

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO  
COORDENADORIA GERAL DE ESPECIALIZAÇÃO,  
APERFEIÇOAMENTO E EXTENSÃO (COGEAE)  
PUC-SP**

**CRISTIANE JUCIARA CORDEIRO DE ANDRADE AMARAL**

**O QUE ACONTECE COM QUEM FICA?  
AMIGOS E COLEGAS DE SUICIDAS ADOLESCENTES, CONTAM SUA  
EXPERIÊNCIA**

**ESPECIALIZAÇÃO EM TERAPIA DE FAMÍLIA E CASAL**

**SÃO PAULO**

**2018**

**CRISTIANE JUCIARA CORDEIRO DE ANDRADE AMARAL**

**O QUE ACONTECE COM QUEM FICA?  
AMIGOS E COLEGAS DE SUICIDAS ADOLESCENTES, CONTAM SUA  
EXPERIÊNCIA**

**ESPECIALIZAÇÃO EM TERAPIA DE FAMÍLIA E CASAL**

**Monografia de aproveitamento do curso de  
Especialização de Terapia Familiar e de Casal  
da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo,  
sob orientação da Profa. Dra. Claudia Bruscin.**

**SÃO PAULO**

**2018**

**CRISTIANE JUCIARA CORDEIRO DE ANDRADE AMARAL**

**O QUE ACONTECE COM QUEM FICA?  
AMIGOS E COLEGAS DE SUICIDAS ADOLESCENTES, CONTAM SUA  
EXPERIÊNCIA**

Monografia de aproveitamento do curso de Especialização em Terapia Familiar e de Casal da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, sob orientação da Profa. Dra. Claudia Bruscin.

**Comissão Examinadora**

---

**Prof. Dr.**

**Pontifícia Universidade Católica**

**Orientadora**

---

**Prof. Dr.**

**Pontifícia Universidade Católica**

*“Aos cansados Ele dá novas forças, e enche de energia os fracos até os jovens se cansam, e os moços tropeçam e caem.*

*Mas os que confiam no Senhor, recebem sempre novas forças, voam nas alturas como águias, correm e não perdem as forças, andam e não se cansam”.*

*Isaías 40:29-31*

## **AGRADECIMENTOS**

Ao meu esposo e filho, que durante minha caminhada de estudos foram compreensíveis com minha ausência, me apoiaram, acolheram meu cansaço, compartilharam comigo a alegria de cada conquista e descoberta.

Aos meus pais, responsáveis por minhas raízes, por me ensinarem a amar, a valorizar cada etapa da vida, ver a beleza nas pequenas coisas da vida, e entender que do simples nasce o belo. Meus maiores exemplos de amor, fé e superação.

Aos meus amigos que me proporcionaram momentos de descontração e paz, fornecendo-me fôlego para realização desta pesquisa.

A turma mais bela e companheira de estudo, que durante os 3 anos de especialização me deram muitos momentos de riso, entusiasmo, descobertas.

A minha companheira de atendimento Valéria Molina, que de maneira tão serena nos escolhemos, alcançando o compasso das batidas do coração. Compartilhar angústias e o não saber ao seu lado se tornou poesia. Minha gratidão a você por tornar tudo mais leve.

A Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup> Claudia Bruscin, minha orientadora que lindamente me acolheu, acreditou no meu potencial, orquestrou esta pesquisa comigo e que afetuosamente me surpreendeu na linda estrada que caminhamos juntas, estar com você individualmente foi um grande encontro, regado de muito carinho e respeito, a você minha admiração e gratidão por tornar este trabalho algo tão prazeroso.

A Prf<sup>a</sup> Liz Verônica Vercillo Luisi que de maneira singular mostrou a partir da sua vida a beleza do extraordinário surgindo, onde alguns viam caos, você só via a esperança. Obrigada querida, você me ensinou muito.

Aos professores e mestres do NUFAC COGEAE da PUC por possibilitar a concretização do sonho de me tornar terapeuta familiar, gratidão e honra a vocês por toda sabedoria que contribuiu para o aprofundamento dos meus conhecimentos. Vocês são inspirações, estarmos juntos foi um grande laboratório do humano, serei eternamente grata por tanta contribuição na minha formação.

A minha terapeuta Fátima Regina Bos, que com seu precioso trabalho, me conduziu a lugares não visitados e me possibilitou a tranquilidade e segurança para que eu

pudesse mergulhar em águas mais profundas, só a partir desta conquista eu pude realizar este sonho.

Aos meus clientes, por confiarem a mim, suas inquietações, angústias, alegrias, conquistas, dificuldades e superações.

A todos os participantes que gentilmente dividiram sua experiência de perder alguém. A generosidade de vocês deu consistência à essa pesquisa, e com certeza contribuirá para todos aqueles que talvez precisem resgatar a esperança e alegria de viver.

A Deus, meu Senhor, autor da vida, meu protetor e refúgio, minha gratidão por toda experiência vivida, por cada vitória conquistada e cada sonho realizado.

Dedico este trabalho a todos os adolescentes e jovens que enfrentam obstáculos, dificuldades, mas que, ainda assim, continuam sorrindo, alegrando o mundo, que mantêm viva a esperança e lutam para vencer.

## RESUMO

No Brasil o suicídio é a segunda causa morte entre pessoas de 15 a 29 de idade, os números crescem expressivamente a cada ano. Este trabalho teve como objetivo conhecer e compreender qual impacto para os jovens após o suicídio de um amigo ou colega de escola e como vivenciaram essa situação com o passar do tempo. Também procuramos entender como foi a experiência da perda e se perceberam alguma mudança na forma de lidarem com a própria vida. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, com base no pensamento sistêmico, tendo 04 participantes na idade entre 17 e 18 anos, colegas e/ou amigos de escola de jovens que cometeram suicídio. A pesquisa fundamentou-se em autores brasileiros que desenvolvem seu trabalho com o tema suicídio, adolescência, luto e pós-venção. Usamos também como recurso para contextualização do cenário atual dos adolescentes e jovens a série da Netflix 13 Reasons Why, que trouxe a discussão aberta sobre o suicídio de adolescentes na sociedade brasileira. A análise foi realizada a partir dos dados obtidos nas entrevistas, sua interlocução com a teoria, nossa observação e reflexão sobre as respostas propiciando a compreensão e a ampliação do olhar sobre o tema. Observamos através dos relatos dos entrevistados como é difícil falar sobre este tema com os adultos a sua volta e também para uma pessoa desconhecida, adulta, no caso a pesquisadora, porém ao compartilharem seus pensamentos e sentimentos com seus amigos íntimos se sentem aliviados e compreendidos. Surpreendeu como os relatos até sucintos eram carregados de descrença, dor e tristeza, e ver exposto nos sobreviventes o abalo existencial causado após o suicídio de um amigo ou colega. Aprendemos nesta pesquisa a importância dos amigos estarem unidos e ofertarem sua escuta, a importância do acolhimento e apoio da família, a importância das escolas onde ocorre um suicídio falarem abertamente e darem espaço para que os alunos possam elaborar seus sentimentos, a importância dos canais de apoio criados em instituições promovendo fortalecimento e gerando prevenção.

**Palavras-Chaves:** Suicídio. Adolescentes. Amigos. Rede

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>12</b>
<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>20</b>
<b>OBJETIVO GERAL.....</b>	<b>20</b>
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....</b>	<b>20</b>
<b>CAPÍTULO 1 .....</b>	<b>21</b>
<b>ADOLESCENTES NA ATUALIDADE E O SUICÍDIO .....</b>	<b>21</b>
<b>CAPÍTULO 2 .....</b>	<b>28</b>
<b>SUICÍDIO E SUAS CAUSAS .....</b>	<b>28</b>
<b>CAPÍTULO 3 .....</b>	<b>35</b>
<b>APÓS O SUICÍDIO – ENTENDENDO A DOR .....</b>	<b>35</b>
<b>METODOLOGIA .....</b>	<b>41</b>
<b>PARTICIPANTES .....</b>	<b>43</b>
<b>PROCEDIMENTOS.....</b>	<b>44</b>
<b>ANÁLISE DOS RESULTADOS.....</b>	<b>45</b>
<b>ENTREVISTAS .....</b>	<b>46</b>
<b>APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS.....</b>	<b>47</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>68</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>70</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>75</b>
<b>CARTA CONVITE .....</b>	<b>76</b>
<b>TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO .....</b>	<b>77</b>
<b>TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO .....</b>	<b>78</b>
<b>PERGUNTAS NORTEADORAS PARA ENTREVISTA .....</b>	<b>79</b>

## INTRODUÇÃO

A série 13 Reasons Why, em português, “Os 13 porquês”, da Netflix (2017) apresenta a história de uma adolescente divertida, amorosa chamada Hannah que aos poucos após viver abusos físicos e psicológicos como bullying, e agressão sexual, se percebe entregue ao mundo de dor e sofrimento, sem conseguir ser ouvida e compreendida por pessoas que estão a sua volta. Ela grava fitas cassetes revelando os motivos pelos quais ela desistiu de viver e comete suicídio.

A partir da explosão do número de espectadores da Série, críticas e discussões se estabeleceram nos diferentes meios de comunicação, nas redes sociais, nas escolas, em rodas de conversa, em todos os lugares os temas das conversas passaram a ser o suicídio. Lotério (2018) ressalta que o assunto deve ser tratado com o cuidado para não “romantizar” o suicídio, ou que ele possa servir como gatilho para outros jovens. Se questiona o quanto a série poderia induzir jovens ao suicídio ou o quanto a Série poderia promover a conscientização do tema. A autora (2018) chama atenção para o fato de que nesse período, as ligações ao Centro de Valorização da Vida (CVV, Ligue 188) aumentou expressivamente, compreendendo assim que a Série pode ter contribuído para o debate de um assunto que estava adormecido em nossa sociedade.

A Associação Brasileira de Psiquiatria (Psiquiatria,2009) tem critérios específicos para divulgação ou comunicação sobre suicídio são diferentes, pois entendem que a veiculação inapropriada do ocorrido pode estimular o ato em pessoas vulneráveis, é o que se denomina por contágio ou efeito Werther, que se trata de um movimento de suicídios gerados por imitação. Este nome foi recebido por conta do livro de Johann Wolfgang Von Goethe, um romance chamado Os Sofrimentos do Jovem Werther, na obra o protagonista se corresponde com um amigo e descreve suas experiências e a paixão avassaladora por uma pessoa casada e que ao não encontrar saída põe fim na própria vida dando um tiro na própria cabeça. A referência é feita porque, diversos suicídios foram relacionados após a publicação do livro, acreditava-se que a leitura poderia ser gatilho para pessoas suscetíveis ou sugestionáveis, no século XVIII o livro chegou a ser proibido e retirado de circulação em alguns países.

Pesquisas descrevem o efeito Werther como comportamento suicida em crianças e adolescentes sendo aprendido por um processo de modelagem ou imitação (Almeida, 2000). A autora refere-se a modelagem ou imitação ao comportamento adquirido através da observação, em que, em determinadas circunstâncias, pode-se recorrer a estratégia comportamental adquirida pela observação, ou uma variante do repertório que foi observado.

Considerando que as vítimas de suicídio não estão disponíveis para fornecer entrevistas e informações, Almeida (2000) ao pesquisar o efeito de contágio, realizou sua investigação com dois grupos, e evidenciou em seu estudo que adolescentes que têm amigos que tentaram suicídio apresentam maior ideação suicida do que os adolescentes que não tem amigos que tentaram suicídio.

Podemos pensar no que leva os jovens de famílias que estimulam o crescimento, que estudam em boas escolas, que em geral tem tudo o que precisam, a resolver buscar a morte em uma idade tão jovem.

Os jovens e adolescentes da atualidade fazem parte do que se denomina geração Z, é comum que grande parte esta geração tenha os pais trabalhando arduamente para proporcionar aos seus filhos tudo aquilo que não possuíam, como TV a cabo, vídeo game, internet, smartphones, computadores. Seus filhos já nasceram inseridos nas inovações tecnológicas e no mundo globalizado com todas as facilidades e estímulos possíveis. Estes jovens e adolescentes são dinâmicos fazem várias atividades ao mesmo tempo, possuem muitas aspirações, nem sempre calçadas na realidade, são habituados a conseguirem o que desejam, sem muito esforço pessoal, e em muitos casos não desenvolveram a tolerância a frustração.

O modelo vivido hoje, em que o conhecimento tecnológico impera, e invalida outros saberes, crianças e adolescentes desqualificam os adultos por não possuírem o mesmo conhecimento e habilidades tecnológicas que eles, neste sentido há uma inversão de papéis na hierarquia geracional, constatando não apenas um declínio na autoridade parental e sim o desaparecimento ou substituição desta autoridade mediada pela tecnologia. (Dias, 2015)

A tecnologia é extremamente relevante no momento atual, oferece facilidades, porém cabe ressaltar os efeitos contrários que ela pode causar quando

ocupa o espaço do homem nas relações, Dias (2015) nos convida a pensar sobre o quanto estamos dando sentido humano à máquina, e o quanto é necessário achar o equilíbrio entre as vantagens trazidas pela tecnologia, e entender que as funções maternas e paternas precisam ser preservadas, as fascinações e facilidades tecnológicas não podem ocupar o lugar que é do humano, o contato na formação do indivíduo é imprescindível e insubstituível, é necessário restituir o que é do humano ao humano.

Os adultos têm tornado a paternidade mais complicada devido ao sentimento de culpa que os cerca, a psicóloga Sayão (2017) em suas entrevistas para o canal da Veja no YouTube relata que, as famílias se cobram para oferecer aos filhos a perfeição e propiciar a eles a satisfação que a vida pode oferecer. Segundo ela, em sua experiência profissional, observa-se grande dificuldade nos pais em dizer não aos seus filhos. Esta dificuldade estaria baseada no receio em desagradá-los, no medo de não se sentirem amados, no receio da fragilidade do vínculo afetivo e como resultado deste formato de relação, ela nomeia os pais atuais como pais superobedientes. Sayão (2017) ressalta ainda que os pais parecem ter esquecido do que é ser adolescente, que é necessário ter a consciência que a rebeldia e transgressão fazem parte desta fase do desenvolvimento, com isso não cabe aos pais incentivar estes comportamentos, e sim compreender e confiar no vínculo afetivo estabelecido na primeira infância.

A geração atual de pais é discutida por Silva (2018) como pais superprotetores, que não permitem que seus filhos sofram frustrações, e que a partir desta proteção crianças imperadoras estão surgindo. A psiquiatra afirma que as crianças precisam aprender expressar as suas dores, precisam aprender a chorar, segundo Silva, isso abre novos caminhos para o cérebro, desenvolvendo a capacidade de se tornar um adulto que saberá lidar com as frustrações.

Com este cenário de pais inseridos no mercado de trabalho, com excesso de zelo, sentindo-se culpados, não sabendo lidar com a fase atual da adolescência e juventude, evidenciei nos meus atendimentos a angústia, o questionamento e inquietações a respeito do tema suicídio, percebi muitos pais preocupados com a possibilidade de perderem seus filhos.

Observei também, jovens com questionamentos a respeito da fragilidade da vida, pois conheciam alguém que cometeu suicídio ou que tentou se matar, e essa temática sobre autodestruição passou a ser constante nos atendimentos.

Entendo este momento socio cultural, no qual os adolescentes e jovens vivem o instantâneo, com a atenção voltada para suas autossatisfações, com os modelos de relacionamentos fluidos, que ao se depararem com as fragilidades dos laços humanos, não estão habituados a lidar com perdas. Isso acaba gerando neles níveis de insegurança maiores, principalmente quando se deparam com a dor de um amigo ou amiga que compartilham o suicídio como possibilidade da resolução de seus problemas, e muitos sentem-se no papel de cuidadores e salvadores da angústia do outro.

Passei a pesquisar e estudar o assunto, para compreender esta realidade, e surgiu em mim o questionamento sobre o que acontece com quem fica?

Como as pessoas próximas são impactadas?

Como os jovens e amigos elaboram o luto no caso de suicídio, por ser tratar de uma morte repentina e violenta?

Nas pesquisas realizadas me deparei com autores como (Casellato 2005, Clark 2007, Cândido 2011, Fukumitsu e Scavacini 2013, Prata e Milanez, 2016, Nunes, Pinto, *et al.*, 2016, Cassorla 2016; Fukumitsu e Kovács 2016, Cescon 2018, Fukumitsu 2018, Barros e Fukumitsu 2018) que desenvolvem sua compreensão sobre suicídio, luto, prevenção, impacto e apoio às pessoas em luto, porém não encontrei estudos que tratassem diretamente da rede de amigos, que abordasse a significação que este fenômeno ganha na vida dos jovens quando isso acontece.

Autores como Prata e Milanez (2016) afirmam que a morte por suicídio em nossa sociedade é um tabu, que este assunto é evitado nas conversas do dia a dia, que ocultamos principalmente das crianças o contato com a finitude. A partir deste ponto de vista, os autores descrevem que trazer à tona questões sobre suicídio é compreender que matar-se a si mesmo é uma possibilidade diante da vida, e isso intriga a sociedade pois esta forma de morte sempre será polêmica e traz consigo questionamentos coletivos sobre o que justificaria alguém a tirar a própria vida.

Concebemos que o curso natural é lutarmos pela manutenção da vida, lutarmos pela preservação, pensar em suicídio é pensar no rompimento deste curso natural, pois mesmo sendo um ato individual e voluntário, pode ser considerado como o tipo de morte das mais dolorida para as famílias lidarem. (C.V.V, 2018)

Compreendemos que o tabu é gerado pela sociedade, a partir de seus valores e cultura, atualmente ele não é visto como algo sagrado como ou mágico como era visto na sociedade primitiva, hoje tabu é tido como conjunto de regras, normas e proibições com a intenção de proteger as pessoas (sociedade).

Em torno dele se orientam comportamentos e o que se espera do indivíduo, quando levamos o tabu da morte para o para os casos de suicídio, ele se torna tabu por ser a concretização violenta e transgressora não para quem se mata, mas para os sobreviventes enlutados, pois é um ato incompreensível, e considerado socialmente como proibido.

Quando ocorre um suicídio a psicóloga Fukumitsu (2018) questiona sobre “quem mata quem?” ela descreve em sua experiência que o suicídio leva não apenas a pessoa que morreu, mas leva sonhos, leva expectativas, e que o enlutado vive um constante mal estar, a autora se refere aos familiares e amigos de um suicida como sobreviventes, por compreender que estes enfrentam uma dor sem igual após a morte auto provocada.

A elaboração do luto por suicídio demanda muita energia psíquica, por ser uma morte inesperada e violenta, as autoras Fukumitsu e Kovács (2016) afirmam que assim como o suicídio não pode ser encarado de forma simplista, o processo de luto não deve apresentar uma única compreensão, sendo assim o processo de luto é dinâmico, varia de pessoa para pessoa, assim como os sentimentos vividos, como culpa, dor, vergonha, frustração, dificuldade em encontrar sentido nas coisas, tristeza, medo, choque, isolamento social, raiva e negação.

Clarck, (2007) também aponta que, devido ao estigma social, a elaboração do luto pode ser intensificada devido ao sentimento de culpa e autoacusação, o autor destaca que a sociedade dá ênfase apenas ao sujeito suicida e o seu ato em si, mas que é necessário entender os efeitos desta morte sobre a vida da pessoa enlutada,

ele observa que o isolamento e a sensação de desamparo geram cicatrizes nos sobreviventes.

A morte silencia, silencia com o indivíduo que morreu, seus motivos, a família busca muitas vezes esconder a causa da morte, buscam o pacto do silêncio, porém (Santos, Campos e Tavares 2015) afirmam que ninguém morre sozinho, embora o suicídio possa ser considerado o finalizador de uma dor psicológica e insuportável para o próprio indivíduo, para os sobreviventes representa o início de um percurso de sofrimento intenso.

Visando a recuperação psicológica o trabalho de pósvenção refere-se ao cuidado profissional aos enlutados por suicídio, compreendendo que este tipo de morte deixa fragmentos e estilhaços nas pessoas que vivem diretamente este impacto.

O trabalho de pósvenção são atividades realizadas para atenuar o abalo da perda por suicídio e possibilita também a prevenção das próximas gerações, segundo as autoras Fukumitsu e Kovács (2016) a estimativa mais comum revela que para cada morte por suicídio, aproximadamente seis pessoas acabam adoecendo psicologicamente.

O trabalho de pósvenção visa as necessidades dos enlutados, os mecanismos de apoio na redução do sofrimento agindo de forma direta na prevenção de novos suicídios.

A morte sempre afeta e traz consigo dor e tristeza, Santos, Campos e Tavares (2015) em sua pesquisa apontam que o número médio de pessoas impactadas por suicídio são de 6 pessoas, porém descrevem que este número pode variar dependendo do grau de parentesco do enlutado e da idade da pessoa falecida, no caso de crianças estima-se que o suicídio terá afetado 80 sobreviventes, para cônjuges estima-se cerca de 60 sobreviventes e para amigos e irmãos este número fica entre 45 a 50 sobreviventes.

Creio que viver o suicídio de uma pessoa próxima causa mudanças e transformações na vida dos sobreviventes, a morte pode trazer a ausência física, mas as lembranças e sentimentos permanecem, Kovács (2003) nos propõe a pensar no sofrimento e em aspectos da vida sem a presença da pessoa amada.

Como seguir e como encontrar sentido na vida, como permanecer com as lacunas que se criam neste momento de sofrimento, como enfrentar as perguntas sem as respostas, como lidar com os sentimentos que se instalam?

Voltei para a série 13 Reasons Why principalmente no que ocorre na segunda temporada, foquei em alguns personagens com os meus questionamentos, e pude perceber o seguinte:

- Andy Baker e Olivia Baker pais de Hannah, se divorciam após a morte da filha, eles se sentem culpados por não perceberem que a filha não estava bem, por não conseguirem ler os sinais que ela tentava transmitir, e buscam o tempo todo achar respostas para os motivos que levaram a filha ao suicídio.
- Clay Jensen é apaixonado por Hannah, e após o suicídio ele passa a ter sentimentos ambivalentes de sofrimento, dor, raiva, culpa e impotência. A partir da compreensão dos motivos do suicídio de sua amiga ele tenta promover a conscientização sobre os abusos psicológicos e físicos ocorridos em sua escola, tenta fazer justiça com a honra da Hannah e com as demais pessoas que sofrem bullying na escola. A morte o impulsiona a fazer mudanças no seu contexto social.
- Justin Foley após tomar consciência do seu papel na participação e promoção de abusos físicos e emocionais, não consegue lidar com seus sentimentos de culpa, com a pressão psicológica, com seu contexto familiar e social, torna-se dependente de drogas chegando a virar morador de rua.
- Jéssica, por ter sido abusada pela mesma pessoa que Hannah, após a morte, enfrenta dilemas sobre o enfrentamento do abuso juntamente com o luto da amiga, passa a fazer uso excessivo de álcool para conseguir apaziguar sua dor e angústia
- Alex, que chegou a ser paquera de Hannah, depois passou a ignorá-la para ser aceito no grupo dos populares da escola, após a morte de Hannah, ele se sentia culpado por ter sido negligente com a amiga, e encontra também na morte a solução para seus problemas, ele tenta tirar a própria vida dando um tiro em si mesmo, mas sobrevive, e fica com sequelas físicas, além de desenvolver depressão.
- Porter, orientador educacional perde o emprego, por ser julgado criminalmente e considerado que foi omissivo no momento em que Hannah procura ajuda, pouco antes de se matar. Seu sofrimento psicológico atinge seu contexto

familiar, fica evidente em vários episódios o sentimento de culpa e a tentativa de reparação e cuidado com os demais jovens da escola.

Ao examinar a série e com a pesquisa bibliográfica, os estudos nos conduzem à compreensão de que o suicídio causa alterações na vida dos sobreviventes, chegando em alguns casos a ser dilacerante.

A partir deste estudo e aprendizagem, surgiu em mim a inquietação de realizar esta pesquisa e conhecer com os participantes, sobreviventes à morte de seu amigo/a ou colega como tem sido lidar com a perda, como vivem o luto, como a vida deles tem seguido, como andam seus planos e sonhos.

No capítulo 1 Adolescentes na Atualidade e o Suicídio, descrevo a relação do que é ser adolescente nos dias atuais, as transformações pertinentes a essa fase, as preocupações vivenciadas pela família e os desafios de acompanhar as evoluções da pós modernidade, como o uso das mídias, rede e as novas formas de comunicação.

No capítulo 2 Suicídio e suas causas, apresento os dados estatísticos sobre o suicídio no Brasil entre adolescentes e jovens, os sinais que uma pessoa pode apresentar antes de cometer o suicídio e os fatores de risco.

No capítulo 3 Após o Suicídio - Entendendo a dor, caminho pela compreensão da dor gerada a partir de uma morte autoprovocada, como os adolescentes podem ser impactados pelo suicídio, as especificidades do luto e as possíveis consequências quando não elaborado.

Na sequência apresento o método de pesquisa utilizado neste trabalho, detalho os participantes, o procedimento, a coleta e análise dos dados. Posteriormente apresento os resultados da análise das entrevistas e teço minhas considerações finais da pesquisa.

## **OBJETIVOS**

### **OBJETIVO GERAL**

A partir do conhecimento construído sobre o tema abordado aqui, o objetivo desta pesquisa com jovens de 15 a 20 anos de idade, foi conhecer e compreender qual impacto para os jovens após o suicídio de um amigo ou colega de escola e como vivenciaram essa situação com o passar do tempo.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Conhecer quais os sentimentos, pensamentos em relação ao suicídio e qual o significado dado para morte.
- Compreender os significados que cada jovem atribuiu a esta experiência
- Entender como foi a experiência da separação, da perda e se percebem alguma mudança na forma de lidarem com a própria vida.

## **CAPÍTULO 1**

### **ADOLESCENTES NA ATUALIDADE E O SUICÍDIO**

A adolescência é a etapa do desenvolvimento humano na qual ocorrem mudanças de ordem biológica, fisiológica e psíquica. (Ranna, 2005) (Monteiro, 2012)

Ranna (2005) descreve as alterações dessa etapa da vida do ponto de vista biológico com a chegada da puberdade e a maturação da sexualidade, do ponto de vista social ocorre a transição entre a infância e a idade adulta, e do ponto de vista psicológico ele compreende como a estruturação final de uma identidade definitiva do adolescente, alcançando autonomia e independência dos pais e passando a assumir os novos papéis da vida adulta.

Para os pais este período pode ser concebido como uma fase de rebeldia e grandes conflitos, pois na busca da diferenciação da sua identidade familiar e construção da sua própria identidade surgem as mudanças intelectuais e afetivas.

Ter um filho adolescente representa para uma família um novo ciclo, e com ele chegam as novas demandas, o distanciamento dos filhos em busca de mais independência, a necessidade de flexibilidade de ambas as partes, as negociações para que o adolescente possa amadurecer e conquistar sua autonomia, neste sentido as autoras Macedo, Bruscin e Feijó (2014) descrevem a adolescência como:

... um momento de novas experiências e do exercício de novos papéis para toda a família .... É provável que os filhos já não precisem tanto dos pais, que convivam mais com os pares e façam mais escolhas por si mesmos. Contudo, a prontidão por parte dos filhos, para tomada de decisões e por parte dos pais para acompanhar o desenvolvimento com maior distanciamento dos filhos, geralmente é adquirida de modo gradual e processual. (pg.47)

Nesta fase é comum observarmos os pais preocupados com os filhos, pois lhes parece estranho não encontrarem a criança que estavam habituados a cuidar, e se deparam com alguém crescido, que se isola e fecha-se para o mundo só seu, muitas vezes tornando difícil o relacionamento. O adolescente neste processo de distanciamento busca ser ele mesmo, é uma época conturbada e de insegurança.

Essa insegurança é vivenciada pelos pais por compreender o medo de questões como a banalidade da sexualidade, gravidez não planejada, doenças sexualmente transmissíveis, uso abusivo de álcool, acesso a drogas, violência, tempo gasto em redes sociais, falta de comprometimento com os estudos ou motivação para o trabalho. É chegada a fase de cuidar de longe, de dialogar, porém quando essa comunicação não foi gerada desde a infância pode ser interpretada pelos filhos como controle e intromissão.

A adolescência é uma fase de transformações tanto externas quanto internas, externamente eles lidam com as pressões e exigências desta fase, e embora se percebam muitas vezes indecisos, sentem a cobrança das tomadas de decisões, internamente além de assumir o pensamento mais introspectivo se instauram sofrimentos. Sofrimentos pertinentes ao luto vivido nesta fase, Bruscajin (2004) e Ranna (2005) descrevem este luto como a perda definitiva da condição de criança, do corpo, da dependência e proteção dos pais sendo necessário uma nova condição de ser, um adulto.

A adolescência é um fenômeno recente, ela era definida com início aos 12 anos de idade e terminava aos 18, atualmente o referencial utilizado pela Organização Mundial da Saúde define a adolescência como período da vida que vai precisamente dos 10 anos até os 19 anos, 11 meses e 29 dias, porém Osório, (1992) assinala o término da adolescência relacionado com os seguintes fatores: 1) estabelecimento de identidade sexual e maturidade afetiva para estabelecer relações estáveis, 2) independência econômica, 3) desenvolvimento de um sistema de valores pessoais; e 4) existência de uma relação de reciprocidade com a geração precedente. Na minha experiência clínica concordo com Osório, consigo perceber que quando estes fatores estão presentes o adolescente amadureceu e é um jovem adulto, competente e autônomo.

Entre tantas mudanças, temos ainda o fato de pertencermos a uma sociedade pós-moderna, tecnológica, que passa por alterações de valores, fazendo com o que nossos jovens atinjam primeiramente a maturidade física e sexual, mas que o alcance do papel de adultos ainda se distâncie. (Bruscajin, 2004).

Percebo muitos adolescentes com questões existenciais, se questionando sobre o sentido da vida, confusos sobre a decisão de carreira que devem seguir, sentindo-se pressionados, cobrados a produzir para contentar os pais e a sociedade, tendo que ingressar no mercado de trabalho, quando internamente o desejo é outro, as vezes relatam a vontade de serem youtubers, ou desenvolverem outras formas de ganhar dinheiro que não são legitimadas pelos seus pais. Com isso entendo um descompasso no tempo entre as gerações, por um lado vejo que os pais de hoje são aqueles que lutaram para conquistar sua liberdade, para saírem da casa de seus pais, para demonstrarem sua independência e autonomia, e vejo adolescentes com seu próprio tempo, sem urgência, com a independência financeira demorando mais a chegar e com o alargamento excessivo desta fase.

Hoje além dessa complexidade e angústia que descrevem a adolescência, outros fatores têm contribuído de forma forte que marcam ou tornam o adolescente ainda mais complexo e ainda não temos uma noção tão clara das diferenças que as tecnologias têm causado na experiência do que é ser adolescente na atualidade. Em certos aspectos, nós os mais velhos, entendemos pela nossa própria experiência de vida, o que é ser adolescente, hoje, porém é muito diferente, ao refletir sobre essas diferenças de geração atual Ranna (2005), descreve:

O adolescer dos pais de hoje já é antigo e o novo adolescer lhes parece problemático, mais pela falta de identificação entre o processo de amadurecimento das diferentes gerações que propriamente porque estamos diante de uma "juventude perdida". O que perdemos foram as semelhanças: outrora o adolescer era o mesmo durante séculos, além de ser totalmente ritualizado. Hoje, com a velocidade das mudanças, o adolescente de uma geração causa estranhamento e perplexidade para a anterior. Todos sofrem com isso. (pág. site mente e cérebro)

O adolescente na atualidade é definido pelos sociólogos e publicitários como geração Z, segundo (KAMPF, 2011) o Z vem de "Zap", do inglês, significa "fazer algo muito rapidamente" e também "energia" ou "entusiasmo". O Z também vem do "zapear", ou seja, trocar os canais da TV de maneira rápida e constante com um controle remoto, em busca de algo que seja interessante de ver ou ouvir ou, ainda, por hábito.

As pessoas da geração Z, nasceram a partir dos anos 1990, cabe destacar que neste momento histórico a internet já existia, ou seja, eles nasceram em um mundo caracterizado pelas tecnologias e mídias digitais, segundo Marc Prensky apud (KAMPF, 2011), o perfil cognitivo (de aprendizado) destas "novas crianças", teriam estruturas cerebrais diferentes e seriam mais rápidas, capazes de realizar muitas tarefas ao mesmo tempo e mais autorais do que as das gerações anteriores.

Convém destacar que as formas de comunicação desta geração são diferentes, eles estão o tempo todo conectados, antenados, possuem de forma natural a internet, o acesso à informação e usam a tecnologia para se conectarem a outras pessoas e formarem sua rede. Kampf, (2011) descreve que estes adolescentes nasceram no período em que o Google e a Wikipédia já existiam, e que é natural a destreza que observamos em que eles lidam com os recursos tecnológicos disponíveis, seja mp3, celular, smartphone, tablet ou leitor de e-book e que normalmente ensinam seus professores, pais ou avós a usar o controle remoto da TV de LED ou mesmo a criar um perfil no Facebook , Instagram ou Twitter.

Ao analisar a evolução do comportamento dos jovens desde a década de 1960, Oliveira (2013) aponta que a partir do nascimento da internet criou-se uma nova forma de interação social, ele destaca que os adolescentes da atualidade são adeptos da rapidez e da instantaneidade, que os jovens são ligados pelos pontos de interesse em comum e não necessariamente por sua localização geográfica, que os nativos digitais são habituados pela lógica dos games, que a competitividade e a colaboração são valores fortes no mundo dos jogos eletrônicos e que embora os jovens sejam pessoas aut centradas e egoístas, de maneira antagônica, gostam de compartilhar informações pelas redes sociais.

Os autores Prata e Milanez em seu livro Filosofia do Suicídio (2016) retratam as várias perspectivas sobre o suicídio como a filosofia, a religião, o capitalismo, a psiquiatria, e também os motivos pessoais que levam uma pessoa a cometer esse ato. Santos e Almeida (2016) em seu capítulo nesta obra analisam e desenvolvem uma reflexão sobre o suicídio fundada em investigar o problema a partir do olhar capitalista e social, e não apenas como uma ação individualista autodestrutiva ou baseada em patologias. Eles reconhecem que o suicídio resulta de diversos fatores, biológicos genéticos, psicológicos, sociológicos, cultural e

ambiental, entretanto, destacam o funcionamento do sistema capitalista que é muitas vezes, negligenciado. Eles abordam o indivíduo como ser social, que é inautêntico porque sua personalidade é fundada e determinada pelo sistema capitalista que reproduz a necessidade do consumo, negligenciando as individualidades desenvolvidas por cada cultura em termos históricos, segundo eles, existe uma padronização do comportamento humano, de gosto, valores.

Pensando nos adolescentes, inseridos neste cenário de consumo, de cobranças, de autorrealização, a partir da lente que o adolescente enxerga o mundo, os impactos causados são subjetivos e nem sempre conseguimos dimensionar. Instalam-se vários sentimentos como uma montanha russa, entre eles o vazio existencial, a insatisfação, e as frustrações do cotidiano, o adolescente percebe-se com a necessidade de tornar-se independente, conquistar sua autonomia e ao lidar com as mudanças desta etapa do desenvolvimento, não se sentem preparados para enfrentar tantos desafios, com isso podem se sentir deprimidos e incompreendidos. A partir desta perspectiva o suicídio pode ser compreendido como a produção de um gesto de comunicação, que denuncia à sociedade o que não está bem, sejam as pressões, as cobranças, as angústias decorrentes da conquista da autonomia que são pertinentes a essa fase do desenvolvimento humano.

Cassorla (2016) aponta a adolescência como período em que a impulsividade é considerada normal, que é imprescindível que a rede de adultos próximos como pais e professores possam promover escuta, acolhimento e os ajudem a pensar, a transformar a força impulsional em capacidade de espera e desenvolvimento de pensamentos. O autor destaca ainda que é necessário compreender a vulnerabilidade existente nesta fase de formação de identidade, que existe para o adolescente a dificuldade de relativizar o que acontece em sua volta e que muitas vezes eles se sentem perplexos frente as demandas do mundo externo e as necessidades de resolver as questões frustrantes.

Outro aspecto a respeito da fase da adolescência é surgimento do raciocínio hipotético-dedutivo que permite generalizações mais rápidas e a compreensão de conceitos abstratos, dando abertura para a independência intelectual, que leva ao questionamento da sociedade, da religião, da política e da família (Bruscagin, 2004). Este tipo de pensamento pode representar um salto qualitativo, mas pode também

conduzir o adolescente ao movimento de isolamento e introspecção, portanto, é importante que se verifique a presença de ideação suicida, ou seja, pensamentos, desejos e intenção de matar a si mesmo.

Quando falamos do adolescente da atualidade, precisamos considerar que eles estão mediados por outras formas de comunicação, estão inseridos no mundo globalizado, com acesso aos recursos tecnológicos e redes sociais, que independente do apoio recebido pelos familiares, o fato de estarem rodeados pelas mídias nos leva a refletir sobre o potencial impacto e influência das redes, entendendo que quando ocorre um suicídio os adolescentes divulgam e espalham a notícia. Ao se conectarem, eles se comunicam, e ao entendermos a complexidade do suicídio, compreendemos a relevância da forma de comunicação, pois a banalização deste tema poderia ocasionar a estimulação do ato.

O suicídio, segundo a psicóloga Scavacini (2014) é considerado uma forma de comunicação, ele expressa algo que não está bem, a autora explica que no processo de psicoterapia é possível identificar que tipo de problema a pessoa está tentando solucionar através deste ato, e que ao promover a saúde mental, estamos gerando prevenção.

Scavacini (2014) destaca que quando pensamos em alguém, pensamos nessa pessoa inserida em uma sociedade, em uma família, que ela nunca está sozinha, sempre pertencente a algum sistema, ou seja, pensamos e devemos compreendê-la em sua totalidade com suas vulnerabilidades. Pensar nas redes de apoio, nos recursos sociais disponíveis é pensar nos fatores protetores contra o suicídio.

Na campanha setembro amarelo em prevenção ao suicídio a psicóloga Fukumitsu (2018) no seu canal no YouTube descreve que não é fácil ouvir alguém que deseja se matar, mas que precisamos ter uma escuta acolhedora, ela faz um paralelo usando a ilustração sobre o acolhimento quando alguém menciona por exemplo que está doente ou ferido, que nesta situação é comum as pessoas opinarem, acolherem e interferirem sobre como se deve cuidar da doença ou da ferida, mas que quando, o que se comunica é a dor da alma, normalmente desviamos o olhar para esta dor e evitamos este contato. Ela descreve este

processo como uma dor sentida, porém não consentida socialmente, compreendendo que a sociedade não está preparada para lidar com o sofrimento psicológico. Em suas palavras:

“Quando alguém comunica um sofrimento intenso psíquico existencial, é possível prevenir o suicídio quando falamos abertamente sobre o tema, podemos investigar com a pessoa por exemplo o que sua morte resolveria, e convidar o outro a falar de suas fantasias e abrir espaço para que ela possa falar de sentimentos inóspitos, se o suicídio é uma via de uma comunicação precisamos que essa comunicação seja posta em vida e não em morte, por isso podemos perguntar onde dói, o que a pessoa gostaria de matar, ou que situação ela espera que conseguir com a sua morte e seu objetivo”. (Youtube,2018)

Entendemos que embora os adolescentes de hoje tenham aspectos parecidos com o de antigamente, pois ainda questionam a família, se questionam sobre quem são, também se angustiam, brigam por espaço, liberdade e autonomia, observamos atualmente outros fenômenos que podem tornar mais difícil esta fase, como o advento da internet, as mídias, o isolamento, o individualismo, a velocidade excessiva, a ansiedade, a valorização da vida digital em detrimento das relações presenciais, a liquidez das relações, a insegurança.

## CAPÍTULO 2

### SUICÍDIO E SUAS CAUSAS

A palavra suicídio do ponto de vista etimológico vem do latim, (sui=si mesmo, caedes = ação de matar). Do grego suicídio = autó-fonos significa “que mata a si mesmo”. A palavra suicídio é conhecida e utilizada desde o século XVI, no livro *Religio Medici* o médico Thomas Browne a usava para descrever ações heroicas e patológicas. Na Europa a expressão utilizada para o suicídio é *felo de se*, ou seja, “criminoso de si mesmo” (Scavacini, 2018)

A filosofia e sociologia são áreas do conhecimento que também refletem e indagam sobre o tema do suicídio, Durkheim, em seu marcante estudo sociológico sobre o suicídio discute a influência e o papel da sociedade quando o indivíduo escolhe e decide pelo término de sua vida. Ele entende o suicida como alguém além das características biológicas psicológicas, para ele o sujeito é alguém que deve ser compreendido a partir de suas relações, seus contextos vividos e observado a partir da sociedade que está inserido. A autoras Toro e Nucci, *et al.*(2013) apresentam essa reflexão, e descrevem que no campo da psicologia o suicídio é compreendido como resultado de uma intensa dor psíquica.

Ao observarmos nossos jovens com a escolha de serem criminosos de si mesmos, nos deparamos com a indagação sobre a dor intensa que se estabelece em seu interior, questionamos as possíveis causas externas sociais que podem contribuir para o crescente número de suicídios entre adolescentes e jovens, e pensamos em que sociedade estes jovens estão inseridos.

É uma sociedade que cobra e exige a definição de uma escolha de profissão, que tem em si pressões sobre o vestibular, entendendo que o vestibular é na sociedade Brasileira um rito de passagem, que os pais investiram arduamente na formação de seus filhos esperam por este momento, e a pressão de sucesso neste caminho. Temos um mercado que oferece uma gama enorme de possibilidades de profissões, e percebo entre as gerações o descompasso neste momento, pois observo pais desejando carreiras que promovam estabilidade e filhos lidando com os caminhos mais alternativos que consideram promissores, como por exemplo ser um

investidor de moeda digital (Bitcoin), ser jogador profissional de games, ser remunerado por ser um youtuber entre outras carreiras.

Ao olhar as causas que podem levar os adolescentes e jovens ao suicídio, temos que considerar as mudanças internas, as angústias pessoais, mas também compreender que eles estão inseridos em um contexto histórico, cultural e em uma sociedade que sofre mudanças, que muitas vezes são rápidas e mais complexas do que podemos imaginar.

Busquei levantar neste estudo reflexões sobre o impacto diante de uma sociedade que nem sempre é acolhedora. Percebo jovens e adolescentes com boa formação e capacitação para o mercado de trabalho, porém inseguros, desprotegidos emocionalmente. Muitas vezes assustados não sabendo lidar com mundo interno e o externo.

A série 13 Reasons Why retrata a partir da personagem Hannah como ela foi atingida pelas atitudes das pessoas que estavam em sua volta, que foram omissas ou contribuíram para sua decisão sobre o suicídio.

Na série a personagem denuncia a pressão vivida para ser aceita no contexto em que estava inserida, a difamação nas redes sociais, a falta de diálogo com os pais, o quanto se sentia exposta na escola, a dor e a solidão por sofrer bullying, a frieza e banalização sentida ao sofrer abuso sexual, e perceber que não consideraram o ato como um crime e que a preocupação estava voltada em identificar, juntar provas e punir o culpado, isentando assim a escola de qualquer responsabilidade sobre o ocorrido. A série demonstra que ao vivermos em sociedade estamos todos conectados e que influenciemos uns aos outros.

Quando falamos de suicídio e suas causas, é preciso compreender que cada história tem sua especificidade, por isso Scavacini (2018) descreve que não existe o “suicídio” e sim “os suicídios”. O termo suicídio é cunhado desde 1737 por Defontaines, a suicidóloga Fukumitsu (2015) hoje compreende e define suicídio da seguinte maneira:

Suicídio refere-se à morte que alguém provoca a si mesmo de forma consciente, deliberada e intencional, este meio de morrer reflete uma forte descarga emocional resultante de muito sofrimento psicológico. (Fukumitsu 2015)

A pessoa que comete suicídio, segundo (Fukumitsu, 2015) é marcada por “*uma ambivalência entre o desejo de viver e de acabar com dor*”. Ele pode ser única saída encontrada pela pessoa que o cometeu para encerrar seu sofrimento psicológico, nas palavras de (Sneidman 1992, 1994 citado por Fukumitsu et al 2015) “o suicídio é uma saída definitiva para um problema temporário”. Ao aprofundar ela enfatiza e entende o suicídio como:

(...) a melhor solução encontrada pelo indivíduo para escapar de uma dor insuportável. Esta dor que toma conta da mente está carregada de estados emocionais negativos (culpa, vergonha, angustia, pânico, solidão) acompanhada de ideais de morte (cessação), como estímulo para colocar fim nas emoções intoleráveis (Fukumitsu et al 2015).

O suicídio é um fenômeno complexo, explicá-lo apenas sob um angulo (emocional) seria reducionista, ele é um ato individual influenciado por diversos fatores. Scavacini (2018) aponta que há fatores biopsicossociais na vida de todos nós e que eles devem ser considerados.

O suicídio entre adolescentes e jovens cresce expressivamente e atualmente é a segunda causa morte entre pessoas de 15 a 29 anos de idade. No Brasil a média é de 5,6 mortes para cada 100 mil habitantes segundo dados do Ministério da Saúde de 2017, que também relata que entre os anos 1998 e 2008 houve um aumento de 33% no número de suicídios. Esta taxa de aumento é maior do que o aumento da população, maior do que o aumento dos números de acidentes de trânsito e maior que a taxa dos homicídios. (Ministério da Saúde, 2017)

Atualmente no Brasil para cada suicídio, há 7 homicídios, considera-se que por este motivo o suicídio não seja levado tão a sério, pois a violência urbana é ainda muito maior. Scavacini (2014) aponta que o índice previsto de suicídio para o ano de 2020 é de que uma pessoa cometa o suicídio a cada 20 segundos e que a cada 2 segundos haja uma tentativa de suicídio. Contudo devemos observar o suicídio entre os adolescentes e jovens em todo seu contexto histórico e social do momento em que ocorre, compreendendo que se trata sobretudo de um pedido de socorro e escuta.

O suicídio não é uma morte aceitável socialmente, quando ele acontece, o mais comum é que se procure saber o motivo na pessoa que tomou essa decisão.

Instala-se nos sobreviventes enlutados a realidade da perda, muitas vezes acompanhados de sentimentos de raiva, vazio, culpa, confusão e tristeza, especulam-se as possíveis causas, é o momento de perguntas que possam fazer compreender o significado daquela morte.

As perguntas frequentes nesses momentos são: Por que ele/ela fez isso? Clark (2007) descreve que a necessidade de saber o máximo que puder sobre esse ato. São perguntas naturais, porém parte importante do processo de recuperação do enlutado é poder contar histórias sobre a pessoa que morreu, e não apenas sobre sua morte. Falar apenas da morte pode ser um ato de curiosidade que causará aborrecimento e dor, e não trará respostas.

O Ministério da Saúde enfatiza em seu Manual de Prevenção ao Suicídio os sinalizadores que uma pessoa pode apresentar antes de cometer um suicídio, eles são conhecidos como os 4 D's: Depressão; Desesperança, Desamparo e Desespero. (Saúde, 2018)

Depressão - é uma forma de adoecimento, pode ter sua origem biológica ou fatores psicológicos.

O número de Brasileiros com depressão é de 11,5 milhões de pessoas, representando 5,8% da população Brasileira. Segundo a OMS (2015) em 10 anos o número de pessoas deprimidas cresceu 18,4% mundialmente.

Embora os números chamem atenção é preciso destacar que nem todas as pessoas deprimidas tentam o suicídio, porém quando ele ocorre grande parte das pessoas que o cometem tinham depressão, inclusive adolescentes, Barros e Fukumitsu (2018) destacam que a depressão é um fator de risco para o suicídio assim como fumar é um fator de risco para a morte, está compreensão nos faz pensar que eliminando este fator de risco estamos diminuindo o fenômeno do suicídio, por isso a busca de tratamento para a depressão seria uma das formas de prevenir o seu risco.

A desesperança - está ligada ao fato de não acreditar que seus problemas ou que sua dor possa ter uma saída, a pessoa não consegue vislumbrar no futuro uma saída ou resolução para seus problemas ou sua angústia, e que a única esperança de acabar com seu sofrimento está na morte. (Fukumitsu, 2018)

Cescon (2018) Descreve a desesperança da seguinte maneira:

... quando as pessoas são suicidas, seu pensamento fica paralisado, suas opções parecem escassas ou não existentes, seu estado de espírito é angustiante e a falta de esperança permeia todo seu domínio mental. O futuro não pode ser separado do presente, e o presente é doloroso acima de tudo. (pg.26)

O Desamparo - está vinculado ao sentimento de vazio e tristeza acompanhados de uma sensação de abandono e desamparo, gerados pela não escuta, pela ausência de empatia da sociedade, que por compreender as novas formas de relação muitas vezes virtuais e sem espaço para o acolhimento tem atitudes agressivas ou frias nas relações interpessoais. (SCAVACINI, 2014)

O Desespero - pode ser desencadeado por qualquer motivo como por exemplo o rompimento de uma relação afetiva, situação de desemprego, gravidez não planejada entre outros. Entre os adolescentes o fator de desespero pode estar associado com a incapacidade na resolução de conflitos. A combinação de impulsividade, desesperança, abuso de substâncias ou o uso abusivo de álcool representam fator de risco, podendo ser letal.

Entendendo o suicídio como multifatorial, outras causas ou fatores de risco apontados pelo Manual de Prevenção ao Suicídio (SAÚDE, 2018) seriam os os transtornos mentais, a violência e o uso abusivo de álcool e drogas.

Os transtornos mentais e psicológicos como a esquizofrenia, bipolaridade e transtorno borderline, afetam a percepção daquele que sofre, delírios e alucinações podem levar a pessoa à falsas crenças da realidade externa, o seu olhar fica alterado e comprometido.

Os transtornos mentais são elementos de risco para o suicídio, pensar sem preconceito, buscar tratamento psicológico e psiquiátrico é promover a saúde mental, e ao motivar o cuidado com a saúde estamos prevenindo as possibilidades de suicídio.

O uso de álcool e drogas tem atingido cada vez mais os jovens e adolescentes, o uso abusivo está relacionado ao suicídio por compreender a alteração que se faz nas cognições, há aumento da impulsividade e na exposição a outras situações como acidentes de trânsito ou violência.

A violência familiar entendida como abusos físicos ou psicológicos, pode gerar pessoas com cicatrizes emocionais e também com grande dose de agressividade, interna e/ou para os outros e então, o maior ato de violência seria tirar a própria vida, (Scavacini, 2014).

Pensando no sistema familiar, por ser onde o suicídio ocorre, podemos ressaltar que a disfuncionalidade na dinâmica familiar, assim como a violência, podem aumentar o risco do suicídio de um de seus membros. Fukumitsu *et al* (2015) descrevem algumas características comuns em famílias onde alguém comete suicídio como por exemplo a rigidez de padrões interativos seriam situações onde os pais tratam o filho adolescente como criança, não acompanham o crescimento e evolução dos filhos, a dificuldade na comunicação momentos em os pais não são claros, usam da autoridade para conseguirem o que desejam, não explicam as razões de suas imposições fazendo com o que os adolescentes se sintam desrespeitados e oprimidos, o pobre manejo de conflitos seria a dificuldade na resolução destes confrontos, compreendendo o que seria bom e adequado para os dois lados, desenvolvendo flexibilidade e resiliência para que o adolescente possa alcançar maturidade e autonomia, e o apego emocional compreendendo como os adolescentes lidam com o afeto, ter a certeza de que mesmo quando algo não está bem pode acionar seus familiares.

O bullying também é citado como um dos fatores potenciais associados aos casos de suicídio, pessoas consideradas com padrão desviante pela maioria da sociedade são hostilizadas e entram em sofrimento psíquico intenso.

Além dos sinais de alerta acima descritos no Manual de Prevenção ao Suicídio (SAÚDE, 2018) , os autores Barros e Fukumitsu (2018) e Scavacini (2014) destacam também que além das mudanças de comportamento esperadas da adolescência (como irritabilidade e isolamento) as mudanças bruscas de comportamento podem ser sinais de alerta para possíveis tentativas de suicídio. Segundo os autores as mudanças bruscas seriam as que trazem prejuízo próprio, como deixar de interagir, deixar de praticar atividades que anteriormente apresentava interesse e queda no rendimento escolar. Estes autores sugerem o diálogo e acolhimento dos familiares, da escola, dos amigos, de sua comunidade religiosa quando houver, para que seja possível compreender o que se passa com o

adolescente (exemplo: bullying / depressão / dificuldade com relacionamentos) e então oferecer caminhos possíveis na resolução dos conflitos que não seja o suicídio.

Como apresentado acima o suicídio não pode ser entendido com uma única disfuncionalidade, conhecer as possíveis causas e fatores predisponentes aumenta a consciência sobre o tema e gera esperança de promovermos a prevenção.

Reconhecer a existência do suicídio, promover a conscientização é um processo de cuidado, prevenção e promoção de saúde.

Voltando aos 13 Reasons Why, ao observar os personagens entendemos o que ocorre quando o adolescente passa por um período conturbado e não consegue ter apoio em sua rede, para Justin Foley após a morte de Hannah ele ao perceber que talvez tenha colaborado para a decisão do suicídio, entra em um processo de sofrimento e culpa e não consegue lidar com seus sentimentos, porém em seu contexto familiar o ambiente não foi acolhedor e não encontrou apoio emocional, passou então a usar drogas com a função de anestesiar sua dor e não olhar para tudo que estava acontecendo em sua volta . Já a personagem de Jéssica, embora tenha passado a fazer uso abusivo de álcool encontrou apoio em sua família e pode fazer o enfrentamento do luto e lidar com a dor interna que estava sentindo.

Entendemos que o amparo, o ambiente acolhedor pode alterar as decisões tomadas por um adolescente, a relação com os pais é essencial nos momentos de turbulência, a sociedade também tem um papel essencial no desenvolvimento dos nossos jovens, o olhar para o sofrimento humano é um fator de proteção para os casos de suicídio.

## CAPÍTULO 3

### APÓS O SUICÍDIO – ENTENDENDO A DOR

A morte chega em nossa casa, num dia qualquer, interrompe um projeto, engaveta sonhos, esvazia os abraços, emudece a voz, silencia os passos. Sua chegada não pede grandes acontecimentos, se espreita pelos cantos da casa em horários corriqueiros – após o jantar, dormindo, antes do amanhecer, vendo um programa de tv, no meio de um filme, esperando o almoço de domingo- sem cerimônias, uma visita certa, mas ainda assim intrusa. (GOUVÊA, 2018) pg. 183

A notícia da morte de alguém assusta, paralisa, é momento de desespero e angústia para aqueles que perderam alguém querido. Nos casos de suicídio, além do impacto ser severo, se instalam questionamentos e desejo de respostas por ser sempre uma morte desejada, auto infligida. Quando falamos de suicídio de um adolescente ou jovem, estes sentimentos afloram, questionamos sobre o futuro interrompido, sobre o quanto ainda poderia ser vivido, os projetos não alcançados e os sonhos não realizados.

Entrar em contato com a morte, especialmente para os adolescentes, é perceber a realidade do nunca mais, segundo Fukumitsu (2018) o nunca mais pode apavorar, pois é aceitar um *“nunca mais de olhar, de voz, de ternura, bases de troca com o outro, uma ausência de futuro no projeto imaginário comum, o ponto final na partitura de um dos instrumentos de nossa sinfonia fantasmática”*.

Clark (2007) descreve que é comum para o enlutado por suicídio sentir-se confuso, chegando a questionar sua própria sanidade mental pois além de ferido sente-se sufocado pelas emoções que o tomam no momento da morte, segundo a autora:

*“...a morte pelo suicídio pode afetar profundamente a família e amigos mais chegados, mas não apenas esses. Ela também causa dor a conhecidos, amigos e a parentes mais distantes, como avós, primos, amigos, professores, colegas de trabalho e terapeutas (pg.23)”*.

Quando ocorre um suicídio uma grande ferida se abre para aqueles que perderam alguém querido, os enlutados são nomeados como sobreviventes na literatura sobre o assunto, desde 1972. A definição de sobrevivente é empregada para descrever alguém que experencia um elevado nível de sofrimento psicológico,

físico ou social após a exposição ao suicídio de outra pessoa. (Santos, Campos e Tavares, 2015)

Para Fukumitsu, (2018) os sobreviventes são artistas que buscam equilíbrio a partir do caos, ela descreve o trabalho de pós-venção como espaço de acolhimento da dor dos sobreviventes de forma respeitosa e digna. A autora descreve que após o suicídio além da indignação dos enlutados surgem as seguintes perguntas: “Por quê?” “Para que?” “Quem sabe se...” porém a verdade é levada embora com aquele que se matou, neste sentido, e elaboração do luto por suicídio é concebido de modo diferente do luto decorrente de outras causas de morte devido a sensação de abandono gerada pelo estigma. Outros sentimentos descritos pela autora são: choque, topor, culpa, vergonha, dor, arrependimento, dificuldade de encontrar sentido nas coisas, tristeza, frustração, negação e raiva.

As particularidades do luto por suicídio são reconhecidas pelos autores que trabalham com esta temática, (Fukumitsu e Kovács 2016, Fukumitsu 2018 e Scavacini 2018), enfatizam que para o sobrevivente enlutado é necessário lidar com o desespero de uma morte trágica, com a denúncia do sofrimento que o suicida estava vivendo, com a confirmação da falta de sentido da vida, e lidar com os questionamentos sobre o como poderia ter ajudado e ainda lidar com a não resposta para suas perguntas. Neste sentido Fontenelle (2008) citado por Scavacini (2018) descreve:

A morte é sempre um acontecimento que envolve dor, tristeza e cura, mas para aqueles que perdem alguém para o suicídio, esse processo é diferente porque envolve questionamentos e emoções que não fazem parte dos outros tipos de perda. Isso ocorre porque, ao contrário de outras mortes, quando alguém tira a própria vida, ele deixa para trás interrogações que nunca serão inteiramente respondidas. E essas dúvidas dizem respeito diretamente àqueles que o amavam. Tudo passa a ser questionado e a vida dessas pessoas muda para sempre (pg.141)

As pessoas lidam com o luto, de acordo com a cultura, com as representações sociais e as formas apreendidas socialmente, é um fenômeno psicossocial. Clark (2007) descreve que para algumas famílias que conseguiram

partilhar seu luto, ou seja, falar sobre a pessoa falecida isso os ajudou a manter viva a influência da pessoa que os deixou. Para essas famílias que se uniram a partilha os fortalecia e os sustentava.

Falar daquele que morreu, é manter a pessoa viva em sua memória, fechar um ciclo, dar adeus é um exercício, quanto mais se ama alguém, maior será a dor da separação, porém não se enterra a pessoa no coração, a morte não encerra o amor. Gouvêa (2018) diz que a dor precisa de colo, sopa e cobertor, ela pede cafuné, ouvido e abraços.

Pensando nos adolescentes e jovens sobreviventes, é comum subestimar o seu luto, negligenciar suas necessidades, é preciso entender que a maneira que eles expressam sua dor pode ser diferente dos demais. (Clark, 2007)

Ao falar de sua experiência pessoal, a psicóloga Fukumitsu (2018) descreve que quando criança e adolescente ao perceber as tentativas de suicídio de sua mãe se perguntava se era uma pessoa tão ruim assim, ao ponto de não despertar mais vida em sua mãe. Os pensamentos são confusos, e existem muitos sentimentos de culpa nas situações de suicídio. Hoje a autora ressalta: *“Se tem choro, deve ser chorado, se tem raiva, é pra ser sentida, se tiver medo, que seja vivenciado de maneira integral”*. Dessa maneira devemos legitimar e liberar a dor represada tanto nossa, quanto a dos outros.

Embora a morte seja um evento que ocorre para todos, entendemos que a morte por suicídio é um tabu em nossa sociedade e que o luto ocasionado por este tipo de morte pode ser considerado um luto não reconhecido. Entendemos que uma crise emocional pode se estabelecer e que os sobreviventes enlutados muitas vezes se sentindo fragmentados necessitam do apoio social para se reorganizarem e se reconciliarem com a vida. Casellato, 2005 e 2018 utiliza o termo Luto não Autorizado e não Reconhecido para situações em que o luto não é validado socialmente.

O termo luto não reconhecido ou não autorizado é empregado as pessoas que passaram pelo processo de luto e sentiram-se não autorizados para experimentar e expressar seu pesar, devido à falta de empatia e a necessidade da sociedade em seguir adiante, retornar o controle da vida e defender-se do sofrimento. Casellato (2005) na exploração deste conceito aponta que toda

sociedade tem normas que regem não só o comportamento, mas também o afeto e a cognição, que as regras determinam o que as pessoas devem sentir diante de situações, justificando o que é compreensível e esperado em determinados contextos.

A autora contempla que as “as mensagens de não conhecimento desconsideram, desprezam, desaprovam, desencorajam, invalidam e deslegitimam ativamente as experiências e os esforços do enlutado”

O apoio aos sobreviventes é fundamental em todos os seus subsistemas, pensando no retorno do equilíbrio do indivíduo enlutado Casellato (2018) descreve:

“No sistema familiar, observa-se que o luto é uma experiência individual, mas também social. Os lutos individuais mutuamente se influenciam em consequência da necessidade de retornar a homeostase do sistema familiar diante da crise do luto. Quando o enlutado experimenta censura ou banalização dentro do próprio núcleo familiar, seu sofrimento se potencializa. Observa-se o rebaixamento de sua autoestima e a dificuldade de acessar a rede social para o apoio que necessita”.

Quando o vínculo com a pessoa perdida é apenas afetivo e não existe grau de parentesco, é comum que a perda não seja reconhecida e validada e que o enlutado ou sobrevivente receba pouca compreensão de sua reação frente a situação que para ele é realmente importante. Nos casos de suicídio as reações dos amigos podem ser intensas, porém minimizadas pela sociedade que os cerca.

O luto entre as redes de amigos adolescentes não deve ser inibido, Casellato (2018) afirma que caso o não reconhecimento do luto no contexto social ocorra, essa vivência se tornará ainda mais difícil, agravando a dor da perda e promovendo complicações de ordem física e psíquica resultantes desta censura, como por exemplo:

- isolamento social daquele que sofre
- sentimentos de inadequação
- sentimento de culpa e vergonha
- inibição e cronificação do processo de luto

Quando falamos de luto, alguns sentimentos são comuns descritos pelos enlutados como, saudade, tristeza, dor, vontade de estar com o falecido, no que

concerne à morte por suicídio alguns autores como Fukumitsu, Clark, Scavacini acrescentam sentimentos como raiva, culpa, abandono, vergonha, rejeição, isolamento, além da busca incessante do motivo que possa dar sentido à morte.

Pensando no cuidado com os sobreviventes Silva (2015) descreve:

Sobreviventes não deveriam sentir-se envergonhados, mas são forçados a sentir assim pela sociedade, que por vezes, os evitam, acusam, ou responsabilizam, afirmando, reiteradas vezes que quem se matou é doente e quem pertence àquela família também o é. (pg121)

Os sobreviventes apresentarão necessidades distintas diante de seu luto, porém sabemos que a dor da ausência de alguém querido estará presente em sua vida, é importante ressaltar que o processo de luto é algo saudável e que para alguns casos pode se fazer necessário auxílio de profissionais especializados.

Assim como na vida real, a série 13 Reasons Why apresenta o sofrimento causado a partir da morte autoprovocada, entre todos os personagens é demonstrado o grande furacão emocional vivido, e o caos que se instala ao perder alguém por cometer o suicídio.

O luto é evidenciado desde os pais, funcionários da escola até os amigos de Hannah.

Após a morte de Hannah o sofrimento para Clay Jensen, seu amigo foi tão perturbador que ele chega a ter visões e sentir a presença ativa da amiga em sua rotina, não conseguindo focar em suas atividades. Alex ao tentar tirar a própria vida, após a morte de Hannah lida com as sequelas de perda de memória e dificuldade de locomoção.

Na série a partir da morte de Hannah os amigos passaram a se ajudar mutuamente, Clay é ajudado por Tony para que ele possa se organizar e elaborar o luto vivido. Justin se aproxima de Clay que o ajuda no processo de desintoxicação e uso de drogas, Zach se aproxima de Alex e passa a ajuda-lo não apenas nas suas dificuldades práticas, mas também demonstram proximidade no conteúdo de suas conversas e reflexões.

A série 13 Reasons Why nos leva muito além do suicídio de Hannah, ela nos conduz a reflexões sobre as dores vividas por nossos adolescentes e jovens, o

sentimento de desamparo que eles podem sentir ao passar por problemas e não encontrarem abrigo para suas dores, demonstra desesperança na sociedade que não escuta o pedido de ajuda, mas também nos mostra que quando algo muito ruim acontece como o suicídio, ao encontrar a calma, eles podem ressignificar suas relações e lidar com a vida com um novo olhar. Uma tarefa que compete a toda a sociedade é o acolhimento dos sobreviventes, para que eles possam se sentir protegidos e amparados.

## **METODOLOGIA**

Devido à natureza e ao objetivo desta pesquisa, o método qualitativo apresenta-se como a escolha adequada, por entendermos o indivíduo, a família e a sociedade como um sistema e compreendermos que o fenômeno social pesquisado pode ser apreendido através da relação, integrando dados de diversas fontes com bases em pressupostos teóricos. Pensando deste modo, o contexto no qual a pesquisa é realizada, assim como as interações que ocorrem entre todos os envolvidos no processo, determina de alguma maneira que e como os dados sobre este fenômeno podem ser desvelados e analisados.

Na pesquisa qualitativa investigador e investigado abrem espaço para o conhecimento de si e do outro. O investigador em seus questionamentos traz seu modo de ver o mundo, seus valores, sua subjetividade e o investigado traz consigo durante suas respostas os seus conhecimentos vivenciais. O pesquisador não é apenas um coletor de dados, ele faz parte do sistema pesquisado e é ativo no processo. No momento da escuta participa e busca compreender as conversações que são estabelecidas com os participantes.

As entrevistas para esta pesquisa foram semiestruturadas, ou seja, guiadas por uma relação de pontos de interesse da pesquisadora, desenvolvidos previamente para nortear a pesquisa. Segundo Gil (1995), as pesquisas qualitativas consideram que há uma relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito, um vínculo indissociável entre o mundo subjetivo do sujeito que não pode ser traduzido em números. A interpretação dos fenômenos e a atribuição de significados básicos no processo de pesquisa qualitativa, não requer o uso de métodos de técnicas estatísticas e sim uma interpretação dinâmica, entendendo que os fatos não podem ser considerados fora de seu contexto social, político e econômico. (Gil, 1999).

A pesquisa foi realizada com jovens de 15 a 20 anos de idade, indicados por colegas psicólogos do curso de Especialização em Psicoterapia Familiar e de Casal NUFAC COGEAE. Os jovens entrevistados vivenciaram a perda de um amigo ou colega de escola que tirou a própria vida.

Por se tratar de um projeto de pesquisa que envolve seres humanos, procuramos atender às exigências da Resolução 196/96 – Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos, de acordo com as orientações do Conselho Nacional de Saúde, e com o Estatuto do Conselho Federal de Psicologia (016/200) de 20 de dezembro de 2000.

As perguntas foram formuladas levando em conta com o intuito de minimizar os riscos ao participante. Durante as entrevistas, não observamos dificuldade ou sofrimento dos entrevistados que gerassem a necessidade de interrupção da entrevista ou necessidade de conversas posteriores comigo.

## **PARTICIPANTES**

Nesta pesquisa realizamos entrevistas individuais com a participação de 04 jovens, sendo 02 de 17 anos e 02 de 18 anos que perderam amigos e conhecidos de sua escola por suicídio.

A participante A tem 18 anos é do sexo feminino, estuda na mesma escola que N. sua colega que se suicidou, embora estudassem em salas diferentes tinham o mesmo grupo de amigos.

O participante B tem 18 anos, é do sexo masculino, era namorado de N, estuda na mesma escola, porém em sala diferente de N, tem o mesmo grupo de amigos.

Na data das entrevistas de A e B fazia 11 meses da morte de N, que se suicidou jogando-se do edifício onde morava.

A participante C tem 17 anos, é do sexo feminino, na data da entrevista fazia 7 meses da morte de 2 conhecidos de sua escola, o primeiro colega enforcou-se. O segundo colega jogou-se do edifício onde morava. O intervalo entre as duas mortes foi de 2 semanas.

A participante D tem 17 anos, é do sexo feminino, passou pela experiência de perder um amigo por suicídio 11 meses atrás, eles estudavam juntos no ano anterior na mesma escola, este amigo jogou-se de um edifício. Na época em que este amigo se suicidou havia 1 mês que D havia mudado de escola, após 2 meses de sua morte, 2 pessoas conhecidas de sua nova escola se suicidaram no intervalo 2 semanas.

D e C estudam na mesma escola, porém não se conhecem e não pertencem ao mesmo círculo de amigos. As pessoas que se suicidaram em sua escola atual também não eram próximas de D.

A participação de todos nesta pesquisa foi voluntária, previamente autorizada pelos participantes e seus responsáveis legais.

Tabela com resumo dos colaboradores participantes da pesquisa:

Entrevistado	Gênero	Idade	Grau de proximidade	Método do Suicídio	Tempo do Suicídio à entrevista
A	Feminino	18	Conhecida Escola	jogou-se do edifício	11 meses
B	Masculino	18	Namorado	jogou-se do edifício	11 meses
C	Feminino	17	2 Conhecidos da Escola	enforcamento e jogou-se do edifício	7 meses
D	Feminino	17	1 amigo escola anterior 2 Conhecidos da escola atual	enforcamento e jogou-se do edifício	7 meses

## PROCEDIMENTOS

Foi realizado o contato informal com os participantes, momento em que foi exposto uma breve apresentação dos objetivos da pesquisa o que possibilitou aos participantes a reflexão sobre a sua participação ou não.

Foi utilizado gravador de voz para gravar as entrevistas, com permissão prévia dos participantes, todos assinaram o Termo de Consentimento livre e esclarecido (TCLE) e receberam informações sobre os cuidados éticos.

As entrevistas foram abertas com a pergunta “Como foi para você ter sido convidado a participar desta pesquisa e falar sobre o suicídio de alguém próximo?” O participante pode expressar-se livremente no decorrer da entrevista, somente foram feitas perguntas quando considerada a necessidade de aprofundar alguma questão específica, ou para esclarecer ou explorar o que estava sendo exposto pelo participante.

Cada entrevista teve como tempo médio de duração 1 hora, posteriormente foram transcritas na íntegra e lidas exhaustivamente, buscando identificar a recorrência dos aspectos convergentes e divergentes e dos temas presentes nas falas dos participantes que foram considerados importantes para o nosso objetivo

A análise foi realizada a partir dos dados obtidos nas entrevistas, sua interlocução com a teoria, nossa observação e reflexão sobre as respostas propiciando a compreensão e a ampliação do olhar sobre o tema.

## **ANÁLISE DOS RESULTADOS**

A busca por participantes desta pesquisa ocorreu de maneira intensa, alguns casos de suicídio eram do meu conhecimento (pesquisadora) e da rede de profissionais do curso de Especialização em Psicoterapia Familiar e de Casal NUFAC COGEAE, porém ao entrar em contato com os amigos ou com seus responsáveis para concretização da entrevista, houve várias negativas.

A partir das negativas refleti de que o suicídio na vida das pessoas, mesmo que só conhecem ou fossem colegas, é um assunto delicado para ser conversado, falar sobre este tema, mesmo sendo crucial para a conscientização e prevenção, ainda é um grande tabu. Também impacta emocionalmente mais do que pensamos as pessoas ao redor, mesmo sem grandes contatos com o suicida.

Alguns adolescentes contatados informaram não se sentirem à vontade para retomar um assunto que ainda era dolorido para eles, da mesma forma compreendemos a preocupação dos pais sobre o que poderia ser ativado a partir de uma conversa com esta temática.

Compreendemos que o tabu é influenciado pela cultura e pelos valores impostos na sociedade, e que mobilizar a sociedade para refletir sobre o suicídio é a esperança da diminuição dos números de casos.

Devido as dificuldades apresentadas esta pesquisa se limitou ao número de 4 participantes, os critérios estabelecidos para participação não foram alterados.

As entrevistas foram realizadas individualmente após o contato prévio com algum responsável e então com os participantes. Após a transcrição das entrevistas foram criadas as categorias de análise com base nos objetivos da pesquisa.

## ENTREVISTAS

A participante A, tem 18 anos, cursa o 3º ano do ensino médio. Conhecia N, que se suicidou há 11 meses, estudavam na mesma escola. A participante considera que não era tão próxima de N, estudava em outra sala do colégio, possuíam os mesmos amigos, e também participavam de atividades em comum, como viagem da escola ou lugares frequentados.

Por ser a primeira entrevista, deu-se a sensação de que o tempo de duração da entrevista foi por volta de 2 horas de conversa, porém ao transcrever o conteúdo da gravação, observou-se que havia sido de 45 minutos. Pelas sensações trazidas ficou compreendido o peso de falar de um assunto tão delicado, e se deparar com o conteúdo de uma morte escolhida.

O participante B, tem 18 anos, cursa o 3º ano do ensino médio. Além de estudar na mesma escola, também namorava com N que se suicidou a 11 meses. Possui o mesmo círculo de amigos, e também se relacionava com os familiares de N. Por ser alguém tão próximo a pessoa que se suicidou, e estar tão exposto proporcionou o entendimento da dimensão da dor e da resignificação que é possível numa situação dessa.

A participante C, tem 17 anos, cursa o 3º ano do ensino médio. Estuda em uma escola onde 2 jovens se suicidaram há 7 meses. Conhecia os jovens apenas no contexto escolar, não tinha proximidade ou convivência com eles fora da escola. Sua colaboração demonstrou que mesmo não convivendo com a pessoa que tira sua vida, o impacto é sentido e vivenciado, causando choque, tristeza, angústia e necessidade de acolhimento, e a importância do grupo de amigos no processo de enfrentamento e superação.

A última entrevista foi realizada com a participante D, inicialmente ela considerou que talvez não pudesse contribuir para a pesquisa por acreditar que talvez alguém mais próximo das pessoas que cometeram suicídio poderia dar maior credibilidade científica, porém ao conversarmos ela descreveu que o primeiro contato que teve com o suicídio foi a partir de um amigo de sua escola anterior que estudou alguns meses antes de sua morte. Além desta experiência teve 2 casos de suicídio em sua escola atual, de pessoas que não faziam parte de seus contatos

íntimos e recentemente, houve um amigo próximo com tentativa de suicídio. Sua contribuição foi significativa pois ela reconhece o impacto causado em sua vida, as mudanças de comportamento ocasionadas após as experiências vividas, tornando-a alguém mais tolerante e empática.

## **APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DE DADOS**

Após a transcrição das entrevistas, o passo seguinte consistiu na leitura, na separação dos temas de acordo com os objetivos desta pesquisa.

Para criar as categorias de análise a transcrição das entrevistas foi lida duas ou três vezes, anotadas frases que tinham palavras significativas e repetidas utilizadas por todos os participantes e eleitas as categorias : 1) o que os adolescentes e jovens pensam e falam sobre o suicídio, 2) o impacto da notícia na vida dos sobreviventes enlutados, 3) os sentimentos e reflexões gerados após a morte, 4) o que mudou em suas vidas após a morte e cuidando uns dos outros. No final apresento as mensagens que os entrevistados gostariam de deixar para outros jovens.

As entrevistas trouxeram grande quantidade de dados, outras categorias poderiam ser geradas, talvez o olhar de uma outra pessoa sobre mesmo conteúdo apontaria novas reflexões. A escolha e geração destas categorias foi uma escolha pessoal, baseada nos objetivos deste trabalho, na relação que estabeleço com o tema pesquisado.

A seguir apresento as categorias, os conteúdos contidos nas entrevistas e a análise dos temas:

### **O que os adolescentes e jovens pensam e falam sobre o suicídio**

Quando questionado sobre o tema suicídio, os participantes expressaram os seguintes pensamentos: Falar sobre o assunto é algo necessário, eles consideram que deveria ser mais falado, expressam a importância de terem alguém para conversar nos momentos em que passaram pela experiência, o alívio de poder falar do assunto mas ao mesmo tempo reconhecem o incômodo que é falar sobre. Falar com os amigos, pessoas íntimas ou do mesmo círculo torna a conversa mais tranquila, por se compreenderem mutuamente. Falar com os pais para eles é mais difícil por não se sentirem compreendidos e considerarem que os pais não têm noção do que eles vivem. Para eles o suicídio também é visto como solução para os problemas quando alguém não sabe o que fazer ou não recebe ajuda.

Apresento abaixo as falas que descrevem os que eles pensam sobre o suicídio:

Participante A *“...é um assunto que depois do que houve na minha escola, eu até comento com a minha amiga..., mas eu acho que este assunto deveria ser mais comentado. Lá na escola a gente não teve muito assunto sobre isso, porque aconteceu, e na semana seguinte estava todo mundo seguindo a vida né? Mas foi bem impactante.”*

Quando ela menciona não ter assunto sobre, se refere ao tema não ter sido explorado de maneira intensa em sua opinião, para ela o impacto de uma vida não existir não foi vivenciado ou demonstrado por todos, seu sentimento era de indignação por considerar que as pessoas não estavam refletindo sobre a morte de alguém, ou como cada um poderia ter contribuído para que aquele suicídio tivesse ocorrido.

Para o participante B, ainda existe dificuldade ao falar sobre suicídio:

*“acho que as pessoas acreditam que se você não falar sobre, aumenta a chance de as pessoas não cometerem, mas é pura história porque foi provado que falar sobre ajuda mais, e geralmente ninguém tenta falar sobre isso.”*

Embora ele entenda a importância de se falar sobre o assunto, reconhece não ser confortável:

*“...falar sobre isso não é um problema pra mim, até porque tem que ser dito, mas eu tento evitar de falar, porque não é confortável.”*

Em outro momento da entrevista ele fala sobre o que pensa sobre quem comete o suicídio, descreve o que imagina ter passado na cabeça de sua namorada: *“Eu penso que simplesmente algo que parece ser a solução, ... suicídio é a solução permanente para problemas temporários, e é basicamente isso.”*

Para C quando houve os casos em sua escola o assunto foi tratado e falado abertamente: *“...O colégio acolheu todo mundo, chamaram psicólogos, chamaram os pais pra conversar porque, eu acho que eles não têm muita noção do que a gente vive hoje... Eu sinto que a geração mais velha bate na sua cara e fala, eu comecei a trabalhar com 16 anos, ...então só quando você vive o que aconteceu na nossa escola você entende.”*

Ao falar sobre o que pensa sobre suicídio, tendo em um intervalo inferior de 1 ano vivido 3 casos e 1 amigo com tentativa, D nos conta:

*“Eu acho que tem muita gente que fala que a pessoa é covarde, mas eu acho que não tem nada a ver, eu acho isso meio ridículo, porque eu acho que a pessoa para chegar naquele ponto, ela teve que passar por muita coisa, e muitos conflitos dentro dela mesma, e não é culpa de ninguém eu acho, muitas pessoas estavam em volta e não perceberam, e não tinham como perceber porque a pessoa vai esconder, ela não vai querer ficar mostrando que ela está super mal e tals, e a pessoa em si... eu acho que ela tenta até o possível que ela consegue, depois se ela não consegue enxergar mais razão em nada, então porque que ela ia continuar vivendo se ela não conseguiu procurar ajuda, e ninguém foi ajudar ela, também não tem o que fazer...”*

Ao questionar se eles falam sobre o assunto com amigos e familiares, os participantes relataram já ter conversado com os familiares sobre o assunto, mas que é mais fácil conversar com os amigos mais íntimos.

Para A o assunto é possível com a amiga da escola que também conhecia N *“...é um assunto que a gente não gosta de ficar falando muito, as vezes a gente lembra de algum momento ou vê ela sentada,... e a gente fala alguma coisa, ou sobre a viagem que a gente teve antes, mas só essas coisas, a gente não fala sobre o assunto suicídio.”*

Em outro momento da entrevista ela comenta: *“...não é que fica constrangedor, mas é um assunto pesado de conversar ninguém gosta de conversar, com amigos que você tem mais intimidade é mais fácil de falar sobre isso.”*

B descreve que conversa com o amigo mais próximo: *“...meu amigo (da escola) ele fala sobre isso, não com frequência, para tentar ajudar, mas é algo que fica martelando na cabeça, mas ele é o único que fala sobre isso.”*

C se sente acolhida pela família, porém falar diretamente sobre o assunto com os familiares também não é comum: *“Sobre suicídio não teve diálogo, mas eu tenho sorte com eles, eu sou muito estressada e muito ansiosa, eles sabem muito bem como lidar com isso, ...., eles me acolheram, .... não teve diálogo específico sobre o suicídio, mas eles são muito abertos a conversar.”*

Assim como descrito pelos outros participantes, para D, falar com uma amiga que sentia os mesmos sentimentos e se identificava foi mais tranquilo, ao mesmo tempo buscou apoio em sua família. Para ela poder conversar sobre o assunto promoveu alívio ela descreveu:

*“Quando aconteceu, tinha uma amiga minha que se mudou do meu colégio antigo comigo, que também conhecia o menino que se suicidou do outro colégio, então nós duas sabíamos e tínhamos ficado muito mal, então eu conversei com ela e com meu pai mesmo, e quando eu estava em casa e falei nossa não acredito..., nossa..., e chorei..., eu fui falar com meu pai sobre. E ele falou que não era culpa minha, que eu não tinha como adivinhar. Mas sempre fica este sentimento ruim”. (...)*  
*“Antes você meio não quer falar com ninguém, mas depois você fala é meio que um alívio... porque não é só você que está sentindo aquilo. Então por exemplo a minha amiga que também conhecia, ela também disse que estava muito mal, só que ela também não tinha falado com ninguém, e eu fui falar com ela, e você percebe que não é só você que está se sentindo daquele jeito.”*

Assim como aponta Kovács (2003) acreditamos que os sobreviventes enlutados ficam vulneráveis e que um dos motivos para que o suicídio seja estigmatizado e de difícil diálogo seja a exposição da violência sentida neste tipo de morte. Violência emocional daquele que fica, que se encontra fragmentado,

desejando compreender a escolha daquele se matou. Mesmo com as novas formas de comunicação (digital) ao compartilharem com seus amigos o que pensam, não se sentem isolados, sentem-se compreendidos e escutados ao compartilharem informações pelas redes sociais.

### **O impacto da notícia na vida dos sobreviventes enlutados**

No decorrer das entrevistas foi perguntado aos participantes como foi para eles receber a notícia e qual o impacto em suas vidas.

Eles descreveram confusão de pensamentos, a angústia vivida tanto por eles quanto as outras pessoas, independente do grau de proximidade com o suicida, relataram a importância do acolhimento das pessoas mais próximas, expressaram auto cobrança e questionamentos sobre o que poderiam ter feito na tentativa de evitar o suicídio, demonstraram sentimento de culpa, choque, incredulidade, ansiedade, busca por respostas, e manifestações de amor.

Os autores e Santos, Campos e Tavares (2015) e as autoras Fukumitsu e Kovács (2016) afirmam que a morte por suicídio representa para os sobreviventes enlutados o início do percurso de um sofrimento intenso, pois por ser uma morte, repentina, inesperada e violenta traz consigo questionamentos e sentimentos como culpa, dor, vergonha, choque, medo, isolamento, raiva e negação.

Surgiram as seguintes respostas dos participantes:

A participante A soube do que houve ao chegar na escola:

*“Eu cheguei na escola, a escola estava muito quieta, e é sempre barulhenta, eu estava com meu fone alto, eu abaixei, cheguei estava todo mundo quieto, eu olhei em volta, cheguei no meu grupinho com meus amigos da minha sala, aí chegaram pra mim e disseram. Aí eu não acreditava, não acreditava, o que aconteceu? me deu uma vontade absurda de chorar, porque você não entende, não entende, e todos na escola estavam quietos, a coordenação toda em silêncio, aí nós fomos pra sala, depois todos foram chamados para o anfiteatro, e eles passaram a informação correta pra gente, aí nós fomos liberados da escola porque tinha um povo na escola que nem sabia quem era ela e estava chorando, estava todo mundo desesperado.”*

Mesmo para os alunos que não conheciam a pessoa que havia se suicidado, a morte autoprovocada é impactante, e traz consigo questionamentos, na continuação de seu relato A descreve:

*“...é uma coisa muito impactante, uma pessoa se matou, pulou do 26º andar, ah era uma pessoa que a gente via todo dia, era uma pessoa que muita gente era brigada, então eu acho que para essas pessoas deve ser pior ainda né? A gente fica pensando.... meu, o que será que passou na cabeça dela? O que aconteceu porque eu não ajudei, coisas assim, sei lá.”*

Em outro momento da conversa A ainda se refere ao impacto:

*“já ouvi casos de tentativas, mas ninguém próximo, que tenha morrido foi apenas ela, e foi muito chocante. Se você houve uma notícia, alguém no Pernambuco, você pensa ah nossa, mas assim na minha frente na minha escola, é muito impactante, você vai pensando, vai relembrando.”*

B se deparou com a notícia da morte ao acordar com uma mensagem no celular deixada pelo pai de sua namorada, ele relata:

*“Eu tinha acabado de acordar, peguei o celular pra ver se tinha alguma mensagem e tinha uma mensagem do pai dela, e eu achei estranho porque no dia anterior, ela tinha tentado se matar tomando remédio, ela ficou 1 dia fora da escola, mas a tarde ele falou comigo e no dia seguinte ele mandou mensagem de novo, aí só de ver a mensagem dele eu fiquei preocupado, aí eu abri o Messenger e vi que ele tinha falado que ela tinha se matado, que ela tinha cortado a tela de proteção e que pulou do prédio, eu fiquei achando que era alguma brincadeira dela, pra me assustar, só que aí eu mandei mensagem de novo e ele falou, eu estou aqui no hospital agora, e infelizmente ela morreu, e depois eu passo informações sobre sepultamento e enterro. Aí eu fiquei sentado na cama, comecei a chorar, minha mãe achou estranho porque eu estava demorando, veio até meu quarto, tentou me consolar...., mesmo travado, eu falei, quero ir pro colégio, quero ver como vai ser lá, então eu tomei café e fui. Chegando lá os funcionários já estavam sabendo, tinha alunos amigos e conhecidos dela que já sabiam.”*

A participante C passou pela experiência de no intervalo de 10 dias acontecer 2 suicídios em sua escola, nos dois casos ela descreve que foi um choque receber a notícia, lidar com a morte e com o sofrimento das outras pessoas:

*“tinha rumores que alguém tinha se matado, mas eu fiquei tipo assim... mano como assim? Alguém se matou? Quando falaram pra mim eu fiquei tipo... oi? Isso*

*não é Fake News não? Nunca na minha vida tinha acontecido alguma coisa assim, nós somos uma comunidade, é uma união, a gente mete o louco, mas a gente é da mesma escola, a sensação é muito gostosa (...) Me lembro de ver a professora chorando e pensar... Meu Deus realmente aconteceu, e eu assim... puta merda, desculpa, mas imediatamente meus amigos começaram a chorar, eu fui abracei minha professora, eu faço prova com meu namorado, eu segurei a mão dele, a gente foi descendo as escadas, ao descer pro ginásio a gente passa pela sala dos professores e assim, eu cresci naquela escola, é uma segunda casa realmente, muitos professores lá eu considero como mães e pais, tem pessoas lá que me conhecem desde que eu tinha 11 anos, e foi muito, muito difícil passar pela sala e ver os professores que nem tem adjetivo pra descrever a cara deles, eles estavam estopetados não no sentido que pena, mas no sentido de como isso aconteceu, eu não acredito, foi uma mistura tão grande de sentimento e dúvida, eu estava com vontade de pegar o colégio e abraçar ele inteiro, e eu passei, tem uma professora que é muito especial pra mim de Biologia, ela chorava muito, eu abracei ela e ela me disse : vocês são muito importantes, e eu me senti muito amada, e pensei... ele devia estar sentindo falta disso, e vinha aquele sentimento de mano, eu não conhecia ele mas será que eu poderia fazer alguma coisa”?*

Ao se lembrar da ansiedade gerada no intervalo entre os rumores e a confirmação da primeira morte C descreve:

*“... eu lembro de a gente descer, e todo mundo, quem que foi, quem que foi? E eu no ímpeto de procurar os meus amigos e da necessidade de saber se é alguém que eu conheço, será que é alguém que eu tenho contato? Será que é alguém que eu conheço? Será que alguém que eu amo desapareceu? E graças a Deus não foi, e você pensa... ufa não foi ninguém que eu conheço, mas puta merda mano foi alguém.”*

No segundo caso, C estava em casa com os familiares quando recebeu a notícia por mensagem na rede social, ela descreve:

*“...e eu recebi uma notificação, e respondi espera ai você está zuando, e ele não, foi agora, ele se jogou do prédio, e eu parei e falei outro...outro... e assim foram 2 semanas de diferença... e imediatamente ter este segundo caso, e quando li a*

*mensagem e imediatamente eu comecei a chorar, eu comecei a tremer muito, eu fiquei com os pensamentos repetitivos... mais um, mais um, mais um, mais um, ficava como as batidas do meu coração vinha esses pensamentos, mais um, mais um, e eu vim pra sala, contei pra todo mundo, meus pais me abraçaram, minhas irmãs me abraçaram*

Ao se referir ao segundo caso de suicídio C se depara com a sensação do nunca mais e se questiona... *“Eu conhecia ele, e assim essa sensação de... aquele menino que gostava de futebol, ele não existe mais? Então mesmo não lembrando exatamente do rosto dele, você fica pensando, putz será que eu poderia fazer alguma coisa por ele?”*

A participante D, relata sua reação no primeiro caso, não acreditando no que havia acontecido, percebemos em sua fala o choque e a reflexão sobre o que poderia ter feito:

*“Eu estava conversando no WhatsApp com os meus amigos e do nada mandaram mensagem falando... você viu o que aconteceu e tals, e eu não, o que aconteceu, aí me falaram e eu fiquei tipo... nossa... você não tem muita reação, você fica tipo assim... você não consegue entender direito o que estava acontecendo, eu estava em casa, aí eu fiquei tipo... nossa não sei o que falar. Aí só no dia seguinte que eu fiquei, tipo, nossa essa pessoa não existe mais, é basicamente isso, eu fiquei tipo assim... (...) É tipo como eu vou acreditar em uma coisa assim? Eu não estou vendo o que aconteceu, é uma pegadinha? Aí depois você pensa... é real. Aí você começa a pensar várias coisas, tipo, será que se eu tivesse conversado mais com essa pessoa isso não teria acontecido? Se eu tivesse prestado mais atenção. Aí você começa a ficar bem mal por causa disso”.*

Ao falar sobre o que percebeu nas pessoas em sua volta D nos conta: *“muita gente ficou muito chocada, muita gente chorando no ginásio, foi bem impactante”.*

Susto, choque, sensação de anestesia ou irrealidade, questionamentos sobre poder ter feito algo para ajudá-los estão em todos os relatos dos participantes ao receber a notícia da morte de alguém por suicídio.

### **Após a morte - Sentimentos e Reflexões**

Embora alguns participantes já tenham vivido em sua história familiar situações de morte, em relação aos amigos que se suicidaram descreveram se deparar com algo que não lhes parece real. Evidenciamos em suas falas a fase de negação existente no processo do luto, que é o momento marcado pela dor intensa e pela dificuldade em acreditar que é real a inexistência da pessoa ou ainda na evitação de falar sobre falar sobre o assunto e viver a vida como antes, ignorando a situação.

Em alguns relatos observamos a necessidade do sobrevivente enlutado em reconstruir uma história com aquele que se matou, tentando buscar alguma conexão com a pessoa falecida.

A morte gerou reflexão sobre a vida, sobre como eles lidam com os problemas, como se sentem culpados ou o desejo de terem feito algo a mais, como desejam ser cuidados e amparados.

Após 11 meses da morte, para A, é como se ainda não fosse verdade o que aconteceu:

*“Eu acho que fiquei parada, eu acho que estou lá ainda, foi muito impactante o dia, é tipo...o tempo parou, é como se não tivesse acontecido, eu achei que ia ver ela na escola, eu ficava olhando e achando estranho. Até hoje as vezes eu acho que estou normal e que vou ver, é como se eu estive no ano passado ainda, pra mim depois daquilo... é como se ela ainda estive aqui, só que em outra escola, que eu fosse encontrar ela em uma festa, nem parece que faz 1 ano, o tempo passa muito rápido.”(...)*Até hoje a gente fica pensando, o que será que aconteceu?”

Em outro momento da entrevista A menciona: “...e as vezes eu vejo ela sentada ainda, pra mim não caiu a ficha ainda.”

O participante B no decorrer da entrevista falou sobre seus sentimentos:

*“Todo dia eu fico pensando nela, até porque todo dia eu passo na frente da casa dela, é meu caminho, da escola pra minha casa (...) quando aconteceu eu queria simplesmente ficar quieto, isolado, eu acho que até hoje eu não consegui me abrir totalmente quanto a isso.”*

Em outra ocasião ele relata:

*“Eu não sei realmente se eu estou lidando com isso ou se eu estou tentando ignorar, mas simplesmente eu tento seguir a vida.”*

Ao falar sobre sua vida, seu dia a dia, imaginar a vida sem a presença da pessoa querida é difícil, estabelecer uma perspectiva de futuro sem ela parece-lhe estranho. B descreve:

*“eu ainda fico com isso na cabeça, e se ela ainda estivesse aqui, como seria se ela estivesse aqui, como seria se não tivesse acontecido isso...É como se ela ainda estivesse viva, como se o nosso relacionamento estivesse ido a frente, como se a gente não estivesse afastado.”*

Ao falar sobre a imagem que carrega sobre a pessoa que perdeu B expõe:

*“Eu li um livro infantil na biblioteca que falava que todas as pessoas que passam pela sua vida sempre vai ter uma parte dela no seu coração, e eu acho que é isso, não importa quanto tempo ela ficou contigo ou quanto tempo ela ficou sendo sua amiga, ou o que aconteceu depois, você sempre vai ter um pedaço dela dentro de você”.*

Embora o suicídio tenha deixado marcas em sua vida, B, encontrou na memória do que foi vivido a forma de lidar com sua dor, sua conexão com a história lhe permite boas lembranças, para Clark (2007) ao falar da vida da pessoa que morreu podemos vivenciar sua existência e ao partilhar, pouco a pouco a dor é reduzida, para a autora *“As lembranças se tornam tesouros”*.

Sobre os sentimentos após a primeira morte C descreve:

*“Para mim o primeiro caso foi o choque, de falar meu Deus alguém ao meu redor morreu, porque assim, eu tenho familiar que já morreu, mas eu era muito pequena, e agora foi o primeiro caso de morte que tive e eu falei mano... é verdade, porque a gente vê em filme, você pensa putz que chato, você pode chorar mas na vida real é muito diferente, na realidade é um mix tão grande de culpa e uma vontade de dar amor pra todo mundo, mas ao mesmo tempo você quer se encolher...”*

Ao refletir se deparar com a morte C reflete sobre sua vida e sobre o impacto em todos:

*“(...) e eu fiquei pensando...o que eu estou fazendo, porque que eu estou aqui, então veio uma reflexão muito grande sobre o nosso ser, tipo ... cada um teve os seus motivos para fazer isso, foram motivos diferentes, mas é tipo um terremoto, tem o epicentro e o impacto vai se alastrando, e mesmo assim mesmo eu não conhecendo eles, chegou com força, e eu acho que em todo mundo.”*

Para a participante D após o primeiro caso ela descreve que sua reação ao receber a notícia foi diferente, como se já estivesse preparada ou houvesse uma naturalidade:

*“Foi diferente porque eu já estava mais preparada, isso é ruim no caso, porque eu não gostaria de estar preparada para situações assim, não queria que acontecesse, já tinha sido tão traumática a outra situação que acabou sendo uma coisa que tipo ah... acontece... e muita gente ficou assim também, porque foram muitas pessoas do mesmo círculo de amizades né? Aí a gente fica meio que né... que merda... Tipo você escutar a história de alguém com depressão, parece que é normal agora assim, pelo menos na minha escola tem muita gente, e parece que a gente já está acostumado”.*

Ao se deparar com vários casos próximos talvez o suicídio possa estar deixando de ser considerado uma transgressão social e possa estar fazendo parte de algo natural no convívio dos adolescentes e jovens, dessa sociedade líquida, instantânea que vivemos. Assim como resolvemos tudo rápido, fast food, informações instantâneas (Google), os jovens têm dificuldade em decidir, se responsabilizar, se frustrar. Será que a morte se torna uma saída assim? Uma saída alternativa, não mais estranha e até esperada para algumas situações, com isso preocupa-nos o efeito de contágio entre os adolescentes e jovens.

### **Após a morte, o que mudou em suas vidas**

Ao refletir sobre o que pode ter mudado em suas vidas após essa experiência os participantes descreveram diversas alterações como, o cuidado desenvolvido na comunicação, pois imaginam o impacto que uma informação não bem comunicada pode ter, o desenvolvimento de tolerância e empatia, a revolta em perceber a não afetação de alguns após a morte de uma pessoa, a não compreensão pela família do luto vivido, prejuízo no sono e no rendimento escolar, maturidade ao observar e perceber os sinais que alguém pode dar quando não está bem, e alterações no contexto escolar na criação de rede de apoio e suporte emocional.

Obtivemos os seguintes apontamentos dos participantes:

A, fala de si e o que pensa sobre as outras pessoas:

*“Então eu acho que teve gente que não aprendeu nada com isso, e isso é uma lição de vida, aconteceu perto de você, pode acontecer com qualquer outra pessoa, pode ser a pessoa do seu lado, sua mãe, seu namorado, pode ser qualquer pessoa, mas eu acho que tem gente que não aprendeu com isso então eu posso falar por mim, eu sei como estou lidando com essas coisas, mas teve gente que continua fazendo as mesmas coisas sabe? Maltratando, falando besteira, falando mal, fazendo bullying.”*

Para o participante B, muitas mudanças aconteceram após o suicídio de sua namorada, lidar com a dor da ausência, com as pessoas, voltar à rotina, tudo parece um desafio, ele contou:

*“A minha família no geral, é um pouco mais velha e tem esse pensamento que suicídio é coisa de quem não tem Deus na vida, ou que não sabe lidar com as coisas, ou é problemática, ou é frescura a pessoa. Meu tio idiota das ideias fez piada, falou.... pô você é tão ruim assim para namorar que sua namorada teve que se matar.*

De acordo com Clark (2007) é comum o luto em adolescentes e jovens ser subestimado e negligenciado. O luto não autorizado ou não reconhecido foi algo vivido por B, a partir da falta de empatia ele não pode expressar sua dor, ao falar como se sente após o suicídio da namorada ele relata:

*“...foi horrível, eu me senti excluído, eu mesmo ia pra um canto e ficava lá, tinha alguns amigos que iam e ficavam perto de mim, não necessariamente falando, mas só ali do lado”.*

Ao perguntar sobre como está sua vida atualmente, B responde:

*“As coisas não tá indo direito, não tá servindo, só estou indo mal na escola, minha família não está lá essas coisas, não tenho medo do que vai acontecer lá no futuro mas teve momentos assim, as vezes quando vem esses pensamentos eu tento simplesmente ignorar mas uma vez ou outra acaba voltando, eu não sei se é normal, se deveria ser assim se acabou me influenciando um pouco. Depois de tudo isso, eu todo dia chego em casa e durmo, não tem um dia que eu não durmo direto, e isso acaba atrapalhando na hora de dormir à noite. Eu acho que perdi um pouco a vontade de fazer as coisas, antes eu desenhava eu fazia curso de desenho, eu fui parando de fazer, eu sinto que não é algo que me dá mais prazer... eu parei e pensei eu acho que estou mal e eu acho que está relacionado a morte dela. Você não pensa de uma forma lógica, você simplesmente sente que tem um problema e que não sabe como resolver.”*

*C: Agora que aconteceu eu me sinto muito mais madura pra lidar com algumas coisas, com o olhar muito mais apurado pra uma pessoa que pode estar mal e pode cometer o suicídio, eu sinto que eu percebo e falo... olha isso aqui não está legal, não faça isso não, eu acredito que sempre fui uma pessoa muito empática mas que maximizou, eu tento falar, olha essa ação minha não foi legal, e vou lá pedir desculpa, meus amigos falam que eu peço desculpa demais, eu estou tentando achar o equilíbrio, eu acho que o problema da empatia é colocar o outro acima de você até você ser esmagada então eu estou tentando achar esse equilíbrio entre a empatia e o amor próprio, porque na época do suicídio todo mundo se abraçava, então eu estou tentando abraçar a mim mesma*

Ao refletir sobre o que mudou em sua vida após essas experiências D apresenta as mudanças em seu ambiente escolar e depois fala de si:

*“Eu acho que mudou no geral, na escola, antes tinha muita briga besta, e eu acho que as pessoas começaram a dar menos atenção pra essas coisas e tipo tentar se dar melhor com as pessoas no geral, e na minha escola criaram muitos*

*programas e projetos dentro da escola que a gente pode criar clubes que a gente pede pra diretoria aprovar e criaram um que chama Care, de cuidado, que tem um Instagram deles que posta frases motivacionais, a gente faz atividades tipo Yoga e uns negócios pra relaxar na quadra em semana de prova, para as pessoas não ficarem tão tensas, então a gente criou isso e a gente fica com esse projeto e também tem algumas pessoas da escola que fizeram um curso para se especializar para poder conversar com pessoas que estão se sentindo mal, então elas sempre estão com uma pulseirinha amarela na escola e se você está se sentindo mal você pode conversar com um destes alunos ou professores que eles estão preparados para conversar com você e dar apoio, e tem esse projeto que eu acho que é importante que deveria ter antes dessas coisas acontecerem a gente só percebeu depois, mas eu acho que seria importante que tivesse antes pra evitar (...)"*

Ao falar de si, sobre o que observa de mudanças em sua vida D nos descreve:

*"...o jeito de pensar sim, mas o jeito de falar principalmente, porque você as vezes não está em um dia bom e você acaba sendo grosso ou falando alguma coisa que você realmente queria dizer aquilo, mas tipo, você fala porque no dia você está irritado com você, e você não quer escutar ninguém, mas depois você não sabe ...aquilo que você está falando pode afetar a outra pessoa, tipo, ela também está passando por alguma situação que ela não queria estar passando, assim como você, e as vezes você fala coisas sem pensar e você pode causar uma coisa que você não está esperando."*

### **Cuidando uns dos outros**

Após a morte de um amigo ou conhecido da escola, os entrevistados revelam estar mais atentos aos sinais dos amigos próximos, observam também as redes sociais e buscam entender quando algo não está bem, pensam na possibilidade de ajudar e quando não conseguem acionam as pessoas em sua rede, professores, pais e orientadores, buscam acolher e cuidar-se mutuamente.

Entre as entrevistas observamos as seguintes falas:

A: *“Eu acho que depois do que aconteceu a gente teve uma evolução, para perceber alguns sinais sabe? Então agora eu sempre estou prestando atenção em indiretinhas legendas e tudo. Eu chamo a pessoa pra conversar e saber o que está acontecendo, e faço a pessoa conversar comigo porque eu sou insistente, falo pra me chamar no WhatsApp, se eu vejo que alguma coisa da minha sala eu ajudo, eu digo que vai ficar entre a gente, eu tento chamar e conversar, eu gosto de conversar, eu acho que você tem que saber ouvir a pessoa, não só falar, tem que aprender ouvir. Ouvir é bom ajuda.”*

B: *“Eu fico pensando sempre tipo, se eles têm alguma ação que me lembre a N eu fico tentando saber, se essa pessoa tem alguma coisa se ela pensa em algum dia, ou se ela tem alguma coisa semelhante a N. Igual tem uma menina que vive postando umas coisas como se ela tivesse depressão e ao mesmo tempo postasse mensagem de auto ajuda sabe, aí eu chamei ela, perguntei se ela estava bem, ai ela falou que estava se tratando mas que naquele momento ela não estava bem”.*

C, ao falar do cuidado mutuo que percebe entre os amigos e funcionários da escola diz:

*“...teve um movimento muito bonito no colégio tipo olha pra realidade, e foi um momento muito gostoso de falar mano, eu estou aqui por você e você está por mim, então pessoas que eu mal falo, as vezes estão me abraçando e me falam, você importa, você é especial...”*

C, além de ajudar, busca auxílio em sua rede, ela descreve uma situação que viveu recentemente com um amigo com tentativa de suicídio:

*“Eu já passei por isso, e é muito fácil falar aqui fora, só que quando eu passei pela situação foi Meu Deus!!!, eu imediatamente contatei meu namorado e pedi pra falar com os professores da escola, eu falei com a minha mãe e ela falou, liga pra mãe dele imediatamente. Ele me perguntou, você já pensou em cometer suicídio, e eu perguntei... porque isso apareceu em sua mente? E ele falou, eu ando muito chateado, e eu falei, quer conversar comigo, vamos conversar um pouco, onde você está, ele estava no Guarujá, eu perguntei, quem está na casa, você está com seus pais, e ele me disse, eles estão tomando café, e eu falei se você está no quarto, deita um pouco na cama, e ele não, eu não quero, eu... ouve uma música, ele não não quero, então vamos conversar... o que você fez hoje, meu medo era dele se jogar da janela, eu pedi pra minha mãe ela ligou pra mãe dele, e falou com ela pra ver se ele estava bem.”*

*“Eu lembro que eu consegui acalmar ele, falei de filme, tentei puxar assunto que ele gosta, eu estava com medo de que ele fosse falar tchau e se jogar, eu vou tentar segurar até alguém chegar perto, isso era domingo, e na segunda já tinha o apoio da escola, era desesperador você estar em uma ligação e pensar que a pessoa pode se jogar, eu tenho sonhos, devaneios, eu ficava pensando, mano e se eu perder essa pessoa, eu te amo, imediatamente, agora falar é muito fácil, mas ele foi insistindo e eu ficando aflita, eu falava não é assim, eu estou aqui por você, não é assim não, e ele falava, eu me odeio, eu não aguento mais, e quando eu ouvia isso eu pensava são esses pequenos sinais, daí hoje ele está melhor, graças a Deus, só que sempre que ele solta alguma coisa eu pego e digo e aí quer conversar, quer tomar um café, comer bolo em casa, quer fazer alguma coisa? E assim a gente vai lidando.”*

Falar abertamente sobre a dor sentida e não consentida é uma tarefa árdua para todos nós, a autora Fukumitsu (2018) aponta que não é fácil ouvir alguém que deseja se matar, mas que a escuta acolhedora pode entender a dor que a pessoa está desejando matar em sua vida, e que ao convidar o outro a falar de suas fantasias é possível entender e refletir com a pessoa o que a sua morte resolveria, por isso podemos perguntar onde dói, o que a pessoa gostaria de matar, ou o que espera conseguir com a sua morte.

A participante D também teve um amigo com tentativa de suicídio:

*“Sim eu tenho um amigo muito próximo, esse que teve a tentativa de suicídio, ele era muito próximo, ele se mutilava e tals, e tipo ele só tinha contado pra mim, mas tipo, o que que eu poderia fazer? Se eu chegasse e contasse para o pai dele, ele nunca mais iria olhar na minha cara, então eu meio que acompanhava, se chegasse em um ponto crítico que chegou, mas tipo, ele estava na casa dele e não era nada que eu conseguisse ir lá e falar, não faz isso, mas o pai dele chegou no momento em que ele ia tentar, então foi mais fácil de prevenir só que tipo você já fica assim ligado pra ver se a pessoa está bem ou não, e você não sabe se fala ou se não fala, é complicado.”*

Ao observar os sinais dos amigos próximos D assinala:

*“Quando alguém próximo eu percebo, eu falo, vamos sair, vamos no cinema, vamos nos distrair, porque eu acho que deixar a pessoa sozinha, eu acho que ela vai se sentir pior ainda, então eu tento tirar a pessoa de casa, ou eu vou na casa dela e vou ver um filme e fazer alguma coisa, porque as vezes a pessoa está só, sentindo sozinha e se alguém vai lá ela já pensa a pessoa veio até aqui pra sair comigo e tals e eu acho que ajuda*

Oferecer apoio, colo, escuta, é demonstrar que está interessado naquela pessoa, é gerar fatores de proteção através da rede de apoio.

D acrescenta: *“Tranquiliza saber que quando você não está bem, você tem alguém que você possa contar, independente de quem seja, se você tem um amigo muito próximo e que você pode contar qualquer coisa pra ele, é muito bom pra você, mesmo que você não queira falar, só de estar junto já é muito bom pra você, já tranquiliza”.*

Pensando no apoio e na compreensão mútua que existe entre eles, C também destaca:

*“Está acontecendo muita coisa com essa geração e agente está tendo que se salvar, um sabe o que o outro passa. Quando você pega essa corrente de apoio, seus amigos também estão no 3º ano, também estão fazendo vestibular, estão nas aulas com você, estão no ambiente escolar de pressão, somos a mesma geração, sabemos o que está acontecendo, essa onda, esse tsunami, que está engolindo a gente, eles sabem do contexto”.*

Embora as formas de comunicação desta geração possam ser diferentes, a segurança e conforto encontrado ao saber que podem contar com alguém nos momentos de sofrimento acalenta e acalma a alma. Tornar-se independente e conquistar autonomia são expectativas de ordem prática, nada substituirá o convívio e a rede de apoio, eles sempre serão essenciais.

### **Deixando uma mensagem para outros jovens**

No final de cada entrevista foi dada abertura para que os participantes deixassem mensagens para outros adolescentes e jovens, algo que lhes surgisse livremente e que eles considerassem ser uma palavra de apoio.

Surgiram as seguintes mensagens:

A, ao se direcionar às pessoas que passaram pela experiência de perder alguém ela diz:

*“Eu acho que tem só que lembrar das coisas boas, eu não sei da crença de cada um, mas por mais que você acredita ou não você só tem que acreditar e pensar nas coisas boas, não tem que pensar no pior, no final, a gente tem que lembrar das brigas porque ajuda a crescer, mas tem que aprender com o que aconteceu, e com isso você tem que aprender a lidar com os outros, perceber mais os outros, prestar mais atenção”.*

B, deixou uma mensagem de esperança:

*“Uma coisa que eu já falei pra 2 amigos meus é que não importa o tamanho da tempestade, sempre vem um dia ensolarado logo em seguida, e a pessoa que mais vai te ajudar é você mesmo, você não tem que depender das outras para tentar te ajudar, você tem que se ajudar e com isso as pessoas vão continuar a tentar te ajudar”*

C, deixou uma mensagem de conscientização e reflexão:

*“Foi alguma que aconteceu, foi um terremoto, vai deixar cicatrizes, sequelas, não pode esquecer, só que, como você vai fazer pra lidar com isso agora que passou? Agora que cicatrizou? Nas redes sociais é mais complicado porque eu acho que tem uma banalização muito grande sobre o suicídio, eu acho que as pessoas não estão ligando pra isso, então , a gente tem o setembro amarelo, um mês bacana, campanha, depois passou as pessoas param de ligar, só no momento mesmo que a realidade bate que as pessoas se importam, e isso que eu fico muito chateada, eu acho que precisa de uma conscientização, eu fico brava porque as pessoas ficam fazendo piadinhas, são preconceituosas e estereotipadas, as*

*peessoas não tem noção das ações dela, não tem empatia pelo outro eu fico muito indignada, as pessoas precisam entender que não pode ficar fazendo piadinha com gay, é feio, não é legal você ficar ofendendo uma pessoa, aí a pessoa se suicida e não sabe porque, então eu fico muito indignada, então sei lá uma família que fala que a filha está a 3 anos no cursinho tentando medicina.... ah ela é burra... burra coisa nenhuma ela fazendo seu máximo, está se matando de estudar, porque ao invés de ficar zutando ela você não dá apoio porque ela passou por 3 anos de cursinho ... então é uma falta de empatia, que eu olho e falo, o que está acontecendo com o mundo”?*

D, em sua mensagem se remete aos amigos dizendo:

*“Para os amigos que perderam amigos eu diria tenta não se culpar, eu sei que no começo é difícil , mas você não tinha muito o que fazer, a pessoa já tinha uma situação muito crítica e se ela não conseguiu pedir ajuda e você não conseguiu perceber também é muito complicado, você não vai conseguir impedir alguma coisa, mas você pode prevenir, tentar prestar atenção nos seus amigos, não precisa ser em todo mundo na rua que você está vendo, mas nos seus amigos próximos, agora você pode prevenir. Eu acho que pra quem está pensando em desistir, eu acho que tipo, dá mais uma chance sabe? Espera mais um pouco, tenta conversar com alguém, pedir ajuda pra alguém porque as vezes você acha que não tem solução, mas você nunca tentou pedir ajuda, então tenta mais essa coisa e você vai vendo.*

Todos os que colaboraram com este trabalho demonstraram a importância do vínculo afetivo no processo de sobrevivência ao abalo existencial que é decorrente de uma morte causada. Percebemos o quanto é complexo para os adolescentes e jovens refletirem sobre os significados atribuídos à essa experiência. Quando realizadas trocas com aqueles que compreendem seus sentimentos, devido a estabilidade do vínculo afetivo, o processo de luto parece se tornar pouco traumático.

Passar pela experiência de ter um colega ou amigo que escolheu o suicídio para si, trouxe para os sobreviventes a sensibilidade de estar atento aos demais em sua volta, e também o processo de reconfiguração dos modelos de comunicação e relacionamentos, ampliando neles o cuidado e empatia.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenvolvimento do presente estudo possibilitou uma análise de como os adolescentes, foram impactados após a morte de amigos e colegas que se suicidaram.

Ao final deste trabalho, pudemos perceber que viver o suicídio de alguém próximo causa grandes transformações, nunca se é o mesmo após essa experiência. As mudanças apontadas nesta pesquisa foram jovens mais reflexivos em sua existência, em suas relações, cuidadosos na comunicação, mais tolerantes, empáticos e que se cuidam mutuamente.

Se o estudo e apreciação do tema suicídio exige uma postura respeitosa, estar em contato com o fenômeno a partir dos colaboradores desta pesquisa nos deu a dimensão da intensidade das emoções do luto decorrente de uma morte causada. Um luto que carrega em si dor, tristeza, questionamentos, incredulidade, negação, culpa, e que merece ser legitimado e acolhido com colo, abraços e zelo.

O luto é um processo que precisa de uma rede de suporte, aprendemos nesta pesquisa a importância dos amigos estarem unidos e ofertarem sua escuta, a importância do acolhimento e apoio da família, a importância das escolas onde ocorre um suicídio falarem abertamente e darem espaço para que os alunos possam elaborar seus sentimentos, a importância dos canais de apoio criados em instituições promovendo fortalecimento e gerando prevenção.

Os participantes revelaram como é difícil falar sobre este tema com os adultos a sua volta, porém ao compartilharem seus pensamentos e sentimentos com seus amigos íntimos se sentem aliviados e compreendidos, para eles falar da morte é aprender sobre a vida.

Parte do viver em sociedade deve ser compreender a dor do outro, não nos engajamos o suficiente neste sentido, não estamos preparados para observar e respeitar a dor psíquica, infelizmente ainda percebemos preconceitos e estigmas ao se falar sobre depressão, ansiedade, ou bullying, quando estes problemas se referem aos adolescentes é comum observarmos o processo de banalização destes acontecimentos.

O convite que deixo a partir desta pesquisa é o convite do olhar, olhar a dor que incomoda e que está no nosso dia a dia. Refletir sobre a morte é trazer plena atenção para vida, tornar cada momento em possibilidade de realização.

Encerro este trabalho dedicando a canção a seguir a todos aqueles que já amaram e foram invadidos pela dor da ausência.

### Tocando em Frente

Almir Sater e Renato Teixeira

Ando devagar porque já tive pressa  
E levo esse sorriso, porque já chorei demais  
Hoje me sinto mais forte, mais feliz quem sabe  
Só levo a certeza de que muito pouco eu sei,  
ou  
Nada sei, conhecer as manhas e as manhãs  
O sabor das massas e das maçãs  
É preciso amor pra poder pulsar, é preciso paz  
Pra poder sorrir, é preciso a chuva para florir  
Penso que cumprir a vida, seja simplesmente  
Compreender a marcha, ir tocando em frente  
Como um velho boiadeiro, levando a boiada  
Eu vou tocando os dias pela longa estrada, eu vou  
Estrada eu sou, conhecer as manhas e as manhãs  
O sabor das massas e das maçãs  
É preciso amor pra poder pulsar, é preciso paz  
Pra poder sorrir, é preciso a chuva para florir  
Todo mundo ama um dia, todo mundo chora  
Um dia a gente chega, no outro vai embora  
Cada um de nós compõe a sua história, cada ser em si  
Carrega o dom de ser capaz, e ser feliz

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALMEIDA, A. F. Efeito de Wether. **Análise Psicológica**, Lisboa, p. 37-51, 2000. Disponível em: <<https://docplayer.com.br/35502377-Efeito-de-werther-ana-filipa-almeida.html>>. Acesso em: 16 agosto 2018.
- BARROS, D.; FUKUMITSU, K. O. YouTube. **Panorama TV Cultura- Suicídio na Adolescência**, 02 maio 2018. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=a94D30gc3dQ&t=694s>>. Acesso em: 06 out. 2018.
- BRUSCAGIN, C. B. **Sob a Proteção de Deus: Famílias Cristãs na Fase Adolescente**. São Paulo: Puc - São Paulo, 2004.
- C.V.V. Centro de Valorização da Vida. **C.V.V.**, 2018. Disponível em: <<https://www.cvv.org.br/>>. Acesso em: 26 Julho 2018.
- CÂNDIDO, A. M. O enlutamento por suicídio: elementos de compreensão clínica da perda, Brasília, 2011.
- CASELLATO, G. **Dor Silenciosa ou Dor Silenciada? Perdas e lutos não reconhecidos por elutados e sociedade**. Campinas - SP: Livro Pleno, 2005.
- CASELLATO, G. Luto Não Autorizado. In: FUKUMITSU, K. O. **Vida, Morte e Luto**. São Paulo: Summus, 2018. Cap. 14, p. 207- 215.
- CASSORLA, R. A dor de quem fica: os sobreviventes do suicídio. In: VELOSO, A. M. **A dor de quem fica: os sobreviventes do suicídio**. [S.l.]: HuffPost, 2016. Disponível em: <[https://www.huffpostbrasil.com/2016/09/08/a-dor-de-quem-fica-os-sobreviventes-do-suicidio\\_a\\_21697913/](https://www.huffpostbrasil.com/2016/09/08/a-dor-de-quem-fica-os-sobreviventes-do-suicidio_a_21697913/)>. Acesso em: 03 julho 2018.
- CESCON, L. F. Prevenção do suicídio: um desafio urgente. In: SCAVACINI, K. **Histórias de sobreviventes do suicídio**. São Paulo: Instituto Vita Alere, 2018. Cap. Categoria I, p. 23-30.
- CLARK, S. **Depois do Suicídio, apoio às pessoas em luto**. São Paulo: Gaia, 2007.

CORNEJO, E. R. S. P. U. Luto por suicídio: a jornada dos sobreviventes. In: SCAVACINI, K. **Histórias de Sobreviventes do Suicídio**. São Paulo -SP: Instituto Vita Alere, 2018. Cap. Categoria II, p. 61-70.

DIAS, M. L. Parentalidade e adolescência na era tecnológica. In: MACEDO, R. M. **Expandindo Horizontes da Terapia Familiar**. [S.I.]: CRV, 2015.

FRANCO, M. H. P. Pesquisa e práticas sobre o luto no exterior e no Brasil. In: FUKUMITSU, K. O. **Vida, Morte e Luto**. São Paulo: Summus, 2018. Cap. 13, p. 193-206.

FUKUMITSU, K. O. Suicídio e Luto, uma tarefa da posvenção para "amar depois da dor". **Jornal da USP**, São Paulo, 2015. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/artigos/suicidio-e-luto-uma-tarefa-da-posvencao-para-amar-depois-da-dor/>>. Acesso em: 06 agosto 2018.

FUKUMITSU, K. O. Suicídio a dor de quem fica Identidade Geral. **YouTube**, São Paulo, 03 setembro 2018. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=JsQihFpURvE&t=28s>>. Acesso em: 03 setembro 2018.

FUKUMITSU, K. O. Suicídio, Luto e Posvenção. In: FUKUMITSU, K. O. **Vida, Morte e Luto**. São Paulo: Summus, 2018. Cap. 15, p. 216-231.

FUKUMITSU, K. O. et al. Posvenção: Uma nova perspectiva para o suicídio. **Revista Brasileira de Psicologia**, Salvador Bahia, 02, n. 02, 2015. Disponível em: <[https://www.researchgate.net/publication/322792019\\_Posvencao\\_uma\\_nova\\_perspectiva\\_para\\_o\\_suicidio\\_Postvention\\_a\\_new\\_perspective\\_for\\_a\\_suicide](https://www.researchgate.net/publication/322792019_Posvencao_uma_nova_perspectiva_para_o_suicidio_Postvention_a_new_perspective_for_a_suicide)>.

FUKUMITSU, K. O.; KOVÁCS, M. J. Especificidades sobre o processo de luto frente ao suicídio. **Psico**, Porto Alegre, 17, n. 1, 2016. 03-12. Disponível em: <. acessos em 17 nov. 2018. <http://dx.doi.org/10.15448/1980-8623.2016.1.19651>>. Acesso em: 23 Setembro 2018 2018.

FUKUMITSU, K. O.; SCAVACINI, K. Suicídio e Manejo Psicoterapêutico em Situações de Crise: Uma abordagem Gestáltica. **Revista da Abordagem Gestáltica**, Goiânia, 19, n. 2, 2013. 198-204. Disponível em:

<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672013000200007](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672013000200007)>. Acesso em: 17 outubro 2018.

GIL, A. C. **Técnicas de pesquisa em economia**. 2ª. ed. São Paulo: Atlas, 1995.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5ª. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2010.

GOUVÊA, T. V. D. S. Quando a morte chega em casa: luto e a saudade. In: FUKUMITSU, K. O. **Vida, Morte e Luto**. São Paulo: Summus, 2018. Cap. 12, p. 182-192.

KAMPF, C. A geração Z e o papel das tecnologias digitais na construção do pensamento. **ComCiência**, Campinas, n. 131, 2011. Disponível em: <[http://comciencia.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1519-76542011000700004&lng=pt&nrm=iso](http://comciencia.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-76542011000700004&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 14 agosto 2018.

KOVÁCS, M. J. **Educação para a morte: temas e reflexões**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

LOTÉRIO, L. Afinal, 13 Reasons Why conscientiza ou induz suicídio?. **VIX**, 2018. Disponível em: <<https://www.vix.com/pt/entretenimento/544716/afinal-13-reasons-why-conscientiza-ou-induz-suicidio-8-pontos-da-serie-merecem-atencao>>. Acesso em: 12 julho 2018.

MACEDO, R. M. S. D.; BRUSCAGIN, C.; FEIJÓ, M. R. Terapia de Família com filhos adolescentes: uma abordagem sistêmica. In: CASTANHO, G. M. P.; DIAS, M. L. **Terapia de Família com filhos adolescentes: uma abordagem sistêmica**. Roca, 2014. Cap. 7.

MINAYO, M. C. S. **Pesquisa Social, teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2007.

MONTEIRO, J. P. N. **Depressão e Ideação Suicida em Adolescentes**. Vila Real: [s.n.], 2012.

NUNES, F. et al. O Fenômeno do Suicídio Entre os Familiares Sobreviventes: Revisão Integrativa. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto,

junho 2016. 17-22. Disponível em: <[http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1647-21602016000100003](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602016000100003)>.

OLIVEIRA, A. Veja as características que marcam a gerações "Baby Boomer , X, Y e Z. Entenda a evolução do comportamento dos jovens desde a década de 60. **Globo**, 2013. Disponível em: <<http://redeglobo.globo.com/globociencia/noticia/2013/10/veja-caracteristicas-que-marcam-geracoes-baby-boomer-x-y-e-z.html>>. Acesso em: 13 setembro 2018.

OSÓRIO, L. C. **Adolescente Hoje**. Porto Alegre: Artmed, 1992.

PRATA, V.; MILANEZ, N. **Filosofia do suicídio**: quando o corpo tem vez. Vitória da Conquista - BA: Labedisco, 2016. 141 p.

PSIQUIATRIA, A. B. D. ABP. **Associação Brasileira de Psiquiatria**, 2009. Disponível em: <<https://www.abp.org.br/setembro-amarelo>>. Acesso em: 10 Setembro 2018.

RANNA, W. Os desafios da adolescência. **Mente e Cerebro**, 2005. Disponível em: <[http://www2.uol.com.br/vivermente/reportagens/os\\_desafios\\_da\\_adolescencia.html](http://www2.uol.com.br/vivermente/reportagens/os_desafios_da_adolescencia.html)>. Acesso em: 26 outubro 2018.

SANTOS, A. D. J.; ALMEIDA, J. R. M. D. Ensaio Acerca da Relação entre Suicídio e a Reprodução do Capital. In: VILMAR PRATA, N. M. **Filosofia do Suicídio**: quando o corpo tem vez. Vitória da Conquista - BA: Labedisco, 2016. Cap. 5, p. 62-79.

SANTOS, S.; CAMPOS, R.; TAVARES, S. O Impacto do Suicídio: Evidências Atuais, Portugal, março 2015. Disponível em: <<https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/13930/1/rcaap1.PDF>>. Acesso em: 05 agosto 2018.

SAÚDE, M. D. Ministério da Saúde. **1º boletim de suicídio no país**, 21 setembro 2017. Disponível em: <<http://www.saude.ms.gov.br/2017/09/21/ministerio-da-saude-divulga-1-boletim-de-suicidio-no-pais-e-a-quarta-caoa-de-morte-entre-jovens/>>. Acesso em: 11 setembro 2018.

SAÚDE, M. D. **Prevenção do Suicídio**: Manual dirigido a profissionais das equipes de saúde mental. [S.l.]: Ministério da Saúde Brasil, 2018. Disponível em: <[https://www.cvv.org.br/wp-content/uploads/2017/05/manual\\_prevencao\\_suicidio\\_profissionais\\_saude.pdf](https://www.cvv.org.br/wp-content/uploads/2017/05/manual_prevencao_suicidio_profissionais_saude.pdf)>. Acesso em: julho 2018.

SAÚDE, O. M. D. **Prevenção do Suicídio**: Um recurso para conselheiros. Genebra: [s.n.], 2006.

SAYÃO, R. Veja. **Melhor época para transgredir é a adolescência**, 2017. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=ey3s3ilxh6g&t=62s>>. Acesso em: 20 agosto 2018.

SAYÃO, R. Veja Abril. **Os pais andam obediendes demais**, 2017. Disponível em: <<https://veja.abril.com.br/educacao/rosely-sayao-os-pais-andam-obedientes-demais/>>. Acesso em: 20 agosto 2018.

SCAVACINI, K. YouTube. **Suicídio no Programa Conexão Jesus**, março abr. 2014. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=IrlVqVMkYXI&t=800s>>. Acesso em: 15 agosto 2018.

SCAVACINI, K. **Histórias de Sobreviventes do Suicídio**. São Paulo: Instituto Vita Alere, 2018.

SILVA, A. B. Adolescência Estendida. **YouTube - Mentas em Pauta**, 2018. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=-mc91cHYFHk&t=114s>>. Acesso em: 20 agosto 2018.

TORO, G. V. R. et al. O desejo de partir: um estudo a respeito da tentativa de suicídio. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 19, n. 3, p. 407-421, dezembro 2013. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/per/v19n3/v19n3a06.pdf>>. Acesso em: 18 novembro 2018.

VELOSO, A. M. A dor de quem fica: os sobreviventes do suicídio. **Huffpost**, 2016. Disponível em: <[https://www.huffpostbrasil.com/2016/09/08/a-dor-de-quem-fica-os-sobreviventes-do-suicidio\\_a\\_21697913/](https://www.huffpostbrasil.com/2016/09/08/a-dor-de-quem-fica-os-sobreviventes-do-suicidio_a_21697913/)>. Acesso em: 03 julho 2018.

**ANEXOS**



Pontifícia Universidade Católica de  
São Paulo Programa de Estudos Pós-Graduados em <sup>76</sup>  
**Terapia Familiar e de Casal**

**CARTA CONVITE**

**Título do trabalho: O que acontece com quem fica?** Amigos e colegas de adolescentes que se suicidaram contam sua experiência

O menor de idade pelo qual o(a) senhor(a) é responsável está sendo convidado(a) a participar da pesquisa: O que acontece com quem fica? Amigos e colegas de adolescentes que se suicidaram contam sua experiência.

O objetivo deste estudo é buscar compreender qual o impacto sentido por adolescentes, na perda por suicídio de um amigo ou colega, como vivenciaram essa situação com o passar do tempo, quais os sentimentos, pensamentos surgidos ou desenvolvidos após a morte desse alguém próximo.

Caso você autorize, seu filho irá participar de uma entrevista comigo sobre essa experiência. Importante ressaltar que não se trata de uma psicoterapia, mas de um encontro com o objetivo de compreender esse impacto na vida de um adolescente.

A participação dele(a) não é obrigatória e, a qualquer momento, poderá ele/a desistir da participação. Tal recusa não trará prejuízos em sua relação com o pesquisador. As perguntas foram formuladas com o intuito de minimizar os riscos ao participante, contudo, caso haja desconforto, dificuldade ou sofrimento, o participante poderá interromper sua participação e a pesquisadora se responsabiliza em prestar atendimento psicológico ao participante pelo tempo necessário, ou encaminhar a um serviço especializado de sua confiança.

A participação é voluntária, o que significa que não haverá pagamento de nenhuma espécie ao participante. A participação é anônima, dessa forma, preza-se pelo sigilo das informações prestadas, omitindo todas as informações que permitam a identificação do participante.

O/A senhor(a) estará recebendo uma cópia do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido onde consta o telefone da pesquisadora e sua orientadora, podendo tirar dúvidas agora ou a qualquer momento.



Pontifícia Universidade Católica de  
São Paulo Programa de Estudos Pós-Graduados em 77  
**Terapia Familiar e de Casal**

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

**Pais/Responsáveis**

Eu, \_\_\_\_\_ (re  
sponsável) pelo \_\_\_\_\_ menor

Declaro que os objetivos e detalhes desse estudo foram-me completamente explicados, entendo que meu filho/a pode descontinuar a sua participação a qualquer momento sem ser em nada prejudicado,

(  ) aceito que ele(a) participe (  ) não aceito que ele(a) participe

São Paulo, ..... de..... de 2018

Assinatura do Responsável \_\_\_\_\_

RG nº \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

Assinatura do Participante \_\_\_\_\_

RG nº \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

Pesquisadora: Cristiane Juciara C. de Andrade Amaral

RG nº 27.008.366-2 Telefone de Contato (11) 97697-2666

\_\_\_\_\_  
Assinatura

Orientadora: Claudia Bruscin

RG 10.364.760 CRP 06/31944 Telefone de Contato (11) 99488-2478

\_\_\_\_\_  
Assinatura



Pontifícia Universidade Católica de  
São Paulo Programa de Estudos Pós-Graduados em  
**Terapia Familiar e de Casal**

78

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

**Adolescente / Jovem**

Declaro que os objetivos e detalhes desse estudo foram-me completamente explicados, conforme seu texto descritivo. Entendo que não sou obrigado a participar do estudo e que posso descontinuar minha participação, a qualquer momento, sem ser em nada prejudicado. Meu nome não será utilizado nos documentos pertencentes a este estudo e a confidencialidade dos meus registros será garantida. Desse modo, concordo em participar do estudo e cooperar com o pesquisador.

Nome do participante \_\_\_\_\_

Assinatura do Participante \_\_\_\_\_

RG nº \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

Pesquisadora: Cristiane Juciara C. de Andrade Amaral

RG nº 27.008.366-2 Telefone de Contato (11) 97697-2666

\_\_\_\_\_  
Assinatura



Pontifícia Universidade Católica de  
São Paulo Programa de Estudos Pós-Graduados em  
**Terapia Familiar e de Casal**

79

**PERGUNTAS NORTEADORAS PARA ENTREVISTA**

- Nome do Participante
- Idade
- Cidade onde reside
- Grau de escolaridade
- Gostaria de agradecer por você ter aceitado o convite e participar desta pesquisa conversando comigo sobre um momento específico da sua vida.
- Como foi para você ter sido convidado a participar desta pesquisa e falar sobre o suicídio de alguém próximo?
- Você costuma falar deste assunto com outras pessoas?
- Sobre a pessoa/amigo/colega que morreu, como você recebeu a notícia? Como foi a sua reação?
- Você considerava que ela dava sinais que não estava bem? Como você lidou com as dúvidas, com as perguntas que surgiram após a morte?
- E na sua família, como reagiram ao saber da morte desta pessoa?
- Você acha que a (nome da pessoa) imaginou o impacto que causaria após sua morte?
- Se você pudesse falar algo para alguém que pensa no suicídio o que você diria?