

RESUMO - MULTIDISCIPLINAR

**IMPACTO PSICOEMOCIONAL DA ECOPSICOLOGIA - RESULTADOS
PRELIMINARES**

Letícia Aparecida Cordeiro Lucio (leticiabq10@gmail.com)

Juliana De Souza Oliveira (a.oliveirajuliana19@gmail.com)

Carla Cristine Vicente (carlavicent@gmail.com)

Anna Paula Balesdent Barreira (annabalesdent@gmail.com)

Bianca Cristina Da Silva Janssens (biancasjanssens@gmail.com)

Rodrigo Marcondes (rodrigo.marcondes.agro.2021.2@gmail.com)

Ana Luiza Oliveira Procopio (aninhaluizaprocopio@gmail.com)

Giovanna Vieira De Oliveira E Cruz De Almeida (giovannavoca@ufrj.br)

Gabriella Cristina Balzana Giglio (gabi.giglio@ufrj.br)

Joyce Oliveira De Campos (joyolliveer@gmail.com)

Maiza Pinto Gomes Souto (maizagomes@ufrj.br)

Bruna Samily Lima De Oliveira (bruninhasamily@gmail.com)

Gabriel Dos Santos Fonseca (gabrieljonseca@ufrj.br)

Ana Clara Fernandes Rio Torto (anaclara.riotorto@gmail.com)

Isabelle Soares Da Paixao (isabellesoares2024@gmail.com)

Alicia Martins Do Nascimento (aliciamartins122@ufrj.br)

Amanda Rodrigues Martins (amanda222018@gmail.com)

Arthur De Sá Alves (arthurmonego2016@gmail.com)

Bruna Jambeiro Da Silva (brunajambeiro14@gmail.com)

A Ecopsicologia é um campo transdisciplinar que integra diferentes áreas, buscando explorar a reconexão entre o ser humano e a natureza. Desse modo, é possível reconhecer efeitos terapêuticos promovidos por elementos naturais como espaços ao ar livre, bosques, hortas e animais, capazes de promover uma reconexão do indivíduo consigo mesmo e com os outros, e assim experienciar o equilíbrio e o bem-estar. O projeto “Ecopsicologia: Conexões Terapêuticas com a Natureza”, que faz parte do Grupo de Intervenções Transdisciplinares Assistida por Equinos do EQUilibrium Rural, ambos vinculados à Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), realizam encontros quinzenais entre pessoas da comunidade acadêmica e do seu entorno, com caráter terapêutico. O projeto oferece um espaço de reflexão, ressignificação, contemplação e práticas na natureza, visando a promoção da saúde e do bem-estar de humanos e de equinos, baseadas na ética e no conhecimento científico. Assim, o objetivo deste trabalho foi avaliar o impacto psicoemocional do encontro da Ecopsicologia nos praticantes e assim direcionar de forma mais assertiva as dinâmicas desenvolvidas ao fim dos encontros. Foram realizados sete encontros entre os meses de março e setembro de 2025, no Setor dos Garanhões, na fazenda da UFRRJ, atingindo um total de trinta e um participantes até o momento presente. Os participantes eram convidados a se reconectar com recursos terapêuticos oferecidos pela natureza, por meio de dinâmicas propostas pela dupla de facilitadoras da interação, junto aos cavalos coterapeutas, favorecendo a autorregulação emocional e o fortalecimento do bem-estar subjetivo dos participantes. Os cavalos, como animais sensíveis e sociais, desempenharam o papel de mediadores nas interações entre os participantes, facilitando processos de autopercepção, relaxamento e projeção das demandas. Desse modo, foi enviado por e-mail aos participantes da atividade, um formulário de autopreenchimento contendo a escala psicométrica PANAS (“Positive and Negative Affect Schedule”), validada pela literatura. A análise de afetos positivos e negativos foi graduada em escala do tipo Likert de 1 a 5, sendo 1 “muito pouco ou nada” e 5 “excessivamente”. Entre os Afetos Positivos (PA), inclui-se estar: atento; entusiasmado; forte; inspirado; interessado; excitado; orgulhoso; determinado; alerta e ativo. Já entre os Afetos Negativos (NA) foram utilizados: irritado; culpado; medroso; nervoso; hostil; inquieto; aflito;

perturbado; assustado e envergonhado. Dez participantes responderam ao questionário, representando 32,26% da população atingida pelo projeto, que demonstraram uma predominância significativa de afetos positivos em relação aos negativos. Entre os afetos positivos, a maior média de escores e desvio padrão, respectivamente, foram de interesse ($\bar{x} = 5,0$ e 0.9660917831), seguida por empolgação ($\bar{x} = 4,5$ e 0.6992058988) e pela inspiração ($\bar{x} = 4,0$ e 0.632455532). Esses resultados revelam forte preponderância de respostas em níveis elevados, em contraste, os sentimentos negativos apresentaram escores mais baixos, como: vergonha ($\bar{x} = 2,5$ e 1.33749351), nervosismo ($\bar{x} = 2,0$ e 1.173787791) e inquietação ($\bar{x} = 2,0$ e 1.33749351). Assim, este estudo demonstrou a predominância do impacto psicoemocional positivo, com destaque para o interesse, empolgação e inspiração dos praticantes, a partir das ações de ecopsicologia. Os resultados parciais desta pesquisa, que será perpetuada nos próximos semestres, apontam para a contribuição da ecopsicologia na promoção da saúde psicoemocional e até social da comunidade da UFRRJ e de seu entorno.

Palavras-chave: ecopsicologia; grupo terapêutico; equinos; reconexão; natureza.