

Protocolo para o Tratamento do Luto

Capítulo 9 (Shapiro, 2002)

Vivenciar o luto é um processo humano normal. No entanto, o luto mal-resolvido ou congelado devido à natureza traumática da perda pode inibir a resolução adaptativa.

O trauma da perda pode resultar de muitos momentos, situações e memórias que ficam armazenadas de forma disfuncional. Quando a perda é disparada, a pessoa vivencia angústia e dor que podem interferir com assimilação e acomodação das memórias. A perturbação da perda pode prevenir o acesso de outras redes de memória, restringindo o acesso a recordações positivas do ente querido, impedindo de serem experienciadas e sentidas.

Utilizar a terapia EMDR para descongelar os aspectos congelados da perda pode ajudar a desbloquear o processo normal do luto. É importante notar que a terapia EMDR não vai eliminar aquela parte do luto que seja normal, saudável e apropriada.

➤ *Paradigma do terapeuta*

É tarefa do terapeuta decidir qual a intensidade ou duração do sofrimento que um paciente deve ter?

➤ *Paradigma e crenças do cliente*

“Preciso sofrer para não me esquecer do que aconteceu”.

“Preciso sofrer para não me esquecer dos meus entes queridos”.

“Preciso sofrer para mostrar o tanto que eu amava o ente querido”.

➤ *Processar as lembranças traumáticas:*

Se for recente (menos de 6-8 meses), processar como vídeo. Se for mais antigo, utilizar o protocolo clássico. Reprocessar:

Momento da notícia, velório, enterro, imagens, momentos mais significativos, momentos felizes.

Outros Alvos Possíveis:

Os eventos traumáticos que levaram à perda.

Imagens intrusivas

Pesadelos

Disparadores atuais

Questões de responsabilidade pessoal, segurança, mortalidade, ou perdas anteriores não/mal-resolvidas

Despedida. Às vezes a pessoa não teve a chance de se despedir de quem partiu. Imaginar essa conversa como vídeo/projeção utilizando MBs.

➤ *Considerações Importantes:*

O que o cliente terá que soltar? Consegue soltar? O que precisa segurar?

Do que tem medo de perder? (por exemplo, a lembrança da pessoa que faleceu, a importância de honrar os mortos, etc.)

O que o cliente ainda precisa dizer para quem partiu?

O que o falecido diria para o cliente?

O cliente tem lembranças positivas dos eventos?

Quais são as resistências apoiando o fracasso em progredir com o luto (ex. sobrecarga de trauma, culpa em relação a sentimentos hostis no passado, dependência do ente querido – “como posso sobreviver sem essa pessoa?”

➤ *Entrelaçamento cognitivo.*

O que será que o falecido iria querer para o cliente?

O que será que o cliente iria querer para a pessoa falecida, caso a situação fosse ao contrário?

