



BELA IDADE: psicoterapia de grupo com idoso

Viviane Maria da Silva **Soares**¹
Leonardo Carrinjo **Ferreira**²

RESUMO

INTRODUÇÃO: Desenvolver em supervisão um projeto de intervenção que proporcione ao idoso uma melhor qualidade de vida. A Instituição escolhida foi o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) no município de Tiros. Foi elaborado um trabalho em grupo, da estagiaria com os idosos, contendo atividades para desenvolver a visão, a audição e coordenação motora entre outras habilidades e funções. Houve dificuldades entre os idosos, foi observado que a adaptação às mudanças acarreta sofrimento, marcada por um sentimento de solidão e isolamento. **OBJETIVO:** Propor psicoterapia em grupo com idosos para promover qualidade de vida significativa a eles. **MÉTODO:** Diversas atividades foram contempladas, a bioenergética, relaxamento, dinâmicas de grupo, entre outras, visando melhorar a autoestima, a depressão, a socialização; além de informações e reflexões. Com isto, os participantes, ao falarem de si, puderam melhorar suas relações interpessoais e intrapessoais. Ao término das dinâmicas sempre é oferecido um lanche ao grupo de idosos. **RESULTADOS:** O presente estágio proporcionou a oportunidade de refletir sobre as intempéries pelas quais o idoso vivencia dentro de uma Instituição, nota-se, que o isolamento não é um problema específico da velhice, muitas vezes isso acontece por falta de estímulo, é possível perceber que o mundo está cada dia mais acelerado, logo o idoso muitas vezes não consegue acompanhar as demandas da vida. Ele tem de enfrentar filas, desrespeito e até agressão por parte de quem deveria estar cuidando. Durante a sua vida, esse indivíduo pode ter sido desestimulado a aprender e agora com o raciocínio mais lento, as dificuldades aparecem e com ela o desânimo de fazer atividades diárias, como cuidar de sua própria higiene, da alimentação e até mesmo se divertir. É possível observar que além da idade cronológica, existem outros conceitos de idade, como a existencial, onde o idoso não está preso somente às condições físicas, mas

¹Acadêmica do curso de psicologia da Faculdade Patos de Minas - FPM. E-mail de contato: vivianepsmaria@hotmail.com

²Mestre pela Universidade Federal de Uberlândia – UFU e docente do departamento de psicologia da Faculdade Patos de Minas - FPM.



também, a uma somatória de experiências vivenciadas durante sua vida, como seus desejos e frustrações. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A partir da adesão nas atividades propostas e de suas devolutivas, conclui-se que o objetivo foi alcançado. Mesmo com as dificuldades e obstáculos enfrentados, durante o estágio, a experiência foi gratificante.

Palavras-chave: Criatividade; CRAS; Psicologia; Idosos.