

FACULDADE JK MICHELANGELO

UNIÃO NACIONAL DE ANALISTAS
TRANSACIONAIS – UNAT – BRASIL

PÓS-GRADUAÇÃO EM ANÁLISE TRANSACIONAL

**ESTADOS DE EGO E A VIVÊNCIA DO LUTO:
CONTRIBUIÇÕES DA ANÁLISE TRANSACIONAL**

GABRIELA TAVARES DA SILVA

UBERLÂNDIA – MG

2015

GABRIELA TAVARES DA SILVA

**ESTADOS DE EGO E A VIVÊNCIA DO LUTO:
CONTRIBUIÇÕES DA ANÁLISE TRANSACIONAL**

Artigo de conclusão do curso apresentado à Faculdade JK/Michelangelo União Nacional de Analistas Transacionais - UNAT – Brasil como requisito parcial do curso de Pós-Graduação para obtenção do título de especialista em Análise Transacional.

Orientador: Mary Luce Mariano S. Melazzo

UBERLÂNDIA – MG

2015

ESTADOS DE EGO E A VIVÊNCIA DO LUTO: CONTRIBUIÇÕES DA ANÁLISE TRANSACIONAL

EGO STATES AND THE EXPERIENCE OF GRIEF: CONTRIBUTIONS FROM TRANSACTIONAL ANALYSIS

Gabriela Tavares da Silva
Faculdade JK/Michelangelo
UNAT – BRASIL – União Nacional de Analistas
Transacionais

Resumo

O luto é um tema importante para a Psicologia, por se tratar de um momento de fragilidade que pode favorecer o surgimento de doenças físicas ou psicológicas. Apesar disso, lidar com sua vivência na prática clínica ainda é um desafio e é bastante recorrente, considerando nossas formas culturais de encarar o processo, as relações individuais de cada um frente ao luto e as dificuldades inerentes a esta vivência. Desse modo, é importante que terapeutas busquem recursos para a compreensão e intervenção sobre o luto. O presente artigo tem por objetivo promover uma reflexão sobre os estágios do luto, conceitos de Kübler-Ross, a partir do conceito de Estados de Ego, da Análise Transacional. Para isso, promovemos uma reflexão teórica que busca identificar, para cada estágio do luto: o funcionamento de cada Estado de Ego, a distribuição de Catexia no sistema psíquico e alternativas de intervenção para o terapeuta trabalhando com o cliente em cada estágio. Nesta comparação, concluímos que, diante do luto, o Estado de Ego Criança geralmente está mais catexizado dentre os estágios. Diante disso, é importante a função do Estado de Ego Pai dos terapeutas, com o objetivo de acolher e proteger o cliente. Além disso, o Adulto em equilíbrio para que, assim, auxiliem o cliente a fortalecer o seu próprio Adulto, de forma a assumir as consequências da situação vivenciada.

Palavras-chave: Luto. Estados do Ego. Psicoterapia. Análise Transacional.

Abstract

Grief is an important theme for Psychology because it refers to a moment of fragility that may favor the development of both physical and psychological illnesses. In spite of this importance, dealing with the experience of grief in clinical practices is still a recurrent challenge, considering our cultural forms of facing the process, each person's unique ways of dealing with grief, and the inherent difficulties of this experience. It is thus important for therapists to seek resources for both understanding, and intervening on grief. This article aims to promote a reflection about the stages of grief (concepts proposed by Kübler-Ross) from the standpoint of the concept of Ego States, coming from Transactional Analysis theory. To accomplish these aims, we promote a theoretical reflection that seeks to identify, in relation to each stage of grief: the functioning of each Ego State, the distribution of Cathexis in the psychic system, and alternatives of intervention for a therapist who is working with clients in each stage. By

means of this comparison, we conclude that the Child Ego State typically holds more cathexis throughout the stages of grief. Facing this conclusion, the function of the therapist's Parent Ego State is important because it can harbor and protect the client. Furthermore, the therapist's Adult Ego State need to be balanced in order to strengthen the client's own Adult, thus being able to face the consequences of the situation he or she is experiencing.

Key-Words: Grief. Ego States. Psychotherapy. Transactional Analysis.

Vivenciar o luto é um processo inevitável na existência humana, seja pela morte de pessoas queridas ou quaisquer outros processos que envolvam reações às perdas, como uma separação, pela perda do status social ou profissional, ou pela amputação de alguma parte do corpo. Ocorre que, geralmente, as pessoas ainda encontram dificuldades para lidar com essas situações. Para a Psicologia, o luto é um tema importante porque, especificamente, pode gerar mudanças na vida de uma pessoa, mudanças materiais, sociais, emocionais, o que pode favorecer o surgimento de doenças físicas e/ou psicológicas (PARKES, 1996).

Questões associadas ao luto são recorrentes; lidar com elas na prática clínica em Psicologia ainda é um desafio, considerando nossas formas culturais de encarar o processo, as relações individuais de cada um frente ao luto e as dificuldades inerentes a esta vivência. Diversas perspectivas explicam e trabalham com o luto. De acordo com Hennezel e Leloup (1999), é importante e de grande valia uma cautela sobre a temática do luto. Seria considerável para o ser humano entrar cada vez mais em contato com o luto, pois variadas situações da vida levam a enfrentar essas questões essenciais; assim, gerando uma quebra de crenças e ressignificando maneiras de que se "viva" naturalmente esse processo.

Kübler-Ross (1998), uma psiquiatra que nasceu na Suíça, pioneira nos estudos em hospitais com pacientes em estado terminal, elaborou uma teoria baseada em suas experiências de vivência do luto junto aos pacientes. Desde então, sua teoria teve grande influência nos entendimentos tanto profissionais, quanto das pessoas em geral, a respeito da vivência do processo do luto. De acordo com esta autora, o luto é vivenciado em cinco estágios sequenciais. O primeiro estágio é Negação e Isolamento, é o choque da notícia, o primeiro impacto do luto, o momento em que parece impossível o que está acontecendo, e não somos capazes de acreditar que a perda seja real. O segundo estágio Raiva, esta geralmente está associada à pergunta: "Por que a mim?", se questionando e se revoltando com qualquer situação ou algo que venha no sentido de conforto. A raiva

geralmente dificulta o contato com os outros e com o ambiente. O terceiro estágio, a Barganha, a pessoa tende a procurar estratégias de negociações, geralmente realizadas com entidades divinas, como uma promessa, um sacrifício, ou orações, talvez até em segredo. Estas negociações visam a uma barganha com uma ou outra entidade, como se algum tipo de sacrifício pudesse trazer de volta aquilo que foi perdido e pelo qual se está vivenciando o luto. O quarto estágio é a Depressão, este estágio aparece quando o indivíduo começa a tomar consciência de que o luto é inevitável e incontornável. Percebe que nunca mais irá ver aquela pessoa (ou coisa) e, com o desaparecimento dela, afunda no desespero. Entra em contato com a dor de entender que não há como escapar à perda. O quinto estágio, a Aceitação, a pessoa já não experimenta o desespero e não nega sua realidade, se prontifica a enfrentar a situação com consciência das suas possibilidades e limitações, as emoções não estão mais tão à flor da pele.

Para Kübler-Ross (1998), nem todas as pessoas passam por estes estágios, e algumas podem passar por eles em sequência diferente, oscilando entre a raiva e a depressão, ou mesmo sentindo ambas ao mesmo tempo. A Psicologia reconhece a importância de vivenciar os lutos desde a infância, para dar-se conta do que a vida tem a oferecer. Entende-se que esta vivência nos prepara para quaisquer outros tipos de situação de dor a que, possivelmente, estamos sujeitos a vivenciar.

Da mesma maneira que passamos mais de vinte anos no ambiente escolar nos preparando para a vida social, deveríamos também nos preparar para o fim de nossa existência, envolvendo comunicação, relacionamentos, perdas e situações-limite que podem ocorrer em nossas vidas (KOVACS, 2005). A partir destes desafios na prática clínica, é preciso que os terapeutas busquem recursos para a compreensão do luto e possíveis intervenções junto a clientes que o estejam vivenciando.

Em psicoterapia, a teoria da Análise Transacional oferece conceitos que levam ao autoconhecimento e aumento da Autonomia das pessoas, a partir da ideia de que a tomada de consciência sobre o próprio funcionamento psíquico, de seus comportamentos e emoções, é o ponto primordial para uma terapia eficaz e objetiva (SHLEGEL, 1998). Com isso, o objetivo é promover uma reflexão sobre os estágios do luto a partir do conceito de Estados de Ego, da Análise Transacional. Para isso, promovemos uma reflexão teórica que busca identificar, para cada estágio do luto: a) o funcionamento de cada Estado de Ego; b) a distribuição de Catexia no sistema psíquico; e c) alternativas de intervenção para o terapeuta trabalhando com o cliente em cada estágio. Baseado nesta compreensão sobre o luto, o interesse é o trabalho psicológico

com pessoas vivenciando estes processos, especialmente considerando-os à luz da teoria da Análise Transacional, com o conceito de Estados de Ego. A fim de promover esta reflexão teórica, exploramos a seguir a Estrutura da Personalidade de acordo com esta teoria para, então, refletirmos sobre o funcionamento de cada Estado de Ego diante das fases do luto propostas por Kübler-Ross.

ANÁLISE TRANSACIONAL

Em meados do século XX, somente uma pequena porcentagem da população tinha acesso a serviços psicológicos. Neste contexto, Eric Berne foi um psiquiatra e psicanalista canadense preocupado com que as ciências sociais chegassem ao alcance de uma parcela mais ampla e diversa da população. Tinha como objetivo promover o desenvolvimento da capacidade das pessoas fazerem-se responsáveis e decidirem sobre seu próprio futuro. A partir de insatisfações com a teoria e técnica psicanalítica, e preocupado com o alcance social das teorias psicológicas, Berne rompeu com a Psicanálise e lançou-se ao estudo da psique humana a partir de seus próprios pressupostos, muito influenciados por sua teoria anterior, mas também por outras, como a Psicoterapia Cognitiva e a Gestalt-terapia (SHLEGEL, 1998). Assim, surgiu a Análise Transacional (AT), uma teoria da psicologia individual e social, interessada em analisar as trocas de Estímulos e Respostas, as chamadas Transações, entre os indivíduos, apresentando um conjunto de técnicas de mudanças comportamentais (BERNE, 1988).

Dentre os principais conceitos da AT, os Estados de Ego (EE) têm destaque por ser a base estruturante dos demais conceitos e, de uma ou outra forma, articularem-nos uns aos outros. De acordo com Berne (1985, p.17)

Estado de Ego pode ser descrito fenomenologicamente como um sistema coerente de sentimentos relacionados a um dado sujeito e operacionalmente como um conjunto de padrões coerentes de comportamento; ou, ainda, do ponto de vista pragmático, como um sistema de sentimentos que motiva um conjunto de padrões de comportamento afins.

A Estrutura da Personalidade de cada indivíduo é composta por três Órgãos Psíquicos, Exteropsique, Neopsique, Arqueopsique, que, basicamente, se manifestam como os Estados de Ego Pai, Adulto e Criança.

O Estado de Ego Pai consta de todos os registros de normas, valores, preconceitos e modelos de conduta. É um conceito de vida aprendido, um conjunto de comportamentos, sentimentos e pensamentos copiados de fontes exteriores (por isso o

termo Exteropsique), gravado da forma que foi observado, interpretado e registrado pelo indivíduo. Neste Estado, a pessoa sente, pensa, age, fala e reage como um de seus progenitores, familiares ou outras figuras parentais que, de alguma maneira, representam modelos e figuras de autoridade ou tiveram um papel significativo, principalmente nos primeiros anos de vida. Este Estado de Ego é a parte da personalidade que informa ao indivíduo o que ele *deve* fazer, seu senso de obrigação moral. Algumas frases parentais, tipicamente associadas ao Estado de Ego Pai são “Isto está completamente errado!”, “Não desanime; na próxima vez fará melhor!”, “Não se pode mais confiar nas pessoas.”, “A culpa é sua, nunca faz nada direito!”, “Na minha opinião, você agiu mal.”, “Eu confio na sua capacidade de realizar esse trabalho.”, “Não dirija o carro após tomar bebidas alcoólicas.”, “Atenção que o chão está escorregadio.” (KRAUSZ, 2012).

O Estado de Ego Adulto é um depósito de informações reais, do pensamento lógico e analítico do aqui e agora. Trata-se de um conjunto autônomo de sentimentos, atitudes e padrões de comportamento adequados à realidade. Um conceito de vida raciocinado que recebe informações de fora e de dentro, coleta de forma neutra, analisa seu meio ambiente objetivamente, calculando suas possibilidades baseado em experiências passadas e toma decisões. O Estado de Ego Adulto anuncia o que se *convém* fazer. Segue alguns exemplos de frases provenientes do Estado de Ego Adulto: “São oito horas da noite.”, “A reunião está marcada para às 16 horas de amanhã.”, “Neste momento a temperatura da sala é de 23 graus centígrados.”, “Que dia é hoje?”, “Qual o preço desta gravata?”, “Retirei estes dados da revista “X”” (KRAUSZ, 2012).

O Estado de Ego Criança é um conjunto de sentimentos, atitudes e padrões de comportamento que são relíquias da infância do próprio indivíduo. Este Estado de Ego está ligado aos sentimentos de vida, espontâneo e autêntico da personalidade. É o primeiro Estado de Ego a existir, por se tratar da parte mais primitiva e básica da personalidade, sendo assim, componente biológico da personalidade. Este anuncia o que *gostamos* de fazer. Exemplos de frases características do Estado de Ego Criança são “Adoro sorvete de chocolate!”, “Não vou porque o chefe não me deixa sair mais cedo.”, “Telefone a hora que eu bem entender.”, “Vou pedir quando o chefe estiver de bom humor.”, “Se você precisar, eu fico até mais tarde pra terminar o trabalho.”, “Este cheirinho de pizza está me deixando com uma fome!”, “Não fico depois do expediente nem morto.”, “Não sei bem o que é, mas tenho a sensação de que aconteceu alguma coisa errada aqui.” (KRAUSZ, 2012).

A personalidade de uma pessoa é formada por esses três Estados de Ego, com todos seus conteúdos e comportamentos; seu funcionamento está relacionado à distribuição da Energia Psíquica entre eles. A esta Energia Psíquica, Berne (1985) chamou de Catexia. Segundo ele, cada pessoa tem uma quantidade determinada de Catexia, que circula entre os Estados de Ego. Dessa forma, um Estado de Ego com mais catexia em um dado momento significa, necessariamente, que os outros dois estão menos energizados. O Estado de Ego mais catexizado detém o Poder Executivo ou de Comando da personalidade em um determinado momento. Por exemplo, diante a vivência de uma grande emoção como a raiva, a Catexia pode estar mais concentrada no Estado de Ego Criança, que fica responsável pelo funcionamento psíquico naquele momento. Entretanto, a quantidade de Catexia que flui para o Estado do Ego Pai pode ser suficiente para ativar pensamentos de moral e dever como “você não deve extravasar sua raiva tão ferozmente”. Dessa forma, haveria uma redistribuição da Catexia, que fluiria também para Pai e, conseqüentemente, para o Adulto, que redistribuiriam o controle da situação. Esta distribuição pode ocorrer de forma consciente ou inconsciente, mas é importante compreendê-la, pois ela determina a forma como uma pessoa vive algumas situações. Dentre essas situações, destaca-se, para o nosso estudo, a vivência dos estágios do luto.

ESTÁGIOS DO LUTO, ESTADOS DO EGO E DISTRIBUIÇÃO DE CATEXIA

Tomamos os estágios do luto propostos por Kübler-Ross (1998) como eixo para uma reflexão sobre como a Análise Transacional pode contribuir para a compreensão desta vivência, bem como, com intervenções no sentido de torná-la mais confortável para os clientes que buscam ajuda em psicoterapia.

A Negação, sendo o primeiro estágio do luto, o choque da notícia, o momento em que a situação parece impossível, muito difícil de acreditar na realidade dos fatos. Este estágio é vivenciado nos primeiros momentos ou logo após a constatação da perda. A pessoa necessita de um tempo de adequação da real situação na qual se encontra. Nessa fase, pode estar sem direcionamento, negando-se a entrar em contato pleno com a realidade de sua perda enquanto não existir uma evidência ou comprovação daquela notícia. Por exemplo, se recebe o diagnóstico de uma doença, a tendência é investigar a fundo antes de “acreditar”, talvez procurar erros em exames ou erros na própria conclusão do profissional. Outro exemplo pode ser encontrado diante da perda de um

ente querido, que pode levar a um movimento de isolamento e incredulidade, até que se encontre em um velório. Neste estágio, nota-se o EE Criança em evidência, pois não permite acreditar ou mesmo ouvir tal notícia ou situação, como se tapasse os ouvidos e se desligasse da verdade, entra em sua própria fantasia.

Automaticamente, pode dialogar com influências do EE Pai, pois a negação entra numa questão também “protetora” da estrutura psíquica, no sentido de um aviso como “não entre em contato com o sentimento, vai doer, machuca”. Este aviso permite que a pessoa, de certa forma, se mantenha firme e no controle enquanto uma notícia difícil de lidar, tal como uma perda importante, não pode ser vivida plenamente com verdade pela Criança e pelo Adulto. A princípio, o Adulto se mantém em menos Catexia, diante de uma Criança incapaz de lidar com o que poderia sentir e de um Pai que julga ser melhor afastar-se da vivência naquele momento. Porém, a pouca Energia Psíquica localizada no Adulto faz com que ele apareça mais no processo de providenciar dados e informações de provas do que está realmente acontecendo, de procurar erros e enganações dos outros. Nesse caso, geralmente, o terapeuta pode utilizar seu EE Pai, no acolher, compreender até que o cliente processe essa dor, notando junto com o mesmo as consequências e o que será enfrentado de agora em diante, para que o cliente comece a entrar em contato com o mundo real e fortalecer o Adulto.

No estágio do luto caracterizado pela Raiva, a pessoa está completamente indignada, questionando e se revoltando com qualquer situação. É comum que a pessoa faça perguntas como: “Por que a mim?”, “Por que não poderia ter sido ele?”, “Por que eu que sou tão bom?”, “O que eu fiz pra merecer isso?”. Assim, a pessoa cria uma barreira e dificulta o contato com os outros e com o ambiente. Nesse caso, Kübler-Ross associa a raiva como uma fase. Nesse caso, o cliente talvez não encontre raízes de tamanha emoção, ou o que é preciso fazer com ela. Nesse momento, busca-se um ou mais culpados, como, por exemplo, médicos, enfermeiros, pessoas envolvidas na situação, gerando experiências desagradáveis, talvez até envolvendo a agressividade física ou verbal. No EE Criança, pode estar em evidência demonstrando características como o excesso de raiva, e sentimentos relacionados a essa emoção, como a revolta, indignação, agressividade, egoísmo e rebeldia. No EE Pai pode ser os conflitos com egoísmo e agressividade, intercalando com os questionamentos, “Por que eu que sou tão bom?”. O Adulto pode-se referir aos questionamentos gerais, com necessidade de uma resposta ou uma resolução final.

O mais adequado ao terapeuta nessa situação é permitir que o cliente vivencie a Emoção que a situação provoca, auxiliando-o a encontrar meios de externalizar essas Emoções e Sentimentos, para que, no Adulto, possa zelar por sua integridade física e emocional. Assim, o terapeuta pode utilizar o EE Pai, pois o cliente necessita de alguém para oferecer Proteção e Permissão para vivenciar esse sentimento, sem abalar a própria integridade, bem como a dos outros envolvidos.

Na Barganha, há uma tendência das pessoas neste estágio isolarem-se, de forma que ele é menos conhecido e visível. Ele acontece mais em segredo, quando a pessoa tenta negociações, geralmente com entidades divinas, uma promessa, um sacrifício ou orações. A pessoa que está vivenciando o luto pode acreditar que a barganha é uma estratégia melhor para lidar com o problema, entendendo que, se possivelmente a perda não se resolveu por meio da raiva, talvez, pedindo com calma, deva conseguir um resultado. Este movimento é o mesmo feito por crianças, quando começam a entender que, às vezes, exigências feitas com raiva não são atendidas, porém, pedidos de “por favor”, feitos com educação, são realizados (KÜBLER-ROSS, 1998).

Esta semelhança com o movimento de uma criança evidencia que o Estado de Ego Criança pode estar mais catexizado, implorando por uma solução, ainda irreal, para seu problema. Contudo, a Catexia agora também começa a circular no Adulto, que oferece algo seu com o objetivo de ter um retorno. E no Estado de Ego Pai também pode fluir, especialmente a partir de um sentimento de culpa, como se algo pudesse ter sido feito de antemão para evitar a perda e seu conseqüente luto. Por exemplo, o EE Pai pode dizer que, “talvez, por não ter sido tão assíduo na igreja o quanto deveria, agora eu tenha tido esta perda. Quem sabe se eu for agora, então, isso não possa se reverter?”, sendo assim o EE Criança sofre influências do EE Pai.

Para o terapeuta trabalhando com um cliente nesse estágio do luto, é importante estimular o EE Adulto desse cliente, tomando consciência que uma coisa não se relaciona com a outra, e assim, para que ele tome caminhos e lide com as conseqüências de suas atitudes ciente da situação. No exemplo, isso significaria auxiliar o Adulto do cliente a entender que, se realmente é importante para ele manter uma maior frequência na igreja e ele ficará bem assim, tudo bem. Caso contrário, vinda numa ordem de EE Pai tornando obrigação, não seria ideal um apoio a esse movimento.

Na Depressão, a própria expressão que qualifica este estágio do luto explica o estado de profunda tristeza, desespero e desistência, na qual o indivíduo começa a tomar consciência de que o luto é inevitável. Nesse processo, pode ser que, inicialmente o EE

Adulto flui mais no comando, exercendo certa avaliação adequada da realidade na qual a pessoa entende que nunca mais terá acesso àquela pessoa ou coisa que perdeu. Este choque de realidade, promovido pela catexização do Adulto, faz com que o indivíduo finalmente entre em contato com a dor da perda. Porém, ainda assim EE Adulto e EE Pai estão menos energizados, pois geralmente a pessoa que se encontra nessa fase, demonstra dificuldades de manter suas próprias necessidades básicas, como alimentação, banho, medicamentos, tomar decisões importantes e de arcar com as consequências. Tal situação, por sua vez, nota-se a circulação da Catexia para o Estado de Ego Criança, que deixa ser levada a uma profunda tristeza e, possivelmente, desistência da vida. Tal vivência forte de Emoções pode gerar novas fantasias, tal como o entendimento de que nada pode tirar a pessoa deste lugar, popularmente chamado de “entregar os pontos” ou “deixar a tristeza falar mais alto”. De certa forma, o indivíduo sente-se mal, isolado, apenas enxergando o lado negativo da vida, carregado de poucas palavras, estimulando a pena das pessoas ao seu redor que, por sua vez, tendem a tentar animá-lo e não deixar entrar em contato com essa dor.

O terapeuta pode inicialmente proteger o cliente, oferecendo cuidados e acolhendo-o, fortalecendo uma relação terapeuta-cliente, na qual o cliente se sinta seguro e acolhido. Logo, a utilização do EE Adulto para permitir que o cliente vivencie suas dores, ao mesmo tempo em que mantenha condições de Autonomia. Cada ser humano tem seu próprio tempo, porém é extremamente importante trabalhar com esse cliente para que não perca o zelo consigo mesmo, que cuide de sua saúde e das necessidades básicas de corpo e mente.

Na Aceitação, as Emoções se encontram mais em equilíbrio, são permissivas, de modo que o desespero já não cabe mais e vivenciar com mais tranquilidade. Também a negação da realidade diminui aos poucos, como se cansasse de batalhar contra a situação. De certa forma, o indivíduo enlutado já começa a procurar o sentido de tudo estar acontecendo dessa maneira, que talvez seja o melhor para aquela determinada situação, certo olhar para o positivo da causa do luto. Nesse estágio, é possível circular Catexia no EE Adulto e EE Pai, encontrando certa harmonia entre si; de uma maneira que eles prontificam-se a enfrentar a situação com consciência das suas possibilidades e limitações, assumindo e arcando com as consequências geradas.

O EE Criança, trabalhando a espontaneidade dos seus sentimentos, no processo de compreensão com o momento e os limites, vivencia um movimento de paz, mas não de felicidade. Com relação aos demais estágios, a aceitação convém de uma situação

mais tranquila. Nesse momento, o terapeuta reconhece todo processo de crescimento desse cliente, de superação, enxergando o cliente como vencedor do seu próprio processo e buscando fortalecê-lo no sentido de criar os passos seguintes para continuar em uma vida que contemple a perda de algo importante como uma parte nova de seu ser. Levando em consideração a particularidade de cada processo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Viver um luto é um processo doloroso que exige das pessoas muita energia e trabalho. Percebendo as demandas com a temática do luto, é preciso que os terapeutas busquem recursos para sua compreensão e possíveis intervenções junto a clientes que estejam vivenciando. Nesse caso, o principal objetivo está em ajudar o cliente a responder à pergunta: “Como me relacionar com essa falta?”.

De acordo com o que foi descrito nesse trabalho, diante do luto, percebemos ação de todos os Estados de Ego, e geralmente encontrando-se em maior evidência no EE Criança, de acordo com os estudos relatados nesse artigo. Diante disso, é importante que os terapeutas utilizem seu próprio EE Pai, com o objetivo de acolher e proteger o cliente e também, cumprindo Contratos. E assim, também pode ser mais adequado o fortalecimento do EE Adulto para que, assim, ajudem o cliente a fortalecer o seu próprio Adulto, de forma a assumir as consequências da situação vivenciada. Com esse artigo, esperamos contribuir para os terapeutas atuando com a Análise Transacional junto a situações de luto na clínica.

Foi proposto explicações sobre um possível funcionamento dos Estados de Ego dos clientes em cada estágio de luto, bem como explícito, de que tipos de relações são importantes para uma terapia eficiente do luto. Para isso, demonstramos a importância de reconhecer as particularidades do processo de cada ser humano, a fim de estar presente junto ao cliente para que, em seu próprio tempo, possa recuperar sua motivação de viver, sua energia, e vontade de investir em sua própria vida.

Referências

KUBLER-ROSS, Elisabeth. *Sobre a morte e o morrer*. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

PARKES, Colin M. *Luto: estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus, 1998.

BERNE, Eric. *Análise Transacional em Psicoterapia*. São Paulo: Summus, 1985.

BERNE, Eric. *O que você diz depois de dizer olá?* São Paulo: Nobel, 1988.

KERTÉSZ, Roberto. *Análise Transacional ao vivo*. São Paulo: Summus, 1987.

SCHLEGEL, Leonhard. *O que é Análise Transacional*. *Revista Brasileira de Análise Transacional*, ano 7, n. 1, jun. 1997, ano 8, n. 1, jun. 1998.

HENNEZEL, Marie de; LELOUP, Jean-Yves. *A Arte de morrer*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999.

KRAUSZ, Rosa R. *Trabalhabilidade*. São Paulo: Scorteccei, 2012.

KOVÁCS, Maria J. *Educação para a Morte. Temas e Reflexões*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.