

**O Rompimento Amoroso na Vida de Mulheres Adultas:
Uma Análise da Elaboração do Luto a Partir da Gestalt-Terapia e
da Terapia de Família**

Sarah Sayuri Picoli Oleoza Kudo¹
Luciana Souza Borges²

Resumo

Este tema surgiu a partir de atendimentos psicoterapêuticos, realizados em uma Clínica-Escola, sob a abordagem da Gestalt-terapia, portanto, este estudo caracteriza-se como relato de experiência. Foram selecionados os relatos de quatro mulheres que haviam recentemente se separado do companheiro. A relação amorosa adulta é considerada fundamental para o desenvolvimento humano, já a separação é compreendida como o desenlaçar dessa união, processo que pode ser vivenciado como profundamente perturbador. Objetivamos, então, analisar teoricamente o fenômeno da separação amorosa sob os pressupostos da Gestalt-terapia e da Terapia de Família, ressaltando possibilidades de intervenção que propiciem a elaboração da perda por parte das mulheres que buscaram ajuda profissional para lidar com seu sofrimento psíquico. Como resultados, identificamos indícios de elaboração das perdas amorosas relatadas, fazendo-nos concluir que a Gestalt-terapia pode proporcionar no que diz respeito, especificamente, à elaboração da perda simbólica em relacionamentos amorosos rompidos, uma postura mais autêntica e autônoma perante a vida.

Palavras-chave: Gestalt-terapia; terapia de família; separação amorosa; luto; desenvolvimento adulto.

***The Loving Break Up in the Lives of Adult Women:
An Approach towards the Loss Elaboration Based on the Gestalt-therapy
and the Family Therapy***

¹ Psicóloga graduada pela Universidade Vila Velha.

² Doutora em Psicologia, docente da Universidade Vila Velha e supervisora de estágio específico em clínica no curso de Psicologia.

Abstract

This subject came out from psychotherapeutic care performed on a school clinic under the Gestalt-therapy approach, meaning that this study is an experience report. Were selected the reports of four women who had recently got separated from the male companion. The adult love relationship is considered fundamental to the human development, although the separation is saw as the undoing of this union, process that might be experimented as deeply disturbing. Was aimed to theoretically analyse the love break up phenomenon under the assumptions of the Gestalt-therapy and the Family therapy, emphasizing possibilities for interventions that allow the loss elaboration on the women that sought professional aid to deal with their psychic sufferings. As results were indentified evidences of the elaboration of the loving loss reported, making us realize that the Gestalt-therapy can provide, specifically about the symbolical loss elaboration in broken loving relationships, a more authentical and autonomous posture towards life.

Keywords: *Gestalt-therapy; family therapy; loving break up; loss; adult development.*

A temática em discussão surgiu no exercício dos atendimentos psicológicos dirigidos aos usuários da Clínica Escola de Psicologia da Universidade Vila Velha, no período letivo de 2013, nas matérias de Estágio Supervisionado em Clínica I e II. Os atendimentos foram orientados sob a abordagem da Gestalt-terapia e podemos identificar inicialmente um público específico que busca a psicoterapia após o fim de um relacionamento amoroso. Dos atendimentos realizados semanalmente (o Manual do Estagiário da Universidade Vila Velha, 2013 estabelece que o aluno deve cumprir uma carga horária de 10 horas semanais no campo onde atua), entre eles crianças, adolescentes, adultos e idosos, com demandas diversificadas, quatro foram dirigidos a pessoas que buscavam na psicoterapia um recomeço para a sua vida após a separação do parceiro amado. Selecionamos para este estudo, então, quatro mulheres, na faixa etária entre 27 e 54 anos, com condições socioeconômicas variadas e de diferentes ocupações, que buscavam na psicoterapia o alívio do sofrimento provocado pela ruptura de uma relação amorosa.

Apesar de esse estudo retratar somente casos femininos, o fim de um relacionamento amoroso, seja ele um casamento ou um namoro, pode ser experien-

ciado como uma perda significativa por diversas pessoas, independentemente do gênero ou da idade (Caruso, 1981). A diferença entre homens e mulheres, no sentido de buscarem a psicoterapia para lidar com o sentimento de perda diante de um rompimento amoroso, pode estar no fato de que socialmente é esperado que as mulheres estabeleçam vínculos amorosos estáveis e longos, como o casamento. Tal concepção, transmitida ao longo das gerações, pode permanecer arraigada na identidade de muitas mulheres, ocasionando, quando um vínculo é rompido, perda de parte de sua identidade (Silva, Strey & Magalhães, 2011). Outro fator que pode contribuir para os homens não buscarem ajuda psicológica nesse momento não está relacionado ao fato de eles não sofrerem com o rompimento, mas sim porque alguns não são educados para expressar e compartilhar suas vivências íntimas (Giddens, 1993).

Neste contexto, verificamos que a iminência de uma possível separação pode mobilizar sentimentos específicos naqueles que formam um casal, pois o fim do relacionamento pode ser percebido, como discutido mais adiante, como uma vivência da morte em vida, ou seja, como uma experiência da morte simbólica desta perda, e, conseqüentemente, da elaboração desta experiência (Caruso, 1981). É possível identificar várias formas de separação, com variadas vivências emocionais, tendo em vista que existem as separações amigáveis e saudáveis e também as violentas, sofridas e hostis. Podem existir situações onde os protagonistas da relação percebem o seu desgaste, podendo ser a separação experimentada como um alívio e a saída de uma relação infeliz. Mas, há também relações que finalizam de forma trágica, com a devastação emocional de um ou de ambos os amantes (Marcondes, Triewiler & Cruz, 2006).

Na clínica psicológica, podemos observar situações de grande sofrimento psíquico em decorrência do fim do relacionamento amoroso, e, em alguns casos, identificamos momentos de ambivalência dos sentimentos, que podem oscilar entre a saudade do ex-companheiro e reações de raiva e revolta. Diante destas situações, o processo psicoterapêutico parece ter auxiliado algumas mulheres, que procuraram a clínica psicológica, na elaboração desses sentimentos e, conseqüentemente, no enfrentamento da perda sofrida.

Diante deste quadro, que se caracterizou em nossa experiência como estagiária no contexto clínico, objetivamos, então, refletir sobre a importância e o significado do rompimento da relação amorosa na vida adulta, seja esta um namoro, noivado ou casamento. Buscamos compreender como o término dessas relações mobiliza emocionalmente os sujeitos que as protagonizam, uma vez

que os mesmos podem vivenciar tal experiência como uma perda significativa em sua vida, necessitando, muitas vezes, elaborar emocionalmente esta vivência. Essa análise, a partir de uma revisão bibliográfica sob o enfoque da Gestalt-terapia e da Terapia Familiar, fica circunscrita à maneira pela qual a psicoterapia pode contribuir para o processo de enfrentamento de mulheres diante do fim de uma relação amorosa.

Para a análise dos dados, utilizamos como metodologia o relato de experiência, em que disponibilizamos relatos e vivências das participantes do atendimento clínico e articulamos com a pesquisa bibliográfica. Essa tem como característica a utilização de materiais já publicados para o levantamento de informações sobre o tema, e permitiu a fundamentação teórica do trabalho (Gil, 2010). Discutimos, então, os tópicos de análise, conforme seguem: 1. o papel dos relacionamentos amorosos no desenvolvimento humano adulto; 2. o rompimento amoroso e a elaboração do luto na abordagem da Terapia de Família; 3. a Gestalt-terapia e a busca de novos caminhos psicoterapêuticos.

1. O papel dos relacionamentos amorosos no desenvolvimento humano adulto

Segundo Giddens (1993), as relações amorosas adultas são centrais para o desenvolvimento humano, sendo responsáveis pela definição dos papéis adotados pelos indivíduos no contexto social onde estão inseridos. Sobre isso, Neves (2007) cita Beall e Sternberg (1998), que descrevem que

... as concepções sobre o amor são de extrema importância para a organização das várias culturas e sociedades porque implicitamente definem o que é apropriado e desejável nas relações entre indivíduos (p. 609).

Dessa forma, as manifestações do sentimento de amor nas relações adultas são moldadas pelo contexto social e histórico onde o indivíduo está inserido, não podendo, portanto, tal sentimento e demonstrações de afeto serem compreendidos como universais. Na atualidade, é possível identificar uma forma diferente de demonstração amorosa entre casais, comparando com aqueles de décadas atrás, e mudanças no campo social, no âmbito econômico e na expressão da sexualidade são fundamentais para explicar tal fenômeno.

Nesse sentido, durante muitos anos, descreve Giddens (1993), o amor foi compreendido, desde o Antigo Egito até a Europa pós-moderna, como um mal

incontrolável, intenso e trágico, sendo denominado por estudiosos como *amour passion* (Giddens, 1993, p. 48), estando usualmente fora do contexto do casamento, uma vez que este se caracteriza pelas uniões com interesses familiares e políticos. A partir do século XVIII, com as intensas transformações sociais e a ascensão da burguesia, a disseminação dos dogmas católicos, dentre outros fatores, ajudou no surgimento do amor romântico, compreendido como uma união amorosa eterna, sendo especial e único o parceiro escolhido. Dessa forma, a relação é vista como sagrada e o casamento como a consolidação do sentimento de amor vivenciado por duas pessoas.

Porém, o amor romântico, apesar de em tempos atuais ainda ser idealizado por alguns, tem dificuldade em resistir às transformações sociais e econômicas, como a emancipação feminina, que, atrelada ao surgimento de novos métodos contraceptivos, fez surgir um novo cenário nos relacionamentos amorosos e, conseqüentemente, uma nova forma de expressão dos sentimentos, como o chamado amor confluyente (Giddens, 1993). Por este último, é presumida a igualdade de envolvimento afetivo entre as duas pessoas que formam um casal, aceitando estabelecerem uma união amorosa somente enquanto considerarem que existe satisfação afetiva e sexual para ambas. Também Silva et al. (2011) indicam que casamento, apesar de continuar a ser visto como obrigação social, apresenta o *status* de satisfação e realização na vida adulta, sendo a felicidade distante do casamento compreendida como uma vida solitária e isolada.

Dessa forma, são cada vez mais comuns relacionamentos amorosos adultos que não mais apresentam a perspectiva de laços eternos, podendo chegar ao fim, portanto, e sendo a separação conjugal, neste sentido, vista como uma possível solução para os problemas enfrentados pelo casal. Ademais, a incorporação de novos valores, como a autonomia, na vida social contemporânea desafia a permanência ao longo do tempo dos tradicionais papéis atribuídos aos gêneros feminino (como a mulher cuidar da casa dos filhos, por exemplo) e masculino (como o homem ser o provedor financeiro do lar, por exemplo). Assim, podemos identificar uma crescente busca por igualdade de gênero também nas relações amorosas, demandadas principalmente pelas mulheres que, além de administrarem os lares, buscam ocupações no mercado de trabalho. Como conseqüência, observamos também a maior participação dos homens na vida doméstica (Silva et al., 2011).

Neste contexto, autores do campo da Terapia Familiar como Cater e McGoldrick (2011) ressaltam que as mudanças significativas nos últimos anos no que

se refere aos modelos familiares causam impacto nos relacionamentos amorosos na vida adulta. Além das mudanças nos papéis desempenhados dentro do casamento, podemos nos deparar com homens e mulheres que escolhem viver solteiros por diversos motivos, incluindo interesses profissionais. Também há casais que optam por não ter filhos, e ainda temos um número crescente de uniões homoafetivas, que vêm conquistando aos poucos os mesmos direitos dos heterossexuais casados. Crescem também as estatísticas relacionadas aos divórcios e aos recasamentos. Estas novas configurações familiares tornam possíveis diferentes estilos de vida e de família, levando a formas contemporâneas de se relacionar amorosamente.

Destacamos que dentre as mulheres em processo de psicoterapia no contexto do estágio, que fizeram parte deste estudo, somente uma era casada. Duas apresentavam relacionamentos estáveis com o ex-companheiro e a última, uma moça mais jovem, descrevia o seu relacionamento como um namoro, que durava quatro anos e resultou no nascimento de seu filho. Nas relações amorosas analisadas, das quatro mulheres em questão, percebemos assim um vínculo afetivo importante das mesmas com seus ex-companheiros, seja pela duração (de 4 a 10 anos) do envolvimento afetivo e sexual, seja pelo fato de terem gerado filhos com os mesmos.

Do ponto de vista do desenvolvimento humano, o modo como manifestamos o nosso afeto com relação à pessoa amada pode ser determinado por vivências que se iniciam ao nascimento. Bowlby (1982) descreve que a criança busca, logo após o nascimento, uma figura que lhe possa proporcionar proteção física e psicológica, normalmente a mãe, e, neste sentido, a interação entre ambos será de grande importância para o desenvolvimento mental do bebê. Este aspecto também poderá influenciar posteriormente o modo como cada um de nós irá se relacionar afetivamente com as demais pessoas, aquelas que consideramos próximas e íntimas, como amigos, cônjuges e filhos. Assim, o afeto (ou apego) que, inicialmente, se apresenta nos comportamentos de agarrar, sorrir, chorar etc., evolui gradativamente até a idade adulta tornando-se mais complexo. Sobre o amor, então, sentimento derivado do apego, e suas manifestações na idade adulta, Fierro (2004) descreve que,

... é uma abreviatura para o complexo conjunto de sentimentos, de atitudes, de práticas e de hábitos, cuja primeira manifestação é o apego infantil. ... adquire facetas variadas ao longo da vida, e na idade adulta é, sem dúvidas, uma realidade complexa (p. 406).

O autor cita Sternberg (1989), que descreve que na idade adulta as relações afetivas continuam a se desenvolver por meio de novas dimensões, como o estabelecimento da intimidade, que promovem o vínculo com o outro e a paixão como expressão do desejo, além da possibilidade da decisão de amar e estabelecer com o outro um compromisso em longo prazo. Tais sentimentos e vivências tornam possível o casamento, que se caracteriza como uma união contínua e que simboliza nas sociedades ocidentais uma importante etapa do desenvolvimento humano. Sobre este aspecto, Eizirik, Kapcziski e Bassols (2001) discutem o fato de esta fase da possibilidade de casamento poder ser iniciada aos 20 anos de idade. Contudo, outros autores descrevem diversos indicadores, além da idade, para o ingresso na fase adulta, como o amadurecimento sexual, maturidade cognitiva, definições jurídicas, sociais e psicológicas, ou ainda indicativos internos, como o sentimento de autonomia, de autocontrole e de responsabilidade individual (Papalia, Olds & Feldman, 2010).

Apesar das inúmeras maneiras de compreendermos o início da vida adulta, essa etapa do desenvolvimento humano parece estar relacionada a descobertas no campo pessoal, afetivo e profissional. Podem acontecer mudanças significativas, nesse momento da vida, como a busca por uma carreira, pela independência financeira e afetiva dos pais, além da vivência de relações amorosas mais íntimas, que possa futuramente se concretizar em uniões mais formais como o casamento (Eizirik et al., 2001; Papalia et al., 2010; Aylmer, 2011).

Ao avançar para a meia idade, o adulto, gradativamente, passa a apresentar características distintas para seu desenvolvimento humano, pois é uma fase repleta de responsabilidades múltiplas, como cuidar da casa, chefiar departamentos ou empresas, educar os filhos, cuidar dos pais já idosos, ou, em alguns casos, iniciar novas atividades profissionais. Mas, apesar das dificuldades enfrentadas, alguns estudos apontam que adultos da meia idade bem posicionados economicamente, após terem criados os filhos, podem experimentar uma sensação maior de liberdade e independência (Lachman, 2004, In Papalia et al., 2010).

Eizirik et al. (2001), por sua vez, descrevem este período como de autoavaliação, onde o sujeito reflete sobre as conquistas realizadas até então, nos âmbitos financeiro, social, pessoal e profissional, e sobre seus ideais e sonhos da juventude. No campo da intimidade, a reavaliação também é importante, pois a relação com o cônjuge poderá sofrer mudanças após a saída dos filhos da

casa dos pais, o envelhecimento e o surgimento das doenças. A manutenção da intimidade e a aceitação do corpo que envelhece devem ser exercitadas, mas há casais que, diante das particularidades deste momento da vida, optam pela separação, surgindo possibilidades de novos relacionamentos afetivos com pessoas da mesma idade ou mais novas.

Após refletirmos acerca das dimensões que o relacionamento amoroso pode alcançar na vida adulta, vejamos em seguida uma análise teórica a respeito de quando essa relação acaba. Tratemos, então, do rompimento amoroso.

2. O rompimento amoroso e a elaboração do luto na abordagem da Terapia de Família

O início de uma união amorosa traz consigo, como refere Ramos (1990), algo “... revestido por uma certa atmosfera de encantamento” (p. 12). Como descreve a autora, “na fase do enamoramento, cada pessoa está mais interessada em descobrir que o outro pode atender a seus desejos e necessidades, e não em ver o que, realmente, cada um pode oferecer” (p. 7). O que vale, portanto, nesse contato inicial, são as fantasias em relação ao outro, não a realidade em si. A união amorosa seja ela formal, por meio do casamento religioso ou civil, ou informal, cria a “... expectativa [nos sujeitos] de sentirem-se apoiados e amparados pelo companheiro. A união de um casal alimenta ainda a ideia de fortalecimento: agora são os dois para enfrentar o mundo” (p. 12). Assim, as uniões podem parecer uma solução para vários problemas enfrentados pelo ser humano, como a angústia da solidão e o medo do futuro, que podem parecer menos intensos ao se poder contar com outrem.

Porém, é no convívio diário que começamos a conhecer de verdade o companheiro eleito. Para a autora (Ramos, 1990), os costumes, hábitos e ideias se diferem de pessoa para pessoa e “... cada um dos cônjuges tem a secreta esperança de modificar no outro aquilo que não lhe agrada” (p. 14), podendo surgir na rotina diária diferenças que antes não eram identificadas pelos parceiros amorosos. Na mesma direção, McGoldrick (2011) ressalta que para que um casal passe a compartilhar uma moradia, como nos casamentos, inúmeras questões precisam ser negociadas como as práticas relacionadas à alimentação, à convivência do casal com terceiros, às rotinas e práticas sexuais, ao lazer, a como utilizar espaços domésticos, ao dinheiro etc. Contudo, os autores alertam para os conflitos que podem aparecer nesta ocasião, caracterizando, assim, um mo-

mento de crise.

Nesse sentido, pode ocorrer um desencantamento com relação ao parceiro, incomodando o casal, pois "... é difícil aceitar que o desengano só se produziu por cada um haver evitado reconhecer anteriormente as diferenças que caracterizam o outro como *Outro*, que não é igual a mim" (Ramos, 1990, p. 15). Diante dessa situação, o casal pode optar por romper a relação, escolha esta que será determinada por vários fatores, dentre eles pelo potencial individual de cada um em lidar com momentos de crise ou pela solidez da relação amorosa.

A este respeito, Perls (1988) descreve que cada pessoa tem um enredo de vida que, diferente da ideia de destino ou acaso, é traçado por cada um. Assim, quando há a formação de um casal, há dois enredos que podem não se complementar, e, quando isso ocorre, há situações em que um dos cônjuges pode anular os próprios sonhos e escolhas em função dos ideais de seu parceiro. Tal comportamento, posteriormente, poderá resultar em sentimentos de frustração e inveja, por parte de quem abdicou de si mesmo, que podem também desencadear conflitos entre o casal.

Para exemplificar este aspecto, uma das mulheres atendidas (E; 54 anos), recém-divorciada no momento desta pesquisa, permaneceu casada por oito anos, tendo um filho deste relacionamento. Relatou em algumas sessões o fato de ter deixado sua profissão para dedicar-se ao lar, na ocasião de seu casamento, abdicado, inclusive, do carro que havia comprado quando solteira para quitar as dívidas de seu companheiro, situação que ainda lhe causava pesar. Diante disso, a participante E. se queixava de ter sido abandonada mesmo tendo sido uma esposa muito dedicada, capaz de sacrifícios pelo parceiro, o que ocasionou um sentimento de menos valia em relação a si mesma, pois se sentia como um objeto que após perder o valor foi descartado.

Além da falta de sentido que uma separação amorosa pode ter para quem é deixado, este fenômeno pode significar não somente o desenlaçar de duas pessoas como também o abalo na autoimagem dos sujeitos. As lembranças e expectativas idealizadas se confundem com a realidade da perda, que é real, e os amantes tentam compreendê-la procurando erros e culpabilizando a si e ao outro (Caruso, 1981). É importante destacar que tais sentimentos também podem surgir nos casos em que ambos os parceiros decidem se separar, pois mesmo assim podem experimentar o sentimento de perda.

A este respeito, do sentimento de perda, Viorst (2002) descreve que "a morte de um cônjuge destrói uma unidade social, impõe novos papéis e obriga as

peças a enfrentar uma solidão terrível” (p. 265). Ainda que a autora descreva, nesse caso, a morte física, explica em seguida que um casal divorciado pode apresentar vivências semelhantes, pois

embora esteja focalizando a morte de pessoas amadas, devo mencionar outra morte, a que se chama de divórcio. Pois o fim de um casamento é uma perda como a perda de um dos cônjuges, e geralmente é lamentado e sofrido de modo paralelo. Existem diferenças essenciais: o divórcio provoca mais raiva do que a morte e é, naturalmente, muito mais opcional. Mas o sofrimento, a saudade, a falta podem ter a mesma intensidade (p. 265).

Apesar de a autora ressaltar que o sentimento de raiva se destaque nos divórcios, ou nas separações de casais que mantêm uma relação estável, em comparação à morte do cônjuge, Peck e Maniocherian (2011) alertam para o fato de serem comuns os sentimentos ambivalentes, como a raiva e o pego ou a revolta e a saudade, nos divórcios. Nas palavras dos autores, “... cada cônjuge está propenso a um tremendo tumulto emocional, [de] altos e baixos” (p. 295), e, além disso, podem ser experimentados sentimentos de impotência social e sexual, de fracasso social e, ainda, problemas de identidade.

Mas, é preciso também considerar o impacto dos rompimentos amorosos sobre as famílias, pois muitas vezes será necessária uma reorganização por parte dos membros de um núcleo desfeito (filhos, sogros e outros parentes) por causa da separação do casal. Neste sentido, Peck e Maniocherian (2011) ensinam-nos que tarefas podem precisar ser redefinidas, como, por exemplo, a aprendizagem de novos ofícios diante de alterações econômicas e mudanças na estrutura hierárquica da família. Os autores estimam que após o divórcio as famílias demorem cerca de um a três anos para se reestabelecer e reequilibrar e um importante fator para isso é se a decisão tomada para a separação partiu de um ou de ambos os parceiros amorosos. A este respeito, acrescentam que quanto mais repentina e inesperada a decisão do divórcio, por parte do outro, maiores poderão ser os sentimentos de revolta e de desamparo por quem está sendo deixado. Contudo, os autores não deixam de mencionar a forma positiva pela qual uma separação pode ser vista, ao possibilitar um crescimento pessoal para algumas mulheres, que muitas vezes não é possível no casamento, caracterizando o primeiro momento em que se sentem autônomas, propiciando um novo senso de competência e de bem-estar.

Para a participante E., a título de ilustração para esta discussão, o fim de

seu relacionamento provocou, de fato, mudanças importantes em sua vida, pois a sogra pediu de volta a casa onde residiam, gerando mágoas e dificuldades financeiras. Outro fator relevante, a partir de sua separação, foi a percepção de que seu filho mais novo havia sido demasiadamente prejudicado financeira e emocionalmente por deixarem de ter uma casa para morar tão repentinamente. A situação foi remediada em alguns aspectos somente quando, por intermédio da justiça, uma pensão alimentícia passou a ajudar nas finanças e as visitas do pai ao filho proporcionaram novas fronteiras de convivência entre os ex-cônjuges.

Analisando as mudanças provocadas pelo divórcio, ou pela separação de duas pessoas que vivem juntas, deparamo-nos com alguns autores (Parkes, 1998) que descrevem uma semelhança entre o sofrimento ocasionado pela perda do outro com as situações em que ocorre a morte física deste. Dessa forma, a morte propriamente dita do parceiro amoroso também pode causar sentimentos ambivalentes para os que sobrevivem, tal qual nos divórcios – em que alguém é deixado, não pela morte do outro, mas pela partida do mesmo. As reações em ambos os casos, neste sentido, podem ser de raiva, culpa e saudade. Para o autor, há uma reação a esta perda, denominada de luto, que caracteriza um processo psicológico em que a pessoa reage com sentimentos de tristeza e pesar diante da falta de outrem. Acrescenta, ainda, que além do sofrimento sentido, podem ocorrer situações de estresse provocadas pelas perdas secundárias, como mudanças na situação financeira ou de papéis, como quando o cônjuge deve assumir as tarefas que antes cabiam ao parceiro que faleceu ou que foi embora.

Outro aspecto semelhante entre uma pessoa viúva e a que se separou do parceiro é aquele que se refere ao estigma nestas situações, pois Parkes (1998) descreve que “a crescente desconsideração pelo luto formal significa que as pessoas enlutadas recebem pouco apoio da sociedade como um todo, e de sua própria família em particular” (p. 27). Na mesma direção, com o crescente número de divórcios, o fim do casamento deixou de ser um estigma social, porém, Peck e Maniocherian (2011) ressaltam que

embora os amigos casados possam apoiar inicialmente, depois dos primeiros meses [após o divórcio] geralmente há um abrupto declínio, particularmente para as mulheres. Sem esse apoio o ajuste completo fica mais difícil. A própria pessoa pode se impor a essa situação, pois algumas respondem afastando-se da família e dos amigos quando mais precisam de apoio. Talvez as pessoas em volta dele/dela desaprovem, ou estejam can-

sadas de ouvir a mesma história ser repetida (p. 296).

Este processo de luto, descrito por Parkes (1998), não deve ser considerado como patologia, embora, dependendo da duração e da intensidade das reações do enlutado, possa levar a graves processos de depressão. Por esta perspectiva, de processo natural diante de uma perda, o autor menciona, então, determinadas fases, que não são necessariamente fixas ou sequenciais, que podem caracterizar o luto. Assim, no entorpecimento, que pode durar horas ou semanas, o sujeito tende a agir com incredulidade ou ficar sem reação, como se não conseguisse assimilar o fato ocorrido. Ao assimilar a perda, pode, então, deparar-se com a saudade, pois a falta do outro passa a ser sentida, deixando sentimentos de solidão, tristeza etc. Após este momento de saudade, há um movimento de procura, em que pode acreditar que conseguirá encontrar o falecido em algum lugar, parecendo ouvir vozes do mesmo ou achando que o telefone tocará no horário que ele costumava ligar etc. Diante da constante falta de quem partiu, o enlutado poderá, então, se deparar com a realidade de seu falecimento e assim se desesperar diante da morte e do vazio deixado por ela. Nessa fase, de desorganização, os sentimentos de perda e solidão tornam-se intensos e para sua superação será necessário vivenciá-los e aceitá-los, de forma a alcançar uma recuperação.

A este respeito, outra autora (Kovács, 2002) ressalta que

a morte do outro configura-se como a vivência da morte em vida. É a possibilidade de experiência da morte que não é a própria, mas é vivida como se uma parte de nossa morresse, uma parte ligada ao outro pelo vínculo estabelecido (p. 153).

Ela descreve, então, que a morte “consciente” é a vivência da perda e que sua elaboração (o luto) caracteriza aspectos importantes e contínuos do desenvolvimento humano. Assim, além da morte física também experienciamos a morte simbólica quando nos deparamos com a perda de alguém em razão de seu afastamento de nossa vida. Portanto,

a morte faz parte do desenvolvimento humano desde a mais terna idade. Nos primeiros meses de vida a criança vive a ausência da mãe, sentindo que esta não é onipresente. Essas primeiras ausências são vividas como mortes, a criança se percebe só e desamparada. ... Esta primeira impressão [apego] fica carimbada e marca uma das representações mais fortes de

todos os tempos que é a morte como ausência, perda, separação, e a consequente vivência da aniquilação e desamparo (p. 3). ... a morte como perda nos fala em primeiro lugar de um vínculo que se rompe, de forma irreversível, sobretudo quando ocorre perda real e concreta. Nessas representações de morte estão envolvidas duas pessoas: uma que é “perdida” e a outra que lamenta esta falta, um pedaço de si que se foi (p. 150).

Importante destacar, ainda, que a perda somente é dessa forma percebida quando há um vínculo entre as pessoas, ou seja, quando existem investimentos afetivos, e, assim, quanto mais intenso o vínculo e a dependência física e psíquica com a pessoa que partiu (pela morte física ou porque seguiu outro rumo) mais difícil poderá ser processo de luto. Kovács (2002) também ressalta que além da perda pela morte física temos que considerar a perda ocasionada pela separação que os amantes experimentam após o fim da relação amorosa. E, como Caruso (1981), ensina-nos que a separação em vida de quem se ama pode também caracterizar uma experiência demasiadamente dolorosa.

Nessa medida, Caruso (1981) descreve que “há no ato da separação sentença recíproca de morte, o outro morre dentro de mim e eu também morro na consciência do outro” (p. 12). O sofrimento provocado pela perda do companheiro é devido à natureza da relação que se estabelece, quando existem entre essas duas pessoas o sentimento de amor. Assim,

[mesmo] uma união dual efêmera. ... é algo dinamicamente diferente da soma das duas personalidades. Como todo encontro ou ainda mais intensamente, essa união compõe uma nova unidade dialética. Ela envolve os dois parceiros numa relação única; e depois morre. Nessa morte única, morrem os dois companheiros (p. 46).

Portanto, continua o autor, para viver um amor são necessários sacrifícios pelos parceiros de uma relação, pois ambos devem abrir mão de parte de sua personalidade para permitir a criação de uma nova unidade dialética, o casal. E, chegando essa relação em algum momento ao fim, poderá haver um questionamento quanto ao seu valor, avaliação que pode caracterizar um momento crucial de sofrimento para os parceiros ao constatarem que precisaram se sacrificar por um vínculo que deixou de existir. Dessa forma, o desenlaçar da união (seja um casamento, noivado ou namoro) representa a perda do objeto o qual o sujeito elege para se identificar e, nesse sentido, perder a pessoa amada significa

colocar a própria identidade em risco, podendo vivenciar uma morte simbólica. Nessa mesma direção, Marcondes, Trierweiler e Cruz (2006) acrescentam que, embora o sofrimento causado pelo término de um relacionamento amoroso não siga um padrão em termos de duração e intensidade da dor, os queixas negativas mais recorrentes são a sensação de infelicidade e mal estar, com relatos de dores no peito, sensação de peso, disfunção sexual, baixo peso, baixa imunidade, insônia e outros transtornos de sono.

Para exemplificar estes aspectos, constatamos nos atendimentos clínicos ao longo do estágio específico que as participantes atendidas relatavam, muitas vezes, não saber ao certo quem eram, tendo dificuldades para tratarem de si mesmas e reportarem nas sessões seus gostos, desejos e perspectivas futuras. Contudo, estes aspectos dependem estreitamente do tempo de duração do relacionamento que foi rompido e também das expectativas que os parceiros estabelecem para o mesmo. Todavia, na condução do processo psicoterapêutico com essas mulheres foi imprescindível o resgate de suas histórias de vida (famílias de origem, histórias e experiências ao longo de sua juventude vivências que tiveram independentemente de seus parceiros amorosos etc.) como estratégia para a reestruturação de suas personalidades, após a separação de seus companheiros.

Mais especificamente, a participante H. (37 anos) chegou ao primeiro atendimento aparentando estar muito abatida, física e emocionalmente, e relatando ter buscado a psicoterapia após o término de sua relação com o companheiro. O relacionamento, que havia durado pouco mais de sete anos e era caracterizado como união estável, foi interrompido por decisão do ex-companheiro. Nessa sessão, a participante informa não conseguir se alimentar adequadamente há mais de uma semana, além de apresentar insônia e inquietação *durante a noite*, sentindo-se ao longo do dia muito triste e tendo frequentemente crises de diarreias e vômitos. De forma semelhante, a participante E. descreveu em suas primeiras sessões de psicoterapia, também após divorciar-se, muitas dores físicas, além também de um quadro de insônia e ausência de apetite.

Acerca do sofrimento que pode ser vivenciado após rompimentos de relacionamentos amorosos, Peck e Maniocherian (2011), ao citarem Boolm e colaboradores (1978), destacam que

as pessoas divorciadas apresentam um índice de suicídio duas vezes mais elevado do que as casadas, mais acidentes de carro, mais doenças físicas culminado em morte (câncer e doenças cardíacas), e mais problemas

com abuso de substâncias (p. 293).

Por outro lado, apesar de também poder haver sentimentos de alívio e euforia com a separação, diante de situações em que esta parece ser a única alternativa para colocar fim ao sofrimento imposto por um relacionamento, ainda assim podem coexistir sentimentos de medo e de insegurança (**Maldonado, 1995**, In Marcondes et al., 2006). Nesse sentido, a sensação de alívio pode diminuir o impacto causado pela separação, mas não necessariamente eliminará sentimentos como culpa e tristeza, ou seja, a morte simbólica ou o sentimento de perda e, conseqüentemente, o processo de luto permanecem. Portanto, sentir raiva do companheiro que partiu e desprezar sua importância pode ser necessário para dissipar a dor causada por sua ausência, mesmo diante de relacionamentos que causavam sofrimento psíquico para ambos os parceiros.

Tendo abordado o rompimento de um relacionamento amoroso e suas conseqüências no que se refere à elaboração do luto pelas perdas sofridas, vejamos por fim os apontamentos possíveis na direção de novos caminhos psicoterapêuticos para lidar com esta temática específica na clínica psicológica.

3. A Gestalt- terapia e a busca de novos caminhos psicoterapêuticos

Para a Gestalt-terapia, “o homem é o único ser que tem uma maneira característica de se fazer, de se refazer” (Ponciano, 1985, p. 28), estando ele próprio no centro de sua existência, tendo consciência de si e sendo responsável em direcionar seu caminho. A Gestalt-terapia compreende, assim, o homem como “um ser particular, concreto, com vontades e liberdades pessoais, consciente e responsável” (Ponciano, 1985, p. 32), tendo como potencial de vida a criatividade, espontaneidade, saúde, força, inteligência etc., que podem ajudá-lo ao longo de sua existência, podendo, assim, autogerir-se e se regular. Essas características são naturais para todos os seres humanos e o autoconhecimento é fundamental para tornar o homem sujeito ativo de sua própria história, conseguindo existir de forma livre e responsável.

Neste sentido, Perls (1988) estabelece que as ciências psicológicas não devem oferecer apenas explicações do comportamento, pois precisam ajudar o sujeito a atingir o autoconhecimento, a autossatisfação e a autosustentação, ou o *self-support*. Para isso, o homem deve ser analisado levando em consideração não somente sua estrutura intelectual, mas também sua sensibilidade,

sendo necessário compreendê-lo de forma holística, percebendo-o como um ser em constante interação com o meio, sendo sujeito ativo na modificação de seu ambiente, mas também sendo atingido e modificado por este (Ginger, 1995). Para garantir o sucesso dessa interação, ou seja, para que o sujeito se adapte ao meio sem se agredir, é necessário que ele reflita sobre tais mudanças, assimilando-as e interagindo de forma criativa e espontânea com o meio. Mas, diante de algumas circunstâncias, o sujeito pode enfrentar dificuldades em se adaptar, sem conseguir lidar satisfatoriamente com tais situações, ficando preso a modelos e rótulos antiquados e adquirindo características estereotipadas e superficiais (Perls, Hefferline & Goodman, 1997).

Nos atendimentos descritos nesse relato de experiência, a partir de nosso estágio na clínica psicológica, ao se depararem com o fim do relacionamento, surgiu nas mulheres atendidas a necessidade de enfrentar a perda e de criar uma nova identidade, daquelas que agora caminham sem os companheiros. Porém, algumas participantes não conseguiram se adaptar de forma criativa e espontânea à nova realidade, apegando-se, em alguns casos, ao rótulo de “abandonadas” ou “vítimas” ao longo das sessões. Essa estereotipia pode revelar uma falta de habilidade para entrar em contato com os problemas vividos nos anos de casamento, com os sentimentos advindos da perda do relacionamento e das consequências da separação. Como exemplo para esta questão, citamos a participante E., que relata não compreender e nem ter percebido o fim de seu casamento, embora ao longo do processo de psicoterapia tenha constatado que, na verdade, não queria fazer contato com o fato de que o casamento vinha há muito tempo com sérios problemas, que culminaram na separação.

Neste sentido, quando uma pessoa inicia um processo psicoterapêutico, busca a ajuda de um profissional porque pode estar vivenciando um momento de crise existencial, isto é, pode estar diante de uma situação para a qual não consegue se adaptar eficazmente, ficando suas demandas psicológicas sem serem atendidas. Essa falta de habilidade em lidar com a situação problema (também denominada figura em Gestalt-terapia) ocasiona um processo de desequilíbrio homeostático, o que pode favorecer o surgimento de doenças físicas e mentais (Kyan, 2009).

Segundo Burow e Scherpp (1985), a psicoterapia em Gestalt-terapia deve ajudar o sujeito na criação e/ou fortalecimento do *self-support*, que está abalado, sendo necessário, por este procedimento, que a pessoa desenvolva a autossustentação. Por esta perspectiva, conseguirá, então, ser capaz de lidar com

as demandas do meio, mas, também, tomar consciência de suas próprias necessidades, identificando-as e suprindo-as. Neste sentido, “a terapia gestáltica estabelece o postulado básico de que falta ao paciente autoapoio, e o terapeuta simboliza o si mesmo incompleto do paciente. O primeiro passo na terapia, portanto é descobrir que o paciente necessita” (Perls, 1988, p. 122). É comum no processo psicoterapêutico, então, o cliente não saber ao certo por que está procurando ajuda ou eleger inicialmente uma demanda e, após algumas sessões, perceber que na verdade há a necessidade de lidar com outras questões, não mencionadas anteriormente (Perls, 1988).

Também ressaltamos que o processo psicoterapêutico acontece sempre no aqui-e-agora, uma vez que as possibilidades de conscientização e ação somente são possíveis nesse tempo. Essa abordagem teórica pressupõe, então, que a única possibilidade de viver está no *agora*, uma vez que o ontem já foi e o amanhã não chegou, sendo somente nesse momento que a conscientização, a responsabilidade e a criatividade são possíveis (Kiyon, p. 66). O cliente deve, dessa forma, trazer para o agora seus sentimentos, vivenciá-los e assim promover a *awareness*, sendo possível, dessa forma, uma mudança de atitude (Burow & Scherpp, 1985). A *awareness*, portanto, significa a possibilidade de o sujeito se conscientizar entrando em contato com as relações estabelecidas entre ele e o meio, ou seja, o ser compreende e conhece as alterações que tal contato lhe proporciona (vivências internas) sem se desprender da realidade presente (meio externo). Assim, há uma conscientização do modo como o sujeito se posiciona em sua vida no agora, aumentando as possibilidades de compreensão de si e do mundo e, conseqüentemente, de suas mudanças.

Nesse contexto, o processo de *awareness* reabilita a percepção corporal, emocional e do meio, o que pode resultar em uma melhor percepção das necessidades emergentes e proporciona escolhas mais responsáveis e harmoniosas, aumentando a confiança do cliente em si (Ginger, 1995). A *awareness* é, portanto, um processo de percepção sensorial, emocional, cognitiva e energética que acontece no aqui-e-agora. Sendo a Gestalt-terapia compreendida como uma psicoterapia do encontro, é necessário que o trabalho do psicoterapeuta tenha início a partir do acolhimento. A acolhida é um processo de grande importância, uma vez que fortalece a interação entre cliente e terapeuta, pois o cliente estabelece uma relação de confiança, facilitando a interação autêntica entre ambos (Kiyon, 2009).

Na experiência de estágio, algumas mulheres relataram não tocar no assun-

to do sofrimento proveniente da separação conjugal porque as pessoas à sua volta as criticaram ou demonstravam estar pouco interessadas em escutá-las. Como discutimos anteriormente, o fim de um casamento, namoro ou noivado caracteriza uma perda somente se a pessoa com quem se rompeu o vínculo for alguém importante para quem foi abandonado. Daí a necessidade, nestas situações, em enfrentar a perda, mas como tratar da questão ficava inviável com as pessoas ao redor, as mulheres procuraram a psicoterapia de forma a poder conseguir uma escuta, autêntica e compreensível, para os sentimentos provocados pelo rompimento do relacionamento amoroso. Visavam, com isso, obter oportunidades terapêuticas de superação para a dor vivenciada.

A partir de então, com a finalidade de estabelecer uma relação psicoterapêutica com as mulheres que procuraram a clínica psicológica, auxiliamo-las na delimitação dos problemas a serem abordados nas sessões. Percebemos, no decorrer da prática de estágio, a dificuldade de algumas delas na elaboração do processo de luto, na medida em que não aceitavam experienciar a própria tristeza de forma a conseguir, posteriormente, desvincular-se da antiga relação amorosa e, assim, inaugurar uma nova forma de se colocar no mundo. Este contato psicoterapêutico, na maneira como o descrevemos, é fundamental para a Gestalt-terapia, tendo em vista que o crescimento pessoal ocorre mediante as relações que estabelecemos (Kiyon, 2009). A este respeito, Perls (1988) afirma que o crescimento emocional acontece com as frustrações, assim, o psicoterapeuta, através do bom contato estabelecido com o cliente, pode agir de forma a frustrá-lo de modo habilidoso, ou seja, pode intervir de forma rigorosa e bondosa (D'Arci, Lima & Orgler, 2007).

Para melhor compreender este aspecto, trazemos à tona o caso de outra participante (K, de 27 anos de idade), que, ao fim do processo psicoterapêutico, revelou ter tomado para si a própria vida. Inicialmente, relatou ter namorado durante quatro anos um rapaz mais velho, com quem teve um filho, hoje com seis anos de idade. Iniciaram o namoro quando K. estava com 14 anos e o companheiro com 18 anos, mas após a constatação da gravidez, houve o rompimento da relação por parte do mesmo. Na época, sentiu-se abandonada e sem perspectiva futura, passando a ter dificuldades para estabelecer novos relacionamentos. Desde então, vinha assumindo, conforme tomou consciência na psicoterapia, a posição constante de vítima, permanecendo dependente da ajuda de terceiros para todos os aspectos de sua vida, trabalho, cuidado com o filho etc. A conscientização desta condição lhe proporcionou, após nossos con-

frontos como psicoterapeuta, a melhor compreensão dos papéis assumidos na vida e das suas potencialidades como mulher, mãe e trabalhadora.

Portanto, com a experiência de estágio aqui narrada, destacamos a relevância da *awareness*, sendo esta parte fundamental para o desenvolvimento do *self-support*. Isso porque quando uma pessoa em psicoterapia assimila seus sentimentos, capacidades e limitações, toma posse de si e do mundo, podendo alcançar uma postura mais segura e responsável diante a vida (Ponciano, 1985). Como resultado, podemos perceber a Gestalt-terapia como abordagem de intervenção que muito pode contribuir para o processo de enfrentamento do luto, ao tornar possível a vivência autêntica dos sentimentos vivenciados, que, no caso deste trabalho, referem-se às situações de rompimento amoroso.

Por fim, gostaríamos de também destacar o fato de Imber-Black (2011) considerar o fim de uma relação amorosa como uma transição idiossincrática do ciclo de vida, uma vez que não haveria rituais de passagens adequados na sociedade que propiciassem o enfrentamento da ansiedade causada pela nova condição. A consequência, então, seria o início de um processo de adoecimento e o surgimento de sintomas físicos e psíquicos. Os autores descrevem que os rituais de passagem, assim como o batismo, o casamento ou os funerais, por exemplo, são fundamentais para o desenvolvimento humano sadio, pois favorecem a entrada do sujeito em uma nova condição de sua vida, adquirindo estratégias de enfrentamento das dificuldades e alcançando um maior bem-estar emocional e físico.

Considerações finais

Em um de seus versos, Vinícius de Moraes declarou

Porque a vida só se dá pra quem se deu, pra quem amou, pra quem chorou, pra quem sofreu. Ah, quem nunca curtiu uma paixão nunca vai ter nada. Ai de quem não rasga o coração, esse não vai ter perdão. Quem nunca curtiu uma paixão, nunca vai ter nada, não... (Vinícius de Moraes, Toquinho & Marília Medalha, 1971).

Nesses versos, o poeta retrata a necessidade que o homem possui de amar e de sentir, reforçando a ideia de que não há sentido na vida se não pudemos nos deliciar com uma novidade ou chorar a dor de uma tristeza. As autenticidades das emoções enriquecem e deixam a vida mais colorida, essa é a forma

como pensamos o tema em questão. Assim, aquele que não permite viver suas emoções, como diria Vinícius, “nunca vai ter nada, não...”.

Sentir-se amado é uma das grandes necessidades humanas (Caruso, 1981) e, na vida adulta, vivenciamos a experiência de compartilhar tal necessidade com outro ser, que, assim como nós, procura acolhimento, aconchego, carinho e intimidade. Em tempos onde o amor confluyente, como já mencionado anteriormente, quebra os paradigmas dos contos de fadas, como o das relações que já foram pautadas em “felizes para sempre” e no “príncipe encantado”, a responsabilidade de manter o relacionamento e o vínculo de qualidade é de ambos os companheiros. É preciso empenhar-se pela união e também pelo amor do outro. Caso a luta seja em vão, haverá sempre a opção de um recomeço, na procura de um novo amor. Assim, se na atualidade não há garantias de felicidade eterna, mesmo no casamento, símbolo máximo da representação de uma união amorosa, homens e mulheres devem estar preparados para enfrentar a perda do companheiro amado, que tem, ou deveria ter, a liberdade para ir e vir. Para alguns, isso torna o amor mais autêntico, mas para outros pode significar a constante ameaça da perda.

Mas, quando o fim é inevitável temos que aprender, como pessoas, para poder ensinar, como psicoterapeutas, que o vazio que pode ser deixado pela ausência do outro precisa ser, antes de tudo, vivenciado. Isso equivale a um sofrimento humano genuíno, conforme a discussão deste trabalho, pois representa um convite para olharmos a morte mais de perto, na medida em que o outro não mais fará parte de meu ser, que, apesar de continuar vivo, não mais se tornará meu bem querer. Contudo, deixar-se sofrer faz parte do desafio que encontramos na vida social, pois parece que aprendemos, cada vez mais, a viver tentando driblar as situações difíceis, como se dessa forma conseguíssemos evitar o sofrimento e o luto, que fazem parte da existência humana (Birman, 2009). Queremos crer, portanto, na necessidade de aceitação do fim, enfrentando os sentimentos dele advindos, pois somente assim poderíamos renovar as nossas experiências de vida. Aceitar a perda é aceitar, nesse sentido, algo que deixamos de ter e, dessa experiência, poderemos emergir com novas perspectivas.

Constatamos, finalmente, a partir desse relato de experiência, que, embora uma separação amorosa possa trazer sentimentos de confusão, desesperança e melancolia, a elaboração dessa perda, por meio de um processo psicoterapêutico, pode contribuir para realizar uma cerimônia de despedida do ente querido, inaugurando, assim, uma pessoa diferente, pronta para os desafios de sua his-

tória e com planos, sonhos e esperanças renovados, ou seja, uma pessoa cuja identidade tenha sofrido relevantes mudanças.

Referências

- Aylmer, R. C. (2011). O laço do adulto jovem solteiro. In B. Carter, B. & M. McGoldrick, (Org.). *As mudanças no ciclo de vida familiar: Uma estrutura para a terapia familiar*. (2ªed., pp. 169-205). Porto Alegre: Artmed.
- Birman, J. (2009). *Mal-estar na atualidade: A psicanálise e as novas formas de subjetivação*. (7ªed.). Rio de Janeiro: Civilização Brasileira.
- Bowlby, J. (1982). *Formação e rompimento dos laços afetivos*. São Paulo: Livraria Martins Fontes Editora.
- Burow, O. A., & Scherpp, K. (1985). *Gestaltpedagogia um caminho para a escola e a educação*. (3ªed.). São Paulo: Summus.
- Carter, B., McGoldrick, M. (2011). As mudanças no ciclo de vida familiar: Uma estrutura para a terapia familiar. In B. Carter, & M. McGoldrick, (Org.). *As mudanças no ciclo de vida familiar: Uma estrutura para a terapia familiar*. (2ªed., pp. 9-16). Porto Alegre: Artmed.
- Caruso, I. (1981). *A separação dos amantes: Uma fenomenologia da morte*. (2ªed.). São Paulo: Cartaz. (Obra original publicada em 1968).
- D'Acri, G., Lima, P., & Orgler, S. (2007). *Dicionário de Gestalt-terapia: "Gestaltês"*. São Paulo: Summus.
- Eizirik, L.C., Kapcziski, F., & Bassols A. M. S. (2001). *O ciclo da vida humana: Uma perspectiva psicodinâmica*. São Paulo: Artmed.
- Fierro, A. (2004). O desenvolvimento da personalidade na idade adulta e na velhice. In C. Coll, A. Marchesi, & J. Palacios, (Org.). *Desenvolvimento psicológico e educação*. (2ªed., pp.403-437). Rio Grande do Sul: Artmed.
- Freud, S. (1996). *O ego e o id e outros trabalhos*. (Vol. 19, 2º ex., Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud, J. Simões, trad.). Rio de Janeiro: Imago. (Obra original publicada em 1969).
- Giddens, A. (1993). *A transformação da intimidade: Sexualidade, amor & erotismo na sociedade moderna*. (M. Lopes, trad.). São Paulo: Unesp.
- Ginger, S. & A (1995). *Gestalt: Uma terapia de contato*. (4ªed.). São Paulo: Summus.
- Gil, A. C. (2010). *Como elaborar projetos de pesquisa*. (5ªed.). São Paulo: Athas.
- Imber-Black, E. (2011). Transições idiossincráticas de ciclo de vida e rituais te-

- rapêuticos. In B. Carter, & M. McGoldrick, (Org.). *As mudanças no ciclo de vida familiar: Uma estrutura para a terapia familiar*. (2ªed., pp. 131-143). Porto Alegre: Artmed.
- Kovács, M. J. (2002). *Morte e o desenvolvimento humano*. (4ªed.). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Kiyon, A. M. M. (2009). *O gosto do experimento possibilidades clínicas em gestalt-terapia*. (Coleção Identidades). São Paulo: Altana.
- Marcondes, M. V, Trierweiler, M., & Cruz, R. M. (2006). Sentimento predominante após o término de um relacionamento amoroso. *Psicologia Ciência e Profissão*, 26(1), 49-105. Recuperado em 10/09/2013, doi: 10.1590/S1414-98932006000100009.
- McGoldrick, M. (2011). A união das famílias através do casamento: O novo casal. In B. Carter, & M. McGoldrick, (Org.). *As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar*. (2ªed., pp. 184-205). Porto Alegre: Artmed.
- Morais, V. de, (1971). *Como dizia o poeta...* [Gravado por Vinícius de Moraes, Toquinho e Marília Medalha]. Em *Como dizia o poeta*. [Disco]. Rio de Janeiro: RGE Discos.
- Neves, A. S. A. (2007). As mulheres e o discurso genderizados sobre o amor: A caminho do “amor confluyente” ou o retorno ao mito do “amor romântico”? *Estudos Feministas*, 15(3), 609-627. Recuperado em 10/09/2013 de <http://www.scielo.br/pdf/ref/v15n3/a06v15n3>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2010). *Desenvolvimento humano*. (10ª ed.). Porto Alegre: AMGH.
- Parkes, C., M. (1998). *Luto: Estudo sobre a perda na vida adulta*. (2ª ed.). São Paulo: Summus.
- Peck, J. S., Maniocherian, J. R. (2011). O divórcio nas mudanças do ciclo de vida familiar. In B. Carter, & M. McGoldrick, (Org.). *As mudanças no ciclo de vida familiar: Uma estrutura para a terapia familiar*. (2ª ed., pp. 291-320). Porto Alegre: Artmed.
- Ponciano, J. R. (1985). *Gestalt-terapia, refazendo um caminho*. São Paulo: Summer.
- Perls, F. (1988). *A abordagem gestáltica e a testemunha ocular da terapia*. (2ªed.). Rio de Janeiro: Livros Técnicos e Científicos Editora.
- Perls, F., Hefferline, R., & Goodman, P. (1997). *Gestalt-terapia*. (2ªed.). São Paulo: Summus. (Obra original publicada em 1970).

- Ramos, M. (1990). *Introdução à terapia familiar*. São Paulo: Ática
- Rogers, C. R. (1987). *Um jeito de ser*. São Paulo: Pedagógica e Universitária. (Obra original publicada em 1902).
- Silva Neto, J. A., Strey, M. N., & Magalhães, A. S. (2011) Sobre a motivação para a conjugalidade. In A. Wagner, (Org.). *Desafios psicossociais da família contemporânea: Pesquisa e reflexões* (pp. 39-56). Porto Alegre: Artmed.
- Viorst, J. (2002). *Perdas necessárias*. (20ª ed.) São Paulo: Melhoramentos. (Obra original publicada em 1986).

Endereço para correspondência

sarahsayurik@gmail.com
luciana.borges@uvv.br

Enviado em 29/04/2014
Aceito em 20/05/2014