

Grupo operativo com idosas: um projeto de promoção de saúde mental

Amanda Heinrichs da Silveira¹
Fernanda Vaz Hartmann²

Resumo: O envelhecimento da população brasileira tem sido foco de estudos e de políticas públicas, pois hoje pessoas idosas já representam 8,6 por cento da população e a estimativa é que este número cresça cada vez mais (IBGE, 2002). Diante desta realidade, este estudo tem por objetivo investigar como os processos emocionais relativos ao envelhecimento vem ocorrendo em um grupo de idosas do município de Cachoeirinha. Trata-se de um projeto de pesquisa-ação, que ocorre por um período de seis meses, com encontros semanais de 1 hora e meia, na modalidade de grupo-terapia, formado por seis senhoras com idade superior a 60 anos, em que foi utilizado a proposta de grupo operativo de Pichon Riviere. Observou-se em quatro encontros realizados, que as participantes referem dificuldades de lidar com as restrições físicas, evidenciado pelo mecanismo de negação da realidade e pela manutenção do papel de cuidadoras da família, também foi observado sentimento de culpa em relação às situações não vividas, e que entendem não haver mais tempo para vivenciá-las e, finalmente, revelou-se um sentimento de desesperança em obter na fase atual (velhice) qualquer satisfação e realização. Estes resultados indicam a necessidade de manter a intervenção psicológica a fim de que as participantes desenvolvam recursos mais saudáveis para lidar com o envelhecimento e consigam viver os conflitos pertinentes a esta fase de forma saudável.

Palavras chave: Envelhecimento; Saúde Mental; Grupo terapia.

Abstract: The aging of the population has been the focus of studies and public policy, because today elderly already represent 8.6 percent of the population and it is estimated that this figure will grow increasingly (IBGE, 2002). Given this reality, this study aims to investigate how emotional processes related to aging is occurring in a group of elderly in the city of Cachoeirinha. This is an action research project, which is for a period of six months, with weekly meetings of 1 hour and a half, the group-therapy mode, formed by six women over the age of 60, it was used the operative group proposed Pichon Riviere. It was observed in four meetings held, the participants report difficulties to cope with the physical constraints, evidenced by the fact denial mechanism and maintaining the role of family caregivers was also observed feelings of guilt in relation to the un-lived situations, and who understand that there is no more time to experience them and ultimately proved to be a sense of hopelessness in getting at the present stage (age) any satisfaction and fulfillment. These results indicate the need to maintain the psychological intervention so that the participants develop healthier resources to deal with aging and able to live the conflicts relevant to this phase healthily.

Keywords: Aging; Mental health; Group therapy.

¹CESUCA, Cachoeirinha, RS, Brasil. E-mail: amandaheinrichs.s@gmail.com.

²CESUCA, Cachoeirinha, RS, Brasil. E-mail: amandaheinrichs.s@gmail.com.