HISTÓRIAS QUE CURAM: o processo de ressignificação do luto em adultos intermediários

Diogo Soares Menezes Samia[1]

Lorena Fleury de Moura[2]

RESUMO

O processo de individuação na fase adulta intermediária configura-se como um período de profunda transição psíquica no qual o indivíduo é convocado a integrar aspectos negligenciados da própria personalidade e a reavaliar suas prioridades existenciais. Nesta etapa da vida, a busca pela totalidade do "Self" frequentemente exige o rompimento com papéis sociais rígidos que silenciaram desejos autênticos. O luto, nesse contexto, deixa de ser apenas uma experiência de perda para tornar-se o motor do processo de individuação, no qual o desmantelamento das antigas estruturas do "eu" permite a emergência de uma identidade mais autêntica. O objetivo deste trabalho foi analisar essa transição por meio de uma entrevista qualitativa com uma mulher de 50 anos que vivenciou lutos sucessivos. A metodologia envolveu entrevista via Google Meet. O relato evidenciou que a trajetória da entrevistada, antes marcada pela omissão de si em prol da família, transformou-se após a perda da filha. Ao criar um grupo de acolhimento para mães enlutadas, ela realizou, pela primeira vez, um projeto motivado por desejo pessoal, despertando resiliência e empatia. Sua história indica que a ressignificação do sofrimento através do serviço ao próximo foi o caminho para a superação. Conclui-se que o enfrentamento do luto possibilitou um renascimento pessoal e a descoberta de qualidades desconhecidas, consolidando a individuação através do amor e da coragem de dar voz às próprias vontades na maturidade.

Palavras-chave: Adulto intermediário; Empatia; Luto; Resiliência; Ressignificação.

1 Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia

2 Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia. Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás -PUC GO (2018)