

22^o Encontro de
Iniciação Científica
da UENF14^o Circuito de
Iniciação Científica
do IFFluminense10^a Jornada de
Iniciação Científica
da UFF

IX

Congresso
Fluminense de
Iniciação Científica e
Tecnológica

II

Congresso
Fluminense de
Pós-Graduação17^a Mostra de
Pós-Graduação
da UENF2^a Mostra de
Pós-Graduação
do IFFluminense2^a Mostra de
Pós-Graduação
da UFF

Ciência, tecnologia e inovação no Brasil: desafios e transformações

A importância da psicologia aplicada ao trabalho nos processos de preparação para aposentadoria

Watusse Botelho Silveira, Elisete Soares Traesel

A pré-aposentadoria é hoje confundida por muitos como um processo de envelhecimento. Aqueles que estão em processo de aposentadoria passam por sentimento de medo, frustrações, angústia e, muitos sentem o desejo em continuar trabalhando, de ser produtivo, pois ao entrar no processo de aposentadoria começam a não se sentir útil no mercado de trabalho. Então, é importante mudarmos o olhar para o processo de aposentadoria, vislumbrando novas perspectivas e oportunidades para rever projetos de vida, desenvolver atividades sempre almejadas ou construir novas fontes de prazer. Com base nesta ideia, o presente estudo tem como objetivo pesquisar e estudar as repercussões da proximidade do final de carreira sobre a saúde e a subjetividade do trabalhador em processo de pré-aposentadoria, e o papel do psicólogo nesse processo, e os desafios enfrentados nessa etapa da vida. Para isso, foi efetuada uma revisão de literatura, a fim de investigar como a aposentadoria pode impactar na qualidade de vida do sujeito e a importância do psicólogo nesse contexto. A pesquisa revelou que, tendo em vista o aumento da longevidade, está havendo o crescimento dessa população, aumentando a demanda pela participação do psicólogo a fim de prevenir doenças nessa etapa da vida, ampliando a qualidade de vida após a aposentadoria. É fundamental que esse profissional desenvolva projetos com pessoas que estão próximas a se aposentar, podendo assim, trabalhar essas frustrações, angústias, conflitos com a família, perdas de contatos com amigos e companheiros de trabalho. A atuação do psicólogo nessa fase vai possibilitar uma preparação para a aposentadoria, com possibilidades de construir novas possibilidades de realização e novos vínculos interpessoais, evitando, assim, que a aposentadoria venha ser fonte de angústia e sentimentos depressivos. Conclui-se que, nessa etapa de vida, faz-se importante um acompanhamento de um psicólogo do trabalho a fim de possibilitar a reflexão sobre o papel do trabalho em sua vida e para a construção de planos para o presente e o futuro e uma vivência menos dolorosa desse processo de adaptação e de mudanças em seus estilos de vida a partir de novas experiências, proporcionando-lhes melhoria na qualidade de vida.

Palavras-chave: processo de aposentadoria, qualidade de vida, psicologia organizacional e do trabalho

Instituição de fomento: UFF