



AS CORES DO ADEUS

AUTORES: BRUNA MARIA PIO SILVA, GABRIELA
FREITAS COUTO, ISABELLA RESENDE MELO,
KELVIN FELIPE FARIA SANTOS, LAURA COSTA
BORTOT, NATHÁLIA ALMEIDA CARDOSO REIS E
SARAH REIS DE MELO



**AUTORES: BRUNA MARIA PIO SILVA,
GABRIELA FREITAS COUTO, ISABELLA
RESENDE MELO, KELVIN FELIPE FARIA
SANTOS, LAURA COSTA BORTOT, NATHÁLIA
ALMEIDA CARDOSO REIS E SARAH REIS DE
MELO**

**ILUSTRAÇÕES E RECURSOS VISUAIS OBTIDOS
ATRAVES DA PLATAFORMA CANVA**

S586c As cores do adeus / Bruna Maria Pio Silva ... [et al.]. –
Divinópolis : [s.n.], 2025.
23 p. : il., color.

ISBN: 978-65-01-37366-9

1. Luto. 2. Crianças. 3. Psicodiagnóstico. I. Silva, Bruna
Maria Pio II. Título.

CDD 153.93

(Elaborada pela bibliotecária Lorena J. Melo Mendonça – CRB-6/3161)

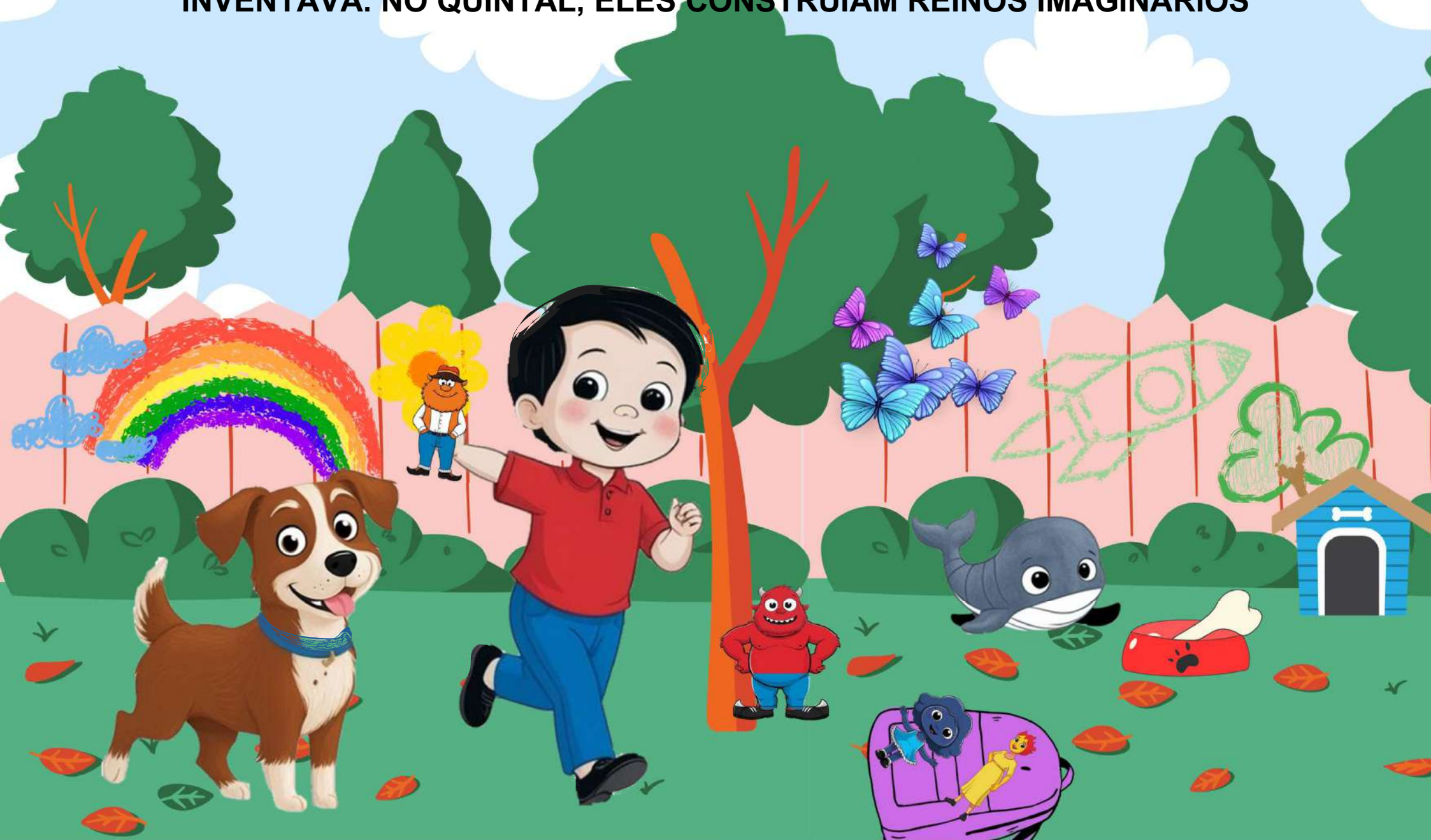
FOLHA DE ORIENTAÇÕES DE USO

Durante a leitura, crie um ambiente acolhedor, onde a criança se sinta confortável para observar as ilustrações e fazer perguntas sobre o que está sendo lido. Ao longo da narrativa, faça pausas para discutir cada etapa do luto, incentivando a criança a compartilhar suas emoções em relação aos personagens e situações apresentadas.

Após cada parte da história, pergunte à criança como ela se sente em relação ao que aconteceu com Matheus. Perguntas abertas, como "Como você acha que Matheus se sentiu quando..." ou "E você, já sentiu algo parecido?", ajudam a facilitar a expressão dos sentimentos, permitindo que a criança reflita e se conecte com a história.

- Através do personagem “Raiva” é introduzida uma atividade de respiração, que ajuda no controle dos impulsos. A atividade pode ser realizada durante a leitura do livro, ou após a mesma, buscando ajudar a criança a identificar situações da perda do controle emocional. As instruções para sua execução estão contidas no livro.**
- A dinâmica “Caixa do Luto” é apresentada no último trecho do livro, juntamente com a figura da aceitação. Essa Dinâmica consiste na criação de uma caixa em que se possa colocar todos os objetos que remetam a quem foi perdido: Objetos pessoais, fotos, cartas etc... Essa atividade pode ser proposta de ser realizada após o final da história, como uma maneira de fixar e assimilar as emoções apreendidas ao decorrer da trajetória de Matheus. Durante essa atividade converse sobre o que cada objeto significa para a criança e como ela lida com as lembranças e a perda, aproveite o momento para explicar como ainda é possível manter uma conexão simbólica, sem precisar esquecer.**

MATHEUS NUNCA SE SENTIU SOZINHO ENQUANTO CHIQUINHO ESTAVA POR PERTO. CHIQUINHO ERA MAIS QUE UM CACHORRO; ELE ERA O COMPANHEIRO DE TODAS AS AVENTURAS, O FIEL OUVINTE DE SEGREDOS E O HERÓI DAS HISTÓRIAS QUE MATHEUS INVENTAVA. NO QUINTAL, ELES CONSTRUÍAM REINOS IMAGINÁRIOS



MAS AGORA O QUINTAL PARECIA VAZIO E SILENCIOSO. CHIQUINHO SE FORA EM UMA MANHÃ DE DOMINGO AO SE DEPARAR COM UM GRANDE CAMINHÃO, E MATHEUS NÃO SABIA COMO LIDAR COM O VAZIO QUE TOMAVA SEU CORAÇÃO



O PAI DE MATHEUS PRECISOU DAR A NOTÍCIA, MAS MATHEUS SE RECUSAVA A ACREDITAR NO QUE HAVIA ACONTECIDO! REPETIA CONSTANTEMENTE QUE O AMIGO ESTAVA APENAS DORMINDO, MAS O PAI O CONSOLANDO DIZIA “ELE ESTARÁ SEMPRE EM NOSSOS CORAÇÕES, MEU AMOR”



DURANTE O JANTAR MATHEUS EXPLODE EM UM SENTIMENTO DE TRISTEZA E RAIVA, CORRENDO PARA O QUINTAL ONDE BRINCOU TANTO COM SEU AMIGO, MAS AGORA APENAS SEUS BRINQUEDOS ESTÃO LÁ.



MATHEUS ANDOU PELO QUINTAL, O CORAÇÃO AINDA PESADO, ATÉ QUE SENTIU ALGO ESTRANHO EM SUA MOCHILA. ELA PARECIA SE MEXER SOZINHA! DE REPENTE, COM UM SOLAVANCO, SE ABRIU, UMA FIGURA SURTIU E MATHEUS ENTÃO PERGUNTOU: “QUEM É VOCÊ?”

OLÁ, MATHEUS! EU SOU A
NEGAÇÃO. VEJO QUE VOCÊ ESTÁ
TRISTE PORQUE PERDEU O
CHIQUELHO. VOCÊ SENTE QUE ELE
AINDA ESTÁ COM VOCÊ, NÃO É?

SIM! MAS ELE NÃO FOI
EMBORA. ELE SÓ PRECISA DE
UM TEMPINHO PARA ACORDAR!
ELE SEMPRE VOLTA!



É NATURAL QUERER ACREDITAR
NISSO. A NEGAÇÃO É UMA
MANEIRA DE PROTEGER SEU
CORAÇÃO DA DOR QUE VOCÊ
SENTE. É COMO SE VOCÊ
ESTIVESSE DIZENDO: "NÃO
QUERO ACREDITAR QUE ISSO
ESTÁ ACONTECENDO".



ÀS VEZES, É MAIS FÁCIL IMAGINAR QUE
TUDO ESTÁ BEM DO QUE ENCARAR A
TRISTEZA. A NEGAÇÃO NOS AJUDA A
LIDAR COM A REALIDADE AOS POUCOS,
COMO SE ESTIVÉSSEMOS NOS
PREPARANDO PARA ACEITAR O QUE
ACONTECEU. PERDER ALGUÉM QUE
AMAMOS É DOLOROSO E PODE DEIXAR UM
VAZIO ENORME. ESSA SENSÇÃO DE
INJUSTIÇA É NORMAL E FAZ PARTE DO
PROCESSO DE LUTO.

MATHEUS INDAGOU A NEGAÇÃO SOBRE A DOR E A INJUSTIÇA DA SITUAÇÃO. REFLETINDO SOBRE O QUE ELA DISSE E EM TODA SUA FRUSTRAÇÃO, SENTIU O PEITO PRESSIONADO E, DE REPENTE, FICOU COM MUITA RAIVA. OUTRO BONECO SALTOU DA MOCHILA, CONCORDANDO COM MATHEUS QUE TODA SITUAÇÃO ERA MESMO INJUSTA.



**EU ESTOU COM MUITA
RAIVA! QUERO GRITAR!
QUERO QUEBRAR TUDO!**

**EU ENTENDO. QUANDO A GENTE PERDE
ALGUÉM QUE AMA, ÀS VEZES DÁ
VONTADE DE GRITAR E CHUTAR TUDO,
PORQUE PARECE MUITO ERRADO.
PARECE QUE O MUNDO NÃO DEVE
DEIXAR ISSO ACONTECER!**

MATHEUS CHUTOU O CHÃO, DESSA VEZ COM MENOS FORÇA, E QUESTIONOU A RAIVA DO MOTIVO DE SE SENTIR ASSIM. A RAIVA ABAIXOU A VOZ, AGORA MAIS CALMA, E EXPLICOU QUE, QUANDO O CORAÇÃO ESTÁ MACHUCADO, A RAIVA É COMO UM TROVÃO DENTRO DELE. ELA APARECE QUANDO VOCÊ SENTE QUE AS COISAS NÃO ESTÃO CERTAS. ENTÃO PROPÔS ENSINAR UM TRUQUE MÁGICO PRA ACALMÁ-LO, E ELE CONCORDOU COM A CABEÇA.



IMAGINE QUE SUA RESPIRAÇÃO É COMO
UMA BRINCADEIRA DE CONTAR ATÉ 10
BEM DEVAGAR, E A GENTE VAI BRINCAR
DE SOPRAR AS NUVENS NO CÉU!
PRIMEIRO, INSPIRE PELO NARIZ COMO SE
ESTIVESSE CHEIRANDO UMA FLOR BEM
CHEIROSA. CONTA ATÉ 4 ENQUANTO PUXA
O AR: "1, 2, 3, 4".



AGORA, SEGURE O AR NO PEITO, COMO SE
ESTIVESSE GUARDANDO UM SEGREDO. SÓ
UM POQUINHO, OK? DEPOIS, SOPRE O AR
PELA BOCA BEM DEVAGAR, COMO SE
FOSSE APAGAR UMA VELA DE
ANIVERSÁRIO GIGANTE. CONTA ATÉ 6: "1, 2,
3, 4, 5, 6".



A RAIVA ORIENTOU QUE SE ELE REPETISSE O PROCESSO ALGUMAS VEZES ELA IRIA DIMINUIR, E ASSIM ACONTECEU. ELE PERCEBEU QUE SEU CORAÇÃO JÁ NÃO BATIA TÃO FORTE. PORÉM, SUA CABEÇA COMEÇOU A SE AGITAR COM AS INÚMERAS POSSIBILIDADES.

MAS... E SE EU TIVESSE FETTO MAIS?
DADO MAIS COMIDA? LEVADO MAIS
VEZES PARA PASSEAR... ELE AINDA
ESTARIA AQUI?

NÃO AMIGUINHO, ACHO QUE NÃO.



MATHEUS LEVOU UM SUSTO, AQUELA FIGURA PARECIA TER LIDO SEUS PENSAMENTOS. ENTÃO, UMA ENORME BALANÇA APARECEU, REPRESENTANDO TODAS POSSIBILIDADES QUE ELE IMAGINAVA

EU SOU A BARGANHA. EU APAREÇO QUANDO VOCÊ TENTA SE CULPAR, OU TENTA PENSAR EM FORMAS DE MUDAR CERTAS SITUAÇÕES, MAS MUITAS DAS VEZES ALGO NÃO DÁ PARA SE EVITAR. SÓ PODEMOS ACEITAR. TER FEITO MAIS, NÃO FARIA ELE ESTAR AQUI. VOCÊ FEZ O MELHOR QUE PODE.



MUITO TRISTE, MATHEUS ABRAÇA SEU BICHINHO DE PELÚCIA, PROCURANDO CARINHO. A BALEIA, BUSCANDO CONFORTAR O GAROTO O DIZ “EU CHEGUEI PORQUE VOCÊ PRECISAVA DE ALGUÉM PARA SEGURAR ESSE APERTO NO PEITO”.

MAS EU NÃO QUERO SENTIR ISSO. VOCÊ PODE IR EMBORA? NÃO GOSTO DE ME SENTIR ASSIM. ME FAZ QUERER CHORAR.



EU ENTENDO, SOU A TRISTEZA. NÃO VOU EMBORA TÃO RÁPIDO... EU SOU COMO UMA
NUVEM NUM DIA DE CHUVA. EU FICO UM TEMPO, MAS DEPOIS EU FICO MAIS LEVE.
CHORAR NÃO É RUIM. SEU CORAÇÃO ESTÁ TENTANDO DIZER QUE SENTE SAUDADE



A TRISTEZA ENTÃO PERGUNTA AO GAROTO SE ELE SE LEMBRAVA DE COMO ERA BOM BRINCAR COM CHIQUINHO NAQUELE QUINTAL. MATHEUS COMEÇA A ENTENDER QUE BOAS MEMÓRIAS PODEM AJUDAR A SUPERAR AQUELES SENTIMENTOS.

EU NUNCA SUMO COMPLETAMENTE, MAS EU POSSO FICAR MENOR, MAIS MACIA... POSSO ATÉ ME TORNAR UM ABRAÇO, SE VOCÊ DEIXAR. EU FICO COM VOCÊ. E, JUNTOS, VAMOS APRENDER A LEMBRAR.



MATHEUS ENTÃO COMEÇOU A REFLETIR QUE SENTIA FALTA DE VER SEU AMIGO CORRENDO PELO QUINTAL



ATÉ QUE UMA VOZ LHE DISSE
EM SEU CORAÇÃO: "ISSO É A
ACEITAÇÃO, MATHEUS. É
NORMAL SENTIR SAUDADES,
MAS TAMBÉM É IMPORTANTE
VALORIZAR OS MOMENTOS
FELIZES QUE VIVEMOS"



MATHEUS ENTÃO PENSOU:
"FICO FELIZ POR TER
COMPARTILHADO UM TEMPO
JUNTO A CHIKUINHO"

A ACEITAÇÃO ENTÃO SURGE E SUGERE A MATHEUS A FAZEREM UMA CAIXA ESPECIAL! NESSA CAIXA COLOCAREMOS TODAS AS LEMBRANÇAS E OBJETOS DO CHIQUINHO. PODE SER O BRINQUEDO FAVORITO DELE, A COLEIRA, FOTOS, QUALQUER COISA QUE TE FAÇA LEMBRAR DOS MOMENTOS BONS QUE PASSARAM. VOCÊ PODE FAZER COM SUA FAMÍLIA E ASSIM TODOS PODERÃO HOMENAGEAR CHIQUINHO.



NO FINAL DA NOITE, MATHEUS OLHOU PARA A CAIXA E SENTIU ALGO DIFERENTE. EMBORA A DOR ESTIVESSE PRESENTE, HAVIA APRENDIDO A VIVER COM ELA, MAS AGORA SABIA QUE NÃO ESTAVA SOZINHO. SUA FAMÍLIA ESTAVA ALI, E O AMOR DE CHIQUINHO NUNCA DEIXARIA DE EXISTIR. AS LEMBRANÇAS DOS BONS MOMENTOS SERIAM ETERNAS



Este livro foi produzido na disciplina de Psicodiagnóstico Infantil da Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG/ DIVINÓPOLIS) E ORIENTADO PELA profa. Dra. Michelle Morelo Pereira

REFERÊNCIAS:

CANVA. Canva. Disponível em: <https://www.canva.com>. Acesso em: 19 fev. 2025

BAÚ MENA BARRETO, J.; ROCHA, M. V. A LUDOTERAPIA NO PROCESSO DO LUTO INFANTIL: UM ESTUDO DE CASO. Pesquisa em Psicologia - anais eletrônicos, [S. I.], 2015. Disponível em: https://periodicos.unoesc.edu.br/pp_ae/article/view/8555

BAÚ MENA BARRETO, J.; ROCHA, M. V. A LUDOTERAPIA NO PROCESSO DO LUTO INFANTIL: UM ESTUDO DE CASO. Pesquisa em Psicologia - anais eletrônicos, [S. I.], 2015. Disponível em: https://periodicos.unoesc.edu.br/pp_ae/article/view/8555

BEE, H. O Ciclo vital. Porto Alegre: Artmed, 1997.

BOWLBY, J. Attachment and loss, Vol. 3: Loss, sadness and depression. Attachment and Loss. New York: Basic Books, 1980.

CORR, C. A.; NABE, C. M.; CORR, D. M. Death & dying, life & living. Cengage Learning, 2019.

DYREGROV, A. Grief in children: A handbook for adults. Jessica Kingsley Publishers, 2004.

FILHO, J.; LIMA, DMA Gestalt-terapia e luto: uso da self-box como experimento no trabalho clínico com enlutados. Revista do Nufen , v. 02, 2023.

KÜBLER-ROSS, E. On death and dying. New York: Macmillan, 1969.

MELLO, G. R. E.; LIMA, L. P.; MOTA, D. C. B. Percepções e vivências do luto infantil: uma revisão narrativa da literatura brasileira. Revista Saber Digital, v. 14, n. 1, p. 70-88, 2021.

NEIMEYER, R. A. Meaning-making in the wake of loss. American Behavioral Scientist, v. 44, n. 6, p. 953-965, 2001

SANTOS, M. A. A morte e o morrer: um olhar psicológico. Editora Pearson Education, 2013.

SANTOS CAVALCANTI, Andressa Katherine. O conceito psicanalítico do luto: uma perspectiva a partir de Freud e Klein. Psychoanalytic concept of grief from Freud and Klein. 2013.

SENA, Naylline Gomes; OLIVEIRA, Daniela Ponciano; ALENCAR, Camilla Cardoso. Morte e perdas na infância: expressão do luto em uma criança que vivenciou a perda de um familiar. Revista Ft, v. 123, p. 7-26, jun. 2023. ISSN 1678-0817. DOI: [10.5281/zenodo.8015769](<https://doi.org/10.5281/zenodo.8015769>).

SOUZA, Gislene; GUILHERME, Thais; MESQUITA, Rui. A Elaboração do Luto na Infância. Anais do XX Simpósio de Ciências Aplicadas da FAEF. Garça/SP. Editora FAEF. Vol 06 (10 Vols.)- ISSN 1676-6814, 2017

SHEAR, M. K. Grief and mourning gone awry: Pathway and course of complicated grief. Dialogues in Clinical Neuroscience, v. 17, n. 2, p. 119–130, 2015.

TORRES, Wilma da Costa. A criança diante da morte: desafios. 2. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1999.

NEIMEYER, R. A. Meaning-making in the wake of loss. *American Behavioral Scientist*, v. 44, n. 6, p. 953-965, 2001

WORDEN, J. W. Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner. Springer Publishing Company, 2009.