

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

MARIANA PEREIRA SEVERO

PERDAS E EXPRESSÕES DE LUTO: uma perspectiva através da série *Grey's Anatomy*

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2022

MARIANA PEREIRA SEVERO

**O PERDAS E EXPRESSÕES DE LUTO: uma perspectiva através da série Grey's
Anatomy**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Profa. Esp. Nadya Ravella Siebra de Brito Saraiva

MARIANA PEREIRA SEVERO

**O PERDAS E EXPRESSÕES DE LUTO: uma perspectiva através da série Grey's
Anatomy**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Data da Apresentação: 05/12/2022

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Profa. Esp. Nadya Ravella Siebra de Brito Saraiva

Membro: Prof. Me. Joel Lima Júnior

Membro: Profa. Esp. Bruna Gomes Dantas

PERDAS E EXPRESSÕES DE LUTO: Uma perspectiva através da série Grey's Anatomy

Mariana Pereira Severo¹
Nadya Ravella Siebra de Brito Saraiva²

RESUMO

O presente artigo descreve uma pesquisa bibliográfica, exploratória, com abordagem qualitativa dos dados. Objetiva verificar a intensificação do luto, os mecanismos encontrados em prol da sobrevivência diante do vazio de uma falta, e como isto aparece vinculado ao grau de importância delegado a algo ou alguém (singularidade do luto), bem como as influências biopsicossociais e espirituais que percorrem a trajetória dos enlutados. O artigo também se baseia em dialogar sobre o decurso dos processos de rupturas vividos pela personagem Meredith Grey, da série Grey's Anatomy, tendo como marco teórico estudos sobre o luto e os estágios do luto de Elisabeth Kubler Ross. Como resultado desta pesquisa foi visto que o processo de luto é intrínseco a cada sujeito, tendo sua forma, cronicidade e grau, baseado na experiência conduzida nos estágios. Desta maneira, é concluído que, o luto real ou simbólico, transforma-se em um processo subjetivo, que anula qualquer previsão de ordem.

Palavras-chave: Luto. Estágios. Sofrimento. Subjetivo. Mudanças.

ABSTRACT

The present article describes bibliographic and exploratory research, with a qualitative approach to the data. It aims to verify the intensification of mourning, the mechanisms found in favor of survival in the face of the emptiness of a lack, and how this appears linked to the degree of importance delegated to something or someone (singularity of grief), as well as the biopsychosocial and spiritual influences that run through the trajectory of the bereaved. The article is also based on dialoguing about the course of the breakup processes experienced by the character Meredith Grey, from the series Grey's Anatomy, having as a theoretical framework study about mourning and the stages of mourning by Elisabeth Kubler Ross. As a result of this research, it was seen that the grief process is intrinsic to each subject, having its form, chronicity, and degree, based on the experience conducted in the stages. Thus, it is concluded that real or symbolic mourning becomes a subjective process, which overrides any prediction of order.

Keywords: Grief. Stages. Suffering. Subjective. Changes.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: marianasevero074@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: nadyabrito@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

O olhar do homem sobre a morte e o morrer passa por significativas transformações ao longo da história. Desde as antigas civilizações, nutridas por uma cultura ou movimentadas por crenças e representações, prepondera-se o temor a um desconhecido incerto. Dessarte, o morrer em forma trágica ou a partida súbita de alguém, preencherá habitualmente uma atmosfera de dor, mesmo nas culturas mais estirpes: o que torna humano o sofrer. Assim, a presente pesquisa, com finalidade acadêmica, parte essencialmente das discussões e estudos traçados sobre o processo de perda, bem como apoia-se nos estágios do luto da psiquiatra e escritora Elisabeth Kubler Ross (1926), “Sobre a Morte e o Morrer: o que os doentes terminais têm para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e a seus próprios parentes” (2017), delimitando as cinco etapas vividas na experiência do luto.

Ancorada por tais definições e buscando identificar os aspectos pontuais que as perdas podem proporcionar, é apresentada uma visão panorâmica pelo interior da série de drama hospitalar Americana, *Grey's Anatomy* (2005-presente), na qual sua criadora e roteirista Shonda Rhimes (1970), exhibe a rotina de médicos, enfermeiros e residentes no *Seattle Grace Hospital*, encarando perdas duras, e a essência real e latente do processo do luto no cotidiano da instituição. Sendo assim, atingindo a razão de que todo indivíduo em sua humanidade, e percorrendo à deriva da vida, estará propício a viver demandas difíceis, bem como, significativas e genuínas, mas sobretudo legítimas, muitos destes, carregarão alguma medida de dor, e por doer, nos é condicionado a estarmos sensíveis às emoções. Seres vulneráveis de tal modo que diversas vezes sequer, nem tudo poderá ser gerenciado. Um inevitável estado de completa entrega.

Ross (1926) debruça suas pesquisas à luz do conhecimento, a fim de sinalizar aspectos pertinentes no que diz respeito à terminalidade, morte e vivência do luto. A Psiquiatra Suíço-Americana, transita por fenômenos emocionais de elaboração do luto e os classifica em cinco, sendo estes: Primeiro estágio: Negação e Isolamento, Segundo Estágio: Raiva, Terceiro Estágio: Barganha, Quarto Estágio: Depressão, e quinto e último: Aceitação (Ross, 2017). Na série *Grey's Anatomy*, marcada por acontecimentos característicos de um hospital, são dadas condições que refletem o desalento da singularidade da perda, e nelas, é conseguido testemunhar as fases descritas por Ross (1996), tal qual suas manifestações, objetivando associar as mesmas na dinâmica de seus sentidos. *Meredith Grey*, personagem central da série, deixa claro em algumas palavras firmes, particularidades, de que, só quem

experimentou o impacto do processo da dor, reconhece. Em fragmentos, diante de tamanhos danos, a médica, reflete:

Não é só pela morte que temos que sofrer. É pela vida. Pelas perdas. Pelas mudanças. O dicionário define luto como um sofrimento mental ou stress por aflição ou perda, sofrimento agudo, arrependimento doloroso. Como cirurgiões, como cientistas, somos ensinados a aprender e confiar nos livros, em definições em definitivos. Mas na vida, definições estritas raramente são válidas. Na vida, o luto pode ser várias coisas que atenuem o sofrimento (*GREY'S ANATOMY, goodbye*, temporada 6, ep. 02).

Assim como todos os sentimentos, e eventos que seguem a ordem da vida, o Luto é mais um aspecto que inevitavelmente atravessa a humanidade da forma mais íntima, sendo ele sempre latente nas relações, em todo grau de sofrimento ou contexto. Neste trabalho, verifica-se a intensificação do luto, os mecanismos encontrados em prol de uma sobrevivência após algo lhe ser literalmente arrancado, e como tudo isto, está originalmente ligado ao grau de importância delegado a alguém/algo (singularidade do luto), tal como às influências nas questões biopsicossociais e espirituais dos indivíduos, igualmente a infinidade de aspectos que percorrem a trajetória dos enlutados. Mediante o exposto, é possível assemelhar os passos de Meredith Grey perante determinadas perdas, interpretando suas angústias e elaborações, às respectivas fases narradas pela psiquiatra Ross (1996), apresentando pausas, subidas e declínios da personagem, da maneira mais humana legítima e viva possível.

2 METODOLOGIA

Sua natureza é de Pesquisa Bibliográfica, exploratória, e com abordagem qualitativa dos dados. Caracteriza-se Exploratória como transcorre Gil (1991) citado por Da Silva (2005), que menciona “Proporcionar maior familiaridade com o problema, de forma a torná-lo mais explícito ou construir hipóteses”. Em seus Procedimentos Técnicos, é de cunho Bibliográfico, pois, ainda pelo olhar de Gil (2008) citado por Da Silva (2005), permite ser elaborada através de materiais já existentes, constituídos de livros, escritos e artigos de origem científica já publicados, para assim melhor obter compreensão do tema. A abordagem dos aspectos será realizada por meio da exploração e análise do material disposto em caráter Qualitativo, que segundo Denzin e Lincoln (2006), a mesma, permite uma interpretação do mundo, estudando os aspectos sociais e o comportamento dos sujeitos diante desse meio, igualmente à temática explorada.

O estudo aqui mencionado, possui análise Fílmica em compreensão de narrativa pela série *Grey 's Anatomy*, vinculada essencialmente à obra literária “Sobre a morte e o morrer: o que os doentes terminais têm para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e a seus próprios parentes” (2017), da psiquiatra Ross (1926). A utilização de recortes, falas e descrições de cenas apresentadas na série, exploradas neste trabalho, possibilitaram uma maior visualização dos movimentos trazidos através das perdas, e o quão misto, e sobretudo, singular, pode apresentar-se o ciclo da vida.

Foram utilizados como descritores desta pesquisa, as palavras chaves: *Luto; Estágios; Sofrimento; Subjetivo; Mudanças*; por determinar maior destaque ao decorrer do texto. Como recurso de acesso à informação, que facilitasse a dinâmica do trabalho, por possuir ampla variedade de literatura à nível acadêmico como: arquivos, livros, citações e obras gerais, recorreu-se à plataforma Google Acadêmico. A semelhança, também, a utilização de websites que abraçassem a temática, e exprimissem fragmentos e recortes da série americana *Grey's Anatomy* de que se fala, sites como o: *Grey's Anatomy Br*, onde descreveu contextos importantes de episódios. Por fim, a disposição da ficção em evidência, foi assistida através do serviço de Streaming por assinatura: *Star+*, com 17 temporadas até o presente momento desta pesquisa.

3 O CAMINHO DE PERDAS DE MEREDITH GREY

Conforme Engel (1961) apud Ramos (2016), a manifestação do luto não se caracteriza unicamente como um estado de absurda angústia, mas sim, um fenômeno vinculado a perturbações psicológicas e somáticas. É por este olhar, que é disposta atenção para as interrupções no caminho de *Meredith Grey* e suas experiências sensíveis com o processo do Luto. Não diferente do retrato da realidade, a protagonista é estremecida por rupturas desmedidas em toda sua trajetória. Pretendendo assimilar seus desprazeres, nota-se que, em seu decurso, a mesma, experimentou o lado mais profundo, cansativo e complexo do sofrer: “A pior parte é que no momento que você acha que superou, começa tudo de novo (*GREY'S ANATOMY, goodbye*, temporada 06, ep. 02).”

O fisiologista Cannon (1871), esclarece estudos sobre o chamado Princípio da Homeostase, demonstrando que estímulos externos, internos ou psicossociais que geram perturbações ao organismo, perturba-o também em sua totalidade (CALDER, 1970), em outras palavras, é compreendido que em situações emocionalmente difíceis, como a ruptura, perda ou luto, vividos por *Meredith Grey*, corpo e mente buscam por equilíbrio em

conformação, reafirmando o que Engel (1993) já havia dito sobre o enlutamento, e suas perturbações psicossomáticas. E com elas, é sabido que lidar com o inesperado inclui o impacto da resistência, seja à assimilação de uma nova realidade ou a recusa da aceitação de uma perda. Resistir é quase um mecanismo imediato do processo à um ajustamento adaptativo.

Para a protagonista, vivenciar o fenômeno atrelado ao oposto da vida, daqueles a quem amava, trouxe sentimentos mistos, dentre eles, o da dificuldade de se sustentar diante das ausências, que por consequência é introduzida a um extenso e confuso sofrimento. A especialista em Tanatologia, Elisabeth Kubler Ross (1926), indica em sua obra “Sobre a Morte e o Morrer” (2017) que os estágios do enlutamento, não seguem um padrão de ordem definida, e de acordo com a Psiquiatra, compreender estes estágios, é a maneira mais suportável de lidar com os processos de mudanças.

Logo cedo, *Meredith Grey*, se enxerga à frente de mudanças abruptas. Seu contato com o luto inicia com sua mãe, *Ellis*, a quem atribuía admiração e máximo respeito, lidando com a doença de Alzheimer, que aos poucos fragmenta uma postura inabalável, à total disposição à fragilidade. Além de sua mãe, *Grey*, sente o sabor da impermanência também com seus amigos, melhor amiga e irmã, e estes preencheram por tempo suficiente um espaço de segurança e amparo, o vínculo forte de *Meredith*, fora quebrado gradativamente, à medida que ciclos por morte ou impermanência, aconteciam. Mas foi com *Derek*, seu companheiro, em uma súbita partida, sendo ele seu vínculo mais real e duradouro, que a personagem vive a dor lancinante de perder quem se ama.

Nasio (1942), refere, que “Quanto mais se ama, mais se sofre” ainda nele, o autor destaca:

A dor é um afeto, o derradeiro afeto, a última muralha antes da loucura e da morte. Ela é como um estremeamento final que comprova a vida e o nosso poder de nos recuperarmos. Não se morre de dor. Enquanto há dor, também temos as forças disponíveis para combatê-la e continuar vivendo (NASIO, 2010, p. 20).

Os rompimentos de *Grey*, lembram a elaboração da dor para o autor acima destacado, e ele alcança a reflexão de que esta, está, em não mais ter quem se ama, e mesmo assim continuar amando, até mais do que nunca, mesmo sabendo que aquilo já se foi irremediavelmente perdido (NASIO, 2007, p. 41). É visto que *Meredith Grey* sobrevive à inconformidade e o desalento estreitamente, constituindo pouco a pouco características mais impetuosas. Justificáveis ou não, mensurar o peso de quem carrega a dor da ruptura sempre parecerá injusto. É certo que a médica adentra em um processo solitário ao perder seu

companheiro subitamente e precisar continuar sua rotina, trabalho e a mais complexa das responsabilidades: seguir sendo mãe. E talvez por esta última razão, o mais admirável sobre *Meredith*, é que em meio ao desconforto e alguns episódios de autodestruição, ela obteve mecanismos de lutar pela sua saúde emocional para continuar viva, mesmo sendo atravessada por constantes condicionamentos de fuga.

Alinhado a isso, pelo conhecimento das Teorias Comportamentais, e em conformidade com o psicólogo Sidman (2019) em sua obra “Coerção e suas Implicações” (1995), em dado momento que se é produzido um estímulo aversivo, automaticamente também será feito o necessário para removê-lo. Em outras palavras, o luto, a falta e as ausências, serão estímulos aversivos de destaque na vida da dra. *Grey*, que na tentativa de aplacar a latência das angústias, muitas vezes a fez mergulhar em um oceano de culpa. É de ordem natural a não-aceitação, a resistência, a fuga, negação ou melancolia. Não importa qual palavra usada no intuito de sarar feridas, ainda que se tente, a cicatriz só vem quando há aceitação. Essa por sua vez, possui iniciativa temporária, que exigirá um grau elevado de paciência e responsabilidade, é neste grau que é entendido que viver é caminhar com os pés que passam pelo mesmo caminho da morte. Não há controle, há maneiras de se sustentar àqueles que ficaram. E foi isto que *Meredith* empenhou-se a fazer.

4 ELE ERA MEU MUNDO: A ASSIMILAÇÃO DO LUTO DE MEREDITH GREY ATRAVÉS DE KUBLER ROSS E DIÁLOGOS SOBRE A MORTE

O desejo maior de quem perde algo ou alguém sempre acompanhará os anseios da dificuldade de conviver com a verdade do que não foi feito: o abraço que não foi dado, ou o amor que não foi amado na proporção que lhe era pretendido. O segundo maior desejo talvez, seria o retorno à vida, confiando no movimento do tempo, embora sabendo que tal, só ocorrerá no momento em que dar-se a necessária permissão para essa vida acontecer.

A adaptação de *Meredith*, à perda de *Derek Shepherd*, seu companheiro, transporta as tentativas inquietantes de uma mulher a sobreviver ao cansaço da falta. Disciplinada por emoções e sentimentos espinhosos e amargos, atravessar este percurso natural e humano que é a morte, converte-se em uma passagem muito mais dolorosa, quando refere-se a aquele, a quem a personagem proferia ser o amor de sua vida. *Derek* lhe é arrancado. Uma partida subitamente dolorosa, envolta de uma série de complicações e negligências da equipe médica, que em decorrência provocou sua morte cerebral. A dor do luto é proporcional à intensidade

do amor vivido na relação que foi rompida pela morte, mas também é por meio desse amor que conseguiremos nos reconstruir (QUINTANA, 2017, p. 134).

Desta forma, observando os impactos pertinentes a assimilação do processo do luto, Ross, enumera alguns aspectos substanciais e esperados, atrelados a essa experiência. Portanto, há cinco estágios de luto, e estes distintos em todos nós. Mas serão sempre cinco.

4.1 NEGAÇÃO E ISOLAMENTO

Os primeiros segundos de *Meredith*, ao digerir a informação que mudou por completo sua vida, foram pontualmente violentos. Fator imprescindível a ser reportado, haja vista que a forma de administrar uma notícia lancinante, como a morte de um ente querido, afetará na resposta à reação de quem a recebe, naquele momento.

Neste estágio, o choque é guiado pela descrença do fato ocorrido, onde para *Grey*, atuou como uma espécie de anestesia momentânea, defesa temporária, destinada a acrescentar energias e impulsionar guardas voltadas para uma possível aceitação parcial. Invasa por pânico e movimentada de ansiedades em suas tentativas de compreender, ao passo do mesmo tempo, optar por isolar-se em ato espontâneo, com traços reais de desespero e dor contínua, claramente estampados em sua face. Posto isto, é fundamental considerar o que Ross (2017) menciona em sua obra: “A negação funciona como um para-choque depois de notícias inesperadas e chocantes, deixando que a pessoa se recupere com o tempo, mobilizando outras medidas menos radicais.” (ROSS, 2017, p. 51).

Todavia, o fator de risco, destaca-se no comportamento de *Grey*, que por vezes se iguala à sua mãe *Ellis*, uma vez que a fuga, característica habitual do luto, fora um dos condicionamentos mais acentuados e destrutivos para a personagem central, introduzindo seus filhos por inteiro em suas oscilações desesperadas. *Meredith* parecia sentir tanta dor, que o seu viver tornava-se a sobrevivência insuportável, e enxergar novos contextos e possibilidades não faziam parte do seu roteiro.

4.2 RAIVA

Há uma composição do músico brasileiro, Carlos Belchior (1988) que transfere em linhas sensíveis, dado que neste aspecto, uma exemplificação dos vastos sentimentos encarados por *Meredith Grey*, precisamente neste estágio da raiva. Quando Belchior cita: “Pois qualquer sofrimento passa, mas o ter sofrido não” (BELCHIOR, 1988), as palavras

dispostas pelo cantor, enunciam a característica de que nem mesmo a cronicidade do tempo seja possível aplacar a ausência e o vazio causado por alguém em um espaço de sofrimento na experiência enlutante.

Ao analisar os processos vividos por *Grey*, em virtude da causa da morte de *Derek*, e todos os acontecimentos em torno dela, a mesma experiência circunstâncias dolorosas de revolta, essencialmente vinculadas ao erro médico que contribuiu para a partida precoce do personagem em questão. “Quando não é mais possível manter firme o primeiro estágio de negação, ele é substituído por sentimentos de raiva, de revolta, de inveja e de ressentimento. Surge, lógica uma pergunta: “Por que eu?” (ROSS, 2017, p. 62).

Essa raiva, sentimento ambivalente que oscila entre a perda do sujeito amado, e a não aceitação, é a raiva de não poder alterar os fatos, e precisar assumir uma vida mesmo faltando uma parte. *Meredith* inicia um enfrentamento aos responsáveis pela morte de seu companheiro, sob aspirações de justiça ou mesmo um conforto para o seu sofrer. Momento amargo que sobrechega juntamente ao episódio mais concreto de fúria vivido por ela correndo em picos de estresse e ressentimentos, como são listados por Ross em seu estudo.

À frente, é chegado o momento do então confronto direcionado ao responsável da equipe médica do caso *Shepherd*, onde *Meredith*, sem desvios profere: “Você não tem absolutamente nenhum direito de citar o nome da minha filha, porque foi você que matou o pai dela. Você não se lembra de mim, mas eu me lembro de você” (*GREY’S ANATOMY*, temp. 16, ep. 8). Assim é concluído que o processo de elaboração pode ser essencialmente difícil, e ajustar-se à vida, por vezes considere resolver alguns conflitos íntimos ou externos ao fim de obter-se conciliação com a dura realidade.

4.3 BARGANHA OU NEGOCIAÇÃO

Um acordo com o tempo. Segundo Ross (2017), é o estágio menos conhecido, mas um dos mais importantes: “Se no primeiro estágio, não conseguimos enfrentar os tristes acontecimentos e nos revoltamos contra Deus e as pessoas, talvez possamos ser bem-sucedidos na segunda fase, entrando em algum tipo de acordo.” (ROSS, Sobre a Morte e o Morrer, 2017, p. 95).

Ainda aqui, a autora menciona a iminência do apoio e do diálogo, ou mesmo da necessidade de encontrar abrigo em algo maior, seja uma divindade ou crença, pessoa ou sentido, haverá a urgência de um impulso de vida. No contexto da personagem, *Meredith*, vivenciou a barganha de maneira afetiva, rodeada de amigos e pessoas queridas, além de seus

filhos, ela, se reencontra através do consolo de que de alguma maneira, a vida precisa seguir, e que determinantemente “O carrossel nunca para de girar” (*GREY’S ANATOMY*, 2005).

4.4 DEPRESSÃO

“Muitas vezes a coisa que a gente mais quer, é aquilo que não se pode ter” (*GREY’S ANATOMY*, 2005). Diante da perda, a depressão explicita que o apego à dor, possibilita a intensificação adocedora, muitas vezes a ponto deste sentir, tornar-se a base de sustentação, ou combustível para nutrir os dias. Ross (2017), explica em seu livro, que é comum a utilização do termo “falta de esperança” abarcar este estágio, que para *Meredith* é compatível pela condução que seus passos foram traçados ao longo do tempo. Isso posto, é reconhecível que a personagem em questão iniciou uma longa fase de atitudes destrutivas, como resposta à bagagem emocional carregada durante os anos, e substancialmente a perda de *Derek*.

Em *Grey’s Anatomy*, *Meredith* viveu suas relações com um grau considerável de intensidade. Suas entregas pareciam sempre possuir uma necessidade de preenchimento de algum vazio não administrado, ou alguma marca deixada por uma família disfuncional e relações transitórias. É certo que a vinculação afetiva construída por *Meredith* em suas relações, a ajudava a lidar com o mundo.

Em continuidade, Bowlby (1985), foi um psiquiatra conceituado por abordar processos psicológicos à luz de compreender uma disposição dos seres humanos instruírem profundos laços/vínculos afetivos, juntamente ao estudo da reação psicodinâmica que intercorre quando estes mesmos vínculos são estremecidos ou rompidos. O médico (2009), destaca que o sistema de vínculos se inicia na primeira infância, através de uma demanda natural de proteção, autorizando valores de sobrevivência. Bowlby (1985) chamou estas abstrações de Teoria do apego. O mesmo autor enumera que o luto se torna negativo quando o condicionamento da ruptura ou fragilidade dos laços causa intensa ansiedade emocional, dor, e sintomas depressivos.

Segundo ele, a separação manifesta terror e medo, pelo não encontro da figura de refúgio a quem era direcionada, assim sendo o sofrimento uma reação universal a este meio (BOWLBY, 1995). Portanto, é observado que *Meredith*, com sua maior perda, é acometida por um longo sofrimento e oscilações emocionais. Gradualmente a perda do sentido da vida. Seu comportamento autodestrutivo já a colocou em riscos potenciais em dados momentos, exemplificando a quantidade de incidentes impulsivos e deliberados que acometeu a personagem no decorrer da série.

No estágio da depressão, é verificado por Ross (2017), os sentidos de melancolia, culpa, e ameaça a si mesmo, sendo a perda do objeto amado um profundo transcurso de impotência e dor, assim correlacionando a condição emocional da personagem citada, a qual é vista buscando constantemente sustentação em meio ao seu próprio peso da existência.

4.5 ACEITAÇÃO

“Eu estou ocupada em juntar meus pedaços com fita adesiva e cola.” (*GREYS ANATOMY*, ep. 05, temp. 08). O luto é um processo, um ciclo vital, um percurso inevitável que segue a ordem da vida. É também movimento, transição dolorosa, que exige do enlutado o reconhecimento da finitude e a permissão para a vida seguir o seu progresso em ordem natural, através da resignificação e amparo.

Diante destes aspectos, é visto que há singularidade em cada ruptura. Não há intervenção padrão para evitar a latência de uma dor, mas há uma escora, um bom amigo, uma escuta sensível, um acompanhamento profissional com qualidade, há jeitos de compreender a vida mesmo quando tudo parece perder o sentido. Sobre a aceitação, estágio final do processo do luto, Ross chama atenção em sua escrita que: “Não confunda aceitação com um estágio de felicidade. É quase uma fuga de sentimentos. É como se a dor tivesse esvanecido, a luta tivesse cessado e fosse chegado o momento do “repouso” (ROSS, 2017, p. 127).

Meredith Grey, foi inclinada a aceitação da perda de *Derek*, ao passo que os dias se passavam e ela alcançava a percepção de que havia sentido em outras coisas, atividades e pessoas que precisavam do desempenho de sua energia. Nota-se que mesmo não mais relutando à aceitação da perda, a personagem segue impactada pela ausência do companheiro em meio às ruínas da dor.

O poeta Fabrício Carpinejar (2021) concedeu uma entrevista, em que diz que o luto é como uma panela de pressão, será necessário soltar a fumaça aos poucos, um processo lento de desconstrução, o próprio narra que a morte (real ou simbólica), não é do outro, mas sim, uma morte pessoal. Aqui, o enlutamento estaria vinculado a concepção de que talvez pela primeira vez o indivíduo deixe de existir para alguém, e ainda assim, essa pessoa continuar mais viva do que nunca em suas lembranças.

O conflito gera dor, a dor, gera impotência. Assim, entende-se que aceitação descrita por Ross (2017), Carpinejar (2021), ou bem como qualquer outro estudo mencionado, não roteiriza os passos de resignificar uma perda, a aceitar perder alguém, pois, sabe-se que o momento de cicatrização costuma ser mais doloroso, do que o momento da queda.

5 O CARROSSEL NUNCA PARA DE GIRAR: O APOIO É O IMPULSO PARA A ACEITAÇÃO

O carrossel é um objeto com função de movimentos cíclicos. São voltas previsíveis. Ao observar um carrossel, é também possuída a certeza de que mais um giro será dado. Em *Grey's Anatomy*, o carrossel é a representação mais leal da vida. Assim como ele, escolher ser rendido a inércia não ocasionará o movimento esperado, a vida necessita de movimento e isso acontece mediante decisões. É quase como pactuar com a razão de que a experiência da dor e da perda não trarão à realidade o objeto amado, entretanto, mesmo diante disso, mais uma volta deverá ser dada. A cinesia aos poucos, garante a transformação.

Engraçado o jeito como a memória funciona, as coisas que você não consegue lembrar, e as coisas que você nunca consegue esquecer. O carrossel nunca para de girar. Não dá para descer. Se eu preciso acreditar que é possível, tem que haver um jeito de uma próxima volta. Recomeçar. Do zero. Tem que ter um jeito de superar todos os fantasmas, é uma escolha. É uma escolha seguir em frente, deixar isso para trás. Eu consigo. Só é preciso recomeçar (*GREY'S ANATOMY*, 2005).

Diante dos aspectos culturais/espirituais geograficamente expressos, o confronto com a finitude em tempo nenhum se tornará brando. Viver o luto é manter oscilações de sentimentos não pacíficos e por tal razão, permitir-se observar que a vida prossegue, com e além da dor, intercedendo um confronto cansativo. A impossibilidade de compartilhar o que é indispensável ser expresso, intensifica o que já é doído. O acolhimento, a presença de apoio, assim como a escuta sensível e o manejo facilitam o processo progressivamente.

O profissional da Psicologia, por exemplo, é apto a fornecer um trabalho ético e acolhedor, auxiliando à organização de ideias e sentimentos, não exigindo uma cura, mas sim despertando à adaptação. Segundo Parkes (1998), o luto por morte demanda de auxílio psicoterapêutico, em razão de que perder alguém, afeta os indivíduos de maneira integral, em importância cognitiva, emocional, física, espiritual e comportamental. O autor ainda marca que reprimir sentimentos tem potencial para suscitar um luto complexo, o luto patológico.

Conduzido por este raciocínio, Franco (2002) cita estas mesmas dimensões do processo do luto manifestadas acima, e inclui que é emitido de início confusões comportamentais e cognitivas, reações intensas, e negação. Em seguida, choque emocional, alterações de apetite, visão turva e outras particularidades. No campo espiritual, também há abalo, tipicamente como a perda e /ou aumento de fé, raiva de Deus, e desapontamento. A

dimensão social é igualmente afetada, visto que, de acordo com o autor, a atitude de isolamento, afastamento e perda da identidade são também características comuns.

Embora não seja um processo linear, o apoio é o impulso preciso para a aceitação. A personagem *Meredith* por exemplo, em determinado tempo da série, permitiu experienciar a psicoterapia. Um momento que para ela, desconfortante, apresentando-se inicialmente relutante ao adentrar profundamente em suas feridas ainda latentes. A resistência é um mecanismo presente na maioria dos processos, justamente por chegar a lugares até então inacessíveis, que como mecanismo de defesa e proteção, é natural optar por esconder. A dor incomoda, e estar diante dela é compreender por quais motivos aquilo ainda insiste em doer.

Meredith passou boa parte da vida presa em seus lutos desde sua infância, que aqui é explorada ao decorrer do estudo, *Grey*, habituou-se com o vazio muito cedo e por tal, compensou suas faltas em relações temporárias, comportamento de risco, impulsividade, somado a agitação de sua rotina e não gerenciamento de seus sentimentos e emoções.

Perceber sobre o movimento da vida, é por hora para quem enfrenta a dor, um estabelecimento de cura, o que se torna errado, pois não há cura, há uma prontidão ao desejo de acordar no amanhã, de realizar atividades que já não detinha prazer, é comer o prato favorito em um dia qualquer, é ser presente no trabalho, sorrir com as piadas de antes, sentir que há pessoas e amor em volta, é integralmente transferir forças e energias para determinar impulso à vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Perfaz-se assimilar diante do que foi visto, que a elaboração do luto se concretiza na individualidade através da duração, forma ou manifestação. No desenrolar dos fatos, e com a sucessão de eventos traumáticos durante a vida, a personagem central, *Meredith Grey*, dispõe da dificuldade de experienciar este processo tão amargo, embora natural. Elucidando em linhas conclusivas, entende-se que há uma bagagem emocional, assim como o grau de significação estendido a alguém, que define o quão doloroso e complexo a passagem pelo evento será. Recordando o que foi mencionado acima, decerto, o momento da cicatrização é mais sofrido e intenso, do que o momento da própria queda. Pois é neste que é assumida a fragilidade em volta da submissão frente a ordem natural da vida. Ross (2017), ao enumerar seus cinco estágios, organiza comportamentos possíveis a eles, mesmo tendo a consciência de que sempre haverá um pacto com o inesperado. O luto, real ou simbólico, torna-se um processo subjetivo, que anula qualquer previsão de ordem.

Negação ou isolamento, raiva, barganha, depressão e aceitação, condições vividas expressivamente por *Meredith* em seus processos de vida, e essencialmente diante da perda de seu companheiro, *Derek*, a quem atribuía amor e abrigo. É compreendido que mesmo sendo atravessada pela dor, e apesar das limitações e agitações emocionais, algo em sua vida necessitava prosseguir. Foi passando pelo processo, que *Meredith* precisou ressignificar e conduzir sua vida, buscando assegurar-se no que lhe era genuinamente seu: seus filhos, seu emprego, seus amigos, e principalmente a sua capacidade de confrontar a dor, infelizmente tão íntima em seus dias. Mediante o exposto, e aos estudos sobre morte, terminalidade e vivência do luto encontrados neste trabalho, é alcançada a percepção de que o peso alçado pela falta acompanhará possivelmente o indivíduo por toda a vida.

"Perdemos as batalhas com a mesma frequência que vencemos. A chave, vencendo ou perdendo é nunca falhar. E o único jeito de falhar, é não lutando" (*GREY'S ANATOMY*, 2005). A experiência de finitude se torna intrínseca à existência, não há fugas para o inevitável, mas há a disposição ao reconhecimento da perda e a permissão de deixar a vida em seu curso, continuar. Talvez por medo do esquecimento de alguém a qual a ausência ainda corta, ou por não desejar que a dor suda espaço para novos sentidos e prazeres, o apego ao luto também ergue muros de resistência. Em síntese, foi o que prendeu *Meredith* a sua própria montanha russa.

Desde a infância nos é dado métodos para lidar com a dor, seja um joelho ralado acompanhado da garantia de que haveria um hálito fresco, e a certeza de que na ardência haveria uma mão protetora que solucionasse o incômodo. Hoje, adultos, os machucados são outros, e a ideia de que agora é suportado qualquer queda. Em resumo, conclui-se a disposição à vulnerabilidade como parte da subjetividade humana, é certo que não há controle a ordem do movimento das coisas, contudo, o essencial não é o que você recebe da vida, e sim, o que é feito com isso.

REFERÊNCIAS

ARANTES, Ana Cláudia. **A morte é um dia que vale a pena viver**. Leya, 2018.

BELCHIOR. Amor de perdição. Philips: 1998. Disponível em:
https://www.youtube.com/watch?v=rm_pGDIBpy0

BOWLBY, John. **Perda: tristeza e depressão**. Vol. 3 da Trilogia Apego e Perda. São Paulo: Martins Fontes, 1985.

CALDER, Ritchie. **O homem e a medicina: história da arte e da ciência de curar**. São Paulo: Boa Leitura, 1970.

CARPINEJAR. Como lidar com o luto. Venus podcast: 2021. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=GAwPiASvEiY>

CRUZ, Marina Zuanazzi; PEREIRA JÚNIOR, Alfredo. Corpo, mente e emoções: referenciais teóricos da psicossomática. **Simbio-Logias**, p. 46-66, 2011. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/140656> . Acesso em 04 nov 2022.

DA SILVA, Edna Lucia; MENEZES, Estera Muszkat. Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação. **UFSC, Florianópolis, 4a. edição**, v. 123, 2005. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/33206387/metodologia_da_pesquisa_e_elaboracao_de_dissertacao-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1669224554&Signature=YYEoxBMmH~n1lIPyLo6ksK6CISX~uG4e7qfjDz0IKq0jCKv80tmG2n~o2IH1qTCchpb5TmUZTbfdSwaRctgbWk91sd5urFBZa8xU3T-Keo-cKrb5dbtSpZNPABp8PQR7JaX~Yzel9czoiEXoYUU2y8dvP4gjZHoiokCUcaWRyHRv9ka6LTalrUtbYGm8cSaMbdpNs34I6tWKNPeMh425HiOyI775oLJj4ZAWoR0RY1BqroJoHBfxSvLoYB5kXt2HWknr1UMkWfnSKPZsp2rFzd5zg~poL2wMitMR~M0Te1U2V1uFzNHRBLcP4DFy3E~fWr7jF98V1xj~94lrYpVveg &Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA . Acesso em: 04 nov 2022.

Engel George Libman. (1977): **The need for a new medical model**: a challenge for biomedicine. *Science*, 196; pp: 129-136.

FRANCO, Maria Helena Pereira (org.). **Estudos Avançados sobre o Luto**. Campinas, São Paulo: Livro Pleno, 2002.

GREYS Anatomy. Shonda Rhimes. ABC estúdios, EUA. 2005.

KÜBLER-ROSS, Elisabeth. **Sobre a morte e o morrer**: O que os doentes terminais têm para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e aos seus próprios parentes. WWF Martins Fontes, 2017.

LEAL, Luana *et al.* A importância da psicoterapia no processo do luto. **Diálogos Interdisciplinares**, v. 8, n. 1, p. 1-7, 2019. Disponível em: <http://revistas.brazcubas.br/index.php/dialogos/article/view/633> . Acesso em 22 nov 2022.

NASIO, Juan-David. **A dor de amar**. Editora Schwarcz-Companhia das Letras, 2007.

NASIO, Juan-David.; MAGALHAES, Lucy. **O livro da dor e do amor**. Zahar, 2010.

PARKES, Colin Murray. **Luto: Estudos sobre a perda na vida adulta**. (M.H.P. Franco, Trad.). São Paulo: Summus. 1998.

RAMOS, Vera Alexandra Barbosa. O processo de luto. **Revista Psicologia**, v. 12, n. 1, p. 13-24, 2016. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1021.pdf> . Acesso 29 set 2022.

SIDMAN, Murray; ANDERY, Maria Amalia; SÉRIO, Tereza Maria. **Coerção e suas implicações**. Editorial Psy, 1995.

SOUSA, Luiza Eridan Elmiro Martins. O processo de luto na abordagem gestáltica: contato e afastamento, destruição e assimilação. **IGT rede**, Rio de Janeiro , v. 13, n. 25, p. 253-272, dez. 2016 . Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-25262016000200006 .
Acesso em 29 set 2022.

WORDEN, J. Willian. **Aconselhamento do luto e terapia do luto - um manual para profissionais da saúde mental**. Roca, São Paulo, 2013.