODO**

Realizou-se Revisão Sistemática de Literatura (RSL), através do site BVS – Informação e Conhecimento para a Saúde, acessando o novo Portal de Pesquisa BVS – BIREME e LILACS, como também no site SciELO – *Scientific Electronic Library Online*. A RSL permite a síntese da informação científica existente e análise dos resultados, buscando evidências para confirmar ou refutar aquilo que está sendo estudado. Na busca dos trabalhos sem filtros, foram encontradas 197 publicações, dessas 29 eram repetidas. Com o levantamento das publicações, 19 trabalhos foram selecionados pelo resumo, respeitando os critérios de inclusão. Da leitura desses resumos, 09 foram condizentes para leitura do texto completo e, somente 07 foram analisados e incluídos na discussão desta monografia. Os critérios de inclusão para a seleção das publicações analisadas foram: trabalhos publicados em Português, entre o período de 2010 e 2015, acesso irrestrito e disponíveis em texto completo. Nesta revisão, utilizamos as seguintes etapas: seleção dos trabalhos conforme o critério do tema proposto, análise e interpretação dos resultados e apresentação da revisão.

## **Procedimento**

A busca dos trabalhos no site SciELO e BVS, acessando o novo Portal de Pesquisa da BVS – LILACS, BIREME, foi realizada num único dia (Ver Tabela 1). Os descritores utilizados para a pesquisa foram compostos por: Luto e separação – encontrados 13 artigos, sendo 04 repetidos, somente 01 selecionado para análise. Conjugalidade e separação – encontrados 09 artigos, sendo 02 repetidos e 01 selecionados para análise. Perda amorosa – encontrados 11, sendo 03 repetidos e 02 selecionados para análise. Apego adulto – encontrados 83 artigos relacionados, porém somente 03 estavam dentro do critério de seleção e 02 foram analisados e incluídos.

Na base de dados da SciELO foram usadas as mesmas palavras-chave descritas acima, em diversas combinações, porém somente a palavra Conjugalidade teve 50 artigos como resultado, destes somente 01 correspondeu ao critério de seleção para análise.

Conjugalidade e apego; Apego e separação amorosa; Apego e rompimento amoroso; Luto e vínculo amoroso; Luto e rompimento amoroso, foram outros descritores compostos usados na busca, todavia nenhum artigo foi encontrado. Ainda foram encontrados 04 artigos com os descritores Apego e rompimento; e 26 artigos com a palavra-chave Rompimento de vínculo, mas nenhum correspondente ao critério de seleção. A combinação Teoria do apego e luto apresentou 01 artigo que foi selecionado para a leitura na íntegra, porém não foi acrescentado na análise e discussão por não cumprir o critério de seleção.

Portanto, além dos outros critérios de exclusão, foram excluídas publicações distantes do tema, como por exemplo, trabalhos relacionados a separações entre pais e filhos ou processos de luto em outros contextos.

<b>Pesquisa por Palavras/descriptores</b>	<b>Data da pesquisa/ Resultados iniciais (leitura de títulos)</b>	<b>Selecionados para leitura na íntegra</b>	<b>Selecionados para análise e discussão neste trabalho</b>
<b>Luto e separação</b>	19/03/15 – 13	1	1
<b>Conjugalidade e separação</b>	19/03/15 – 9	1	1
<b>Perda amorosa</b>	19/03/15 – 11	2	2
<b>Apego adulto</b>	19/03/15 – 83	3	2
<b>Conjugalidade</b>	19/03/15 – 50	1	1
<b>Conjugalidade e apego</b>	19/03/15 – 0	0	0
<b>Apego e separação amorosa</b>	19/03/15 – 0	0	0
<b>Apego e rompimento amoroso</b>	19/03/15 – 0	0	0
<b>Luto e vínculo amoroso</b>	19/03/15 – 0	0	0
<b>Luto e rompimento amoroso</b>	19/03/15 – 0	0	0
<b>Apego e rompimento</b>	19/03/15 – 4	0	0



<b>Rompimento de vínculo</b>	19/03/15 – 26	0	0
<b>Teoria do Apego e Luto</b>	19/03/15 – 1	1	0
<b>TOTAL</b>	197	9	7

**Tabela1.** Procedimentos e resultados de busca

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesquisa nos sites BVS – Informação e Conhecimento para a Saúde (LILACS) e SciELO - Scientific Eletronic Library Online resultou como parte integrante da análise e discussão neste trabalho, conforme tabela a seguir (tabela 2):

<b>Autor , título e Ano</b>	<b>Publ</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Método</b>	<b>Populaçã o</b>	<b>Resultados</b>
ANTUNES, Ana Lucia M. P.; MAGALHÃES, Andrea Seixas; FERÉS-CARNEIRO, Terezinha. <b>Litígios intermináveis: uma perpetuação do vínculo conjugal?</b> Aletheia n.31 Canoas, abr. 2010, ISSN 1413-0394	LILA CS	Discutir a inscrição do judiciário na trama conjugal.	Estudo de caso de litígio fam para o judiciário. Análise teórica psicanalítica	Avaliação de um casal na vara de família do judiciário.	Compreensão da dinâmica dos litígios fam por uma ótica complementar confronta-se com a lógica do judiciário.
SEMENSATO, Márcia Rejane; BOSA, Cleonice Alves. <b>O script de apego compartilhado no casal.</b> Arq. bras. psicol. vol.65 no.1 Rio de Janeiro, jun. 2013	LILA CS	Confirmar a importância do apego do casal como base segura	Articulação teórica entre teoria do apego e a teoria sistêmica	Casal e famílias no contexto clínico	Confirmam contrib da articulação da TA e TS na compreens da leitura dos subsist do casal e família.
LAMELA, Diogo; FIGUEIREDO, Bárbara; BASTOS, Alice. <b>Perfis de vinculação, coparentalidade e ajustamento familiar em pais recém-divorciados: diferenças no</b>	LILA CS	Identificar perfis de vinculação individual-diádica-sistêmica em pais recém-divorciados com base na vinculação,	Question sócio-demogr respondido por pais divorciados voluntários. Aplicados: ECR- avalia nível de	Pais voluntários recém-divorciados	Pais regulados-seguros apresentaram melhor ajustamento psicol. – com menor núm de sintomas psicopatol. Maior nível de

<b>ajustamento psicológico.</b> Psicol. Reflex. Crit. vol.26 no.1 Porto Alegre, 2013		coparentalidade e ajustamento familiar.	vínculo e ansiedade.; PAM- avalia coparentalidade; DAI-R- avalia o ajustamento familiar; BSI- avalia o ajustamento psicológico.		vinculação e coparentalidade que os desregulados-inseguros e evitantes.
ROLIM, Kamêni lung; WENDLING, Maria Isabel. <b>A história de nós dois: reflexões acerca da formação e dissolução da conjugalidade.</b> Psic. Clín. Rio de Janeiro, Vol. 25, N. II, p. 165-180, 2013	LILA CS	Propõe problematizar os fenômenos da formação e dissolução da conjugalidade e ampliar a compreensão.	Revisão teórica na perspectiva sistêmica	Casais no contexto clínico	O terapeuta deve estar atento aos conflitos conjugais e a dissolução, pois podem ser fonte de sintomatologias e intenso sofrimento.
AZEVEDO, Ana K. S.; DUTRA, Elza M. do S. <b>Relação amorosa e tentativa de suicídio na adolescência: uma questão de (des) amor.</b> Rev. abordagem gestalt. vol.18 no.1 Goiânia, jun. 2012	LILA CS	Compreender as experiências de tentativa de suicídio de adolescentes por desilusões amorosas	Pesquisa narrativa com entrevistas semi-abertas; análise humanista-existencial.	Adolescentes que tentaram suicídio	Diversos fatores propiciam o comportamento suicida após desilusão amorosa como o contexto familiar, educação, valores sociais e culturais.
LEVY, Lídia; GOMES, Isabel C. <b>Relações amorosas: rupturas e elaborações.</b> Tempo psicanal. vol.43 n.1, Rio de Janeiro, jun. 2011	LILA CS	Reflexão sobre sentimentos que eclodem com rompimento da relação amorosa.	Análise teórica psicanalítica	Mulheres que sofreram separações amorosas	A ruptura da relação amorosa demanda elaboração psíquica e processo de luto.
FÊRES-CARNEIRO, Terezinha; NETO, Orestes D. <b>Construção e dissolução da conjugalidade: padrões relacionais.</b> Paidéia (Ribeirão Preto) vol.20 n.46, Ribeirão Preto May/Aug. 2010	SciELO	Revisão de estudos com novas metodologias de investimento sobre padrões de formação e dissolução conjugal	Revisão de literatura na perspectiva sistêmica Pesquisa em base de dados PsycINFO e SciELO.	Casais no contexto clínico	Verificou-se a necessidade de aumentar o afeto positivo e reduzir o negativo nos conflitos conjugais.

**Tabela 2.** Artigos selecionados para análise e discussão

Considerando a tabela acima, apresentamos a seguir, a análise dos artigos estudados.

O artigo *Litígios intermináveis: uma perpetuação do vínculo conjugal?* apresentou uma leitura psicanalítica acerca da estruturação e da dissolução da conjugalidade, na qual aborda as dificuldades na elaboração do luto pós-separação. As autoras Antunes, Magalhães e Féres-Carneiro (2010), na elaboração deste estudo, acharam vários artigos acerca do tema, confirmando que as dificuldades que surgem quando da dissolução do vínculo, dependem de aspectos da psicodinâmica conjugal, do determinismo familiar, da escolha amorosa e seus diversos tipos de conjugalidade, reconhecendo um processo de luto como decorrente de qualquer separação amorosa.

Semensato e Bosa (2013) ao escreverem sobre *O script de apego compartilhado no casal*, deram ênfase ao que funciona na conjugalidade e como o apego do casal pode servir como base segura para a relação e para o sistema familiar. Para isso, as autoras (idem) se utilizam dos estudos de Bowlby sobre o apego e da teoria dos sistemas familiares sobre os aspectos compartilhados na conjugalidade e coparentalidade para falar da importância do apego nas relações conjugais. Portanto, foi feita uma revisão de literatura, na qual foram revisados conceitos como script de apego compartilhado no casal, fundamentos da teoria do apego e da teoria sistêmica. Se considerarmos este estudo, que propõe a articulação das duas teorias para mostrar a força do vínculo afetivo como uma capacidade de regulação emocional do casal, e este, como fator essencial numa relação conjugal de boa qualidade, ao contrário disso, podemos pensar no tamanho do sofrimento intrapsíquico deste casal face à ruptura dessa força de ligação devido a separação amorosa.

No artigo *Perfis de regulação, coparentalidade e ajustamento familiar em pais recém-divorciados: diferenças no ajustamento psicológico*, os autores Figueiredo e Bastos (2013), destacaram o aspecto perfis de regulação individual-diática-sistêmica em pais logo após divórcio como objeto de estudo. Pretenderam investigar a importância do ajustamento psicológico dos pais para o adequado funcionamento familiar após dissolução conjugal. Para tanto, com questionários específicos avaliaram níveis de vinculação, coparentalidade, ajustamento familiar e psicológico.

Alguns estudos teóricos realizados pelos autores (idem) descritos acima, apontaram que a figura de vinculação funciona como cuidador instrumental e emocional

que auxilia na reorganização psicológica da pessoa vinculada. Apresentaram ainda que, o sistema de vinculação na idade adulta é estrutural e processualmente mais complexo que na infância e pode ser ativado por três formas: ameaça real percebida ao self; ameaça real percebida à relação de proximidade com a figura de vinculação; ou outras ameaças que impulsionam a pessoa a procurar os cuidados da figura de vinculação. Os resultados acerca dos níveis de vinculação (estilos de apego) e suas características foram brevemente mencionados, apenas apontando que os pais regulados-seguros (com estilo de apego seguro) apresentaram maior nível de ajustamento psicológico que os outros pais inseguros, portanto, baixa de sintomas psicopatológicos. Resultaram também que, adultos com vinculação insegura-ansioso (estilo de apego inseguro ambivalente e evitativo) após o rompimento conjugal, apresentam mais risco, para maior nível de desajustamento psicológico, o que pode indicar que o comportamento de apego estará permanentemente ativado em busca de segurança e proteção, podendo resultar num processo de luto complicado.

No artigo *A história de nós dois: reflexões acerca da formação e dissolução da conjugalidade*, as autoras Rolim e Wendling (2013) abordam os processos de construção e separação por meio de revisão teórica na perspectiva sistêmica. Por meio de revisão teórica, buscam problematizar e ampliar a compreensão dos fenômenos inerentes a esses processos da conjugalidade. Neste estudo (idem), fizeram levantamento de teorias acerca da formação do vínculo, dentre outros, considera-se os estudos de Bowlby, e a construção conjugal por meio de leitura sistêmica. Interessa-nos destacar a compreensão sobre as questões que permeiam a dissolução da conjugalidade: relações vinculares frágeis; desconstrução da identidade conjugal; interrupção no ciclo de vida familiar; mudanças com perdas e ganhos; muito sofrimento; possível apego mesmo após a separação. Caruso (1989) citado por Rolim e Wendling (2013) descreve a separação como a “presença de morte na vida, uma vez que os cônjuges vivenciam uma sensação de morte recíproca”. Todas essas considerações sobre o rompimento do vínculo fazem contato com a relevância que se pretende apresentar neste estudo do luto complicado nas separações amorosas.

As autoras Azevedo e Dutra (2012) buscaram compreender o movimento dos adolescentes que tentaram suicídio após rompimento amoroso. Para tanto, escreveram o artigo intitulado *Relação amorosa e tentativa de suicídio na adolescência: uma*

*questão de (des) amor*, tomando como referencial teórico a abordagem humanista-existencial, de Carl Rogers. Por meio de entrevista narrativa semi-aberta, contando com a participação de quatro jovens, levantaram questões sobre a experiência de ser adolescente, sobre o amar na adolescência e sobre a intencionalidade de dar fim à própria vida. Como resultado, apontaram aspectos preponderantes ao ato suicida, a baixa auto-estima – uma concepção de si negativa, e o desenvolvimento de relação simbiótica entre os amantes, dando a sensação de que os sentimentos e desejos são um só. Todos esses aspectos comportamentais e emocionais que culminam no ato suicida mencionados neste artigo, podem ser entendidos como fatores de risco para o luto complicado, assim como o próprio suicídio pode ser considerado uma confirmação de que o processo de luto não reconhecido pode levar o enlutado a sofrer complicações letais à sua saúde física e emocional.

No artigo *Relações amorosas: rupturas e elaborações*, as autoras Levy e Gomes (2011), propõem uma reflexão acerca dos sentimentos que emergem quando do rompimento de uma relação amorosa por meio da teoria e compreensão psicanalítica, enfatizando como especialmente a mulher lida com a perda do ser amado, assemelhando-se à perda de partes de si, o que impedirá a superação do sofrimento. Embora, este artigo não apresente o estilo de apego acerca da vinculação conjugal, enfoca a questão do sofrimento e as dificuldades do rompimento amoroso que podem ser associadas ao risco do processo de luto complicado.

Féres-Carneiro e Diniz Neto (2010), autores do artigo *Construção e dissolução da conjugalidade: padrões relacionais*, por meio de uma revisão de literatura e enfoque sistêmico, apontaram uma combinação de fatores psicossociais e individuais de cada parceiro na construção da conjugalidade. O texto relata os primeiros estudos acerca da conjugalidade analisados com a pergunta sobre o que diferenciava casais felizes e infelizes, buscando explicações nas características de personalidade e comportamentos disfuncionais. Fazendo um recorte para o nosso interesse, na leitura desse artigo (idem) ressaltamos que, a dissolução da conjugalidade ocorre com um movimento abrupto de mudança no padrão de manutenção conjugal, envolvendo um processo doloroso podendo ser catastrófico e durar anos. Esta suposição nos confirma a necessidade de avaliar o processo de luto após o rompimento de vínculo, dada a uma situação de

separação amorosa, identificando o risco e prevenindo o agravamento para o processo de luto complicado.

Considerando como discussão desta pesquisa, temos um reconhecimento de que os processos de separação conjugal causam às pessoas, independentemente de ser consensual ou não, múltiplas perdas pela ruptura do vínculo, levando-as a viverem um processo de luto. A qualidade deste luto vai depender da formação do padrão conjugal, da estrutura e dinâmica familiar e das escolhas amorosas. O sofrimento por conta da separação tem sua força inversamente proporcional à força do vínculo amoroso que a pessoa teve com o outro; ou seja, a separação consiste no movimento totalmente contrário à força da intimidade.

Também como discussão, encontramos que o estilo de vinculação inseguro ambivalente ou dependente na relação amorosa pode predizer reações físicas e emocionais problemáticas quando numa situação de perda ou dissolução conjugal, podendo sucumbir ao luto complicado. A tentativa de suicídio e/ou ato suicida decorrente da perda amorosa seria considerado o ápice do sofrimento intrapsíquico, pois, evidencia a relação simbiótica dos amantes, onde um e o outro formam um só e a perda do outro significa a perda de si mesmo, sinalizando o luto complicado. Neste sentido, trabalhar as perdas ao longo da vida torna-se essencial para o resgate intrapessoal, para o reconhecimento de si e adequação psicossocial do indivíduo, evitando, assim, o risco para o luto complicado após separação amorosa.

Apesar de existir vários estudos sobre a teoria do apego, o sofrimento da dissolução amorosa e o conseqüente processo de luto, produzidos em temas separados, podemos perceber nesta pesquisa, a insuficiência de estudos em português sobre o entrelaçamento desses três aspectos, principalmente, apontando para o estilo de apego relacionado ao luto complicado, em caso de rompimento amoroso.

Entretanto, os estudos realizados para este trabalho, contribuíram para o aprofundamento da temática em pauta, na medida em que deixam margem para supor aspectos ou fatores de risco que podem culminar no processo de luto complicado, após o rompimento de vínculo por separação amorosa. Neste sentido, foram apontados como fator de risco, os padrões relacionais que advém da infância e que se mantêm nos padrões de apego adulto, corroborando com o que Parkes (2009) confirma que “os vínculos ansiosos/ambivalentes podem continuar na vida adulta provocando conflitos e

predispondo as pessoas à dependência e a um intenso pesar quando separadas ou enlutadas” (p. 264). Além disso, a maioria dos artigos apresentou o sofrimento psíquico, podendo ser intenso, apontando as múltiplas perdas que acompanham a separação amorosa. Espera-se que este sofrimento seja validado pela sociedade e pelo próprio indivíduo evitando, assim, o risco para o processo de luto complicado.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Parkes (2009), após tantos anos de pesquisas e estudos sobre amor e perda, afirma que "há evidência de que separações e perdas das pessoas que amamos têm efeitos significativos na saúde, chegando mesmo a aumentar o risco de mortalidade... mais psicológica do que física" (p. 13). Após várias leituras sobre o impacto da perda de um ente amado por morte, escolhi neste presente estudo, privilegiar e avaliar a dor da perda por separação da relação amorosa com o levantamento de estudos sobre a formação do vínculo amoroso e o risco de luto complicado na separação.

Os estudos aqui pesquisados, reforçaram a compreensão da separação amorosa como um processo de sofrimento intrapsíquico por ruptura de vínculo resultando no luto. Embora, somente um artigo ter relacionado o estilo de apego ansioso/ambivalente ao risco do luto complicado e, os demais artigos apresentar o sofrimento por diversas perdas consequentes da ruptura amorosa, além da perda do próprio parceiro, nenhum dos artigos se referiu a separação como vivência de luto não reconhecido, da mesma forma que, nenhum artigo se ocupou dos aspectos específicos ou dos riscos para o luto complicado.

Algumas colocações sobre o luto complicado foram baseadas na compreensão da teoria, entrelaçadas ao que estava sendo apresentado como resultado nos artigos. Da mesma forma, não podemos fazer uma discussão considerável sobre os estilos de apego e o luto complicado, lembrando que tivemos um único artigo que se referiu brevemente sobre isso. Os resultados apontam carência de pesquisas relacionadas à formação de apego adulto, separação amorosa e luto complicado, reforçando a importância de que sejam realizados mais estudos, afim de aprofundar a compreensão sobre o sofrimento dos amantes.

Contudo, considero e reforço que a realização deste trabalho foi de fundamental importância para a articulação e compreensão dos aspectos estudados durante todo o curso de formação e pesquisa em Luto, acrescentando mais conhecimento na minha bagagem profissional, aprimorando meu entendimento e sensibilidade clínica sobre o as perdas que vivenciamos ao longo da vida.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANTUNES, A. L. M. de P.; MAGALHÃES, A. S.; FÉRES-CARNEIRO, T. **Litígios intermináveis: uma perpetuação do vínculo conjugal?** Aletheia n. 31, Canoas, abr. 2010.

AZEVEDO, A. K. S.; DUTRA, E. M. do S. **Relação amorosa e tentativa de suicídio na adolescência: uma questão de (des) amor.** Rev. Abordagem Gestalt. Vol. 18 n. 1, Goiânia, jun. 2012.

BOWLBY, J. **Formação e rompimento dos laços afetivos.** São Paulo: Martins Fontes, 2006.

BROMBERG, M. H. P. F. **Psicoterapia em situação de perda e luto.** Campinas: Editorial Psy, 1995.

CASELLATO, G. (org.). **Dor silenciosa ou dor silenciada? Perdas e lutos não reconhecidos por enlutados e sociedade.** 2ª Ed., Niterói: PoloBooks, 2013.

FÉRES-CARNEIRO, T.; DINIZ NETO, O. **Construção e dissolução da conjugalidade: padrões relacionais.** Paidéia vol. 20 n. 46, Ribeirão Preto, maio/ago 2010.

LAMELA, D.; FIGUEIREDO, B.; BASTOS, A. **Perfis de vinculação, coparentalidade e ajustamento familiar em pais recém-divorciados: diferenças no ajustamento psicológico.** Psicol. Reflex. Crít. Vol.26 n. 1, Porto Alegre, 2013.

LEVY, L.; GOMES, I. C. **Relações amorosas: rupturas e elaborações.** Tempo Psicanalítico vol. 43 n. 1, Rio de Janeiro, jun. 2011.

PARKES, C. M. **Luto – estudos sobre a perda na vida adulta.** São Paulo: Summus, 1998. (Vol. 56).

\_\_\_\_\_. **Amor e Perda: as raízes do luto e suas complicações.** São Paulo: Summus, 2009.

ROLIM, K. I.; WENDLING, M. I. **A história de nós dois: reflexões acerca da formação e dissolução da conjugalidade.** Psic. Clin. vol. 25 n. 2 p. 165-180, Rio de Janeiro, 2013.

SEMENSATO, M. R.; BOSA, C. A. **O script de apego compartilhado no casal.** Arq. Bras. Psicol. Vol. 65 n. 1, Rio de Janeiro, jun. 2013.