



A SOMBRA DO TEMPO: DESAFIOS PSICOLÓGICOS DO ENVELHECIMENTO À LUZ DA PSICOLOGIA ANALÍTICA

Gutemberg Rapôso da Silva Ferreira¹
Antônia Viviane Silva do Nascimento²
Flávia Farias de Oliveira Nóbrega³

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo explorar como o conceito junguiano de "Sombra" pode auxiliar na compreensão dos desafios psicológicos associados ao envelhecimento. Utilizando uma metodologia mista que combina análise qualitativa de entrevistas em profundidade com adultos mais velhos e revisão de literatura, o estudo busca identificar os aspectos sombrios que emergem durante a terceira idade e como eles afetam o bem-estar psicológico. O trabalho se fundamenta nas teorias de Carl Jung e outros autores significativos no campo da Psicologia Analítica, como Marie-Louise von Franz e James Hillman, bem como em pesquisas contemporâneas em gerontologia. Os resultados esperados incluem a identificação de padrões comuns relacionados à "Sombra" no envelhecimento, como o ressurgimento de traços reprimidos e a projeção desses aspectos em relações sociais e familiares. Além disso, o artigo visa propor estratégias terapêuticas baseadas na Psicologia Analítica para enfrentar esses desafios, contribuindo para um envelhecimento mais saudável e consciente. Este estudo tem o potencial de abrir novos caminhos para a integração da Psicologia Analítica na gerontologia, oferecendo uma nova lente através da qual podemos entender e abordar os complexos desafios psicológicos do envelhecimento.

Palavras-chave: Psicologia Analítica, Sombra Junguiana, Envelhecimento, Desafios Psicológicos, Gerontologia

¹ Mestrando de Letras da [UFT/Porto](https://www.uft.edu.br/), [Teacher](https://www.uft.edu.br/) e [Terapeuta](https://www.uft.edu.br/). Especialista em Psicologia e Psicanálise pela [Universidade Metropolitana](https://www.unimetro.br/). Especialista em docência do ensino superior pela [UCAM](https://www.ucam.edu.br/) e bolsista PIVIC pela UFT. E-mail: gtmlbrgfox@gmail.com <https://orcid.org/0000-0002-3736-6095> CV <https://lattes.cnpq.br/6012105418523640>

² Psicóloga graduada em 2019 pela faculdade Unissau. Trabalho atualmente no Centro de Referência da Assistência Social no município de Pendências-RN, atuo também no mesmo município como diretora do Conselho Municipal de Direitos da Criança e do Adolescente (CMDCA) gestão de 2020 a 2022, realizo atendimentos clínicos presenciais e on-line. Pós graduanda em psicologia jurídica e avaliação psicológica pela faculdade FARESE e pós graduanda em teoria psicanalítica pela faculdade FIC. <https://lattes.cnpq.br/8555079573002248>

³ Estudante do último ano do curso de psicologia no Centro Universitário do Rio Grande do Norte. [http://lattes.cnpq.br/3050708100431729](https://lattes.cnpq.br/3050708100431729)