

PSICOLOGIA: HIPNOTERAPIA E LUTO

*Luiz Tadeu Martins de Oliveira

Hipnoterapia educativa é forma específica de pensar que poderá proporcionar sabedoria a alguém.

Explicitarei reflexões a respeito do LUTO em face da hipnoterapia educativa. Entende-se luto como a dor por uma perda para a morte, e também há o pré-luto como sendo o sofrimento da perda anunciada.

Do ponto de vista psicoterapêutico não há a dor pela dor de alguém, mas sim pelo o que ele representava, fazia ou o que era pensado sobre ela pelo enlutado

Psicoterapia do luto implica em elaborar o luto, entendendo as próprias dores envolvidas na perda para a morte, gradativamente. Também implica enfatizar que não há uma fórmula mágica de como lidar com o luto, existindo possíveis caminhos psicoterapêuticos. Ademais, trazer bem-estar tornando a dor suportável ou curada, inspirar prazer, se possível, lembrando da vida prazerosa tida antes da morte., superar possíveis erros cometidos, buscar sensação de orgulho de estar lidando com a morte ou com a vida até o momento evento-morte.

Esclarece-se que a dor pela perda para a morte refere-se a o que se tinha de bem-estar com outro que faleceu, isto é, o que o falecido inspirava na vida do enlutado, o que pensava sobre ele, o que era feito de um para com o outro, ou como os atos do falecido afetavam a vida do enlutado, ou que espaço era ocupado pelo falecido?

Algumas heurísticas ao profissional que está tratando paciente-enlutado, enfocando dores comuns da perda de alguém para a morte;

1. Diferenciar os significados da morte do enlutado. Muitas vezes, a dor da perda é mais CULPA do que pela perda de alguém, separando como o enlutado sente de fato de como ele acha que deveria estar sentindo, exemplos: o enlutado não falou tudo que amava, o último contato foi de briga entre o enlutado e o falecido, pode ter facilitado a morte com uma briga, deixar de valorizar o outro o quanto devia, não cuidou o suficiente, achar que se tivesse feito mais o falecido estaria vivo, não sentiu dor por ter perdido.

2. PERDA DO SENTIDO OU SIGNIFICADO DA VIDA: o tempo antes utilizado para ficar com a pessoa falecida deixou agora um vazio, perda do sonho ou fantasia de vida perfeita ou do que foi, percepção de que não aproveitou bem a vida com o falecido, perda de referência para a vida que só o falecido dava, a morte do outro coloca-me diante da mortalidade, não saberei ter prazeres agora em diante na vida, pois somente o falecido me dava ou resolvia meus problemas, ter que educar os filhos mais ou menos sozinho (a).

Na ótica da Psicologia Integral – Profunda - Espiritual, uma atitude diante da inevitabilidade da morte: Reservar espaços mentais para cultivar desapegos de coisas e pessoas, posições sociais. Extravasar a dor pela perda a morte lembrando dos momentos bons vividos com o falecido, com ternura, oração para crescer intimamente,

São algumas reflexões iniciais a respeito do tratamento do luto pela Hipnose Educativa.

BIBLIOGRAFIA: Curso avançado em Hipnose Educativa – Instituto Milton Erickson de São Paulo. Autor: BAYARD GALVÃO. Agosto de 2012.

*Psicólogo Clínico
Psicologia Integral
Hipnoterapeuta

luiztadeumartins@hotmail.com

Fone: 06734226719