

APRESENTAÇÃO ONLINE - I - PRÁTICAS PSICOLÓGICAS

ENVELHECIMENTO E CONSTRUÇÃO DE SENTIDO: CONTRIBUIÇÕES DA PSICOTERAPIA FENOMENOLÓGICA PARA O BEM-ESTAR E A QUALIDADE DE VIDA

João Pedro Rodrigues Lopes (jprodrigueslopes@gmail.com)

Ana Luiza De Oliveira Divino (analuizadivino@gmail.com)

Letícia Tatiane Rezende Faleiro (psicologa@leticiafaleiro.com)

O envelhecimento populacional é uma realidade crescente, acompanhado pelo aumento da expectativa de vida e por transformações nas condições de existência dos sujeitos. Nesse contexto, a Psicologia assume papel relevante na promoção do bem-estar e da qualidade de vida na velhice, especialmente diante dos desafios biopsicossociais que atravessam essa etapa da vida. Diante desse cenário, este estudo tem como objetivo compreender a importância da psicoterapia fenomenológica no envelhecimento para as pessoas idosas, destacando o acompanhamento psicológico como importante estratégia para a ressignificação da experiência de vida e no fortalecimento da autonomia dessas pessoas. Para tanto, adota-se como percurso a revisão teórica de base fenomenológico-existencial. A qualidade de vida, sob uma perspectiva ampliada, envolve dimensões sociais, afetivas, corporais e existenciais, que se articulam

na forma como o sujeito se relaciona com sua própria trajetória. Na contemporaneidade, o envelhecimento ainda é frequentemente associado à perda, à dependência e ao adoecimento, o que pode impactar negativamente a construção da identidade da pessoa idosa. A perspectiva fenomenológica, desenvolvida a partir de Husserl e aprofundada por Heidegger (1927/2015), compreende o ser humano como ser-no-mundo, existência situada, intencional e aberta ao futuro. A Psicologia Clínica, ao acolher esse indivíduo a partir dessa perspectiva, depara-se com o desafio de possibilitar a reconstrução de sentidos sobre o envelhecer, deslocando o foco da limitação para as possibilidades de existência. Nessas circunstâncias, o autoconhecimento emerge como possibilidade de ampliação da consciência sobre si e sobre a própria existência, não se restringindo às possíveis perdas do processo de envelhecimento, mas constituindo um novo modo de ser-no-mundo, capaz de transformar a relação do sujeito com o tempo, com os outros e consigo mesmo. Assim, o envelhecimento pode ser compreendido não como interrupção, mas como continuidade existencial, aberta à construção de sentido. Desse modo, a psicoterapia fenomenológica contribui para a promoção da dignidade e da autonomia ao reconhecer o idoso como sujeito ativo na construção de sua própria trajetória e de seu modo de existir.

Palavras-chave: envelhecimento; fenomenologia; psicoterapia; qualidade de vida.