

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

KAMILLA RODRIGUES QUEIROZ

**UMA BREVE ANÁLIS COGNITIVO-COMPORTAMENTAL DO FILME
'DEMOLIÇÃO'**

**PATOS DE MINAS
2020**

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
CURSO BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

KAMILLA RODRIGUES QUEIROZ

**UMA BREVE ANÁLISE COGNITIVO-COMPORTAMENTAL DO FILME
'DEMOLIÇÃO'**

Artigo apresentado à Faculdade Patos de Minas como requisito para conclusão do Curso de Graduação em Psicologia para finalidade de obtenção do título de Bacharel, podendo gozar dos direitos de Psicólogo.

Orientador: Prof. Me. Arthur Siqueira de Sene

**PATOS DE MINAS
2020**

**FACULDADE PATOS DE MINAS
DEPARTAMENTO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
Curso Bacharelado em Psicologia**

KAMILLA RODRIGUES QUEIROZ

**UMA BREVE ANÁLISE COGNITIVO-COMPORTAMENTAL DO FILME
'DEMOLIÇÃO'**

Banca Examinadora do Curso de Bacharelado em Psicologia, composta em 21 de setembro de 2020.

Orientador: Prof. Me. Arthur Siqueira de Sene
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 1: Profa. Esp. Vânia Cristine de Oliveira
Faculdade Patos de Minas

Examinadora 2: Profa. Ma. Michelle Lucas Cardoso Balbino
Faculdade Patos de Minas

DEDICO este trabalho a psicólogos, estudantes de psicologia, cinéfilos e a quem mais possa interessar.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus pais, Ivaldo Rodrigues Nunes e Marli Viana Queiroz, por todo esforço investido na minha educação, por terem sempre me apoiado e torcido por mim e pelo meu futuro.

Aos meus colegas de graduação, por todos os aprendizados que trocamos ao longo desses cinco anos.

A todos os meus professores do curso de psicologia da Faculdade de Patos de Minas, por todo ensinamento repassado, e por terem me inspirado a crescer e me desenvolver como pessoa e profissional.

Ao coordenador, Gilmar Antoniassi Junior, do curso de psicologia da Faculdade de Patos de Minas, por sempre estar disposto a ajudar os alunos e incentivar a seguir por melhores caminhos.

Ao meu orientador, Arthur Sene, pela disponibilidade, dedicação e profissionalismo ao me orientar neste trabalho.

Existe mais na superfície do que nosso olhar alcança.
Aaron Back

UMA BREVE ANÁLISE COGNITIVO-COMPORTAMENTAL DO FILME 'DEMOLIÇÃO'

A BRIEF COGNITIVE-BEHAVIORAL ANALYSIS OF "DEMOLITION"

Por: Kamilla Rodrigues Queiroz¹

Arthur Siqueira de Sene²

RESUMO

A perda inesperada de algo ou alguém importante pode provocar reações psicológicas, fisiológicas e comportamentais que desencadeiam mudanças no contexto pessoal e social de quem o vivencia, influenciando seu desempenho e suas relações pessoais e interpessoais. Dessa forma, podemos analisar que o luto é um conjunto de processos emocionais, cognitivos e comportamentais que desencadeiam mudanças e respostas adaptativas diversas na vida de quem necessita lidar com a perda. O presente trabalho procurou analisar o filme "Demolição" a partir da ótica do modelo cognitivo, dando ênfase às possíveis consequências e variações comportamentais e cognitivas desencadeadas pelo processo do luto a partir do desenvolvimento de suas habilidades de enfrentamento. Conclui-se que o luto é como um processo de demolição, por conta de seu caráter transformador. A desconstrução das percepções de si mesmo, do mundo e das relações que se estabelecem com as pessoas ao redor pode gerar aprendizagens ao novo jeito de vivenciar as relações e se enxergar como sujeito, caso o indivíduo utilize suas habilidades de enfrentamento como ferramentas que o auxiliem na atribuição de significados e sentimentos, possibilitando a elaboração do luto, ou seja, uma vida mais autêntica.

Palavras-chave: Luto. Enfrentamento. Estresse.

ABSTRACT

The unexpected loss of something or someone important can cause psychological, physiological and behavioral reactions that bring about changes in the personal and social context of those who experience it, influencing their performance and their personal and interpersonal relationships. Thus, we can analyze that mourning is a set of emotional, cognitive and behavioral processes that trigger changes and different adaptive responses in the lives of those who need to deal with the loss. The present work sought to analyze the film

¹ Graduanda em psicologia pela Faculdade Patos de Minas (FPM). kamillapeleja@gmail.com

² Mestrado em Psicologia pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU). Docente e orientador do Departamento de Graduação em Psicologia da FPM. arthurssene@gmail.com

"Demolition" from the perspective of the cognitive model, emphasizing the possible consequences and behavioral and cognitive variations triggered by the grieving process from the development of one's coping skills. It is concluded that mourning is like a demolition process, due to its transformative character. The deconstruction of the perceptions of oneself, the world and the relationships that are established with the people around can provide learning to a new way of experiencing the relationships and seeing oneself as a subject, as long as the one make use of coping skills as tools that assist in the attribution of meanings and feelings which allows the elaboration of mourning, that is, a more authentic life.

Keywords: Mourning. Coping. Stress

1 INTRODUÇÃO

A perda inesperada de algo ou alguém importante pode provocar diversos tipos de respostas em um indivíduo, sendo comum a experimentação de reações desagradáveis. Nesse processo, ocorrem alterações psicológicas, fisiológicas e comportamentais que desencadeiam mudanças no contexto pessoal e social de quem o experiencia, gerando potenciais reflexos em seu desempenho e suas relações. O luto configura-se como um processo particular, no qual uma mesma pessoa pode vivenciar diferentes fases, respondendo de formas distintas a elas, de acordo com outras variáveis envolvidas nesse processo.

Segundo Parkes (1998), o luto é um processo que desencadeia diversas reações, sendo que algumas pessoas têm capacidade de lidar com ele de forma saudável, conseguindo se adaptar e se reorganizar diante do sofrimento, compreendendo, assim, o que é denominado como "luto normal". Em outros casos, a habilidade de enfrentamento é escassa para processar o sofrimento, tornando o processo do luto um evento estressor, no qual o sujeito tem dificuldades de responder, de forma adaptativa, à perda, criando, assim, uma experiência psicológica dolorosa, que pode desencadear sintomas e diversos quadros clínicos que refletirão na saúde emocional do indivíduo.

Basso e Wainer (2011) destacam que a morte e o luto são compreendidos de diversas formas, variando de acordo com o contexto cultural. Em determinadas regiões, são realizados rituais de celebração em situações de morte, enquanto em outras, é abordada como um assunto tabu, destacando, inclusive, o despreparo básico para lidar com esse rompimento. Os autores

destacam ainda que uma questão importante a ser considerada é o fato de como a morte ocorreu e o nível de proximidade que o enlutado tem com a pessoa que partiu, uma vez que essas são algumas das características que interferem na forma como a pessoa irá processar o luto.

Todas as situações que demandam novas adaptações e mudanças de comportamentos podem gerar reações adversas, dependendo do esforço que é exigido do sujeito diante do acontecimento, seja ele decorrente de fatores internos ou externos. O estresse é uma reação que ocorre frente a essa nova necessidade de adaptação e pode causar desequilíbrios emocionais e sociais na vida de quem é obrigado a aderir a novos formatos comportamentais. O estresse atinge diretamente a qualidade de vida e das relações das pessoas que vivenciam o processo de luto (Lipp, Malagris, & Novaes, 2007).

De acordo com Rodrigues, Fukumasu, Scorsolini-Comin e Guimarães (2018), levando em consideração as mudanças decorrentes do processo de luto, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) é umas das abordagens mais utilizadas e indicadas para o tratamento de pacientes que apresentam situação patológica provocadas pelo luto. A TCC possui técnicas científicas para manejar e auxiliar o enlutado a buscar estratégias de enfrentamento que sejam acessíveis e benéficas para seu bem-estar emocional. Podem ser utilizadas técnicas como treino de habilidades sociais, resolução de problemas, registro de pensamentos diários, entre outras, visando melhorar a capacidade de adaptação durante esse processo.

O presente trabalho procurou realizar uma revisão narrativa com foco na análise crítica reflexiva concernente ao conteúdo do filme “Demolição” (Vallé, 2016) Para tal, partiu-se do entrelaçamento contextual das temáticas apresentadas acima e da abordagem psicoterápica cognitivo-comportamental, dando ênfase às possíveis consequências e variações comportamentais e cognitivas desencadeadas por quem vivencia o luto e o subsequente desenvolvimento de suas habilidades de enfrentamento.

2 DESCRIÇÃO DO FILME “DEMOLIÇÃO”

O filme se inicia com o personagem central, Davis, acompanhado de sua esposa, Julia, em um carro em movimento. Ela está dirigindo enquanto ele

encontra-se olhando pela janela para a rua e discutindo ao telefone sobre negócios com o sogro. Julia pergunta a Davis se consertou o vazamento da geladeira o qual já vem ocorrendo nas duas últimas semanas; ele responde que não, dando pouca atenção à sequência do diálogo.

Nesse momento, eles se envolvem em um acidente de trânsito, no qual um carro bate na porta lateral da motorista. Julia, ferida, é levada ao hospital. Durante a espera por informações no hospital, Davis tenta comprar um chocolate em uma máquina de doces, porém não consegue. Ele fica irritado no dia, mas a notícia do falecimento de sua esposa muda seu foco atencional.

Nos dias seguintes à perda, Davis segue seu fluxo de trabalho habitual, sem demonstrar externamente a tristeza pela perda da esposa. As pessoas de sua convivência se sentem desconfortáveis com tal situação e começam a se preocupar com suas atitudes. Seus colegas de trabalho, sogros e familiares ficam confusos com seu modo de reagir à perda.

Davis segue incomodado com o episódio do chocolate no hospital e, com isso, decide escrever e enviar uma carta de reclamação ao fabricante da máquina. Durante a escrita, o personagem não apenas apresenta sua queixa contra o funcionamento da máquina, bem como descreve situações de sua vida pessoal com a esposa recém-falecida, destacando, inclusive, que não a conhecia por sua total falta de interesse e atenção.

Essas cartas continuam sendo produzidas e cada vez mais o personagem se aprofunda na descrição de questões emocionais relacionadas a sua vida pessoal e de casal. Concomitantemente a esse processo de escrita de cartas, são apresentadas cenas nas quais Davis aparenta agir de forma mais espontânea e atenta a coisas corriqueiras do cotidiano, oposto do que era mostrado antes do acidente.

Em seguida, Davis resolve consertar o vazamento da geladeira (que sua esposa destacava na cena inicial). Ele desmonta toda a geladeira, mas não consegue solucionar o problema, então deixa todas as peças espalhadas pela cozinha. Esse comportamento vai se ampliando e, aos poucos, ele passa a desmontar outros aparelhos não somente da própria casa, mas também do ambiente de trabalho; seus colegas observam espantados aquele comportamento atípico.

Em uma outra cena, ele recebe uma ligação de Karen Moreno, a funcionária responsável pelo setor da empresa que recebe reclamações e atendimento ao cliente. Karen se desculpa por ligar em um horário não comercial. Davis tenta se explicar, dizendo que estava apenas desabafando e não acreditava que alguém fosse realmente ler as cartas, mas Karen destaca que as cartas a tem feito chorar e se mostra solícita e preocupada em saber se ele tem pessoas para conversar.

Nesse momento, o filme foca a descrição desses personagens, apresentando uma cena em que Davis se dirige ao local de trabalho de Karen para conhecê-la – e não consegue, pois ela não se encontra no local – e depois uma cena em que ele dialoga com uma mulher no metrô, pois avalia que a conhece – mesmo com ela negando. No entanto, quando ela sai do metrô, esquece uma revista com o endereço de correspondência escrito, sendo esse o ponto em que Davis descobre ser ela a pessoa com quem ele tem conversado por meio das cartas.

O comportamento de desmontar ou destruir os objetos de casa vai gradualmente se acentuando, inclusive no aumento de sua frequência na rotina do personagem. Davis passa, então, a desenvolver interesse por esse processo de demolição de objetos. Tanto que em uma das cenas, ao passar na porta de uma construção civil em operação, ele resolve parar e se oferece para ajudar. O responsável pela obra não compreende o porquê da oferta, mas após eles conversarem e Davis oferecer dinheiro, o responsável permite que Davis participe da obra.

Posteriormente, Karen e Davis começam a desenvolver uma relação mútua de apoio. Em outra cena, Davis vai dormir na casa de Karen e conhece Chris Moreno, filho dela, um adolescente com quem também desenvolve uma relação de amizade. Cenas posteriores destacam que Chris e sua mãe mantêm uma relação conturbada. Já a relação de amizade entre Davis e Chris é carregada de diálogos nos quais Davis consegue deixar mais explícitas suas emoções, ao passo que demonstra atenção pela vida de Chris. Por sua vez, o adolescente sente confiança para conversar, com Davis, sobre assuntos complexos, como questionamentos sobre a própria sexualidade enquanto adolescente.

O filme intercala momentos em que Davis se envolve em obras de destruição/reconstituição de casas, e situações cada vez mais rotineiras de contato com Karen. Os dois realizam várias atividades conjuntas, conhecendo novos lugares e pessoas. Em uma delas, Karen leva Davis para conhecer um antigo amigo, e, nesse local, Davis percebe um carrossel abandonado, que desperta seu interesse, pois remete a uma lembrança de Julia.

Em geral, na presença de Karen, Davis passa a realizar as atividades com disposição. Esse comportamento não é mantido na presença de seus parentes, em especial dos pais da falecida esposa. Seu sogro o pressiona para que ele autorize a doação dos bens da esposa para organizações não-governamentais (ONGs) que trabalhavam com foco em crianças com necessidades especiais. Esse ponto gera, inclusive, severas discussões entre Davis e o sogro, que chega a desacreditar da possível falta que o genro sinta da filha.

Gradativamente, Davis começa a falar com mais frequência e naturalidade sobre sua relação com Julia, bem como a expressar-se com relação a como se sente com a situação. Essa mudança é comprovada pela cena final, na qual vemos o carrossel, por qual Davis se interessou, reformado e funcionando com várias crianças brincando juntamente com os pais de Julia. Davis observa a cena ao longe em aparente expressão de felicidade.

3 ANÁLISE E DISCUSSÃO DO FILME

O filme 'Demolição' aborda o processo de perda pessoal de Davis associado ao processo de descoberta/redescoberta de si mesmo, iniciando em uma espiral de destruição, descuido e dor, bem como uma natural e consequente ampliação do estado de autoconhecimento do personagem em virtude de novas experiências atuando na modificação de suas condições de vida ocorridas a partir da perda.

O acidente de carro por si só se configura em uma experiência de estresse. De acordo com Lipp e Malagris (2001), o estresse pode ser definido como resposta a novas adaptações que se fazem necessárias ao indivíduo, podendo causar reações neurológicas e psicológicas no organismo. As autoras acrescentam que o estresse é uma reação que compreende quatro fases: o alarme (forma benéfica, pois produzimos substâncias para o enfrentamento da

situação), a resistência (manutenção do estressor e aplicação dos recursos e energias do indivíduo para responder a tal demanda), a quase-exaustão (início do adoecimento do organismo, devido ao seu desgaste) e a exaustão (é exigido do organismo um gasto de energia maior do que ele pode suportar).

Segundo Lipp (2014), estressores são eventos geradores de tensão de ordem psicológica ou mental. Apesar da existência de estressores universais, como a fome, o frio, a dor, entre outros, vários outros fatores podem impactar de formas distintas a vida de um indivíduo. A autora destaca dois grupos de estressores: os estressores externos (relações mal resolvidas, perdas sentimentais, mudança de status social, etc.) e os estressores internos (perfeccionismo, negativismo ou pessimismo, obsessividade, etc.).

De acordo com Knapp e Caminha (2003), eventos estressores como acidentes de trânsito, perdas repentinas, assaltos, entre outros, causam uma mudança na química cerebral, elevando os níveis de ansiedade e causando, assim, uma mudança no repertório cognitivo e comportamental do sujeito. Essas mudanças que ocorrem no âmbito cerebral são tentativas de se adaptar à nova forma de exposição. Os autores destacam, ainda, que esses episódios estressores não apenas alteram o sujeito em nível neuronal, mas também suas estruturas emocionais e cognitivas, trazendo mudanças aos seus esquemas cognitivos, que são as formas como a pessoa vê e interpreta si mesma e o mundo.

Lipp e Malagris (2001) pontuam que no âmbito neurológico é possível observar tensão muscular, náuseas, hipertensão, hiperatividade, entre outros sintomas. Já em reações psicológicas, ocorre, por exemplo, aumento de ansiedade, dificuldades interpessoais, insônia, preocupação excessiva.

A postura aparentemente suspensiva de Davis enquanto aguarda informações sobre o estado de saúde da esposa é contrabalanceada pela cena na qual, ainda no hospital, o personagem se impacienta e fica irritado com o fato de não conseguir comprar um chocolate em uma máquina que está com problemas de funcionamento. Apesar de ser um problema aparentemente simples e de dimensão menor diante da saúde da esposa, a reação de Davis é exacerbada e evidencia a forma como ele está lidando com a situação estressora.

Ao ser informado da morte de sua esposa, Davis permanece sem reação. De acordo com Basso e Wainer (2011), o processo do luto não se apresenta como uma forma exata com data prevista para término, mas podem ser identificadas etapas e padrões comportamentais característicos a tal evento. Não existe maneira ideal para superar e vivenciar a perda de um ente próximo, mas existem experiências diferentes e formas de lidar que podem amenizar esse momento.

Segundo Kübler-Ross (2005), o luto tem cinco estágios, sendo eles: a negação e o isolamento (caracterizado por ser uma defesa psíquica criada para aliviar momentaneamente o choque da situação); a raiva (configura-se como o momento em que a pessoa deixa transparecer a revolta e a raiva que sente perante a perda); a barganha (espécie de negociação na qual o enlutado busca alternativas, de acordo com suas crenças de amenizar a situação, especialmente através de figuras divinas); a depressão (representada pelo humor rebaixado e maior impacto psíquico da dor da perda e sua realidade); e a aceitação (demarca a busca por novas alternativas e elaboração do luto de forma mais saudável e organizada, ao passo que reduz a negação). A autora ainda acrescenta que esses estágios não necessariamente têm uma ordem correta para acontecer, isto é, cada enlutado vivencia seu processo de uma forma e pode transitar entre esses cinco estágios.

Em um primeiro momento, é evidente, no filme, que Davis apresenta como sintomas característicos da vivência da perda, o estarrecimento; o perfil apático; a verbalização reduzida, não deixando transparecer sentimento de tristeza; episódios de agressividade; e expressão de forma confusa, apresentando comportamento “aéreo”, configurando, assim, o estágio de negação e isolamento. Inicialmente, o personagem apresenta comportamentos que justificam tais sintomas, como no velório e enterro da esposa, nos quais ele apresenta um comportamento pouco expressivo. Além disso, tenta dar seguimento a sua vida, como se nada tivesse ocorrido, inclusive voltando a trabalhar pouquíssimos dias depois da perda e agindo de forma a demonstrar respostas emocionais contidas, o que deixa espantados os colegas de trabalho.

Após o acidente, Davis apresenta um conjunto de comportamentos que anteriormente não se apresentavam como rotineiros. Muitos desses comportamentos, como lidar com problemas básicos da rotina de casa, sair pra

correr na rua, deixar a barba por fazer, e se desconectar de assuntos relacionados à empresa em que trabalha, são reflexo da necessidade de se adaptar ao fato de que a pessoa não está presente e o enlutado terá que lidar com outros papéis sociais.

Um comportamento que se destaca entre as mudanças é o de Davis começar a desmontar os objetos, que vão de relógios estragados a geladeira. Das primeiras vezes em que ele se aplica a desmontar objetos, se inspira no conselho dado pelo sogro, que disse “se você quer consertar algo, você tem que desmontar tudo”. Davis leva essa colocação ao pé da letra em suas primeiras manifestações, seguindo um comportamento quase que obsessivo, não somente no desmonte, como na organização das peças. Sua frustração ao não conseguir solucionar o problema da geladeira é representada por seu nervosismo e agressividade ao decidir por destruir o eletrodoméstico.

Esse comportamento de desmontar os objetos vai se ampliando a ponto de Davis começar a quebrar as paredes da própria casa, aparentando descontar suas emoções a cada marretada dada. É possível perceber que nesse momento a elaboração da experiência de luto perpassa por suas crises de raiva, agressividade e descontentamento, mas estão associados a uma sensação aparentemente superficial de alívio e liberdade.

De acordo com Bromberg (1994), quando o enlutado toma consciência real da morte e das atribuições que a perda causa, ele passa a se comportar de forma obsessiva, em relação a lembranças e objetos da pessoa morta. Nessa fase que ele denomina como anseio e protesto, também é observável o aumento de agressividade e do sofrimento psicológico, como também um comportamento de maior movimentação física, que podem ser entendidos como forma de culpar a si mesmo por alguma negligência em relação a pessoa falecida. No modelo de Kübler-Ross (2005), tal padrão se adequa ao estágio da raiva. Davis tenta demonstrar estar se sentindo bem, reduzindo o impacto aparente da perda, porém atitudes agressivas e desproporcionais no seu dia a dia apontam o contrário. Toda disposição que ele apresenta para desmontar, destruir e refazer objetos, na verdade é fruto da sua inabilidade em aceitar e lidar com a realidade da perda que sofreu e também se esquivar do sofrimento, evitando suas consequências.

Kübler-Ross (2005) destaca que mudanças comportamentais são esperadas diante de perdas repentinas; essas mudanças comportamentais são reações a esse evento estressor, sendo assim, cada indivíduo tem uma resposta de enfrentamento frente à perda. Algumas pessoas conseguem elaborar e se reorganizar de forma mais adaptativa e outros requerem um maior tempo de adaptação; em alguns casos, é necessária ajuda profissional para ajudar o enlutado a superar e aceitar a perda.

Paralelamente a essa mudança comportamental de Davis, podemos observar o quão significativas são as trocas de cartas entre ele e Karen para o seu processo de autoconhecimento e adaptação à nova realidade. A carta inicial tinha como intuito a reclamação sobre o mau funcionamento da máquina de chocolates, porém foi o espaço no qual Davis “contou” a alguém sobre suas dúvidas e inconsistências na relação com a esposa e si mesmo. No decorrer do filme, Davis, em suas cartas, consegue se expressar de forma mais aberta e menos rígida, discorrendo sobre seus sentimentos e angústias.

A exploração da personagem Karen ultrapassa as dimensões clichês de ressignificação através apenas de um novo romance (que no filme nem se concretiza). Podemos analisar que a relação que se desenvolve é uma conexão baseada em suas fragilidades e dúvidas, sendo que a formação de amizade e o compartilhamento das fragilidades fortalece os dois personagens.

No que tange Davis, podemos perceber que ele tem uma relação distante com seus pais, uma vez que ele dá pouca abertura para que os pais o ajudem no pós-acidente. Percebemos também que a relação com o sogro é calcada no trabalho, e essa situação se agrava com a perda da esposa. A falta de proximidade afetiva em ambas as relações torna o processo do luto mais árduo, uma vez que sua rede de apoio é escassa e lhe cobra consistentemente formas de agir e sentir a perda. Nesse quesito, a relação com Karen é um ponto fora da curva, pois há um interesse genuíno de Karen em compreender e aceitar a dor de Davis, independentemente de suas reações ou o cumprimento de protocolos sociais.

Para Karen, esse contato a auxilia a se aproximar mais do filho com o qual ela sente dificuldades em dialogar. Quando começa sua relação de trocas com Davis, Karen, de uma certa forma, repensa sobre o recomeçar, e isso é evidente na abordagem que ela passa a ter no que se refere a sua relação amorosa com

seu namorado, que também é seu patrão, uma vez que ela dá fim ao relacionamento que pouco acrescentava em sua vida.

Chris, o filho de Karen, também tem um papel essencial na autodescoberta e processo de amadurecimento do personagem Davis, pois, em uma das cenas, Chris e Davis estão conversando e Chris confessa a Davis sobre os questionamentos que tem perante a própria sexualidade. Nesse momento podemos ver em Davis uma postura de atenção, aceitação e validação quanto às dúvidas do garoto. A comunicação entre esses personagens é baseada em uma comunicação assertiva franca, com diálogos objetivos e amistosos. Davis responde com naturalidade a questionamentos de Chris, devolvendo inclusive questões que o incomodam para ouvir o que ele tem a dizer, o que permite a formação de um vínculo de confiança para ambos.

Para Karen, Davis surge como um auxílio, um fio de conexão, com as demandas do adolescente sendo acolhidas, aprofundadas e respeitadas, como no exemplo exposto acima, da discussão relacionada à sexualidade. A ligação e envolvimento dos três não pressupõe a formação de um arco familiar tradicional que seja responsável por mudanças nas vidas deles, mas sim papéis propulsores a mudanças para cada um dos personagens.

O estreitamento na relação com Karen permite que Davis vivencie experiências significativamente diferentes do que ele estava acostumado. Essa postura de abertura a novas experiências aparenta ser um dos novos padrões comportamentais desenvolvidos por Davis para responder as demandas do luto. Com essa nova rede de apoio estabelecida, podemos observar que ele está em um processo de adaptação a sua nova situação de vida e também de descoberta de si mesmo nesse novo lugar.

Sardinha e Nardi (2014) pontuam que enquanto o estresse é uma reação automática do organismo, a resposta comportamental demanda processamento cognitivo superior ao qual o organismo avalia condições futuras de sua ação. De acordo com Malagris e Dias (2019), os fatores capazes de gerar o estresse se modificam constantemente e, como consequência, é fundamental que as estratégias de adaptação e enfrentamento também se atualizem para que possam ser efetivas.

As habilidades de enfrentamento são vitais no processo do luto. De acordo com Lipp e Novaes (2000), cada indivíduo pode reagir de formas diferentes à

morte de um ente querido, de acordo com o grau de proximidade e também de acordo com sua capacidade de resiliência para superar essa perda. As autoras destacam, ainda, que o termo “coping” não tem tradução para o português, mas muitos o utilizam com o conceito de enfrentamento.

Nesse sentido, Queiroz (2009) define “coping” como um conjunto de reações de ordem cognitivas e comportamentais que têm como função auxiliar os indivíduos a lidar com algum fato ou acontecimento específico, que surge como demandas desencadeadores de estresse e que podem vir a esgotar os recursos internos de defesa e estratégias para lidar com tal situação. Lipp e Novaes (2000) também destacam que tais estratégias de “coping” serão utilizadas pelo indivíduo para lidar com o estresse desencadeado por modificações estressoras que limitam ou impedem o sujeito de superar determinada situação estressora.

Ainda no que se refere ao desenvolvimento das habilidades de enfrentamento, Davis utilizou da escrita como uma de suas ferramentas principais de enfrentamento no processo do luto, uma vez que é possível observar que através das cartas que ele redigia, sua capacidade de se expressar e pensar sobre seus sentimentos e emoções era significativamente maior. E é a escrita que oferece indiretamente a ele a oportunidade de vivenciar novas relações, como a que estabeleceu com Karen, e, como consequência, sentir-se acolhido e sem pressão, melhorando gradualmente suas habilidades sociais.

Outra ferramenta de enfrentamento vital a Davis é a quebra/destruição de objetos. Apesar de parecer irracional, sua implicação em tais tarefas permitiu que ele pudesse experimentar sua frustração e raiva de maneira absoluta, ou seja, ele criou um espaço/tempo no qual experimentava sua emoção sem ser tolhido ou interrompido por outra demanda qualquer. Sua vivência emocional se intensificou não somente para dar atenção às pessoas ao seu redor, mas principalmente a si mesmo.

No decorrer desse processo é possível perceber uma mudança no repertório comportamental e emocional de Davis: ele passa a se comunicar com mais facilidade com as pessoas, se mostra atento para os fatos que ocorrem na sua vida e na vida das pessoas com quem ele vem construindo novas relações; também é possível verificar uma facilidade maior em falar sobre a perda de Julia.

A elaboração do luto torna-se mais natural a partir do momento em que Davis consegue formular conexões significativas com pessoas diferentes, como Karen e seu filho, e ressignifica o sentido de relações anteriormente estabelecidas, como, no caso, com os pais da ex-esposa. A própria relação afetiva de Davis com as lembranças associadas à Júlia é potencializada quando ele se relaciona com outro modelo familiar também problemático e desamparado. Davis permite, assim, não se encaixar plenamente no perfil esperado diante da perda, aprofundando-se em aceitar suas emoções. Nesse ponto, a partir da ótica dos estágios do luto de Kubler-Ross, é notório que Davis está vivenciando a aceitação, pois ele consegue criar novas perspectivas em sua vida e não está preso unicamente ao seu sofrimento.

Uma reflexão importante que o filme proporciona refere-se a como as pessoas passam boa parte do tempo desatentas em relação a si próprias e aos outros, sendo, em alguns casos, necessário que algo de trágico ocorra para despertar essa visão para além das crenças vividas e estabelecidas. O próprio Davis chegou à conclusão de que não dava atenção à sua vida como um todo, uma vez que ele tinha acesso e contato com muitas possibilidades, mas, na maioria das vezes, seguia um caminho de distanciamento social e afetivo.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Perder alguém com quem se tem laços de proximidade e afetividade pode naturalmente desencadear sofrimento e reações adversas que vão mudar de acordo com a pessoa, cultura, proximidade da relação, entre outras características. O sentimento de perda e vazio não surge necessariamente apenas com a morte, mas também com rompimentos de outras formas, como o fim de relacionamento ou amizade, embora a morte seja um dos processos mais marcantes em virtude do sofrimento emocional e das mudanças cognitivas e comportamentais na vida do sujeito que sofre a perda.

O filme “Demolição”, analisado no presente trabalho, apresenta alguns fatores referentes às temáticas levantadas acima, bem como as dificuldades enfrentadas durante o luto, o manejo do estresse causado pela perda de um ente querido, o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento que possibilitem os

processos adaptativos não somente a situações habituais, mas a novas situações.

As reações iniciais de Davis são claramente coerentes com a fase da negação. Entre essas reações, podemos observar o fato de ele retornar ao trabalho em menos de uma semana após a morte de sua esposa e agir como se nada relevante tivesse ocorrido, se negando a falar sobre o assunto e recebendo os pêsames com indiferença, gerando, assim, espanto em seus colegas de trabalho. Esse estágio da negação é transposto com o da raiva, no qual percebemos atitudes agressivas e irracionais quando ele desconta sua raiva e frustrações nos objetos.

Nas cartas trocadas com Karen, podemos ficar mais cientes dos sentimentos de Davis, e fica claro o processo de dor que ele sente: ele consegue se expressar através da escrita e nela coloca suas fragilidades, sua solidão e seus medos, deixando demonstrar um momento de humor mais rebaixado e depressivo, processo que também faz parte das fases do luto.

E em meio ao processo, visualizamos um Davis mais leve e aberto para viver sua realidade e aceitar seu processo de perda, pois ele “adentra” a fase de aceitação, sendo mais assertivo, afetuoso e cuidadoso com suas relações, se permitindo chorar e sentir a dor da perda. Isso também é visto em ações pessoais, como ele fazendo as pazes com a realidade partilhada da perda e ajudando a cumprir a vontade dos seus sogros, prestando homenagens à falecida esposa.

Um questão de importante reflexão dirige-se ao fato de que mesmo Davis sendo um profissional bem sucedido, casado e com uma vida financeira estável, ele estava de certa forma vazio perante os próprios sentimentos e emoções em sua vida, e a perda de sua esposa oportunizou o desenvolvimento de questões básicas de sua existência, como uma nova forma de estar e viver a sua vida.

Essa nova forma de ser e estar em vida é comumente entendida a partir de processos de resignificação, geralmente condizente com o vivido por pessoa enlutadas. No caso de Davis, o processo de autodescoberta ficou evidente através dos seus processos de mudanças de comportamento e emoções que antes não eram expressas. O novo hábito que Davis adotou de desmontar/destruir objetos nos mostra que ele estava também se construindo

novamente e buscando procurar algo que antes era faltoso em sua forma de viver.

Essa falta aparentemente vem de uma vida metódica e pouca flexível e é representada inicialmente pela desconexão total com o mundo. Seu luto se configura como uma busca em se conectar para que a saudade da esposa faça sentido para ele. Suas ações implicam essa busca, de mais verdade e flexibilidade em sua vida e nas suas relações, dando atenção para as pessoas e seus sentimentos, se permitindo trocar experiências, sabendo que é possível também aprender com o outro. Dessa forma, a conexão com a perda da esposa é a porta de entrada para a conexão consigo mesmo, na qual Davis coloca significados e sentimentos em um primeiro plano e, conseqüentemente, a busca por uma vida mais autêntica.

Fazendo um paralelo entre o título do filme e o desdobrar da história, podemos observar que o processo de demolição pode ser utilizado nas experiências de alguém, a fim de trazer novos conhecimentos, transformando a forma de estar e viver a vida. Foi assim com Davis, que teve que desconstruir suas percepções sobre si mesmo, o mundo e as relações que ele estabelecia com as pessoas ao redor, para aprender e adquirir um novo jeito de vivenciar as relações e a se enxergar como sujeito. É preciso demolir para começar algo novo.

O presente trabalho não teve como intuito o esgotamento do tema, uma vez que essa análise trata apenas de uma das possibilidades de compreensão do filme. Sugere-se que sejam realizados estudos de busquem compreender, no filme, como os fatores estressores vão influenciar as fases do luto, bem como quais respostas específicas de enfrentamento são falhas para Davis. Por fim, outro foco de estudo em aberto seria apontar como o processo de autoconhecimento é essencial para conhecimento e mudança de crenças e comportamentos limitantes.

5 REFERÊNCIAS

Basso, L. A., & Wainer, R. (2011). Luto e perdas repentinas: contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. *Rev. bras. ter. cogn.*, 7(1), p. 35-43.

- Bromberg, M. H. P. F. A. (1994). *Psicoterapia em Situações de Perdas e Luto*. Campinas: Editorial Psyll.
- Knapp, P., & Caminha, R. M. (2003). Terapia cognitiva do transtorno de estresse pós-traumático. *Rev. bras. Psiquiatr*, 25(supl. 1), p. 31-36.
- Kübler-Ross, E. (2005). *Sobre a morte e o morrer* (Paulo Menezes, Trad.). São Paulo: Martins Fontes.
- Lipp, M. E. N. (2014). Compreendendo o stress emocional. In M. E. N., Lipp, & V., Tricoli (orgs.) *Relacionamentos interpessoais no século XXI e o stress emocional*. (pp. 15-32). Novo Hamburgo: sinopsys.
- Lipp, M. E. N., Malagris, L. N., & Novaes, L. E. (2007). *Stress ao longo da vida*. São Paulo: Ícone.
- Lipp M. E. N., & Malagris L. N. (2001). O stress emocional e seu tratamento. In: B., Range (Org.). *O stress emocional e seu tratamento*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Lipp, M. E. N., & Novaes, L. (2000). *O stress*. São Paulo: Contexto.
- Malagris, L. E. N., & Dias, F. M. (2019). In: M. R., Carvalho, L. E. N., Malagris, & B. P., Rangé. (orgs). *Psicoeducação em terapia cognitivo-comportamental*. (pp. 245-257). Novo Hamburgo: Sinopsys.
- Parkes, C. M. (1998). *Luto: estudos sobre a perda na vida adulta*. São Paulo: Summus.
- Queiroz, I. P. (2009). *Apoio social, coping e suas repercussões no humor depressivo*. Dissertação de mestrado em Ciências Humanas. Goiânia: Universidade Católica de Goiás.
- Rodrigues I. S., Fukumasu C. V., Scorsolini-Comin, F., & Guimarães R. A. (2018). Contribuições da terapia cognitivo-comportamental para a compreensão do luto. *Rev. Cienc. Saúde*, 8(4), 19-24.
- Sardinha, A., & Nardi, A. E. In: Melo, W. V. (org.) (2014). *Estratégias psicoterápicas e a terceira onda em terapia cognitiva*. (pp. 122-152)., Novo Hamburgo: Sinopsys.
- Vallé, J. (Diretor). (2016). *Demolição* [Filme Cinematográfico].

ENDEREÇO DE CORRESPONDÊNCIA**Autora Orientanda:**

Kamilla Rodrigues Queiroz

Rua Juscelino Kubitschek de Oliveira, 1220 Bairro: Cidade Nova – Patos de Minas – MG – Cep: 38.706-002

Telefone de contato: (34) 3818-2300

E-mail: kamillapeleja@gmail.com

Autor Orientador:

Arthur Siqueira de Sene

Rua Juscelino Kubitschek de Oliveira, 1220 Bairro: Cidade Nova – Patos de Minas - MG – Cep: 38.706-002

Telefone de contato: (34) 3818-2300

E-mail: arthursene@gmail.com

DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Patos de Minas, 21 de setembro de 2020

Kamilla Rodrigues Queiroz

Arthur Siqueira de Sene



FACULDADE PATOS DE MINAS



FACULDADE PATOS DE MINAS

Mantenedora – Associação Educacional de Patos de Minas

Portaria de Recredenciamento MEC – DOU N°. 1469 de 10 de Outubro de 2011.

Departamento de Graduação em Psicologia

Curso de Bacharelado em Psicologia

(Formação de Psicólogo)

Curso Reconhecido pela Portaria DIREG/MEC N°. 371 de 30/08/2011, renovado Reconhecimento de Curso pela Portaria DIREG/ME N°. 267 de 03/04/2017, publicado DOU em 04/04/2017, nº. 65, sessão 1, pág. 70-81

“Como Psicólogo, eu me comprometo a colocar minha profissão a serviço da sociedade brasileira, pautando meu trabalho nos princípios da qualidade técnica e do rigor ético. Por meio do meu exercício profissional, contribuirei para o desenvolvimento da Psicologia como ciência e profissão na direção das demandas da sociedade, promovendo saúde e qualidade de vida de cada sujeito e de todos os cidadãos e instituições.”

(Juramento do Psicólogo – Conselho Federal de Psicologia)