HISTÓRIAS QUE CURAM: ESCUTA ATIVA E COMPREENSÃO DO ENVELHECIMENTO SOB A PERSPECTIVA BIOPSICOSSOCIAL

Anna Jullia Brizola Machado[1]

Camila Ribeiro Gomes Costa[2]

Lorena Fleury de Moura[3]

RESUMO

O envelhecimento constitui um processo multidimensional permeado por transformações biológicas, psicológicas e sociais. Nesse contexto, estratégias de escuta ativa e valorização das trajetórias de vida podem contribuir para o fortalecimento da identidade, da empatia e do bem-estar emocional. O projeto "Histórias que Curam" foi desenvolvido com o intuito de promover reflexões acerca do envelhecimento humano por meio do compartilhamento de experiências de vida. Compreender aspectos subjetivos do processo de envelhecimento a partir dos relatos de idosos, promovendo a escuta qualificada, o acolhimento e a articulação entre teoria e prática no estudo do desenvolvimento humano. Trata-se de um projeto de extensão realizado por meio de entrevistas semiestruturadas com três participantes do sexo masculino, todos com 72 anos de idade. Foram utilizadas perguntas abertas relacionadas às mudanças percebidas ao longo da vida, aprendizagens adquiridas, desafios enfrentados, relações sociais e fatores associados ao bem-estar na velhice. Os relatos foram analisados à luz das teorias do desenvolvimento humano, especialmente as contribuições de Erik Erikson e Diane Papalia acerca da vida adulta e velhice. Os participantes demonstraram reflexões significativas sobre identidade, legado familiar, adaptação às perdas e valorização dos vínculos afetivos. Sob a perspectiva psicossocial de Erikson, evidenciaram-se aspectos relacionados à generatividade e à busca por significado na trajetória de vida. Já a abordagem de Papalia possibilitou compreender mudanças biopsicossociais associadas à velhice, como alterações físicas, reorganização dos papéis sociais e necessidade de adaptação emocional. A atividade também favoreceu o desenvolvimento de habilidades de observação, escuta ativa e análise psicológica pelos acadêmicos envolvidos. O projeto possibilitou a valorização das experiências de vida dos idosos e ampliou a compreensão do envelhecimento como um processo singular e influenciado por fatores históricos, culturais e familiares, fortalecendo a integração entre conhecimento teórico e prática extensionista.

[1] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[2] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[3] Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás- PUC GO- 2018