

## Resenha “Perdas no Desenvolvimento Humano: um estudo fenomenológico”

**Fukumitsu, K, O. (2012). *Perdas no Desenvolvimento Humano: um estudo fenomenológico*. 2.ed. 96p. São Paulo, Digital Publish & Print. ISBN 978-85-65294-02-7.**

É um grande prazer comentar o livro de Karina Okajima Fukumitsu “Perdas no Desenvolvimento Humano: um estudo fenomenológico”, que discorre com maestria sobre um assunto que desperta grande interesse nas pessoas.

O livro é de cunho pessoal. A autora coloca-se no centro da investigação contando passagens da vida pessoal e acadêmica. É quase uma aula biográfica; A autora extrai dessas experiências e da própria investigação que realizou, conceitos que são universais, aplicáveis a praticamente todas as pessoas.

A autora tem como bagagem a experiência anterior, bem como seu mestrado em psicologia clínica humanista nos Estados Unidos da América, mais especificamente em Michigan (MisPP). Isso dá credibilidade ao trabalho, porque vem de alguém com formação científica e com experiência como psicóloga.

O tema do livro é universal: perdas. Quem não as teve ao longo da vida? Independente de idade, nacionalidade, raça, religião ou vivências pessoais, as perdas, constituem a arena onde a vida se desenvolve. Portanto, a questão não é se existem perdas; mas como elas interferem em nossas vidas, como são assimiladas, e como lidamos com elas. Esse parece ser o ponto central da argumentação da autora. Como disse Rudyard Kipling (1895): “Se encontrando o triunfo e o desastre conseguires tratar da mesma forma esses dois impostores. Serás um Homem, meu filho “.

Karina descreve várias formas de perdas: morte, perda de cidadania, perdas por escolhas de outras atividades, perdas parciais de saúde, perdas de posições sociais, perdas de prestígio, perdas econômicas, perdas amorosas e de amizades. A perda da cidadania, ou o exílio, podem ser experiências devastadoras como relatado por inúmeros exilados políticos, ou cientistas que foram obrigados a deixar seus países por perseguições políticas. Enfim, a lista é quase infinita.

Depois, analisa as consequências das perdas. O impacto da perda depende de muitos fatores: quanto o objeto perdido significava; isso depende da cultura - assim, orientais ou muçulmanos têm uma visão diferente de outras culturas quanto à vida e podem sublimar sofrimentos, e mesmo adotar atitudes de sacrifício, imolação e martírio pela crença de que na vida futura serão recompensados. As consequências dependem também dos recursos emocionais de quem perdeu; depende da religião; depende muito da proximidade. Por exemplo, perder o pai que era amigo e conselheiro é muito diferente de perder um pai distante, a quem mal se conhecia. Também há perdas transitórias que podem não ser definidas e há perdas eternas, como a morte.

A autora também descreve o processo percorrido na perda: o choque, a tristeza, o sofrimento, a aceitação ou não, o luto permanente e por fim o recomeço. Analisa também como se enfrentam as perdas. De várias formas, dependendo da pessoa, do significado do objeto perdido. Meios para enfrentá-la são muitos: fé, apoio dos amigos, compartilhar a dor, chorar, fazer terapia. A eficiência desses processos depende naturalmente da intensidade com que cada um se serve deles. Para uns a religião pode ser a tábua de salvação; para outros, os amigos; para outros, o isolamento e a reflexão.



No processo, a pessoa reavalia a própria vida: seus valores, quanto tempo e esforço gastaram com o objeto perdido. Portanto, perdas são processos dolorosos, mas que oferecem a oportunidade de reavaliação e redirecionamento. Em suma, é a oportunidade iniciar nova caminhada. Será igual ou melhor que antes? Não se sabe; mas perdas não são o fim de tudo; não é a própria morte. Pode ser a morte de um sonho, de uma etapa, mas não é a morte do ser. Um dos aspectos que, eventualmente, acompanham as perdas são a mágoa e o ressentimento. Isso pode representar uma lembrança das coisas que deviam ter sido feitas e não o foram. “Eu devia ter cuidado melhor dele(a)”. Mas aí já é tarde. Também podem levar ao questionamento da justiça divina. Como Deus permitiu que isso acontecesse comigo?

Por outro lado, e de modo oposto, tem-se a resignação, quando se compreende que a perda é natural, como a morte de uma pessoa idosa que foi feliz e bem cuidada. Os que ficam sentem a perda, mas não têm a consciência inquieta, porque tudo que podia ser feito, foi feito, e a morte é o capítulo final da vida. A natureza seguiu seu curso. Por outro lado, perdas podem ser devastadoras para os indivíduos controladores, que pensam ter as rédeas do destino nas mãos. Qualquer perda mostra que a pessoa não domina tudo; isto pode ser muito traumatizante, pois revela que todos somos iguais, e que o destino, os deuses, ou a morte, jogam um jogo que o homem não entende. Todas essas reflexões a autora nos apresentam e são difícil discordar. São, a rigor, os fatos da vida humana.

Portanto, a autora analisa com propriedade inúmeros aspectos das perdas, sempre se colocando como parte da narrativa, sem deixar, contudo, de se referir a outros autores, especialmente Kübler-Ross, que abordaram temas semelhantes e corroboram os pontos de vista da autora. Isso demonstra cultura geral, amplo conhecimento do assunto, mas, sobretudo, insere o livro no contexto amplo de outras pessoas e suas circunstâncias.

Quanto à metodologia, ao método, a autora se estende em pormenores que são úteis para estudantes de graduação e pós-graduação. Como a autora bem salienta, a metodologia não é o centro da investigação, e sim um meio de procurar a verdade. No caso, o estudo fenomenológico atende aos requisitos do trabalho.

Em síntese, trata-se de um livro que traz importante contribuição para o conhecimento das várias facetas das perdas. Contribui para compreensão desse fenômeno universal, frequente e significativo. Pode ser lido facilmente por leigos. Os acadêmicos acharão nele, uma visão pessoal, e ao mesmo com conotações humanitárias amplas também abordadas por outros autores, executado sobre metodologia adequada e expresso de forma pormenorizada e clara.

Recomendo sua leitura especialmente a estudantes de Psicologia de graduação e pós-graduação, bem como para todos os profissionais de saúde, que podem se deparar no seu dia a dia com facetas sutis da perda, que interferem nos sentimentos e comportamento das pessoas. Compreendê-las é essencial para o bom relacionamento humano.

Mayra Luciana Gagliani<sup>1</sup>  
Junho de 2015

---

<sup>1</sup> Psicóloga responsável pela UTI Neonatal e Enfermaria de Cardiopatias Congênitas do InCor- HCFMUSP. Especialista em Terapia Cognitiva Comportamental pelo Ipq – HCFMUSP. Especialista em Medicina Comportamental pela UNIFESP. Ex-Diretora do Departamento de Psicologia da SOCESP (Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo). mayragagliani@gmail.com