IX CONGRESSO MULTIDISCIPLINAR UNIVERSO GOIÂNIA - HÍBRIDO
"O Futuro do Trabalho no Brasil"
De 26 a 29 de Maio de 2026

O OLHAR QUE ACOLHE A PRÓPRIA HISTÓRIA: UM ESTUDO DE CASO SOBRE ACEITAÇÃO E SAÚDE MENTAL NO ENVELHECIMENTO

Autor: João Gabriel Souza Pires [1]
Coautor: Maria Eduarda de Oliveira Ludgero [2]
Coautor: Maria Eduarda Peixoto de Oliveira [3]
Orientador: Profª Drª Lorena Fleury de Moura [4]

RESUMO

O envelhecimento envolve mudanças emocionais, sociais e psicológicas, tornando importante o desenvolvimento de práticas humanizadas voltadas ao cuidado da pessoa idosa. Este trabalho teve como objetivo compreender a importância da narrativa autobiográfica no fortalecimento emocional e na valorização da identidade durante a velhice, além de refletir sobre a contribuição da escuta psicológica humanizada para a saúde mental no envelhecimento. A metodologia consistiu em um estudo de caso realizado por meio de entrevista aberta com uma idosa de 75 anos, permitindo que ela compartilhasse experiências relacionadas à infância, família, desafios, conquistas e percepções sobre o envelhecimento. Durante a atividade, priorizou-se a escuta ativa e o acolhimento emocional. Os resultados demonstraram que a valorização da trajetória de vida contribui para o fortalecimento da autoestima, do sentimento de pertencimento e do bem-estar emocional da pessoa idosa. Observou-se também que a escuta psicológica empática favorece a humanização no cuidado ao envelhecimento. Conclui-se que práticas de acolhimento e valorização das histórias de vida possuem papel relevante na promoção da saúde mental e da dignidade da pessoa idosa.

Palavras-chave: Envelhecimento; Escuta ativa; Histórias de vida; Psicologia; Saúde emocional.

---

[1] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[2] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[3] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[4] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia