



## **A Necessidade do trabalho com sobreviventes de suicídio de pessoas próximas**

Ana Ferrara, 2006

(Subsídios para a Estratégia Nacional de Prevenção do Suicídio, Portaria No1.876, de 14 de agosto de 2006-Ministério da Saúde).

A morte de pessoas próximas e queridas faz parte da vida de todos nós. Mesmo assim, por mais que se tenha lidado com diversas perdas ao longo da existência, a morte exige que se lide com mudanças e sentimentos sempre muito difíceis. A tristeza profunda, a dor da perda, arrependimentos, questionamentos a respeito da relação com quem morreu, a ansiedade decorrente da necessidade de reorganização do grupo familiar ou social fazem parte do que pode ser chamado de **luto**.

É impossível não sofrer. Mas, de maneira geral, no final desse processo a vida retoma seu caminho e novos investimentos, novos vínculos, novos projetos vão sendo criados.

No entanto, o processo de luto depois do suicídio de alguém próximo tem características próprias que o tornam mais difícil de atravessar, de elaborar.

Os mesmos sentimentos que surgem em qualquer perda por morte aparecem acrescidos de vergonha, raiva e sentimentos de estigmatização. É comum cada um se perguntar se aquele suicídio poderia ter sido evitado, impedido.

As pessoas envolvidas, em vez de se aproximarem para falar de quem morreu, lembrar histórias, chorar juntas e se apoiar, como costuma ocorrer nessas ocasiões, se retraem e passam até a evitar o contato entre si. Não falam no assunto em seu meio social e tentam, cada um por si, dar conta de sua dor e suas perguntas. A vergonha, o embaraço, a estigmatização podem impedir que um sobrevivente procure ajuda, apoio, atendimento.

Desse modo, o risco de que o suicídio de um próximo se torne um segredo é bastante grande. A situação não pode ser recordada, conversada, chorada. Mas isso não significa que ela desapareça. Ao contrário, sua existência passa a se manifestar de maneiras “estranhas”, entre elas o suicídio de outros integrantes da família ou grupo social numa perspectiva de transmissão psíquica, inclusive em gerações posteriores.

**Desse modo, a Estratégia Nacional de Prevenção do Suicídio tem como mais um de seus objetivos criar um serviço de acolhimento \* e atenção aos sobreviventes, dada a relevância e a especificidade da situação.**

As características da situação aqui abordada levam a que se proponha que esse atendimento seja baseado nas seguintes premissas:

- que tenha como **foco** privilegiado familiares, amigos e colegas de alguém que se mata, com especial atenção para crianças e adolescentes envolvidos. Estes últimos vivenciam mais intensamente os sentimentos de culpa e de ter sido abandonados. Assegurar suporte cuidadoso para esse grupo é fundamental para que possam elaborar seus sentimentos, inclusive o de ser “causador” daquela morte;
- que seja **ativo** na identificação desses sobreviventes, uma vez que já se sabe que, mesmo reconhecendo a necessidade de apoio, a tendência dessas pessoas é não buscar atendimento;
- que seja realizado em **grupo**, procurando restaurar ou reforçar vínculos entre os sobreviventes, contribuindo para a constituição de novas redes de apoio social. O grupo pode ser continente dos sentimentos contraditórios e perturbadores que surgem nesta situação, proporcionando um ambiente em que eles possam ser vivenciados e falados, gerando elaborações alternativas ao impasse, à paralisia ou à depressão. Os sobreviventes de suicídio, no contato com familiares e amigos, podem recuperar o sentimento de sua vida ter valor. Apesar de não terem podido evitar a morte de alguém muito próximo, outros estão vivos e precisam de sua ajuda, sua companhia. E é isto que pode dar novos sentidos às suas vidas;
- que ofereça oportunidade de **construção de ações** que tenham forte conteúdo de reparação\* do mal que se imagina ter feito a quem se matou (gerando culpa) e superando o intenso sentimento de impotência que essa morte costuma provocar. Os sobreviventes de suicídio são potenciais agentes de ações de prevenção junto a jovens, em escolas, centros de saúde mental, locais de trabalho; junto a idosos; participando com sua experiência em pesquisas que possam estudar e compreender a situação dos sobreviventes de suicídio em sua diversidade; em grupos de apoio; em *call-centers*; em *sites*, interagindo por e-mail com envolvidos com suicídio; divulgando os serviços de apoio existentes.

Alem de concorrer para um processo de luto bem elaborado pelos sobreviventes de um suicídio, enriquecendo e proporcionando a construção de novos modos de se relacionar com o mundo, o trabalho realizado nesse serviço tem também o objetivo de prevenção de novos suicídios.

## **\*Definição de termos**

**Acolhimento:** espaço/tempo em que a dor, o sofrimento, a depressão a impotência e a culpa pelo suicídio de alguém possam ser ouvidos e falados de maneira tal que a “inundação” que essas vivências e sentimentos provocam, paralisando o pensamento e a ação, possa encontrar um continente que possibilite a retomada de um fluxo vital criativo.

**Reparação:** termo usado pela psicanalista Melanie Klein para designar o mecanismo intrapsíquico que pode “consertar”, amenizar os danos que se imagina ter causado a alguém de quem se gosta e, ao mesmo tempo, tem-se muita raiva. Tem o efeito de restaurar uma imagem mais positiva e benéfica de si mesmo e do mundo, gerando ações e construção de vínculos onde a pulsão de vida prevaleça.

### **COMO CITAR ESTE MATERIAL:**

**FERRARA, A.,** A NECESSIDADE DO TRABALHO COM SOBREVIVENTES. PROJETO COM VIVER, MINISTÉRIO DA SAÚDE/OPAS, 2006.

Disponível em <https://www.abeps.org.br/biblioteca>