



31 de outubro e 01 de novembro de 2018

ISSN: 1983-0173

AMBIENTES NATURAIS ENQUANTO MELHORIA PSICOLÓGICA

Mirele Carvalho Rodrigues, Damares Diniz Teixeira, Simone Oliveira Amorim Sangi, Valeria Paula de Souza, Hodorick Ellerman Martins, Maressa Louback Moura, Poliane Nunes de Oliveira, Kátia Cilene Ananias, Milene Coelho de Oliveira

A Psicologia Ambiental estuda as inter-relações entre a pessoa e o meio ambiente, interessada em saber como o indivíduo reage às incidências específicas de cada ambiente, como por exemplo, aspectos estressantes decorrentes de transporte, moradia, alta densidade demográfica, ruído, poluição, ambientes fechados, principalmente em grandes cidades. O homem ocupa algum espaço, onde quer que esteja, necessitando de iluminação, ventilação, abrigo do sol e do calor, etc. ou a ausência disso, para que possa desenvolver suas relações sociais. No cenário urbano, a distribuição de vegetação influencia muito na vida da população em termos de saúde e qualidade de vida. Em ambientes universitários, por exemplo, os estudantes sentem-se constantemente fatigados devido às exigências para um bom desempenho. A proposta deste estudo pauta-se na tentativa de subsidiar melhorias em processos de gestão universitária. Buscou-se evidenciar características associadas à capacidade restaurativa do ambiente, de maneira a compreender aspectos perceptuais sobre os espaços verdes e as interações dos estudantes com esses locais. A partir de características ligadas à estética da paisagem e da possibilidade de satisfação de necessidades, estudos têm apresentado resultados associados ao bem-estar físico e emocional das pessoas no contato com a natureza, proveniente do alto valor estético percebido em ambientes naturais. Há uma tendência de ambientes naturais serem percebidos como potencialmente mais restauradores associados à redução de estresse. Constatou-se que o investimento em espaços verdes, com ampla variedade de elementos naturais, pode promover a redução dos níveis de estresse e fadiga mental, estimular a realização de atividades físicas, permitir e facilitar as interações sociais e auxiliar na prevenção de doenças. A vivência restauradora se dá na relação pessoa-ambiente, sendo assim, os resultados restringem-se a subjetividade dos participantes e suas percepções de cada campus universitário.

Palavras Chaves: psicologia, ambientes naturais, melhoria psicológica

