

## A psicologia e a reconexão com a natureza

CANTO BAOBÁ < [HTTPS://AGENCIAJOVEM.ORG/CATEGORY/CANTO-BAOBA-2/](https://AGENCIAJOVEM.ORG/CATEGORY/CANTO-BAOBA-2/) >Agência Jovem De Notícias < [Https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/](https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/) >

🕒 29 de março de 2023

💬 0

🔥 433

🕒 6 minutes read

Por Marcos Lacerda

No passado, na época em que nós humanos dormíamos em cavernas, sobrevivemos utilizando o que buscamos na Terra-floresta. Tudo estava lá: animais, frutas, raízes, folhas e flores curativas etc.

Existia uma harmonia entre o humano antigo e a natureza, ele sabia que dependia dela para sobreviver e o seu nomadismo fazia com que ela sempre pudesse se renovar, respirar, pois não tinham lugares fixos de caça e coleta.



< <https://i0.wp.com/agenciajovem.org/wp-content/uploads/2023/03/2-2.png?ssl=1> >

Ilustração: Revolução Econômica e Agrícola Russa 1848/Reprodução Canva

Com a revolução agrícola o comportamento nômade foi sendo deixado de lado – não era mais necessário sair do lugar, afinal de contas, o humano já consegue plantar e colher na mesma região e criar seus próprios animais, ele já aprendeu a “dominar a natureza”.

Como já havíamos aprendido a acumular e vender, não era mais suficiente cultivar plantas e criar animais para se sustentar. Na revolução industrial nossa espécie foi ainda mais longe, o humano aprendeu a dominar o próprio humano para que se acumulasse e vendesse ainda mais.

De acordo com a ciência, a humanidade tem aproximadamente 2,5 milhões de anos, mas faz aproximadamente 14 mil anos que aprendemos a “dominar a natureza”. Isso nos indica que a nossa estrutura psicológica está mais adaptada à convivência totalmente harmônica do que com qualquer outro tipo de relação que viemos a desenvolver depois. São evidentes os impactos no meio ambiente causados pela nossa ruptura com as formas não humanas de natureza, mas o que dizer dos impactos psicológicos em cada um de nós? Isso é o que estuda a Ecopsicologia.

A ecopsicologia é um campo de estudos que resulta do encontro da ecologia e a psicologia, diferente do que costumamos observar em muitos dos discursos em prol da preservação ambiental, que falam da importância e urgência de medidas de cuidado com a natureza de um ponto de vista apenas intelectual, comportamental e em alguns casos até mercadológico, o pensamento ecopsicológico propõe uma reconexão com a natureza de nível afetivo, emocional e existencial, a ponto de cada humano compreender que ele é natureza. Não pertencemos a ela e nem a possuímos, mas somos natureza.

De acordo com C. G. Jung, a crise ambiental é o espelho do nosso estado psíquico e tudo que pertence a uma realidade externa, também ocupa um lugar interno em nós.



< <https://i0.wp.com/agenciajovem.org/wp-content/uploads/2023/03/3-2.png?ssl=1> >

Na mesma medida que a humanidade retira recursos da natureza em um espaço de tempo desproporcional ao tempo que ela leva para repor, assim também fazemos com nossos recursos e habilidades mentais.

Quais seriam os impactos de uma reaproximação com a natureza, uma observação dos ciclos da vida, reconexão com um ritmo mais manso. Na era do imediatismo, alta performance e ansiedade, tempos nos quais não há espaço para recuperação, contemplação, observação e não-ação, reconectar-se com a natureza é reconectar-se consigo mesmo.

Conheça um pouco mais sobre a ecopsicologia aqui! < <https://ecopsicologiabrasil.com/> >



### Marcos Lacerda

Psicólogo, formado pelo Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU). Pós-graduando em Arteterapia pela Universidade Municipal de São Caetano do Sul (USCS). Tem sua trajetória acadêmica marcada pelo interesse e estudos em psicoterapia de orientação Junguiana e expressões artísticas. Atua como psicoterapeuta parceiro no Canto Baobá- Espaço Especializado em Saúde Mental e diversidade, com ênfase no enfrentamento às violências estruturais.

[@psi.marcos](https://www.instagram.com/psi.marcos/)

< <https://www.instagram.com/psi.marcos/> >

< <https://agenciajovem.org/author/redacao/> > **Agência Jovem De Notícias** < <https://Agenciajovem.Org/Author/Redacao/> >

Tags: [Meio Ambiente](https://agenciajovem.org/tag/meio-ambiente/) < <https://agenciajovem.org/tag/meio-ambiente/> > [psicologia](https://agenciajovem.org/tag/psicologia/) < <https://agenciajovem.org/tag/psicologia/> >  
[psicologico](https://agenciajovem.org/tag/psicologico/) < <https://agenciajovem.org/tag/psicologico/> >

### Previous Post

[O cabelo negro enquanto afirmador de identidade](https://agenciajovem.org/o-cabelo-negro-enquanto-afirmador-de-identidade/)

< <https://agenciajovem.org/o-cabelo-negro-enquanto-afirmador-de-identidade/> >

### Next Post

[CSW67: jovens ativistas brasileiras ecoam suas vozes na...](https://agenciajovem.org/csw67-jovens-ativistas-brasileiras-ecoam-suas-vozes-na-luta-pelos-direitos-das-mulheres/)  
 < <https://agenciajovem.org/csw67-jovens-ativistas-brasileiras-ecoam-suas-vozes-na-luta-pelos-direitos-das-mulheres/> >



Ver +



ARTE E CULTURA < <https://agenciajovem.org/categoria/arte-e-cultura/> >  
 < <https://agenciajovem.org/categoria/arte-e-cultura/a-serie-outlander-se-relaciona-com-o-marco-temporal/> >



ARTIGOS < <https://agenciajovem.org/materia/verticalizacao-das-cidades-e-questoes-ambientais/> >



ARTE E CULTURA < <https://agenciajovem.org/categoria/arte-e-cultura/> >  
 < <https://agenciajovem.org/categoria/arte-e-cultura/a-serie-outlander-se-relaciona-com-o-marco-temporal/> >

[Como a série Outlander se relaciona com... < https://agenciajovem.org/como-a-serie-outlander-se-relaciona-com-o-marco-temporal/>](#)
[Maré de escombros: verticalização das cidades < https://agenciajovem.org/mare-serie-outlander-se-relaciona-com-o-marco-temporal/>](#)
[Como a série Outlander se relaciona com... < https://agenciajovem.org/como-a-serie-outlander-se-relaciona-com-o-marco-temporal/>](#)

Leave a Reply

## + Tags

[9CNDCA < https://agenciajovem.org/tag/9cndca/>](#)
[Adolescente < https://agenciajovem.org/tag/adolescente/>](#)
[Adolescentes < https://agenciajovem.org/tag/adolescentes/>](#)

[Arte < https://agenciajovem.org/tag/arte/>](#)
[artigo < https://agenciajovem.org/tag/artigo/>](#)
[Cinema < https://agenciajovem.org/tag/cinema/>](#)

[Ciência < https://agenciajovem.org/tag/ciencia/>](#)
[Comunicação < https://agenciajovem.org/tag/comunicacao/>](#)
[COP < https://agenciajovem.org/tag/cop/>](#)

[COP18 < https://agenciajovem.org/tag/cop18/>](#)
[COP19 < https://agenciajovem.org/tag/cop19/>](#)
[COP26 < https://agenciajovem.org/tag/cop26/>](#)

[COP27 < https://agenciajovem.org/tag/cop27/>](#)
[coronavirus < https://agenciajovem.org/tag/coronavirus/>](#)
[Criança < https://agenciajovem.org/tag/crianca/>](#)

[Crise Climática < https://agenciajovem.org/tag/crise-climatica/>](#)
[Cultura < https://agenciajovem.org/tag/cultura/>](#)
[Cúpula dos Povos < https://agenciajovem.org/tag/cupula-dos-povos/>](#)

[Direitos < https://agenciajovem.org/tag/direitos/>](#)
[Direitos Humanos < https://agenciajovem.org/tag/direitos-humanos/>](#)
[Doha < https://agenciajovem.org/tag/doha/>](#)

[ECA < https://agenciajovem.org/tag/eca/>](#)
[educação < https://agenciajovem.org/tag/educacao/>](#)
[Educomunicação < https://agenciajovem.org/tag/educomunicacao/>](#)

[Internet < https://agenciajovem.org/tag/internet/>](#)
[Jovens < https://agenciajovem.org/tag/jovens/>](#)
[Juventude < https://agenciajovem.org/tag/juventude/>](#)

[juventudes < https://agenciajovem.org/tag/juventudes/>](#)
[Maranhão < https://agenciajovem.org/tag/maranhao/>](#)
[Meio Ambiente < https://agenciajovem.org/tag/meio-ambiente/>](#)

[Mudanças Climáticas < https://agenciajovem.org/tag/mudancas-climaticas/>](#)
[ONU < https://agenciajovem.org/tag/onu/>](#)

[Políticas Públicas < https://agenciajovem.org/tag/politicas-publicas/>](#)
[Povos Indígenas < https://agenciajovem.org/tag/povos-indigenas/>](#)
[Qatar < https://agenciajovem.org/tag/qatar/>](#)

[Racismo < https://agenciajovem.org/tag/racismo/>](#)
[Rio+20 < https://agenciajovem.org/tag/rio20/>](#)
[Rio de Janeiro < https://agenciajovem.org/tag/rio-de-janeiro/>](#)

[SBPC < https://agenciajovem.org/tag/sbpc/>](#)
[Sesc < https://agenciajovem.org/tag/sesc/>](#)
[sustentabilidade < https://agenciajovem.org/tag/sustentabilidade/>](#)

[São Paulo < https://agenciajovem.org/tag/sao-paulo/>](#)
[Teatro < https://agenciajovem.org/tag/teatro/>](#)
[Unicef < https://agenciajovem.org/tag/unicef/>](#)

[Viração < https://agenciajovem.org/tag/viracao/>](#)

## + Categorias

[Juventudes < https://www.agenciajovem.org/category/juventudes/>](https://www.agenciajovem.org/category/juventudes/)

---

[Educom < https://www.agenciajovem.org/category/educom/>](https://www.agenciajovem.org/category/educom/)

---

[Meio Ambiente < https://www.agenciajovem.org/category/meio-ambiente/>](https://www.agenciajovem.org/category/meio-ambiente/)

---

[Direitos Humanos < https://www.agenciajovem.org/category/direitos-humanos/>](https://www.agenciajovem.org/category/direitos-humanos/)

---

[Diversidade < https://www.agenciajovem.org/category/diversidade/>](https://www.agenciajovem.org/category/diversidade/)

---

[Ciência e Tecnologia < https://www.agenciajovem.org/category/ciencia-e-tecnologia/>](https://www.agenciajovem.org/category/ciencia-e-tecnologia/)

---

[Política e Cidadania < https://www.agenciajovem.org/category/politica-e-cidadania/>](https://www.agenciajovem.org/category/politica-e-cidadania/)

---

[Trabalho < https://www.agenciajovem.org/category/trabalho/>](https://www.agenciajovem.org/category/trabalho/)

---

[Arte e Cultura < https://www.agenciajovem.org/category/arte-e-cultura/>](https://www.agenciajovem.org/category/arte-e-cultura/)

---

[Saúde < https://www.agenciajovem.org/category/saude/>](https://www.agenciajovem.org/category/saude/)

---

## Facebook

