

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

MARIANA PONTES TAVARES

**O TABU ENTORNO DA PRÓPRIA MORTE NA SOCIEDADE
CONTEMPORÂNEA OCIDENTAL, E OS SEUS IMPACTOS NA RELAÇÃO DO
SER HUMANO COM A FINITUDE.**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

MARIANA PONTES TAVARES

**TABU ENTORNO DA PRÓPRIA MORTE NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA
OCIDENTAL, E OS SEUS IMPACTOS NA RELAÇÃO DO SER HUMANO COM
A FINITUDE.**

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: Prof. Me. Joel Lima Junior

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

MARIANA PONTES TAVARES

**TABU ENTORNO DA PRÓPRIA MORTE NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA
OCIDENTAL, E OS SEUS IMPACTOS NA RELAÇÃO DO SER HUMANO COM
A FINITUDE.**

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: 06/12/2023

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Prof. Me. Joel Lima Junior

Membro: Prof. Me. Tiago Deividly Bento Serafim

Membro: Esp. Daniela Coelho Andrade

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2023

O TABU ENTORNO DA PRÓPRIA MORTE NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA OCIDENTAL, E OS SEUS IMPACTOS NA RELAÇÃO DO SER HUMANO COM A FINITUDE

Mariana Pontes Tavares¹

Joel Lima Junior²

RESUMO

Na sociedade ocidental contemporânea a morte é um assunto silenciado, devido à ênfase na produtividade estruturada a partir do modelo capitalista de se viver, resultando em possíveis impactos na saúde do ser humano. O presente estudo teve como objetivo principal compreender como o tabu entorno da própria morte afeta a relação do ser humano com a finitude, e como objetivos específicos apresentar como o tabu entorno da própria morte se constituiu na contemporaneidade ocidental; como a negação da finitude pode gerar impactos na vida do sujeito, e como a Psicologia pode contribuir para promover uma maior compreensão sobre o tema. O presente artigo compreende por ser uma pesquisa bibliográfica narrativa, de natureza básica, com abordagem qualitativa e exploratória. Diante dos dados obtidos, o tabu implementa sentimentos de vergonha e culpa nos sujeitos, ligados à perspectiva capitalista que trata o ser humano como uma mercadoria, leva a dificuldades emocionais, afetando a capacidade dos indivíduos lidarem com a morte e causando sofrimento prolongado, embora a morte seja uma parte fundamental da existência humana. Foi possível perceber que a Psicologia desempenha um papel crucial na abordagem do sofrimento relacionado à morte, oferecendo algumas contribuições. Ao fornecer psicoeducação, ela ajuda na desmistificação da morte, permitindo reflexões sobre o modo de vida e o processo de enfrentamento. Além disso, cria um espaço seguro para a expressão de sentimentos durante o luto, reconhecendo a importância de validar emoções e proporcionar autonomia aos indivíduos.

Palavras-chave: Morte. Tabu. Finitude. Sociedade Contemporânea. Psicologia.

ABSTRACT

In contemporary Western society, death is a subject that is silenced due to the emphasis on productivity structured around the capitalist model of living, resulting in possible impacts on human mental health. The main objective of this study was to understand how the taboo surrounding one's own death affects the human being's relationship with finitude, and the specific objectives were to present how the taboo surrounding one's own death was constituted in Western contemporaneity; how the denial of finitude can have an impact on the subject's life, and how Psychology can contribute to promoting greater understanding on the subject. This article is a narrative bibliographical study of a basic nature, with a qualitative and exploratory approach. In view of the data obtained, the taboo implements feelings of shame and guilt in individuals, linked to the capitalist perspective that treats the human being as a commodity, leads to emotional difficulties, affecting individuals' ability to deal with death and causing prolonged suffering, even though death is a fundamental part of human existence. It was possible to see that psychology plays a crucial role in addressing grief related to death, offering some contributions. By providing psychoeducation, it helps to demystify death, allowing

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: mariana.10.tavares@gmail.com

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

reflections on the way of life and the coping process. In addition, it creates a safe space for the expression of feelings during bereavement, recognizing the importance of validating emotions and providing autonomy to individuals.

Keywords: Death. Taboo. Finitude. Contemporary society. Psychology

1 INTRODUÇÃO

O tema da morte na sociedade contemporânea ocidental é visto como um tabu onde não é falado sobre, com a sociedade capitalista atual, o tempo torna-se um capital, onde deve-se estar sempre produzindo ou trabalhando, gerando assim sujeitos cada vez mais adoentados e esgotados mentalmente (Han, 2010).

A reflexão sobre a própria morte geralmente surge quando o indivíduo se depara na fase idosa ou quando é diagnosticado com doenças que indicam a proximidade de sua finitude. Adultos saudáveis no auge de sua produtividade muitas vezes não consideram esse questionamento, pois a sociedade tradicionalmente desencoraja tal reflexão.

Visando aumentar o número de sujeitos alienados, que não desenvolvem o senso crítico e levam suas vidas como se o amanhã estivesse sempre garantido, frequentemente se esquece que a morte é a maior certeza existencial para o ser humano. A existência humana segue um ciclo biológico que possui um início, meio e fim, embora, por vezes, o fim possa ocorrer de forma súbita e violenta, deixando pouco espaço para a reflexão e a avaliação da qualidade e do significado da própria vida (Sêneca, 2021).

A partir da problemática: quais os possíveis impactos que o tabu em torno da própria morte, na sociedade contemporânea ocidental, gera na relação do ser humano com a sua condição de finitude? O presente artigo possui como objetivo geral: explicar como o tabu em torno da própria morte na sociedade contemporânea ocidental afeta a relação do homem com a sua finitude. Como objetivos específicos: Apresentar como o tabu entorno da própria morte se constituiu na contemporaneidade ocidental; como a negação da finitude pode gerar impactos na vida do sujeito, e como a Psicologia pode contribuir para promover uma maior compreensão e suporte, perante os impactos que o tabu entorno da morte implementa.

Tal artigo justifica-se por entender como a saúde mental do sujeito, pode ser afetada por não pensar sobre a morte e o processo de finitude, visando o contexto atual da sociedade capitalista que impõe a super produção de atividades como uma demonstração do seu valor para o meio, fundamenta-se também por como a falta de tais atravessamentos impactam na qualidade de vida dos mesmos, já que ao debater em discussões acadêmicas o desenvolvimento do sofrimento para os sujeitos que não possuem tal reflexão se torna muito alarmante, pois ao conseguir desenvolver gera-se um conjunto de angústias em relação ao modo de se viver.

2 METODOLOGIA

A metodologia utilizada compreendeu uma pesquisa básica, na qual é caracterizada por ser uma pesquisa que acumula conhecimentos e informações que podem eventualmente levar a pesquisas acadêmicas mais complexas (Schwartzman, 1979), de abordagem qualitativa que segundo Flick (2009), trata-se de uma análise das relações sociais a partir dos significados subjetivos, da experiência e do cotidiano.

Também possui caráter exploratório, onde serão procuradas ideias e hipóteses visando conhecer, desenvolver ou esclarecer de forma mais profunda a pergunta problema abordada para pesquisas futuras (Oliveira, 2011), e descritivo, cujo possui como objetivo descrever características de uma determinada população ou estabelecer possíveis relações ente variáveis (Gil, 2002).

O trabalho seguiu a partir de uma revisão bibliográfica, constituída por ser uma análise de obras acadêmicas relevantes previamente lançadas, de modo a auxiliar no conhecimento prévio sobre o tema problema a ser realizado (Souza, 2021).

Utilizando-se das palavras-chave: *Morte, Tabu, Finitude, Sociedade contemporânea, Psicologia*, nesse processo de coleta de dados para a revisão bibliográfica do trabalho de conclusão de curso (TCC), foram utilizados os textos das seguintes fontes: ScieLO, (Scientific Electronic Library Online), Docero Brasil, e o Google Acadêmico. Outro meio de busca foram as leituras clássicas sobre o tema, a partir de livros e leituras de artigos, cujo tiveram o intuito de abarcar o referencial teórico, e de apresentar a relação do tabu da própria morte na sociedade contemporânea ocidental, e os seus possíveis impactos na relação do ser humano com a sua finitude.

3 CONSTRUÇÃO SÓCIO-HISTÓRICA DA MORTE NO OCIDENTE

O posicionamento diante da morte na contemporaneidade veio sendo constituída a partir do contexto social, histórico e econômico empregado na nossa sociedade, já que a forma que nos relacionamos com a morte ou o com morto define uma construção de um papel de identidade coletiva, e na formação de tradições culturais (Giaccoia, 2006), sendo necessária uma recapitulação para entender o processo desenvolvido da perspectiva atual da relação do ser humano com a finitude.

Nesse sentido, foi utilizado como base para este tópico a obra clássica de Philippe Ariès: *História da morte no ocidente*, tendo em vista que nesta obra, o autor explora a evolução das

atitudes, crenças e práticas relacionadas à morte, destacando as mudanças nas percepções culturais e sociais da morte ao longo do tempo, se tornando um estudo importante na área da história da morte e da cultura ocidental, influenciando significativamente o campo de estudos sobre a morte e sua abordagem histórica.

Antigamente, no século V ao XII, o contexto social em torno da morte era algo familiar e iria contecer com todos, não se tinha como barganhar ou fingir que não iria acontecer, segundo Ariès (2012) a morte domada, seria quando os sujeitos, percebiam e sentiam que o fim se aproximava, a partir de sinais naturais instintivos. Como a primeira parte da idade média a sociedade era permeada pela religião — mais disseminada o cristianismo e o judaísmo — não surpreende que a mesma moldou como deveríamos seguir ao se deparar com o fim, portanto, eram realizados ritos, passos e gestos, para quando o moribundo sentia a morte (Ariès, 2012).

Primeiramente lamentava-se da vida, uma recordação breve do que viveu, dos entes queridos; após a lamentação vinha-se o perdão, aos companheiros e pessoas próximas; em seguida, retornava-se a sua espiritualidade, como citado anteriormente, a religião cristã foi a que possuía uma maior disseminação durante a idade média, portanto o ser voltava-se a Deus primeiramente a pedir perdão por se sentirem culpados dos pecados que haviam cometido na vida, e suplicar sua ida ao paraíso; por fim, realizava-se uma prece, mais especificamente absolvição sacramental, onde antes da sua morte e na hora do seu sepultamento o padre realizava uma oração para a absolvição dos seus pecados após a confissão, e o sujeito aguardava o seu fim (Ariès, 2012).

A morte era algo naturalizada pela população, não se tinha como fugir da mesma, pois era algo a se conviver de forma cotidiana, na idade média pelos recursos serem escassas muitas pessoas morriam quase todos os dias, então aceitar a morte e a condição de finitude era algo naturalizado e perpetuado na sociedade, eram realizadas cerimônias públicas, visitava-se o sujeito que estava morrendo no seu quarto para se despedir de amigos e pessoas queridas, o mesmo resguardava-se com a sua família, incluindo crianças (Ariès, 2012; Caputo, 2008).

Torna-se importante salientar que mesmo convivendo com o cotidiano da morte, o espaço dos vivos e dos mortos eram bem delimitados, já que em torno dos milênios havia uma certa misticidade em relação ao morto e o medo de que voltassem para atrapalhar a vida dos vivos, então muitas vezes eram enterrados fora das cidades, ou em algum lugar distante. Nos séculos XVI e XVII tal delimitação se dissipou e com o crescimento da religião, era requisitado para os mortos fossem enterrados próximo aos santos, ou seja, os cemitérios e as igrejas perderam suas distinções e começaram a ser uma só. Para a sociedade ainda se tinha uma distinção, que seria a questão da classe econômica, pois os bem abastados eram enterrados

próximos ou nas igrejas, já os pobres, eram enterrados em fossas comuns, largas, profundas e com amontoados de cadáveres, quando se enchia fechavam-se as fossas e as antigas eram reabertas para dar os ossos secos aos animais. Portanto, como saímos de viver de forma tão íntima com a morte para fazer de tudo para afastá-la? (Ariès, 2012).

Na segunda metade da idade média, que a relação com a morte se modifica sutilmente, mudando a percepção coletiva que se tinha da morte para um olhar mais individualista, quando as questões pragmáticas em torno do juízo final, do fim e as especulações macabras, foram ganhando destaque, fazendo com que a população pensasse com mais temor e medo com a morte. O moribundo tinha que se deparar com o fato que o fim, não seria apenas uma passagem para o paraíso e para a sua futura reencarnação, mas que iria ser julgado pelas suas boas ou más ações, transformando-se assim o juízo final, cujo antes passava-se de uma perspectiva coletiva, para o individual no fim da vida, fazendo com que os sujeitos desvendassem a sua individualidade e tomasse consciência de si (Ariès, 2012).

No fim do século XVII surge um encanto entorno do morrer e da morte do outro, havia um certo romantismo e mistério em torno da melancolia que era gerada quando alguém próximomorria, tanto, que nas literaturas, artes e poemas da época, eram todos em torno desta temática, podemos observar citado por Ariès (2012, p. 67) : “a morte é, a partir de então, cada vez mais acentuadamente considerada como uma transgressão que arrebatava o homem de sua vida cotidiana, de sua sociedade racional, de seu trabalho monótono, para submetê-lo a um paroxismo e lançá-lo, então, em um mundo irracional, violento e cruel”. Marcando assim uma ruptura na relação com o morrer.

A preocupação em torno da nossa própria morte fica de lado por um momento, tomando espaço para o medo da morte do outro e a dor que isso acompanhava, pois, no século XIX, surge uma nova forma de enlutamento. O enlutamento dito por comum até o século XVII, acontecia durante um certo tempo, para que familiares ou amigos pudessem expressar uma dor que nem sempre era experimentada, mas também passava por certo desafios contra esta dor que era sentida, a fim de que o mesmo conseguisse superar a perda e seguir com a sua vida, mas no século XIX, esta distinção não é mais clara, sendo perpetuada um luto muito intenso e sofrido, onde os entes choravam, desmaiavam e jejuavam como uma forma de expressão mais profundada sua perda, marcando assim na nossa sociedade a dificuldade de aceitar a morte do outro (Ariès, 2012; Caputo, 2008).

Tal dificuldade, impacta também na forma que nos relacionamos com o morto, já que antes o morto deveria ser “propriedade” da Igreja, que fosse enterrado o mais próximo possível da instituição, e dependendo da condição econômica eram jogados em valas, agora com o

romantismo instaurado na sociedade em torno da perda de alguém, e com o luto muito intensificado, os familiares e amigos, começaram a enterrar nas suas propriedades ou se fosse em um cemitério público, que tivesse a possibilidade de visitar o mesmo, houve uma necessidade de exclusividade e identidade que se dava ao local que era enterrado, implementando assim as sepulturas, para que os locais fossem demarcados de modo a cultivar a lembrança daquele que partiu. Adentrando assim nos chamados cultos aos cemitérios dos séculos XIX e XX (Ariès, 2012).

Na segunda metade do século XIX, a verdade em torno da morte começa a ser uma problemática, surge como uma forma de poupar o moribundo de preocupações ou estresse em torno da gravidade do seu quadro e passou a ser caracterizado por algo coletivo, que segundo Ariès (2012, p. 85):

foi superado por um sentimento diferente, característico da modernidade: evitar não mais ao moribundo, mas à sociedade, mesmo aos que o cercam, a perturbação e a emoção excessivamente fortes, insuportáveis, causadas pela fealdade da agonia e pela simples presença da morte em plena vida feliz, pois, a partir de então, admite-se que a vida é sempre feliz, ou deve sempre aparentá-lo.

Contribuindo, desse modo, para a compreensão contemporânea do fenômeno da morte, observa-se que esse processo adquire uma crescente relevância ao longo do tempo. Outro elemento a ser destacado é a alteração do local de óbito, visto que os falecimentos passaram a ocorrer predominantemente em ambientes hospitalares, estabelecendo, assim, uma maior distância entre o indivíduo e a morte (Ariès, 2012).

A mudança do cenário de morte para o hospital se consolidou ao longo dos anos, sendo percebida como uma opção mais conveniente em comparação ao falecimento no domicílio. Nesse contexto, observa-se a ausência dos procedimentos rituais em torno do moribundo e da preparação para a morte. Em vez disso, a ênfase recai sobre a ideia de que a morte ocorreu devido à incapacidade de receber os cuidados apropriados e falhas técnicas no funcionamento do corpo. A morte, assim, assume uma natureza mais objetiva e breve, desprovida de elaborações ornamentadas ou significados mais profundos. O caráter dramático e familiar que anteriormente envolvia a morte cede lugar a uma dinâmica em que os cuidados são predominantemente assumidos por profissionais da saúde, como médicos e enfermeiros (Ariès, 2012).

Ao perder essa perspectiva mais dramática, o fenômeno da morte adquire uma tonalidade mais suave, distanciando-se do contexto de lidar com uma avalanche de emoções e

situações, para algo socialmente aceitável. Este fenômeno torna-se tolerável para aqueles que cercam o moribundo, já que se pregava a separação socioeconômica devido o desenvolvimento do capitalismo. Esse contexto contribui para a disseminação do individualismo, transformando o sofrimento diante da morte em uma experiência particular e velada. Não é discutido ou comentado abertamente, reservando-se tal discussão apenas aos familiares e aos mais próximos. No que diz respeito às crianças, instaura-se o receio de abordar o tema para evitar causar impacto, considerando que os sentimentos predominantes entre as pessoas envolvem vergonha, repugnância, morbidez, entre outros. (Ariès, 2012; Kovács, 1992).

O sofrimento e as expressões de condolência são desencorajados, sendo permitido apenas no contexto da cerimônia fúnebre, quando o morto é sepultado. O luto assume, assim, uma natureza solitária e vergonhosa, exigindo que o indivíduo se recupere rapidamente e retome sua vida cotidiana, uma vez que é imperativo continuar a produzir e trabalhar para a geração de capital (Ariès, 2012; Kovács, 1992).

Por fim, no século XX, onde a morte se firmou como a conhecemos atualmente, uma situação velada e sigilosa, a implementação de uma positividade tóxica que segundo Goodman (2022), seria uma felicidade e uma positividade do ser de forma extrema, onde ficar triste é visto como mal ou como errado, que não pode ser sentido, já que a felicidade seria a chave e a cura para todos os nossos problemas.

Desse modo, o sujeito enlutado modifica-se de passar por um processo de cura e ressignificação, para algo mórbido que deve ser atravessado rapidamente para não ser sentido, alguns ritos tradicionais não se perderam totalmente, mas se adaptaram para o novo modo de visão de mundo. A despedida do morto ainda é algo a ser reproduzido até os dias atuais, mas com a implementação do capitalismo e do neoliberalismo na sociedade, a forma que se constitui o sepultamento é ditada por questões socioeconômicas. Contudo, o morto e a morte se tornaram situações distantes, e é atualmente tratada de forma distante, pois quanto menos falamos sobre mais nos encontramos em situações adoecedoras, estando sempre silenciando a qualquer ato de sentir, pois é necessário produzir (Ariès, 2012).

3.2 REPRESENTAÇÕES E MEDO DIANTE DA MORTE

Ao mencionamos a palavra "morte" em nosso cotidiano, geralmente a associamos principalmente à percepção do término da vida física, ao fim do processo biológico. No entanto, como seres humanos, somos influenciados pela capacidade de pensar e pela dimensão simbólica, o que nos leva a considerar duas dimensões distintas em relação à morte. A primeira

dimensão, como mencionada anteriormente, refere-se à morte biológica, que envolve o cessar das funções vitais do corpo. A segunda dimensão é a morte simbólica, uma experiência que todos enfrentamos em algum grau. A compreensão da morte e as reações a ela variam amplamente devido às influências da religião e cultura, já que a mesma impacta na visão de mundo do ser (Kovács, 1992).

A morte e a vida não são opostas, mas sim interdependentes. Desde as antigas civilizações, a morte não tem sido somente considerada como um fim, mas também como um processo misterioso e assustador, já que o que ocorre após a morte permanece desconhecido. Por conseguinte, alguns indivíduos preferem evitar pensar sobre ela, com o intuito de diminuir a angústia relacionada ao fim, enquanto outros buscam refúgio nas religiões e na espiritualidade como forma de dar sentido a essa angústia existencial, como se fosse uma resposta, estabelecendo assim uma ligação entre a morte e os dogmas religiosos (Pinto, 2013).

A mortalidade constitui uma característica inerente ao curso do desenvolvimento humano, sendo que os indivíduos deparam-se com diversas manifestações de morte simbólica ao longo de suas vidas. Estas representações manifestam-se de maneiras variadas, englobando desde o término de relacionamentos interpessoais, até a compreensão da morte como uma fonte de angústia durante a infância, quando as crianças estão aprendendo a lidar com limites. Adicionalmente, incluem-se experiências como a perda de animais de estimação, o encerramento de ciclos de vida e a vivência da morte corpórea em si, entre outras formas de abordar esse fenômeno inevitável, o qual é a morte. Como resultado, ao longo do tempo, os seres humanos têm buscado negociar a mortalidade, na tentativa de mitigar a angústia existencial associada ao conhecimento, e simultaneamente à falta de conhecimento, sobre esse fenômeno (Chagas, 2018; Kovács, 1992).

A falta de conhecimento acerca da morte frequentemente dá origem a um sentimento de angústia que se manifesta como uma preocupação universal, afetando a todos os seres humanos em algum momento de suas vidas. O medo, no contexto da morte, não se revela como uma emoção simples e unidimensional, mas sim, como uma experiência multifacetada que abarca diversas dimensões. Estas dimensões, biológicas, psicológicas e sociais/culturais do medo, desempenham um papel essencial na forma que o ser lida emocionalmente diante da morte, se torna importante reconhecer que tais respostas não são apenas influenciadas por experiências individuais, mas também por fatores como cultura, religião e contexto social (Kovács, 1992).

A primeira dimensão refere-se às reações físicas e fisiológicas que ocorrem quando um indivíduo está diante de uma situação de medo, isso inclui a ativação do sistema nervoso, que desencadeia respostas como aumento da frequência cardíaca, sudorese e tensão muscular, tais

reações biológicas são inatas e têm o propósito de preparar o organismo para reagir a uma possível ameaça e proteger a si; a dimensão psicológica do medo envolve os aspectos emocionais associados, engloba pensamentos negativos, ansiedades, preocupações entorno da ameaça percebida, também percebe como o indivíduo interpreta e processa o medo em seu mundo interno, influenciando sua resposta emocional e seu comportamento (Kovács, 1992).

Em conclusão, temos a dimensão social e cultural do medo, onde se destaca a influência do contexto social, cultural e histórico na experiência do medo, seriam nossas crenças, valores, normas e práticas culturais que desempenham um papel fundamental na maneira como percebemos e respondemos ao medo, desenvolvendo assim uma atitude geral da sociedade em relação ao medo, particularmente o medo da morte, podendo moldar significativamente a maneira como a sociedade lida com essas questões (Kovács, 1992).

Cada sociedade possui próprias imagens da morte, moldadas por fatores culturais, históricos, religiosos e filosóficos. A morte é um fenômeno universal, inerente à experiência humana, portanto, é abordada de maneira distinta nas várias culturas e religiões ao redor do mundo, as imagens da morte e as interpretações associadas a esse evento variam significativamente, refletindo os valores, crenças e práticas de diferentes sociedades. Compreender essas representações da morte em diversas culturas e religiões se torna fundamental para uma apreciação mais profunda da diversidade cultural e para o desenvolvimento de uma abordagem sensível nas questões relacionadas à morte (Chagas, 2018; Kovács, 1992).

Nas culturas orientais, como a chinesa e a japonesa, a morte é frequentemente percebida de maneira diferente, possuem um olhar na ideia de continuidade e transformação. A morte é vista como parte natural do ciclo da vida, e a espiritualidade desempenha um papel significativo na compreensão da morte; já em muitas culturas indígenas ao redor do mundo, a morte é frequentemente vista como uma passagem para outro estado de existência, a morte é celebrada como parte do ciclo da natureza, e os rituais funerários muitas vezes enfatizam a conexão com a terra e a comunidade. A morte é vista como um momento de transição, não como um fim. (Ariès, 2012; Kovács, 1992).

No contexto cristão, a morte é frequentemente vista como uma transição para a vida após a morte, com ênfase na ressurreição e na vida eterna, acredita-se que a morte física não é o fim, mas o início de uma vida eterna na presença de Deus, tendo crença na esperança da ressurreição; no islamismo, a morte é percebida como uma passagem para a vida após a morte e um momento de prestação de contas diante de Deus, os muçulmanos acreditam na ressurreição dos mortos e no Dia do Juízo final, quando serão julgados com base em suas ações; no budismo,

a morte é entendida como parte do ciclo de renascimento, o objetivo é alcançar a liberação do ciclo de nascimento e morte, atingindo o nirvana, os rituais como a cremação e a recitação de sutras, visam beneficiar a alma do falecido e facilitar sua jornada para o próximo renascimento (Kovács, 1992).

Portanto, experimentar o medo da morte é uma reação normal, uma vez que temos conhecimento de sua existência, embora desconheçamos a experiência de morrer em si. A maneira como lidamos com esse medo é influenciada pelos diversos aspectos mencionados anteriormente. Na contemporaneidade, discutir sobre a morte muitas vezes é associado ao fracasso e à impotência, uma vez que tentamos constantemente negociar com ela, sem a possibilidade de superá-la. Assim, recorremos à estratégia de ocultar e negar sua inevitabilidade. Quando consideramos a influência do capitalismo na sociedade, observamos uma tendência à separação dos aspectos emocionais e coletivos da morte, promovendo a concepção da morte como um evento individual e solitário (Chagas, 2018).

4 AS IMPLICAÇÕES DO MEDO DA MORTE E SUAS REPRESENTAÇÕES NA RELAÇÃO DE FINITUDE

Como anteriormente abordado, as representações e o medo da morte exercem uma influência significativa na maneira de como nos relacionamos com a morte e com a nossa condição finita, principalmente na contemporaneidade, onde a morte muitas vezes é tratada de forma oculta. No entanto, se torna relevante considerar como essa abordagem contemporânea pode gerar dilemas na relação do ser humano com sua própria finitude.

Os seres humanos são caracterizados pela inerente mortalidade e pela consciência dessa condição. Contudo, constantemente, principalmente na configuração social atual, esforçam-se por suprimir essa informação de suas mentes, agindo sempre em direção a um amanhã que talvez nunca se concretize, ou seja, abruptamente interrompido, compreendendo que não é possível viver constantemente em uma contemplação obsessiva da morte e do morrer, deve-se reconhecer que negar sua existência a todo custo é algo que tem sido socialmente inculcado desde os primórdios da existência humana; nos mitos e contos, o homem desafia e busca vencer a morte, sempre em busca da imortalidade. Vale ressaltar que a concepção de imortalidade também é frequentemente distorcida, não sendo imaginada como um estado de velhice, cansaço e falta de vitalidade, mas sim almejada como sociedade pela eterna juventude (Chagas, 2018; Kovács, 1992).

A recusa da sociedade em reconhecer o processo de finitude e sua tendência em

distanciá-lo ao máximo possível são indicativos significativos dos sintomas que surgem quando nos confrontamos com a ideia de nossa própria morte. Embora busque-se incessantemente viver a vida e aproveitá-la ao máximo, alcançando metas futuras, sejam elas sociais ou materiais, ao lidar com a morte, muitas vezes parece que o indivíduo não está devidamente preparado ou não sabe como se comportar diante dela. Isso pode resultar em um estado de angústia e incerteza. A discussão da morte deveria ser algo comum e integrado ao cotidiano da sociedade. Afinal, ao longo da vida, enfrentamos inúmeras perdas (Pires, 2012; Kovács, 2005).

Com a entrada do século XX, a morte se torna cada vez mais presente nas vidas das pessoas, principalmente devido ao avanço das tecnologias. A televisão e as mídias sociais introduzem de forma rotineira imagens de morte, violência, acidentes e doenças, sem permitir uma reflexão adequada devido à aceleração das informações, tornando-se assim naturalizada; embora seja objeto de tabu, a morte torna-se uma presença diária, mesmo estando tão próximos (forma real ou simbólica) dessas representações da morte, mantém-se um acordo coletivo de silêncio. Crianças e adolescentes são expostos a essas imagens diariamente, ao mesmo tempo em que se procura "poupar" suas emoções para evitar o sofrimento (Ariès, 2012; Kovács, 2005).

Se torna comum os indivíduos evitarem pensar na própria morte, no entanto, essa evitação é um dos principais fatores que influenciam o comportamento humano. Está ligada à compreensão de que a vida é limitada, o que pode causar preocupações e ansiedade existencial. A ideia de morrer costuma ser vista como algo assustador, e as pessoas buscam maneiras de lidar com essa ansiedade. Como forma de lidar com a mesma, muitas pessoas recorrem a mecanismos de defesa psicológicos, especialmente a negação e a repressão. Esses mecanismos ajudam a evitar pensar diretamente na ideia da finitude da vida, aliviando assim a ansiedade que isso gera (Becker, 1973).

No entanto, é importante salientar que suprimir essa ansiedade pode levar a consequências psicológicas indesejadas. A ansiedade reprimida relacionada à morte frequentemente se manifesta de forma indireta, e esse suprimir de emoções pode contribuir para o desenvolvimento de problemas psicológicos, como neuroses, depressão e angústia existencial (Becker, 1973).

Ao recusar a existência da morte, também compromete na própria essência da natureza humana, isso implica na transformação do ser humano em um objeto ou na coisificação do homem, de acordo com a perspectiva de Maranhão (1996). Tal fenômeno está intrinsecamente relacionado ao surgimento do capitalismo, nos quais o indivíduo transita de sua condição de existência e humanidade para a de um mero instrumento de geração de capital (Combinato, 2006).

Como expressado por Sêneca (2021, p.24):

you live as if you were destined to live forever, no thought about your fragility enters your head, you pay no attention to how much time has passed. You waste time as if you had an unlimited supply, although that day that you grant to some person or thing may be your last. You have all the fears of the mortal and all the desires of the immortal.

É notável que, ao levar em consideração a importância de refletir sobre a morte, sobre a forma como o sujeito vive e experimenta sua existência, estamos desafiando o paradigma capitalista. Isso se deve ao fato de que, dentro desse modelo, o processo de adoecimento resulta na interrupção da produtividade do indivíduo, o que, por sua vez, gera um sentimento de vergonha associado à inatividade, levando à crença de que tal condição deve ser mantida em segredo perante a sociedade (Combinato, 2006; Han, 2010).

Recorde à memória e examine os momentos em que estabeleceu objetivos. Avalie quantos desses períodos transcorreram conforme o planejado, quando conseguiu desfrutar de momentos pessoais, quando manteve a expressão natural no rosto, quando sua mente permaneceu serena. Considere as realizações ao longo de sua vida, bem como quantas pessoas influenciaram sua existência sem que você percebesse as perdas resultantes. Pondere sobre o tempo desperdiçado em sentimentos improdutivos, como a tristeza sem motivo aparente, a alegria desprovida de sentido, a ganância desmedida e as distrações da sociedade. Isso levará a constatar que está encurtando a vida prematuramente (Sêneca, 2021).

A alienação e a deterioração da saúde mental surgem como consequências de uma condição na qual os indivíduos não conseguem plenamente compreender a dimensão temporal presente em suas vidas. A incapacidade de aproveitar o tempo disponível resulta em sentimentos de frustração quando confrontados com a inevitabilidade da morte. Isso ocorre porque a busca incessante pela acumulação de capital e produção em excesso tem, na contemporaneidade, ofuscado a apreciação dos aspectos mais sutis e gratificantes da existência (Sêneca, 2021; Combinato, 2006).

Dessa forma, a população que adota a perspectiva ocidental sobre a morte tende a direcionar sua vida predominantemente para aspectos materiais, não permitindo sequer um breve momento de reflexão para reconsiderar suas decisões. Muitas vezes, acredita-se de maneira inquestionável que a morte sempre permanecerá um evento futuro e distante da realidade, o que resulta em uma diminuição da atenção dada à manutenção da saúde física e mental do ser (Ariès, 2014).

5 A CONTRIBUIÇÃO DA PSICOLOGIA FRENTE A MORTE E O MORRER NA CONTEMPORANEIDADE.

A Psicologia desempenha um papel de relevância ao abordar a perspectiva da população ocidental em relação à sua própria mortalidade. Em uma sociedade em que há uma tendência à supressão de discussões acerca da morte, levando a que este tema seja muitas vezes considerado um tabu, a Psicologia desempenha um papel inverso, ao proporcionar um espaço propício para a comunicação aberta e a expressão das emoções associadas a esse tema, que frequentemente são estigmatizadas.

A importância de falar sobre essas questões reside no fato de que, como demonstrado anteriormente, a repressão dessas reflexões resulta na emergência de várias problemáticas de ordem psicológica e angústias existenciais para o indivíduo. Entretanto, é relevante observar que não há uma resposta definitiva nem um procedimento padrão para abordar essas situações, uma vez que o tema permanece de grande pertinência na sociedade contemporânea e por ser um processo que também possui caráter singular de pessoa para pessoa. Desse modo, discutiremos neste tópico como a prática psicológica pode influenciar na diminuição do sofrimento do indivíduo frente a morte e o morrer.

Ao pensar em tono do tabu estruturado da morte e do morrer, a educação sobre a morte surge como uma prática na qual se engaja, conforme definida por Kovács (2005), como a abordagem da "conspiração do silêncio". Esta conspiração refere-se à situação em que, embora as mortes estejam próximas ao convívio cotidiano, uma séria lacuna na comunicação ocorre. Uma abordagem eficaz para lidar com tais situações implica na promoção do diálogo e o aprofundamento da exploração dessas questões. A relevância de direcionar nossa atenção para o tema da morte está intrinsecamente ligada ao fato de que, ao discutir a morte estamos de fato, dialogando sobre a vida, e ao discutir a vida, a qualidade desta última é inevitavelmente reavaliada.

A ampliação do âmbito da educação sobre a morte se justifica pela importância de promover debates sobre esse tema em uma sociedade na qual convivem diferentes realidades relacionadas à morte: desde uma morte que é praticamente proibida de ser discutida, até a busca por uma maior humanização dos processos de morte, bem como a exposição diária da morte nos cotidianos das pessoas. Nos dias atuais, eventos e ocorrências frequentemente inundam a sociedade com imagens relacionadas à morte de indivíduos anônimos. Por um lado, essas mortes podem parecer distantes geograficamente, mas, por outro, podem se tornar próximas à

medida que se torna possível identificar esses indivíduos de acordo com características como idade e aparência, ou mesmo suas profissões, criando a sensação de proximidade (Kovács, 2005).

Portanto, no contexto da prática psicológica, é pertinente reconhecer o papel significativo que os profissionais da Psicologia desempenham ao abordar a educação para a morte. Os mesmos possuem capacidade de oferecer apoio emocional a indivíduos que enfrentam a iminência da própria morte, de entes queridos ou que estão vivenciando o processo de luto. Essa assistência compreende a normalização das reações emocionais diante da morte e a provisão de estratégias de enfrentamento apropriadas. Os profissionais de Psicologia possuem a responsabilidade de assistir na aquisição de habilidades de enfrentamento e resiliência, com o intuito de auxiliar as pessoas a enfrentar o estresse, ansiedade e medo associados à morte, incluindo a disseminação de técnicas de gerenciamento do estresse e práticas de autocuidado (Kovács, 2005; Neimeyer, 2016).

Outrossim, os psicólogos desempenham um papel central na promoção da compreensão e empatia em relação a diferentes abordagens na lida com a morte, contribuindo para a redução do estigma que frequentemente acompanha o processo de luto e a morte. Além disso, fomentam a facilitação de diálogos abertos e francos sobre a morte, estabelecendo um ambiente seguro e acolhedor no qual as pessoas podem expressar suas preocupações, medos e questionamentos relacionados a esse tema sensível (Kubler-Ross, 1969; Kovács, 2012; Gonçalves, 2016).

A Psicologia também pode desempenhar um papel central no processo de luto; embora seja uma experiência comum a todos, observa-se uma notável falta de compreensão em relação a esse tema. Isso reflete a falta de preparo humano para lidar com a morte e, por conseguinte, para enfrentar o processo de luto. As dificuldades que a nossa sociedade contemporânea enfrenta ao lidar com a perda e o processo de luto são, em grande parte, decorrentes de uma mentalidade que mantém a morte como um tema tabu (Gonçalves, 2016).

Logo, a atuação do profissional pode proporcionar apoio emocional, orientação e recursos terapêuticos para indivíduos que estão vivenciando este processo. Tendo em vista que o luto “normal” se configura como um fenômeno intrapsíquico desencadeado em decorrência da vivência da perda de um elemento ou simbolismo de significativa importância, ou de um ente querido. Apesar de ser uma experiência dolorosa, pois envolve a compreensão completa da ausência, o luto tem como objetivo representar e acomodar essa falta, tornando-se, portanto, um processo fundamental. Durante esse processo, o sujeito é profundamente afetado, uma vez que rompe os laços afetivos construídos com base no apego. A remoção do objeto de afeto tem impactos nas estruturas psicológicas, podendo abalar a sensação de segurança do indivíduo

enlutado e afetar outros aspectos psicológicos (Gonçalves, 2016).

Uma estratégia que pode ser mencionada como apoio ao processo de luto é a intervenção de aconselhamento para o luto, na qual um profissional de saúde mental desempenha um papel na prevenção do desenvolvimento do que é conhecido como "luto complicado" ou "luto agudo prolongado". Esse tipo de luto é caracterizado por sintomas que se manifestam com frequência e intensidade significativa, englobando ansiedades recorrentes, intensa dor emocional, angústia relacionada ao ente querido falecido e/ou às circunstâncias da morte, esforços excessivos para evitar a evocação de lembranças da perda, desafios significativos na aceitação da morte, sentimentos de solidão, um vazio emocional e a percepção de que a vida perde seu propósito ou significado na ausência da pessoa falecida (Worden, 2013; Júnior, G., 2005; Júnior; Barbosa, 2018).

Desta maneira, o papel do psicólogo consiste em auxiliar o indivíduo enlutado a atingir um estado de autonomia, permitindo-lhe retomar sua vida após a experiência de luto. É fundamental ressaltar que esse processo requer que a pessoa explore e processe todos os sentimentos associados à perda, evitando reprimir ou transformá-los em tabus. Nesse contexto, a abordagem de aconselhamento se baseia na ideia de que o enlutado deve cumprir uma série de tarefas específicas (Worden, 2013).

Enquanto o conceito de "fase" sugere uma passividade, implicando que a pessoa enlutada está em uma posição de espera, aguardando o término de um processo predeterminado, a abordagem centrada na ideia de "tarefa" está mais sintonizada com a noção de que o enlutado possui um papel ativo a desempenhar, e a capacidade de realizar ações concretas para lidar com o luto. Adicionalmente, essa teoria supõe que o processo de luto pode ser influenciado por intervenções externas. Em outras palavras, enquanto a perspectiva das fases pode levar o enlutado a perceber o luto como algo que deve superar passivamente, o modelo das tarefas pode proporcionar um senso de modificação e esperança, sugerindo que existem ações que a pessoa enlutada pode empreender ativamente para se adaptar à perda (Worden, 2013).

O processo de aconselhamento do luto, fundamentado nas teorias desenvolvidas por J. William Worden (2013), compreende quatro tarefas fundamentais destinadas a auxiliar indivíduos enlutados a enfrentar a perda de forma saudável e adaptativa; a primeira dessas tarefas seria a de "Aceitação da Realidade da Perda", nesse estágio, a finalidade é auxiliar o enlutado a reconhecer e aceitar de maneira completa a realidade da morte de seu ente querido, compreendendo de modo profundo que a pessoa faleceu e que essa perda é irreversível.

A segunda tarefa é a "Processamento da Dor do Luto", nesse contexto, possui o foco na expressão e compreensão das intensas emoções associadas à perda, como a tristeza profunda, a

raiva, o vazio emocional e a saudade avassaladora. O aconselhamento fornece um ambiente seguro e acolhedor no qual o indivíduo pode explorar e elaborar sentimentos complexos (Worden, 2013).

A terceira tarefa, denominada de "Adaptação a um Ambiente sem o Ente Querido", consiste em auxiliar o enlutado a ajustar-se à vida cotidiana sem a presença física do ente querido. Isso pode envolver a reorganização de papéis e responsabilidades, uma vez que as dinâmicas familiares e sociais frequentemente sofrem alterações após a perda; a última tarefa, conhecida como "Transferir Emocionalmente o Falecido e Prosseguir com a Vida", incentiva o enlutado a encontrar maneiras significativas de lembrar e homenagear o ente querido que faleceu, para isso, envolve-se a integração da relação com o falecido na história de vida do sujeito, assegurando que a memória do ente querido permaneça viva (Worden, 2013).

O processo de aconselhamento no luto visa orientar o enlutado na abordagem progressiva e individualizada de cada uma dessas tarefas, tendo em vista que não se trata de um processo linear. O sujeito pode transitar por outras fases e retomar fases anteriores, dependendo do seu próprio processo. É relevante destacar a atuação do psicólogo nesse contexto, uma vez que esse auxílio é proporcionado por meio do fornecimento de apoio emocional, do ensino de estratégias de enfrentamento, da exploração das complexas emoções associadas ao luto e da assistência prática na adaptação a uma nova realidade sem o ente querido (Worden, 2013).

Além das tarefas de luto, se torna importante reconhecer a presença de fatores complicadores, tais como mortes traumáticas, relacionamentos difíceis com o falecido e falta de apoio social, que pode necessitar de uma atenção especial durante o andamento das tarefas. O objetivo final do processo de aconselhamento do luto seria de permitir que o enlutado integre a perda em sua vida, e encontre um caminho para viver de maneira significativa, apesar da ausência do ente querido. Essa abordagem se torna central na atuação da Psicologia do luto, já que tem como propósito promover a saúde emocional e o bem-estar das pessoas que enfrentam o desafio do luto, gerando apoio e acolhimento das necessidades emocionais do sujeito durante o seu processo, visando evitar o desenvolvimento do chamado "luto complicado" (Worden, 2013).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, torna-se evidente que a morte na sociedade ocidental atual se configura como um tema a ser evitado e silenciado, resultando em vergonha e culpa diante de tais sentimentos. Esse fenômeno está intimamente relacionado à transformação social, histórica

e econômica da representação da morte na sociedade ocidental, influenciada pela perspectiva capitalista. O ser humano, sob essa influência, é tratado como um mero objeto de troca de valor e capital, perdendo sua essência e vivendo de maneira puramente operacional.

Isso, por sua vez, acarreta uma série de adversidades existenciais e sintomáticas, levando os indivíduos a um estado de angústia, ansiedade e medo em relação à própria morte, bem como à incapacidade de lidar com a morte dos outros, resultando em sofrimento iminente, uma vez que a morte é um aspecto existencial e ontológico fundamental.

Assim, foi possível analisar as contribuições da Psicologia para amenizar e auxiliar o sofrimento desses sujeitos diante desse silenciamento em relação à morte. Dado que se trata de um processo individual e atual, não existe uma abordagem única que funcione para todas as situações. A Psicologia desempenha um papel crucial na desmistificação da morte por meio da psicoeducação sobre a mesma, permitindo aos indivíduos refletir sobre seu modo de vida e como estão vivenciando esse processo, auxiliando a lembrar a essência do ser e a considerar questões para além da pura produção operacional.

Além disso, a Psicologia também pode contribuir para afirmar e criar um espaço para que as pessoas expressem seus sentimentos, ao passar pelo processo de luto, tendo em vista que reconhecer a morte dos outros também significa reconhecer a própria finitude. Portanto, os profissionais da área da Psicologia, desempenham um papel fundamental ao oferecer autonomia por meio da validação dos sentimentos dos indivíduos, e ao criar um ambiente seguro e acolhedor, permitindo que expressem suas perdas que frequentemente são silenciadas, já que o sujeito não pode sentir pois sempre deve produzir.

REFERÊNCIAS

ARIÈS, P. **Historia da Morte no Ocidente: da idade média aos nossos dias atuais**. Rio de Janeiro: 1.ed. Nova Fronteira, 2012.

ARIÈS, P. **O homem diante da morte**. 1.ed. São Paulo: Editora Unesp, 2014.

BARBOSA, L. **Idosos: perspectivas de cuidado**. 1. ed. - Rio de Janeiro: 2018.

BECKER, E. **A negação da morte**. 1. ed. Rio de Janeiro: Editora Record, 1973.

CAPUTO, R. F. O homem e suas representações sobre a morte e o morrer: um percurso histórico. **Revista Multidisciplina da Uniesp**, n° 06 - dez. 2008. Disponível em: https://uniesp.edu.br/sites/_biblioteca/revistas/20180403124306.pdf. Acesso em: 14 ago. 2023.

CHAGAS, J. **A morte e suas representações**. 1.ed. São Paulo: Paco Editorial, 2018.

COMBINATO, D. S.; QUEIROZ, M. DE S. Morte: uma visão psicossocial. **Estudos de Psicologia** (Natal), v. 11, n. 2, p. 209–216, maio 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/PfSWjx6JP7NQBWhcMBXmnyq/?lang=pt#> . Acesso em: 10 nov. 2023.

FLICK, U. **Introdução à Pesquisa Qualitativa**. 3.ed. Artmed Editora, 2008.

GIACOIA JÚNIOR, O. A visão da morte ao longo do tempo. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 38, n. 1, p. 13–19, 30 mar. 2005. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/418/419>. Acesso em: 14 set. 2023.

GOODMAN, W. **Positividade tóxica: como ser autêntico em um mundo obcecado pela felicidade**. 1. ed. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2022.

GONÇALVES, 2016. Estratégias de Enfrentamento de Luto. **Mudanças – Psicologia da Saúde**, 24 (1), jun. 2016. Disponível: <https://core.ac.uk/download/pdf/229060212.pdf>. Acesso em: 18 out. 2023.

HAN, B. **Sociedade do Cansaço**. 2. ed. Petrópolis: Vozes, 2010.

KOVÁCS, M. J. Educação para a morte. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 25, n. 3, p. 484–497, 2005. Disponível: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/SkwBgq7Xm8GLKJpQxmMMpDh/#>. Acesso em: 15 out. 2023.

KOVÁCS, M. J.. **Educadores e a morte**. **Psicologia Escolar e Educacional, SciELO**, v. 16, n. 1, p. 71–81, jan. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pee/a/gvYZXXFXmV89Jq66KmvcWJf/#>. Acesso em: 10 nov. 2023.

KOVÁCS, M. J. **Morte e Desenvolvimento Humano**. 1.ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1992.

KUBLER-ROSS, E. **Acolher a Morte**. 1. ed. Portugal: Estrela Polar, 1969. MARANHÃO,

J. L. S. M. **O que é Morte**. 1. ed. Brasília: Editora Primeiros Passos, 1999. NEYMEYER, R.

A. **Techniques of Grief Therapy**. New York: Routledge, 2016.

PINTO, L. F.; BAIA, Â. F. A representação da morte: desde o medo dos povos primitivos até a negação na atualidade. **REVISTA HUM@NAE**, v. 7, n. 1, 2013. Disponível em: <https://revistas.esuda.edu.br/index.php/humanae/article/view/74>. Acesso em: 15 out. 2023.

PIRES, H. J. **Educação para a Morte**. 1. ed. São Paulo: Editora Paideia, 2012.

SCHWARTZMAN, S. Pesquisa Acadêmica, Pesquisa Básica e Pesquisa Aplicada. **Cadernos da Fucamp**, v. 20 n. 43, 2021. Disponível em: http://www.schwartzman.org.br/simon/acad_ap.htm. Acesso em: 15 out. 2023.

SÊNECA, L. A. **Sobre a brevidade da vida**. 2. ed. Barueri: Camelot, 2021.

SOUSA, A. S. DE; OLIVEIRA, G. S. DE; ALVES, L. H. **A Pesquisa Bibliográfica: princípios e fundamentos**, v. 20, n. 43, 8 mar. 2021. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2336>. Acesso em: 18 out. 2023.

OLIVEIRA, M. F. Metodologia científica: um manual para a realização de pesquisas em Administração. **Catalão: Universidade Federal de Goiás**, 2011. 72 p. Disponível: https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/567/o/Manual_de_metodologia_cientifica_-_Prof_Maxwell.pdf. Acesso em: 15 out. 2023.

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