

## A DESPEDIDA DOS VIVOS: CONTRIBUIÇÕES DO PSICODRAMA NO LUTO ANTECIPATÓRIO

Gabriela Pereira Vidal<sup>1</sup>  
Ronilto Arthur Gonçalves Lopes<sup>2</sup>  
Amanda Castro<sup>3</sup>

### Resumo:

Diante a pandemia Covid-19 disparam-se emoções originadas da incerteza e do medo perante a esse fenômeno social, como o receio da morte, resultado do luto antecipatório. Dessa forma, esta pesquisa pretende compreender as contribuições do psicodrama e da técnica projeção para o futuro no trabalho psicoterápico do luto antecipatório. Refere-se a um estudo de caso qualitativo, com o recorte de uma sessão da uma paciente mulher de 26 anos. Conclui-se que o psicodrama pode possibilitar a compreensão das emoções do luto antecipatório através da técnica projeção para o futuro.

### Palavras-chave:

Psicodrama. Luto. Futuro. Covid-19.

## THE FAREWELL OF THE LIVING: CONTRIBUTIONS OF PSYCHODRAMA IN ANTICIPATORY MOURNING

### Abstract:

Faced with the Covid-19 pandemic, emotions arising from uncertainty and fear in the face of this social phenomenon are triggered, such as the fear of death, the result of anticipatory mourning. Thus, this research aims to understand the contributions of the technique of projecting for the future and psychodrama in understanding anticipatory grief. It refers to a qualitative case study, with the clipping of a session of a 26-year-old female patient, in which the complaint was the fear of the death of a family member. We conclude that psychodrama can make it possible to understand the emotions of anticipatory mourning through the projection into the future technique.

### Palabras clave:

Psychodrama. Mourning. Future. Covid-19.

## LA DESPEDIDA DE LOS VIVOS: APORTES DEL PSICODRAMA EN EL DUELO ANTICIPATORIO

### Resumen:

Frente a la pandemia de Covid-19, se desencadenan las emociones derivadas de la incertidumbre y el miedo frente a este fenómeno social, como el miedo a la muerte, resultado del duelo anticipado. Por lo tanto, esta investigación intenta comprender las contribuciones del psicodrama y la técnica de proyección para el futuro en el trabajo psicoterapéutico del

<sup>1</sup> Graduada em Psicologia. Viver Psicologia Psicodrama. E-mail: gabrielavidaal@gmail.com

<sup>2</sup> Graduado em Psicologia. Viver Psicologia Psicodrama. Email: psicologoarthurlopes@gmail.com

<sup>3</sup> Doutora em Psicologia. Universidade do Extremo Sul Catarinense/Universidade Estácio de Sá/Viver Psicologia Psicodrama. Email: amandacastro@gmail.com

duelo anticipatorio. Se refiere a un estudio de caso cualitativo, con el recorte de una sesión de una paciente de 26 años. Se concluye que el psicodrama puede permitir la comprensión de las emociones del duelo anticipatorio a través de la técnica de proyección hacia el futuro.

**Palabras clave:**

Psicodrama. Luto. Futuro. COVID-19.

## **Introdução**

O luto é uma temática recorrente no cotidiano contemporâneo, nas situações de despedida, perdas ou mudanças. Assim, o trabalho psicoterápico com essa temática é extremamente necessário para possibilitar ao sujeito a continuidade ou o seguir adiante (STRAUCH, 2017). Na busca de um conceito podemos compreender luto como a privação de algo com o qual se convivia antes, como uma pessoa, um trabalho, uma condição, entre outros (FERREIRA, 1986).

Diante da pandemia Covid-19, o Brasil, assim como outros países, adotou medidas de isolamento social com o intuito de prevenção da propagação do vírus, mas como afirmam Gonzatto et al. (2020, p. 2) “a ocorrência de outras grandes epidemias ou pandemias ao longo da história deixa uma certeza: o mundo será um lugar diferente depois que a maré do coronavírus refluir”, ou seja, esse momento pode gerar lutos e traumas com grande potencial, o que assusta a toda a população. Esses traumas iniciam desde a perda ou mudança de alguns papéis, até a sensação de incerteza sobre o futuro, gerando medo, desespero ou pavor, já que muitos enfrentam inclusive o medo de contaminar familiares (DO BÚ et al., 2020).

Essas perdas, acrescidas da sensação de incerteza, podem gerar sofrimentos como o medo de lutos ainda não vividos, ou lutos antecipatórios, que podem vir a acontecer com a contaminação de um membro da família. Assim, neste estudo de caso demonstraremos uma forma de manejo do luto antecipatório de uma paciente com medo de perder a avó para a covid-19, utilizando a projeção para o futuro.

## **Psicodrama e projeção para o futuro**

O Psicodrama, foi criado por Jacob Levy Moreno e trata-se de uma teoria que busca a espontaneidade através da ação terapêutica (MORENO, 2016). A psicoterapia psicodramática busca que pessoas com atitudes passivas em seu meio tornem-se agentes ativos de mudança, como afirma Bustos (2005, p. 20) “alguém que consegue sair com êxito

de uma luta difícil como é defrontar-se com seus problemas mais profundos sabe que pode lutar pelo que acredita ser justo”. Assim, na psicoterapia individual esse cliente pode defrontar-se com seus problemas e conflitos e ajustar-se a eles buscando o que Moreno (1975, p. 162) chama de espontaneidade, entendida como “uma disposição do sujeito para responder como requerido. É uma condição – um condicionamento – do sujeito; uma preparação do sujeito para a livre ação”. Entre outros conceitos advindos da teoria psicodramática está a realidade suplementar.

A realidade suplementar possibilita ao protagonista não só a experiência entre duas vertentes da realidade, mas também viabiliza o trânsito entre áreas igualmente reais, por meio da atuação da criatividade, bem como a expressão viva da imaginação, dos desejos e das fantasias (PERAZZO, 2010, p. 108). Esta realidade, pode acontecer através de diversos manejos técnicos, entre eles a projeção para o futuro.

A Projeção para o Futuro, foco deste relato de caso, possibilita que o indivíduo demonstre como imagina seu futuro, entrando em contato com suas fantasias e emoções sobre ele. De acordo com Crelier (1993), essa técnica permite acesso a reflexão sobre o momento presente e sobre a necessidade de mudança, pois o indivíduo se percebe enquanto criador de seu próprio destino. Esta pode ser iniciada através do aquecimento (preparação para a ação), podendo esse ser específico para determinada demanda do paciente, ou voltado para aspectos do momento atual, como neste caso, o levantamento dos medos ou receios em relação a Covid-19 e as perdas nele envolvidas.

### **A covid-19 e o luto**

Estudos já apontam implicações psicológicas diante da pandemia da Covid-19 e do isolamento social, entre eles Do Bú et al. (2020, p. 9) destacam que “a gravidade e as incertezas relativas a esse fenômeno social provocam emoções e estados psicológicos como o medo, o desespero e até mesmo o pavor”. Como destacam outros autores, o panorama frente a pandemia gera uma preocupação mundial na população que pode potencializar aspectos socioafetivos e/ou transtornos psicológicos já existentes anteriormente, ou seja, o medo, a impotência e a insegurança frente ao futuro podem caminhar para o agravamento ou surgimento de patologias como ansiedade e depressão (FIORILLO e GORWOOD, 2020; DUAN e ZHU, 2020). Um momento de incertezas como a pandemia Covid-19 tem implicações diretas no cotidiano e na saúde mental da população (ORNELL et al., 2020). De

acordo com Oliveira et al. (2020, p.10), ao se referir aos profissionais da saúde, “o medo de perder a própria vida talvez seja superado pelo temor de colocar a vida de outras pessoas em perigo”, ou seja, vivencia-se um luto antecipatório, porém esta ideia pode ser associada a todos aqueles que precisam romper o isolamento e depois retornar a suas famílias, com o risco de contaminá-las, ou mesmo aqueles que convivem com pessoas do grupo de risco. O luto antecipatório pode ser compreendido como processo de enlutamento resultado de uma ameaça constante de possível perda, ocasionando a manifestação dos sentimentos normalmente relacionados ao luto (FLACH et al., 2012).

Em um momento de pandemia “temos o processo de luto sofrendo atravessamentos, com desdobramentos que potencializam o risco de agravar os sofrimentos psíquicos individuais e coletivos” (COGO et al., 2020, p.2). Perdas e dores profundas são características do momento de pandemia, seja por morte ou perda de papéis, sendo que neste primeiro, há ainda a necessidade de redesenhar e ressignificar alguns rituais de morte que o momento impossibilita (COGO et al., 2020).

Strauch (2017) apresenta 5 fases importantes no processo de elaboração do luto, são elas: 1) Acolher: proporcionar uma escuta qualificada, com a expansividade afetiva do terapeuta, e ao mesmo tempo a percepção de questões pertinentes de trabalho; 2) Fortalecer: trabalhar psicoterapeuticamente para empoderar o cliente diante do enfrentamento das questões, buscando rever e entender sentimentos e atitudes; 3) Revisitar: utilizar-se de técnicas que apoiam o retorno à algumas cenas; 4) Realizar simbolicamente: dramatizar ou representar papéis simbolicamente, proporcionando ao protagonista dizer o não dito, viver o não vivido, entre outras questões, isto possibilita ao protagonista ressignificar sentimentos como angústia, insegurança e abandono; 5) Ressignificar: uma forma de compreensão ampliada, que dá um novo sentido às questões do protagonista. A autora afirma que é possível passar de uma dessas fases para a outra, buscando a espontaneidade e criatividade, ou seja, de um estado patológico paralisante e culpabilizante para um saudável.

## **Método**

Este estudo caracterizou-se como uma pesquisa qualitativa através de um relato de experiência. O caso em questão é de uma paciente de 26 anos, a qual será descrita com o nome fictício de Bianca, formada e pós graduada na área do direito e que buscou a psicoterapia pelas sensações de autocobrança, ansiedade e procrastinação. A mesma se divide

entre duas cidades, uma na qual vive e trabalha e a cidade natal onde os pais e noivo residem, e no momento do isolamento buscou a psicoterapia presencial com a possibilidade de continuar de modo on-line posteriormente, até o momento foram realizadas 4 sessões de 50 minutos e estas acontecem uma vez na semana. Neste estudo será realizado um recorte da quarta sessão, onde buscando trabalhar o medo de perder a avó, a psicoterapeuta e psicodramatista utiliza-se da técnica projeção para o futuro do psicodrama.

A sessão será analisada através do método psicodramático, que utiliza de alguns instrumentos em sessões individuais: o diretor, o responsável pela condução da ação dramática, nesse caso a psicoterapeuta; o protagonista, se trata do cliente/paciente que tem sua cena ou questão trabalhada; o cenário, local onde ocorre a dramatização; ego-auxiliar, aquele que assume um papel buscando o desenvolvimento da cena, sendo que no ambiente individual, este papel pode ser desenvolvido pelo diretor ou por objetos intermediários; e o público, instrumento ausente no contexto individual e que se apresenta em trabalhos com grupos (ROJAS-BERMÚDEZ, 2016; VIDAL e CASTRO, 2020). Neste método há ainda três etapas básicas da sessão: o aquecimento, momento que prepara diretor e protagonista para a ação; dramatização, a ação propriamente dita, onde são trabalhadas as cenas ou conflitos do protagonista; e compartilhar, momento no qual protagonista expressa como se sentiu e o diretor pode expressar seus sentimentos e percepções sobre a cena, visando o acolhimento do protagonista (CUKIER, 1992).

### **Aquecimento**

Bianca iniciou a sessão dizendo que a última semana foi tranquila e que não havia pensado em algo para trabalhar na psicoterapia. A diretora propõe que pode auxiliá-la na escolha de uma temática e ela concorda. Esta ação se baseia em Cukier (2018), que descreve este comportamento do cliente não saber o que escolher como algo comum e o papel do diretor de auxiliá-lo na busca de alguma temática através de jogos ou atividades de aquecimento.

Assim, a diretora propõe que ela traga simbolicamente alguns objetos importantes de sua vida e de sua história, simbolizados por pequenas almofadas em cima da mesa da diretora (escolhidos pela protagonista, mas apresentados pela diretora em função dos cuidados em relação a covid-19) para representá-los. Estes objetos são conhecidos no psicodrama como objetos intermediários, servem para a manutenção do aquecimento dos papéis ou situações

trazidas (ROJAS-BERMÚDEZ, 2016; CUKIER, 1992). A mesma relata alguns objetos: um porta retrato com uma foto de família tradicional: todos ao redor da avó; um caderno; e um celular. A diretora pede que ela explique o significado de cada um ou porque pensou neste objeto e ela responde: “a foto, como já te falei é porque eu sou muito da família e valorizo muito essa união, ainda mais agora”, “um caderno porque eu sempre gostei muito de estudar” e “meu celular, porque tudo passa por ele desde trabalho a falar com a minha família quando estou longe”. Assim, através dos objetos intermediários (representantes concretos de conflitos) , a protagonista elucida alguns de seus papéis (ROJAS-BERMÚDEZ, 2016).

Após essa contextualização, a diretora pede que Bianca olhe com carinho para os objetos representados e perceba qual deles parece mais forte em sua história nesse momento. Ela pensa durante algum tempo e escolhe o porta retrato. Ainda como forma de aquecimento específico, aquele que prepara o protagonista para a dramatização, a diretora pede que ela fale um pouco desta foto e ela descreve com mais detalhes: a família toda, pais, tios, primos e a avó bem no centro (CUKIER, 1992). A diretora pede que ela olhe para as mãos e imagine a fotografia ali (em virtude dos cuidados relacionados ao contágio do covid-19, não era indicado entregar o objeto intermediário utilizado anteriormente) e diz “olhe para essa imagem, para as pessoas na foto, quais sentimentos surgem em você?”. Bianca responde “não sei dizer exato, medo eu acho, como eu te disse, depois que perdi o avô fiquei com medo de perder a avó também, ainda mais agora, se ela pegar isso né, ela já é bem velhinha” diz a protagonista se referindo a covid-19, corroborando com estudos que relatam medo e insegurança de perdas relacionadas ao momento de pandemia (ORNELL et al., 2020; SHIGEMURA et al., 2020).

A diretora pergunta como está a relação com a avó neste momento e Bianca descreve que há algumas semanas, quando veio para a cidade, buscou a avó no sítio e trouxe para a casa da mesma na cidade e que desde então, evitar ir visitá-la e quando vai, evita estar muito próxima, por medo de contagiá-la de alguma forma, mas que não deixa de ir porque quer aproveitar ao máximo o tempo com a avó. Bianca conta também que vem sofrendo muito durante a pandemia com esse medo de perder a avó, sabe que deveria estar aproveitando-a enquanto tem, mas continua sofrendo. Esse medo de perder a avó na pandemia pode ser entendido como um luto antecipatório, um sentimento de morte iminente de um outro que se encontra em uma situação de risco (OLIVEIRA et al., 2020).

Em seguida a diretora pergunta o que Bianca gostaria de fazer com esse sentimento e ela diz que não consegue pensar em nada, então a diretora faz o duplo “eu, Bianca, estou sofrendo por um futuro que ainda não sei quando virá” e Bianca concorda acenando a cabeça e chorando. O duplo é uma das técnicas psicodramáticas na qual o diretor pode verbalizar emoções não percebidas por este mas não expressas pelo protagonista até o momento (CUKIER, 1992). Assim, a diretora propõe “Vamos imaginar esse futuro? Se isso realmente acontecesse, como você gostaria de se despedir dessa avó?”. Nesse momento, a diretora decide usar a técnica de projeção para o futuro para proporcionar a Bianca vivenciar este momento da perda que vem atormentando-a nos últimos dias, buscando imaginar como ela ficaria e o que precisaria deste momento. Nesse sentido, a diretora procura a cena temida, uma cena que paralisa o protagonista e o trabalho psicodramático, oportuniza que se vivencie antecipadamente o medo por trás da cena, o que lhe proporciona condição interna para reorganizar ou romper sua conserva cultural, recontextualizando a própria realidade, e dando conta do que de fato é possível fazer frente à ela (JÁCOMO, 2014). Bianca relata que se tivesse a oportunidade de se despedir da avó, gostaria que fosse da forma como ela sempre adorou estar, conversando.

A diretora pergunta onde ela gostaria que acontecesse essa conversa e Bianca responde que elas sempre gostaram de estar no quintal do sítio, nas laranjeiras. De acordo com Flores e Ferreira (2005, p.273) a cena “obriga-nos a ser veículo daquilo que tenta emergir do fundo de nós e que lá está em função da nossa história”, trazendo à tona nossos medos e receios, como neste caso. Nesse instante, a diretora inicia um aquecimento para esta cena, propondo que Bianca feche os olhos e se concentre na sua respiração, utilizando alguns exercícios de respiração para que ela possa se concentrar. Em seguida, pede que Bianca imagine esse local no sítio da família e ela o descreve como um lugar com várias laranjeiras e outras árvores, com muito verde e laranjas maduras, aquecendo a protagonista para um psicodrama interno, que de acordo com Cukier (1992) é referente a uma dramatização simbólica, onde a ação é vivenciada através do pensamento. A diretora pergunta quem está ali e Bianca diz que estão ela e a avó, sentadas olhando as laranjeiras e com algumas laranjas nas mãos. Assim, inicia-se a dramatização.

## Dramatização

A diretora propõe que Bianca assuma o seu papel na cena e pede que diga a avó o que gostaria de dizer nesse momento, a mesma pensa e diz “que eu amo ela” e chora. Em seguida a diretora pede que Bianca fale para a avó e ela continua “eu amo você vó, eu sei que já estás velhinha mas eu tenho medo de te perder” e continua chorando. A diretora propõe uma troca de papéis e pede que a protagonista no papel de avó responda e ela diz “a vó também te ama”, a diretora segue pedindo “vó, fala para ela o que ela significou na sua vida” e no papel de avó, a protagonista diz “ela foi a primeira neta, não que eu goste mais, só que ela foi a primeira que eu ajudei a cuidar”. A diretora vendo que esta avó assumiu seu papel a partir do nascimento de Bianca diz “então você aprendeu a ser avó com ela?” e tem como resposta “é, ela foi a primeira, acho que por isso ela é tão agarrada a mim”. A diretora propõe uma nova troca de papéis e pergunta a Bianca como é ouvir isso da avó, e ela responde: “eu gosto de ouvir, gosto quando ela me fala essas coisas” e a diretora faz o duplo “gosto de sentir que sou importante pra ela como ela é pra mim” e a protagonista confirma. Os papéis de neta e avó são papéis complementares, ambas aprenderam a ser avó e neta uma com a outra e por isso a ideia da perda assusta, já que se essa avó morrer, a neta fica sem seu papel complementar (MIRANDA, 2019).

Todo conflito é incorporado por meio de um papel, geralmente o papel de filho através de seu complementar: mãe ou pai. Cada papel se relaciona com outros papéis complementares de outras pessoas por meio de vínculos. Esta situação de conflito faz com que este papel fique fixado em seu “modus operandi” ao papel complementar primário (NERY, 2018). Desse modo a protagonista parece temer a perda da complementaridade, que lhe confere importância afetiva. Diante disso, a diretora propõe uma nova troca de papéis e pede a protagonista no papel de avó que fale um pouco sobre o que vê nessa neta e a avó fala de uma menina que sempre foi estudiosa, e que se orgulha da mulher que ela é hoje, porque é justa e honesta. A diretora faz um comentário “ela quer ser juíza, você sabia vó?” e no papel de avó, a protagonista responde “pois é, ela me fala isso”. Novamente, a diretora pede a troca de papéis e pergunta como é ouvir isso da avó, Bianca responde que ela aprendeu a ser justa com a avó, assim como outras das coisas que é.

Tendo em vista que o desenvolvimento humano decorre de uma matriz formadora - a Matriz de Identidade - torna-se importante identificar os aprendizados afetivos registrados e a forma pela qual reproduzem essas experiências no campo familiar (FONSECA, 2008). É por meio da complementaridade de papéis e da sua transmissão pelo efeito cacho de papéis, via transferência, que as lógicas de condutas se estruturam e pautam as respostas do indivíduo. Assim é através dos papéis familiares que os demais papéis da vida são constituídos (NERY, 2018; PERAZZO, 2010), no caso de Bianca, por meio da herança vivida na complementaridade com a avó aprendeu a valorizar a justiça, internalizando isso por meio do desejo de ser juíza.

Buscando a finalização da cena, a diretora pergunta o que mais Bianca quer nessa cena e ela diz que só ficar um pouco ali, pertinho da avó e sentindo ela. A diretora diz que faça isso, sente-se mais próxima da avó, sintá seu cheiro e só fique um tempo ali, e espera durante este tempo. Em seguida, a diretora pede para que troque novamente para o papel da avó e pergunta o que deixa para Bianca como herança de ensinamentos e esta responde que deixa o seu jeito de querer sempre o melhor para todos e de ser justa, algo que Bianca tem de parecido com ela. A diretora continua dizendo “e o que você leva contigo das coisas que viveu com a Bianca?” e a avó responde que leva muitos momentos bons, risadas, conversas e cuidado.

Diante da possibilidade da vivência do luto, pode ocorrer o medo da perda do papel complementar e conseqüentemente, da perda de si mesmo. De tal modo, faz-se necessário desenvolver estratégias e ações, visando ampliar a percepção do potencial espontâneo e criativo da família. Torna-se necessário identificar as heranças afetivas e reconhecê-las como parte de si, independente da presença física do papel complementar (CARNEIRO e RASERA, 2012)

Por fim, a diretora pergunta para a protagonista no papel da avó como deseja se despedir da neta e esta diz que quer abraçá-la, a diretora diz “abraçe então”. Em seguida propõe a troca os papéis e pergunta para Bianca como é esse abraço, que cheiro sente, buscando preservar essa lembrança. A diretora diz “agora é hora da sua avó ir, de que forma ela vai?” e Bianca responde “ela segue pelo caminho em meio as outras árvores”, a diretora complementa “ela segue por esse caminho e vai ficando cada vez mais longe, até não ser mais possível vê-la”.

Finalizada a dramatização, a diretora conduz a paciente lentamente ao aqui e agora pedindo que se concentre novamente na sua respiração e imagine uma porta no meio do quintal que irá conduzi-la ao consultório novamente. A dramatização proporciona a necessidade de apoio psicológico descrita por alguns estudos durante a pandemia COVID-19, principalmente para o fortalecimento de vínculos socioafetivos e na ressignificação de relações (CREPALDI et al., 2020). Além disso, proporciona também uma forma de trabalho diante de um luto antecipatório, visando que a protagonista possa ressignificar seus medos e sofrimentos (OLIVEIRA et al., 2020).

### **Compartilhar**

Iniciando o compartilhamento a diretora pergunta como a protagonista se sente e ela relata estar tranquila, mas que foi muito intenso, porque nunca tinha se ouvido ou da avó algumas dessas coisas, mas consegue perceber verdade nas palavras. Diz que consegue perceber o quanto essa avó lhe deixa, como foi também importante para ela a ter como neta e que se sente mais tranquila para inclusive aproveitar mais esta em vida. Assim como afirma Miranda (2019), lidar com o luto de um papel permite o desenvolvimento e fortalecimento de novos papéis, ou seja, quando Bianca lida com esse luto antecipatório, consegue ver a relação com a avó por um outro ângulo, mudando a forma como desempenha o papel de neta.

A diretora compartilha questões pessoais, dizendo que já perdeu os avós, mas que se viu na protagonista em relação ao seu medo de perder a mãe, buscando um momento simétrico na sessão. Ao encerrarem, enquanto sai da sala, a protagonista diz, agora fiquei pensando em como o desejo de ser juíza possa ter vindo dela também, de ser a pessoa justa que ela me ensinou, a diretora acena com a cabeça, concordando e sorri. Aqui se confirma o resgate da espontaneidade através do fortalecimento de novos papéis, nesse caso, o papel de juíza, como uma possibilidade de encarar o luto (MIRANDA; CASTRO e VIDAL, 2020).

### **Considerações finais**

O luto não é uma temática fácil, seja ele antecipatório ou não. Diante das fases do luto descritas por Strauch (2017), a diretora proporcionou o acolhimento quando a paciente trouxe os sentimentos trazidos por essa cena; fortaleceu a protagonista através das falas da avó sobre a mesma; possibilitou a revisitação de lembranças das duas nas falas e no próprio

momento nas laranjeiras da casa; realizou simbolicamente, via projeção para o futuro, a despedida de neta e avó; e com a sessão completa auxiliou na ressignificação descrita pela protagonista no compartilhar.

Além disso, é perceptível ver como a perda de uma pessoa gera a perda de um papel, nesse caso, perder a avó significa perder o papel de neta. Essa perda de um papel, pode ser compreendida como “uma parte do eu” que se vai com a morte do outro. Assim quando ocorre a morte, há a perda de um papel complementar.

Trabalhar com o luto em psicoterapia significa trabalhar as perdas em um contexto geral, mesmo aquelas que parecem de menor impacto para alguns. O luto antecipatório, pode parecer pequeno em relação a lutos concretizados, porém o sofrimento e a angústia podem se fazer tão ou mais fortes, diante da perda da complementaridade. Assim, o psicodrama se destaca por permitir através da realidade suplementar e de técnicas como a projeção para o futuro o trabalho pelas cinco fases do luto destacadas acima e a ressignificação do mesmo

## Referências

BUSTOS, D. M. **O psicodrama: aplicações da técnica psicodramática**. 3. ed. rev. e ampl. São Paulo: Editora Ágora, 2005.

CARNEIRO, I. R.; RASERA, E. F. Família, espontaneidade e crise social: o psicodrama de "A vida é bela". **Rev. SPAGESP**, 2012.

COGO, Adriana Silveira et al. (org). **Saúde mental e atenção psicossocial na pandemia COVID-19: processo de luto no contexto da covid-19**. Rio de Janeiro: Fiocruz. Cartilha. 10 p, 2020.

CRELIER, V. Projeção para o Futuro. IN: MONTEIRO, R. **Técnicas Fundamentais do Psicodrama**. São Paulo: Brasiliense, 1993.

CREPALDI, M. A.; SCHMIDT, B.; NOAL, D. S.; BOLZE, S. D. A.; GABARRA, L. M. Terminalidade, Morte e Luto na Pandemia de COVID-19: Demandas Psicológicas Emergentes e Implicações Práticas. **Estudos de Psicologia** (Campinas), Scielo preprints, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.491>

CUKIER, R. **Psicodrama Bipessoal: sua técnica, seu terapeuta e seu paciente**. São Paulo: Ágora, 1992.

CUKIER, R. **Vida e clínica de uma psicoterapeuta**. São Paulo: Ágora, 2018.

DO BÚ, E. A. et al. Representações e ancoragens sociais do novo coronavírus e do tratamento da COVID-19 por brasileiros. **Estudos de Psicologia** (Campinas), v. 37, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200073>

DUAN, Li; ZHU, Gang. Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. **The Lancet Psychiatry**, v. 7, n. 4, p. 300-302, 2020. DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30073-0](http://dx.doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30073-0)

FIORILLO, Andrea; GORWOOD, Philip. The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice. **European Psychiatry**, v. 63, n. 1, 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.1192/j.eurpsy.2020.35>

FLACH, K. et al. O luto antecipatório na unidade de terapia intensiva pediátrica: relato de experiência. **Revista da SBPH**, v. 15, n. 1, p. 83-100, 2012.

FLORES, H. G; FERREIRA, I. B. Clínica psicoterápica na adolescência. IN: BUSTOS, D. M. **O psicodrama: aplicações da técnica psicodramática**. 3. ed. rev. e ampl. São Paulo: Editora Ágora, 2005.

FONSECA, J. **Psicodrama da loucura: correlações entre Buber e Moreno** (7a ed.). São Paulo: Ágora, 2008.

GONZATTO, M. et al. Mudanças de comportamento, na economia e no trabalho: como as epidemias transformam o mundo. **GaúchaZH**, 2020 Disponível em: <https://works.bepress.com/eloi/581/download/> Acesso em 02 mai. 2020.

JÁCOMO, Rita de Cássia Reis Rabelo. Psicoterapia de grupo psicodramática com pacientes oncológicos e seus cuidadores. **Rev. Bras. de Psicodrama**, v. 22, n. 2, p. 55-61, 2014.

MIRANDA, T. **E quando um papel morre? Contribuições do psicodrama para a ressignificação do luto de papéis por idosos**. 2019. Monografia (Esp. em psicodrama psicoterápico), Viver Psicologia Psicodrama, Tubarão, SC, Brasil, 2019.

MIRANDA, Taynara; VIDAL, Gabriela Pereira; CASTRO, Amanda. E quando um papel morre? Contribuições do psicodrama para a ressignificação do luto de papéis por idosos. **Revista Psicologia & Saberes**, v. 9, n. 18, p. 45-60, 2020.

NERY, M. da. P. **Vínculo e afetividade: caminho das relações humanas**. (4a ed.). São Paulo: Ágora, 2018.

OLIVEIRA, W. A. de et al. (2020). Impactos psicológicos e ocupacionais das sucessivas ondas recentes de pandemias em profissionais da saúde: revisão integrativa e lições aprendidas. **Estudos de Psicologia** (Campinas), 37, e200066. Epub May 18, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200066>

ORNELL, F. et al. Pandemia de medo e CoVid-19: impacto na saúde mental e Possíveis estratégias. **Revista debates in psychiatry**, 2020.

PERAZZO, S. **Psicodrama: o forro e o avesso**. São Paulo: Ágora, 2010.

SHIGEMURA, J. et al. Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019 - nCoV) in Japan: Mental health consequences and target populations. **Psychiatry and clinical neurosciences**, v. 74, n. 4, p. 281, 2020.

STRAUCH, V. R. F. Resignificação da morte na abordagem psicodramática: perdas e ganhos no luto. **Rev. Bras. de Psicodrama**, v. 25, n. 1, p. 59-67, 2017. DOI: <https://dx.doi.org/15329/2318-0498.20170006>

