

INSTITUTO DE ENSINO SUPERIOR SANTO ANTÔNIO - INESA
CURSO DE BACHARELADO EM PSICOLOGIA

CAMILA SELNER HANOFF, GUILHERME VARGAS, KÉZIA RIBEIRO DA CONCEIÇÃO, LARISSA CAMPOS MEDEIROS DE SOUZA, LETÍCIA MÜLLER DE AVIZ, SARAH MARIA LOURENÇO PAES, SARAH RAULINO PEREIRA, THAIS TOBLER DA ROSA E TATIANA MARILÉIA ALVES DUARTE.

PESSOA E AMBIENTE: Práticas de escuta e expressão na perspectiva da psicologia ambiental

JOINVILLE

2026

CAMILA SELNER HANOFF, GUILHERME VARGAS, KÉZIA RIBEIRO DA
CONCEIÇÃO, LARISSA CAMPOS MEDEIROS DE SOUZA, LETÍCIA MÜLLER
DE AVIZ, SARAH MARIA LOURENÇO PAES, SARAH RAULINO PEREIRA E
THAIS TOBLER DA ROSA

PESSOA E AMBIENTE: Práticas de escuta e expressão na
perspectiva da psicologia ambiental

Relatório do Projeto de Extensão apresentado à disciplina de
Psicologia Social Comunitária do Curso de Bacharelado em
Psicologia do Instituto de Ensino Superior Santo Antônio –
INESA como requisito parcial para aprovação na disciplina.

Orientadoras: Professoras Édina Francini Simão Hack e
Marcilei Krafp Hounsell

JOINVILLE

2026

1 – DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

1.1 Encontro dia 08 de abril - Online

Horário de chegada: 19h

Participantes: Sarah R., Thais, Larissa, Guilherme, Tatiana, Sarah M., Letícia, Kézia e Camila.

Principais Pontos Abordados

A reunião destacou a importância do conselho comunitário de saúde como espaço de escuta das necessidades da população local, evidenciando diversas demandas sociais, principalmente relacionadas à saúde mental, atividades comunitárias e assistência para públicos vulneráveis.

Saúde Mental e Arteterapia

Foi mencionado um projeto de arteterapia realizado há aproximadamente três anos por uma aluna do Bom Jesus. O projeto possuía grupos pequenos, com até quatro participantes, e teve alta demanda e boa aceitação da comunidade.

Na área infantil, existe atendimento psicológico disponibilizado por uma profissional vinculada à associação, com custo de R\$100,00 por consulta, valor considerado inacessível para parte significativa das famílias da região.

A comunidade demonstrou forte potencial de adesão a projetos em grupo voltados à saúde mental, especialmente atividades coletivas que promovam acolhimento, convivência e fortalecimento emocional.

Estrutura e Espaços Comunitários

Foi apontada a falta de espaços adequados para lazer e prática esportiva, como quadras e campos, afetando principalmente crianças e adolescentes.

Atualmente, a comunidade já participa de algumas atividades:

- Eventos de flashback, reunindo diferentes faixas etárias;
- Clube de mães, com atividades de crochê, pintura e costura;
- Aulas de Muay Thai às segundas e quartas-feiras às 19h30, com maior procura por crianças e adolescentes.

Sugestões e Possibilidades de Ação

Foi sugerido iniciar aproximação e diálogo com o clube de mães, que se reúne às quartas-feiras, das 14h às 17h, como estratégia inicial para inserção de novos projetos comunitários.

Também foi identificado que os horários com maior possibilidade de adesão da população seriam:

- Período da manhã;
- Período noturno.

Público Prioritário

As principais demandas identificadas concentram-se nos seguintes grupos:

- Idosos;
- Mulheres;
- Crianças;
- Adolescentes em situação de vulnerabilidade social e sem condições financeiras para custear atividades e atendimentos particulares.

A comunidade apresenta abertura e interesse em projetos coletivos, especialmente aqueles voltados à saúde mental, convivência comunitária e atividades socioeducativas. Existe potencial significativo para desenvolvimento de ações integradas que contemplem acolhimento emocional, fortalecimento de vínculos e promoção da qualidade de vida, principalmente para públicos vulneráveis.

1.2 Encontro dia 13 de abril- presencial

Horário de chegada: 19h

Integrantes: Edina, Marcilei, Kézia, Camila, Sarah M., Sarah R., Thais, Letícia, Tatiana, Guilherme e Larissa.

Nesse encontro realizamos a ida até a Associação de moradores Castelo Branco Cohab, para reunião, mas a Aurélia presidente da associação não compareceu.

1.3 Encontro dia 28 de abril - presencial

Horário de chegada: 14h40

Integrantes: Edina, Marcilei, Kézia e Camila

O grupo adentrou a associação e foi recebido pela coordenadora do grupo de mães, Augusta, que apresentou o espaço central de produções e, na sequência, os itens confeccionados pelas participantes, expostos na mureta que delimita o antigo bar do local.

Durante o diálogo, Augusta compartilhou a trajetória do grupo ao longo de seus 25 anos de existência. Relatou que, nos primeiros cinco anos, os encontros aconteciam em uma sala da Escola de Educação Básica Maria Amin Ghanem e que, posteriormente, passaram a ocorrer na atual Associação de Moradores. Atualmente, o grupo é composto por 25 mulheres que se dedicam à produção de peças de crochê e bordado, demonstrando também interesse em ampliar suas atividades com a inclusão da pintura, estando à procura de uma professora nessa área.

As produções realizadas são comercializadas tanto entre as próprias integrantes quanto para a comunidade, constituindo uma importante fonte de renda. Além disso, o grupo organiza bingos ao longo do ano, dois de maior porte e outros menores entre as participantes, com o objetivo de arrecadar recursos destinados a momentos de convivência, como cafés, passeios e demais programações. No período atual, encontram-se em preparação para um bingo previsto para o dia 15 de junho, mobilizando-se na produção das peças e na divulgação por meio de redes sociais e do contato direto com a comunidade.

Ao longo do relato, Augusta destacou o papel do grupo como um espaço de acolhimento e apoio emocional, mencionando que algumas participantes conseguiram superar quadros de depressão a partir do vínculo construído no grupo. O ambiente se apresenta, assim, como um espaço significativo de troca, pertencimento e fortalecimento coletivo.

Também foi mencionado que, anteriormente, existia um grupo voltado à população idosa, mas que, devido à ausência de pessoas para assumir sua condução, as atividades foram encerradas, configurando-se hoje como uma demanda latente da comunidade. Augusta relatou ainda sua própria trajetória

no grupo, do qual participa desde 1997, ressaltando o compromisso que mantém com as demais integrantes e a importância desse espaço em sua rotina.

Após esse primeiro momento, o grupo visitante realizou uma breve apresentação, explicitando os objetivos da visita e o interesse em conhecer as demandas existentes, com vistas à possível construção de atividades que promovam bem-estar, engajamento e fortalecimento do senso de comunidade. A partir disso, estabeleceu-se um momento de diálogo com as participantes, no qual foram abordados aspectos relacionados ao funcionamento dos encontros, à organização dos bingos, às formas de divulgação, à manutenção da associação e às necessidades percebidas pelo grupo.

Durante a troca, as participantes apresentaram suas produções, evidenciando a complexidade dos trabalhos manuais e a riqueza de detalhes presentes em cada peça. Foi também destacado que, durante o período da pandemia, Augusta desempenhou um papel fundamental ao manter o vínculo entre as integrantes, recolhendo e comercializando os produtos, o que contribuiu tanto para a geração de renda quanto para o fortalecimento das relações.

No que diz respeito à estrutura da associação, foi relatado que não há apoio financeiro por parte de órgãos governamentais, sendo necessária uma contribuição anual das integrantes para a manutenção do espaço, que atualmente apresenta sinais de precariedade. Ainda assim, a associação segue ativa, contando com diferentes grupos e atividades, como oficina de pilates, clube de mães, danças gaúchas de salão e passinho, além de oferecer atendimento psicológico para diversos públicos.

Entre as principais demandas apontadas pelas participantes, destacam-se a necessidade de retomada de atividades voltadas à população idosa, incluindo propostas de movimento corporal, lazer e estímulo cognitivo, bem como a realização de encontros que não estejam centrados exclusivamente na geração de renda, favorecendo momentos de convivência e troca. Em relação aos horários, houve preferência pelo período da tarde, sendo o período noturno descartado em razão de questões de segurança e locomoção. Quanto às atividades aos sábados, não houve consenso, e foi indicada baixa demanda para ações direcionadas a crianças e adolescentes.

Ao longo do encontro, emergiram também questões pessoais de uma das participantes, sendo realizado o acolhimento necessário, com a devida preservação de sigilo. O encontro foi encerrado de forma afetuosa, com uma canção de bênção oferecida pelas integrantes ao grupo visitante, seguida de um abraço coletivo em agradecimento pelo momento compartilhado.



Figura 1 e 2. Interior da associação de moradores Aventureiro;
Fonte: primária (2026)



Figura 2 e 3. Artesanato confeccionado pelas mães e integrantes do grupo INESA;
Fonte: Primária (2026)

1.4 Encontro dia 01 de Maio - presencial

Horário de chegada: 10h

Integrantes: Guilherme Vargas, Larissa, Sarah Maria, Sarah Raulino, Thais.

No dia 01 de Maio, não tendo ainda uma resposta concreta sobre o aceite para a realização do projeto de extensão junto à Associação de moradores Cohab Aventureiro, realizou-se a visita à Associação de moradores Jardim Francine, também localizada no bairro aventureiro.

Quem recebeu o grupo foi o vice-coordenador da atual gestão da associação, Sr. Joaquim, juntamente com mais quatro membros da comunidade. Na reunião visamos deixar claro sobre o que o projeto de extensão iria abordar e após pediu-se para que os representantes da comunidade falassem sobre demandas que acham interessantes serem abordadas, bem como temáticas, público alvo, atividades a serem desenvolvidas, horários, dias e disponibilidade do local físico.

Ao final da conversa, Sr. Joaquim levou o grupo para conhecer o local, mostrando todos os espaços e possibilidades. Os acadêmicos salientaram para os presentes que aquela seria uma primeira visita e que obtendo um bom retorno do planejamento em grupo voltaríamos a conversar para a execução do projeto de extensão junto a associação.



Figura 1 e 2: Espaço físico da associação de moradores Jardim Francine.

Fonte: Primária (2026)



Figura 3: Integrantes do grupo e membros da comunidade.
Fonte: Primária (2026).

1.5 Encontro dia 13 de Maio - presencial

Horário de chegada: 14h

Integrantes: Guilherme V., Sarah M., Letícia, Kézia R. e Camila S. A.

No dia 13 de maio, o grupo realizou uma visita à comunidade com o objetivo de coletar as assinaturas necessárias para o Termo de Consentimento para Uso de Imagem e Áudio.

Ao chegarmos à comunidade, fomos recebidos de maneira muito acolhedora pelas integrantes presentes, que demonstraram receptividade e disponibilidade para colaborar com a proposta do projeto. De forma imediata, elas se prontificaram a realizar a leitura e a assinatura dos termos, compreendendo a importância da autorização para o registro e utilização das imagens e dos áudios nas atividades acadêmicas relacionadas ao projeto.

Durante o processo de coleta das assinaturas, iniciamos também a captura de imagens do ambiente comunitário, registrando a estrutura física, da organização do espaço e das atividades que estavam sendo desenvolvidas naquele momento.

O registro fotográfico desse momento permitiu documentar não apenas as atividades promovidas pela comunidade, mas também a participação ativa das integrantes, evidenciando o fortalecimento dos vínculos sociais e o papel da comunidade como espaço de acolhimento, integração e promoção do bem-estar coletivo. A visita transcorreu de forma tranquila e produtiva,

possibilitando o cumprimento dos objetivos propostos e contribuindo para uma maior aproximação entre a equipe do projeto e as participantes da comunidade.



Figura 1 e 2. Grupo do dia 12 de Maio (2026)



Figura 3. Brinde do show de prêmios. (2026)

1.6 Encontro dia 19 de Maio - presencial

Horário de chegada: 13h50

Integrantes: Camila, Kézia, Augusta e participantes do Grupo de Mães (7 mulheres)

Ao chegar ao local, às 13h50, a equipe cumprimentou as participantes presentes, sendo inicialmente cinco mulheres, incluindo a coordenadora do Grupo de Mães. Em seguida, foi realizado um momento de alinhamento acerca das atividades previstas para o encontro, esclarecendo os objetivos da proposta e identificando quais participantes manifestaram interesse em contribuir com a pesquisa. Posteriormente, organizou-se um espaço reservado para a realização das entrevistas individuais e das gravações.

Até às 17h, o grupo contava com a presença de sete mulheres. As entrevistas foram iniciadas com a participante identificada pelas iniciais A.P., sendo aplicado o questionário previamente elaborado e registradas as respectivas respostas. Na sequência, foram realizadas entrevistas com as demais participantes, totalizando seis entrevistas conduzidas. Destas, cinco foram gravadas mediante consentimento das participantes. Uma das entrevistas não foi incluída nos registros em áudio, considerando que a conversa envolveu conteúdos sensíveis e pessoais, optando-se pela preservação da participante diante dos temas acessados durante o encontro.

Após a conclusão de quatro entrevistas, as atividades foram interrompidas para o momento do lanche da tarde. Antes da confraternização, o grupo realizou uma música de caráter religioso e expressou agradecimento pela presença e participação de todas. O lanche foi compartilhado coletivamente, constituindo-se como um espaço de convivência e fortalecimento dos vínculos, no qual as participantes relataram aspectos de suas trajetórias de vida, experiências cotidianas e percepções acerca do funcionamento e da importância da associação em suas rotinas.

Posteriormente, as atividades foram retomadas, sendo finalizadas as duas últimas gravações previstas para o encontro. Ao término, realizou-se um momento de agradecimento aos participantes pela disponibilidade, acolhimento e contribuição com a proposta desenvolvida. Também foram oportunizados relatos sobre a experiência vivenciada durante o encontro, permitindo que as

mulheres expressassem suas percepções sobre as atividades realizadas. Por fim, foram alinhadas as próximas visitas e ações a serem desenvolvidas, encerrando-se o encontro.

1.7 Encontro dia 10 de junho- presencial

Horário de chegada: 14h

Integrantes: Camila, Sarah M. e Thais.

No dia 10 de junho, o grupo realizou uma visita à comunidade com o objetivo de coletar as assinaturas necessárias para os Termos de Consentimento referentes às atividades do projeto de extensão e à realização do café comunitário.

Durante a visita, também foi realizado o registro dos produtos que serão utilizados como brindes no show de prêmios (bingo), contribuindo para a organização e planejamento da atividade.

Além disso, foi realizado o convite oficial aos participantes da comunidade para o encontro que ocorrerá no dia 13 de junho, ocasião em que será promovido um café comunitário seguido da atividade de dança circular. A visita possibilitou o fortalecimento do vínculo com a comunidade, bem como a divulgação das ações planejadas para o próximo encontro, incentivando a participação dos moradores nas atividades propostas pelo projeto.



Figura 1 e 2. Grupo do dia 10/06. (2026)

1.8 Encontro dia 13 de junho- presencial

Horário de chegada: 8h

Integrantes: Sarah M., Sarah R., Thais, Camila e Larissa.

O encontro marcou o encerramento das atividades do Projeto de Extensão junto ao grupo de mães da Associação de Moradores Castelo Branco Cohab. A ação foi organizada em formato de café comunitário seguido de uma vivência de dança circular, atividade divulgada previamente na associação e aberta à participação da comunidade.

Estiveram presentes quatro integrantes do grupo de mães, a profissional responsável pela condução da dança circular e cinco estudantes participantes do projeto. O encontro iniciou às 08h com um momento de café e convivência, proporcionando um espaço de diálogo, troca de experiências e fortalecimento das relações estabelecidas ao longo do projeto. Às 09h teve início a atividade de dança circular, conduzida pela profissional convidada.

As participantes demonstraram grande receptividade à atividade proposta, destacando o quanto a experiência foi agradável e significativa. Durante a conversa após a vivência, algumas participantes verbalizaram o desejo de que a dança circular fosse incorporada às atividades permanentes do grupo de mães, evidenciando o potencial da prática como estratégia de convivência, integração e promoção do bem-estar.

Também foram entregues as fanzines produzidas a partir das entrevistas realizadas durante o projeto. As participantes expressaram satisfação e gratidão ao receberem o material, especialmente pela disponibilização de exemplares adicionais destinados às integrantes que não puderam comparecer ao encontro. A iniciativa foi percebida como uma forma de valorização das histórias compartilhadas e de reconhecimento das trajetórias de vida das participantes.

Foi apresentado o vídeo produzido a partir dos registros realizados ao longo dos encontros. As participantes demonstraram entusiasmo ao assistir ao material, manifestando felicidade ao rever momentos vivenciados durante o projeto e ao perceberem suas atividades representadas nos registros.

Durante o encontro, as participantes também refletiram sobre a importância de espaços coletivos de convivência, destacando que momentos de interação

presencial têm se tornado cada vez mais raros diante do uso frequente das tecnologias digitais, especialmente entre os jovens. As falas evidenciaram a valorização dos encontros comunitários como oportunidades de diálogo, compartilhamento de experiências e fortalecimento dos vínculos sociais.

O encontro de encerramento possibilitou perceber a relevância da associação como espaço de acolhimento, convivência e fortalecimento comunitário. As histórias de vida compartilhadas ao longo do projeto evidenciaram trajetórias marcadas por desafios e superações, reforçando a importância de espaços coletivos que favoreçam a escuta, o reconhecimento e o apoio mútuo.

Além disso, a experiência proporcionou importantes aprendizados para a formação acadêmica dos estudantes, permitindo compreender, na prática, como os vínculos comunitários, a valorização das narrativas de vida e os espaços de participação coletiva podem contribuir para a promoção do bem-estar e para o fortalecimento do sentimento de pertencimento à comunidade.



Figura 1. Participantes do grupo de mães e acadêmicas 13/06. (2026)

1.8 Encontro dia 15 de junho- presencial

Horário de chegada: 18h

Integrantes: Sarah M., Sarah R., Thais, Camila, Letícia, Guilherme, Kézia, Tatiana e Larissa.

No dia 15 de junho de 2026, das 18h às 21h, foi realizada, nas dependências da Faculdade Santo Antônio - INESA, uma feira de exposição e comercialização dos produtos confeccionados pelas participantes do grupo de mães da Associação de Moradores Castelo Branco Cohab, vinculada ao projeto de extensão desenvolvido pelos acadêmicos do curso de Psicologia.

O evento teve como objetivo divulgar o trabalho realizado pelas mulheres da comunidade, valorizar seus saberes e produções artesanais, fortalecer a geração de renda e promover a aproximação entre a universidade e a comunidade. Além disso, a feira buscou evidenciar a importância das ações desenvolvidas pelo grupo de mães, bem como destacar a contribuição da Psicologia Ambiental na compreensão das relações entre sujeito, comunidade e território.

Durante a exposição, foram apresentados vídeos produzidos pelos acadêmicos com depoimentos das participantes, nos quais elas compartilharam suas trajetórias, a forma como conheceram o projeto, as atividades desenvolvidas pelo grupo e a importância desse espaço em suas vidas. Também foram expostas fotografias registrando os encontros e as ações realizadas ao longo do projeto, possibilitando aos visitantes conhecerem melhor a realidade e o trabalho desenvolvido pela associação.

Entre os produtos disponibilizados para venda estavam panos de prato bordados, comercializados pelo valor de R\$20,00 cada, e trilhos de mesa bordados, vendidos por R\$30,00 cada. Ao final da feira, foi arrecadado o valor total de R\$130,00 com a comercialização dos artesanatos produzidos pelas participantes.

O evento contou com a presença dos integrantes do projeto de extensão, acadêmicos, professores e membros da comunidade acadêmica, que puderam visitar o espaço, conhecer as ações desenvolvidas e contribuir por meio da aquisição dos produtos expostos. A iniciativa representou uma importante oportunidade de dar visibilidade ao trabalho das mulheres da

comunidade, fortalecer os vínculos entre universidade e território e valorizar as histórias, experiências e potencialidades das participantes do grupo de mães.

Além dos resultados obtidos com a exposição e comercialização dos produtos, a realização da feira dentro do ambiente acadêmico representou uma importante oportunidade de integração entre a universidade e a comunidade.

Para os acadêmicos do curso de Psicologia, a atividade proporcionou uma vivência prática dos princípios da extensão universitária, evidenciando a importância da escuta, do respeito às singularidades e da construção coletiva do conhecimento. Essa troca de saberes contribuiu para ampliar a compreensão sobre as realidades sociais presentes no território, fortalecendo o compromisso ético e social da formação em Psicologia.

Além disso, a ação permitiu dar visibilidade ao trabalho desenvolvido pelas mulheres da comunidade, favorecendo o reconhecimento de suas potencialidades, o fortalecimento dos vínculos comunitários e a promoção do sentimento de pertencimento e valorização social.

2 – TERRITÓRIO, PERTENCIMENTO E VÍNCULOS COMUNITÁRIOS: REFLEXÕES A PARTIR DA EXPERIÊNCIA NA ASSOCIAÇÃO DE MORADORES CASTELO BRANCO COHAB

A experiência desenvolvida junto ao grupo de mães da Associação de Moradores Castelo Branco Cohab possibilitou compreender, na prática, a relação entre território, pertencimento e vínculos comunitários, aspectos amplamente discutidos pela Psicologia Ambiental e pela Psicologia Social Comunitária. Ao longo dos encontros realizados, observou-se que a associação ultrapassa sua função institucional, constituindo-se como um espaço de convivência e construção de relações significativas, aspecto que dialoga com a compreensão da Psicologia Social Comunitária acerca da importância dos espaços coletivos para o fortalecimento da participação social, da autonomia e da solidariedade (CAMPOS, 2007).

As entrevistas realizadas permitiram identificar que o grupo de mães representa mais do que um espaço para participação em oficinas e atividades coletivas. Para muitos participantes, o grupo configura-se como uma rede de apoio social, onde podem compartilhar experiências, estabelecer relações de confiança e fortalecer sentimentos de pertencimento à comunidade. A realização das entrevistas possibilitou a valorização das narrativas das participantes e o resgate de memórias relacionadas à comunidade. Conforme apontam Correa e Justo (2010), o trabalho com memória e experiência narrativa favorece a ressignificação das vivências e o fortalecimento da identidade dos sujeitos. Esses aspectos evidenciam que o território não pode ser compreendido apenas como uma delimitação geográfica, mas como um espaço permeado por relações, memórias e significados construídos coletivamente.

Nesse sentido, as observações realizadas durante os encontros dialogam com a concepção apresentada por Heidrich (2017), ao compreender que os vínculos territoriais são produzidos por meio das relações estabelecidas entre os sujeitos e o espaço vivido. A associação de moradores mostrou-se um importante elemento de articulação dessas relações, favorecendo a construção de territorialidades marcadas pela participação, pela convivência e pelo reconhecimento mútuo.

Observamos que o fortalecimento dos vínculos sociais no território pode atuar como um importante fator de proteção diante das adversidades vivenciadas pelas participantes. Nesse sentido, a noção de resiliência contribui para compreender como os sujeitos mobilizam recursos pessoais e coletivos para enfrentar desafios cotidianos. Conforme destacam Fortes, Portuguese e Argimon (2009), a resiliência deve ser compreendida como uma articulação entre dinâmicas psíquicas e sociais que permitem ao indivíduo manter um crescimento saudável, mesmo quando submetido a contextos de adversidade.

Outro aspecto relevante observado durante o projeto foi a valorização das histórias de vida das participantes. A realização das entrevistas possibilitou momentos de escuta e compartilhamento de memórias relacionadas à trajetória pessoal, à comunidade e à própria associação. O processo de construção das fanzines permitiu que essas narrativas fossem registradas e socializadas, reconhecendo as participantes como protagonistas de suas histórias. Conforme discutem Correa e Justo (2010), o trabalho com memória ultrapassa o simples ato de recordar, constituindo-se como um processo de ressignificação das experiências vividas e fortalecimento da identidade.

A construção coletiva das fanzines também possibilitou dar visibilidade às experiências e saberes das mulheres participantes, contribuindo para o fortalecimento do sentimento de pertencimento e para a valorização da memória comunitária. Ao registrar histórias frequentemente ausentes dos documentos oficiais, a atividade favoreceu a democratização das narrativas locais e o reconhecimento das participantes como sujeitos ativos na construção da história da comunidade.

"A qualidade de vida considera que a educação é uma poderosa ferramenta de capacitação e empoderamento, proporcionando novos conhecimentos para ajudar os indivíduos a fazerem escolhas compatíveis para um processo de envelhecimento digno e bem sucedido." (CARVALHO et al., 2020, p.208).

Dessa forma, as oficinas e produções coletivas não apenas preservam a memória, mas servem como estratégia de educação para o envelhecimento, que é vista como uma poderosa ferramenta de capacitação e empoderamento,

essencial para garantir que as idosas façam escolhas compatíveis com um envelhecimento digno e bem sucedido.

Além disso, a realização da dança circular evidenciou a importância das práticas coletivas na promoção do bem-estar e no fortalecimento dos vínculos grupais. Durante a atividade foi possível observar momentos de interação, cooperação e integração entre as participantes, favorecendo a aproximação entre as integrantes do grupo. Conforme apontam Pantoja e Barroso (2017), as danças circulares promovem acolhimento, inclusão e fortalecimento das relações interpessoais, aspectos que puderam ser percebidos durante a vivência realizada.

As experiências desenvolvidas ao longo do projeto permitiram compreender que os vínculos comunitários constituem importantes fatores de proteção à saúde mental. A convivência grupal, a participação nas atividades da associação, o compartilhamento de histórias e a construção de espaços de escuta favoreceram o fortalecimento das redes de apoio existentes entre as participantes. Dessa forma, a associação de moradores revelou-se um espaço capaz de promover pertencimento, reconhecimento e participação social, elementos fundamentais para o bem-estar individual e coletivo.

3 - APRENDIZAGEM TIDA COM O PROJETO DE EXTENSÃO

A participação no Projeto de Extensão proporcionou diferentes experiências de aprendizagem, tanto no âmbito teórico quanto prático. Considerando as atividades desenvolvidas ao longo de todas as etapas do projeto, cada integrante apresenta a seguir uma breve reflexão sobre sua trajetória, contribuições e aprendizados construídos durante a execução das ações extensionistas.

Para Larissa: O projeto me trouxe muitas experiências tanto como uma futura profissional, como pessoa. Apesar do pouco contato que consegui ter presencialmente com as mulheres que participam da associação, o diálogo, o compromisso das participantes do grupo em compartilhar as histórias que vivenciaram, como foi as vivências de cada uma, me fez perceber a importância de um ambiente acolhedor e como as relações sociais estão inseridas nesse ambiente.

Em meio a muitas emoções e sentimentos de pertencimento que as mulheres da associação se propuseram a nos mostrar, me trouxe a clareza de como o ambiente em que você está inserido modifica a sua percepção de mundo e de pessoa.

Sou grata por ter participado junto com todos que fizeram esse projeto acontecer, e o compromisso que todos tiveram de proporcionar um aprendizado a partir das experiências que vivemos.

Para Camila: O projeto como um todo me proporcionou grandes reflexões, tanto em relação à psicologia ambiental, quanto à importância de grupos, como o que visitamos, para o amparo e bem-estar nas relações.

O grupo de mães da Associação Castelo Branco Cohab elucidou como o contato genuíno e presente se faz necessário nas relações e construções do indivíduo. Os relatos mostraram que suas histórias foram permeadas por toda a construção histórica do espaço, assim como hoje se faz necessário para a manutenção do bem-estar dessas mulheres, que no grupo se descobriram para além de mães e esposas, mas mulheres carregadas de potencial e interesses próprios.

As emoções transbordam em todo o processo, a cada nova visita me era permitido compartilhar (por meio da escuta) seus viveres e o modo como o grupo se enxerga para além de um momento isolado na semana, o grupo é

uma família, que possui suas adversidades e conflitos, mas apesar de tudo permanecem, se apoiam e comemoram.

Dessa perspectiva, sou grata a cada caminho trilhado com o meu próprio grupo, que nos possibilitou vivenciar momentos tão ricos para a nossa formação como psicólogos, mas acima de tudo como seres humanos que inferem no ambiente e são permeados pelo mesmo.

Para Sarah Raulino: Participar deste projeto de pesquisa-participante foi uma experiência acadêmica e humana extremamente enriquecedora. Vivenciar a Psicologia Social Comunitária e a Psicologia Ambiental na prática me permitiu enxergar o território não apenas como um espaço físico, mas como um lugar vivo, cheio de história, afeto e identidades.

O ponto mais marcante e positivo dessa jornada foi a oportunidade de trabalhar diretamente com as mulheres da comunidade. Conduzir as rodas de conversa e ver a construção coletiva dos fanzines e das histórias orais foi transformador. Fazer parte desse movimento me mostrou o verdadeiro valor da extensão universitária de construir um conhecimento horizontal, onde a universidade e a comunidade aprendem juntas, gerando um impacto real e positivo na vida das pessoas.

Para Thais: A participação neste projeto de extensão foi marcada pela forte organização do grupo e pela preocupação da equipe em entregar algo com sentido para a comunidade do clube de mães da associação de moradores Cohab Aventureiro. As vivências junto às “mães” me recordam de como a prática de algo que você gosta, junto às pessoas com quem se tem um vínculo de amizade, podem fortalecer conexões no cotidiano. Onde a vida corre, elas pausam; fazem seus bordados, crochês, conversam muito, dão risada, se apoiam, aconselham-se e se divertem.

Para Tatiana: Embora eu não tenha participado presencialmente dos encontros com o grupo de mães, contribuir com a organização da exposição dos materiais confeccionados e com a produção dos fanzines permitiu que eu me aproximasse da proposta e dos resultados do projeto. Ao acompanhar os relatos e os materiais produzidos, foi possível perceber a importância dessa iniciativa para a comunidade, especialmente por valorizar as histórias, os

saberes e as experiências das participantes. O projeto evidenciou como espaços coletivos de convivência fortalecem vínculos sociais, promovem acolhimento e contribuem para o bem-estar das mulheres envolvidas. Além disso, reforçou a relevância da Psicologia na promoção da participação comunitária e na valorização da identidade e do sentimento de pertencimento das pessoas à comunidade em que vivem.

Para Letícia: Participar do projeto de extensão em Psicologia Ambiental junto a associação de moradores do bairro Aventureiro foi uma ótima experiência. A oportunidade de estar em contato com a comunidade permitiu compreender, na prática, a relação entre as pessoas e o ambiente em que vivem, bem como a importância dos espaços coletivos para o fortalecimento dos vínculos sociais.

Durante as atividades, tive a oportunidade de, a partir da edição de um vídeo, ouvir a história de algumas mulheres da comunidade, conhecendo suas trajetórias, desafios, conquistas e a forma como se relacionam com o bairro. Esses relatos proporcionaram boas reflexões sobre identidade, pertencimento, resiliência e participação comunitária.

A experiência reforçou a importância da escuta qualificada, do compromisso social da Psicologia, da valorização dos saberes presentes na comunidade, ampliando minha compreensão sobre a atuação do psicólogo em contextos comunitários e ambientais.

Para Guilherme: Embora minha participação tenha sido mais reservada, a vivência com este grupo de mães deixou marcas profundas. Estar próxima e ouvir suas concepções transformou minhas perspectivas, o que contribuiu significativamente tanto em minha vida pessoal considerando a vivência com este grupo contribui academicamente pois me aproximou dos autores estudados.

Os relatos de vida compartilhados durante as entrevistas trouxeram uma riqueza profunda sobre a vivência de cada integrante. Ao longo do processo, foi possível observar como elas se relacionam entre si, formando uma comunidade que transcende a mera presença física nas atividades. Há uma dimensão afetiva central onde o espaço deixa de ser apenas um local físico e

se torna um símbolo, representando um ambiente de acolhimento e de genuíno senso de comunidade demonstrando não haver apenas um grupo de mulheres mas um sentimento genuíno de pertencimento.

Para Kézia: Vivenciar este Projeto de Extensão foi importante para sentir o quanto as associações de moradores têm impacto na vida de famílias e de mulheres, que mesmo com a diminuição da participação da população, se comprometem e trabalham para manter os projetos e atividades ativos.

Além disso, acompanhar as produções do grupo de mães e conhecer as histórias compartilhadas por elas foi especial, além disso, foi possível perceber como o apoio mútuo, o sentimento de pertencimento e o ambiente contribuem para que elas enfrentem com mais força e confiança os desafios cotidianos.

Essa vivência reforçou a importância dos projetos de extensão como instrumentos de aproximação entre os universitários e a comunidade, além disso, essa experiência me permitiu vivenciar a Psicologia Ambiental de forma prática, compreendendo como os espaços e as relações comunitárias influenciam o bem-estar das pessoas.

Para Sarah Maria: Minha participação no Projeto de Extensão esteve concentrada principalmente na construção escrita do trabalho, envolvendo a pesquisa bibliográfica, elaboração da fundamentação teórica e organização dos procedimentos metodológicos. Esse processo possibilitou ampliar minha compreensão acerca da Psicologia Ambiental, da Psicologia Social Comunitária e da importância do território, do pertencimento e dos vínculos comunitários para a promoção da saúde mental.

A realização das leituras exigiu uma aproximação com autores e conceitos que até então eram pouco explorados em minha trajetória acadêmica, permitindo compreender de forma mais aprofundada a relação entre os indivíduos e os espaços que ocupam. A partir dos estudos realizados, foi possível perceber que o território ultrapassa sua dimensão física, constituindo-se também como um espaço de construção de identidade, memória, pertencimento e relações sociais.

Além da aprendizagem teórica, a participação na elaboração do projeto contribuiu para o desenvolvimento de habilidades relacionadas à pesquisa

científica, como levantamento bibliográfico, leitura crítica de artigos, organização de referências conforme as normas acadêmicas e construção de textos científicos. Esse processo possibilitou compreender a importância da fundamentação teórica como elemento essencial para orientar as intervenções e análises desenvolvidas ao longo do projeto.

A vivência prática junto à Associação de Moradores Castelo Branco Cohab também permitiu relacionar os conhecimentos estudados com a realidade observada. As entrevistas, os registros das histórias de vida e o contato com as participantes evidenciaram, na prática, diversos conceitos discutidos durante a construção do projeto, especialmente aqueles relacionados ao fortalecimento dos vínculos comunitários, ao sentimento de pertencimento e à valorização das memórias coletivas.

Por fim, o projeto proporcionou uma importante experiência de articulação entre teoria e prática, demonstrando que a atuação da Psicologia pode contribuir para a valorização das histórias dos sujeitos, para o fortalecimento das comunidades e para a promoção da saúde mental por meio da construção de espaços de escuta, participação e reconhecimento social.

Para Tatiana: A participação neste projeto de extensão proporcionou importantes aprendizados para todo o grupo. Ao longo dos encontros, foi possível compreender na prática, a importância da escuta, do acolhimento e da valorização das histórias de vida das participantes. O contato com a comunidade permitiu perceber que cada pessoa carrega saberes, experiências e trajetórias que contribuem para a construção coletiva do conhecimento.

A realização das atividades evidenciou a relevância dos vínculos comunitários para a promoção do bem-estar, do sentimento de pertencimento e da saúde mental. Além disso, a experiência reforçou a compreensão de que a Psicologia ultrapassa os espaços tradicionais de atuação, estando presente também nas relações estabelecidas entre as pessoas, os grupos e o ambiente em que vivem.

A feira realizada na faculdade representou um momento significativo de troca entre comunidade e universidade, possibilitando que os conhecimentos acadêmicos dialogassem com os saberes populares. Como grupo, aprendemos sobre a importância da extensão universitária como instrumento de

transformação social, aproximando estudantes da realidade da comunidade e fortalecendo o compromisso ético, humano e social da formação em Psicologia.

4 – CONSIDERAÇÕES

De modo geral, os objetivos propostos pelo Projeto de Extensão foram alcançados. Inicialmente, a proposta previa a divulgação e o registro das diferentes atividades desenvolvidas pela Associação de Moradores Castelo Branco Cohab, buscando contemplar os diversos grupos e oficinas promovidos pela instituição. No entanto, durante a execução do projeto, foram encontradas dificuldades de contato e articulação com alguns desses grupos, o que demandou uma readequação das ações planejadas. Dessa forma, optou-se por concentrar as atividades junto ao grupo de mães, que demonstrou disponibilidade e interesse em participar do projeto.

A partir dessa redefinição, foi possível desenvolver as atividades previstas, incluindo a participação nos encontros do grupo, a realização das entrevistas, os registros do diário de campo, a produção das fanzines, a vivência de dança circular e a apresentação dos materiais produzidos ao final do projeto, nas dependências do Instituto de Ensino Superior Santo Antônio-INESA. Embora o foco tenha sido direcionado para um único grupo da associação, a experiência permitiu conhecer aspectos importantes da dinâmica comunitária e das relações estabelecidas entre as participantes.

Entre as demandas identificadas ao longo do projeto, destaca-se a necessidade de ampliar a divulgação das atividades desenvolvidas pela associação, valorizando as ações já existentes e fortalecendo sua visibilidade junto à comunidade. Também foi possível perceber a importância da continuidade de iniciativas que promovam espaços de escuta, convivência e participação coletiva.

Como sugestão para futuras ações de extensão, recomenda-se o desenvolvimento de projetos que possam contemplar outros grupos vinculados à associação, ampliando o alcance das atividades e possibilitando a construção de novas estratégias de fortalecimento comunitário. Da mesma forma, ações voltadas ao resgate da memória local, à valorização das histórias de vida e ao fortalecimento das redes de apoio podem contribuir para a continuidade do trabalho realizado.

Por fim, o projeto proporcionou uma importante aproximação entre universidade e comunidade, permitindo a articulação entre teoria e prática e

contribuindo para a formação acadêmica dos estudantes. A experiência evidenciou a relevância das ações extensionistas na valorização dos saberes comunitários, na construção de espaços de diálogo e no fortalecimento dos vínculos sociais.

5 – REFERÊNCIAS

CAMPOS, Regina Helena de Freitas (org.). Psicologia social comunitária: da solidariedade à autonomia. 13. ed. Petrópolis: Vozes, 2007.

CARVALHO, Lucas Pelegrini Nogueira de et al. (org.). Temas sobre envelhecimento: atividades cognitivas para idosos. São Carlos: **Universidade Federal de São Carlos**, 2020. Acesso em: 15 ago. 2026.

CORREA, Mariele Rodrigues; JUSTO, José Sterza. Oficinas de psicologia: memória e experiência narrativa com idosos. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, v. 1, n. 2, p. 249-256, 2010.

FORTES, Tatiane Favarin Rech; PORTUGUEZ, Mirna Wetters; ARGIMON, Irani Iracema de Lima. **A resiliência em idosos e sua relação com variáveis sociodemográficas e funções cognitivas**. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, Campinas, v. 26, n. 4, p. 455-463, out./dez. 2009.

HEIDRICH, Álvaro. Vínculos territoriais – discussão teórico-metodológica para o estudo das territorialidades locais. **GEOgraphia**, Niterói, v. 19, n. 39, p. 12-26, jan./abr. 2017.

PANTOJA, Álvaro; BARROSO, Maria Pia. DANÇAS CIRCULARES: UMA PROPOSTA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E INTEGRAÇÃO. **VI Congresso Naturales Medicinae**, Porto, Portugal, 07 nov. 2017. Disponível em: <https://dancacircular.com.br/waUpload/danas-circulare-00000000-18022019113450.pdf>. Acesso em: 05 jun. 2026.

Escrita do Projeto	20 horas
Escrita do Relatório	20 horas
Orientações	40 horas
Produção dos Materiais	30 horas
Horas de Campo	50 horas

Reunião online com a presidente da Associação de moradores Castelo Branco Cohab	08/04
Ida até a Associação de moradores para reunião, mas a Aurélia não compareceu	13/04
Reunião com o grupo de mães na Associação de moradores	28/04
Reunião com a Associação de moradores Jardim Francine	01/05
Registro dos materiais produzidos pelo grupo de mães, coleta de assinatura das autorizações de uso de imagem e som.	13/05
Registro dos depoimento das integrantes do grupo de mães	19/05
Registro dos materiais produzidos pelas mães	10/06
Dança circular com café	13/06
Exposição dos materiais no pátio da faculdade	15/06