RESILIÊNCIA COMO UM FATOR DE DESENVOLVIMENTO: ESTUDOS BRASILEIROS

Cloves Amorim; Orientador e Professor - PUCPR; Curitiba-PR; Brasil. Fernanda Ravanello; PUCPR; Curitiba-PR; Brasil. Luana Paula de Souza; PUCPR; Curitiba-PR; Brasil. Marina Paula Hartmann*; PUCPR; Curitiba-PR; Brasil.

contato: marinapaulah@hotmail.com

Palavras-chave: Resiliência. Estado da arte. Psicologia Positiva.

As pessoas encontram dificuldades em lidar com adversidades diariamente, apresentando problemas emocionais por não conseguirem passar por situações traumáticas sem que se desestabilizem. Neste contexto surge a Resiliência, a qual traz como proposta à Psicologia uma forma positiva de avaliar e perceber a mente humana, onde o indivíduo é capaz de superar conflitos, adaptar-se a novas situações e ainda aprender com esse processo.

Segundo Angst (2009), a resiliência pode ser definida como uma capacidade universal que possibilita a pessoa, grupo ou comunidade prevenir, minimizar ou superar os efeitos nocivos das adversidades, inclusive saindo dessas situações fortalecida ou até mesmo transformada, porém não ilesa.

Resiliência não é um conceito originário da Psicologia, mas da Física, para definir quanto um material é capaz de absorver energia (calor) sem sofrer qualquer deformação. Em Psicologia, porém, esse conceito não é válido, já que uma pessoa não pode vivenciar um evento estressor e voltar à mesma forma de antes, mas é capaz de aprender, se desenvolver e amadurecer.

Porém, ao contrário do que frequentemente se pensa na comunidade a respeito do assunto, a resiliência não é uma característica ou capacidade fixa. Podendo, portanto, aparecer e desaparecer em certos momentos da vida, dependendo da situação de demanda. Logo, também não é uma característica inata, mas uma combinação entre características individuais e seu contexto ecológico (aqui é compreendido segundo a teoria de Bronfenbrenner, que define uma visão do sujeito em interação com o ambiente). (POLLETO; KOLLER, 2008, p.4).

A Psicologia Positiva e a resiliência são abordagens que rompem com o viés negativo e reducionista de teorias embasadas e focalizadas apenas em aspectos psicopatológicos e voltam-se para o que há de saudável e de positivo na vida e no desenvolvimento do ser humano. (MACHADO, 2011).

Neste artigo, serão abordados diversos aspectos no que diz respeito à resiliência como um fator de desenvolvimento, com o objetivo de proceder um estado da arte a partir da análise

dos estudos já publicados no Brasil sobre esse assunto, no período de 2000 a 2014 e identificar qual a relevância que vem sendo atribuída à resiliência e a psicologia positiva e quais são os desafios a serem conquistados.

Para a realização desta pesquisa foram utilizados artigos publicados em periódicos científicos nacionais com os seguintes critérios de inclusão: publicação entre os anos de 2000 e 2014 e em periódicos com qualis A1, A2, B1 ou B2 e com o seguinte critério de exclusão: artigos que não estavam disponíveis na língua portuguesa foram excluídos. A pesquisa foi realizada em três bases de dados: Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePSIC), Scientific Eletronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual e Saúde (BVS) e em uma biblioteca virtual: Portal de Periódicos da Capes através da busca por palavras-chave: Resiliência; Resiliência and desenvolvimento e Resiliência and conceito.

Os resultados obtidos, através da análise dos artigos selecionados, indicaram divergências entre os autores em relação ao conceito de resiliência e as conclusões concretizadas pelo estudo, conforme as tabelas a seguir.

Tabela 1: Conceito de Resiliência
Fenômeno que se manifesta pela capacidade do ser humano responder de forma positiva às situações adversas que enfrenta, mesmo quando estas comportam risco potencial para sua saúde e/ou seu desenvolvimento. (SILVA, 2003)
Fenômeno que procura explicar os processos de superação de adversidades, mas não se confunde com invulnerabilidade, porque não se trata de resistência absoluta às adversidades. (PINHEIRO, 2004)
Pode ser considerada fator de proteção para a adaptação do indivíduo às exigências cotidianas. (SAPIENZA; PEDROMÔNICO, 2005)
A resiliência e a auto-eficácia percebida atuam como forma do sujeito obter uma melhor qualidade de vida na superação da adversidade, envolvendo o contexto, a cultura e a responsabilidade coletiva, sendo capaz de responder de diferentes formas ante um fracasso. (BARREIRA, 2006)
Processo onde o indivíduo consegue superar as adversidades, adaptando-se de forma saudável ao seu contexto. (TABOADA; LEGAL.; MACHADO, 2006)
Resiliência é um conceito multifacetado, contextual e dinâmico, no qual os fatores de proteção têm a função de interagir com os eventos de vida e acionar processos que possibilitem incrementar a adaptação e a saúde emocional. (POLETTO; KOLLER, 2008)
Capacidade universal que possibilita a pessoa, grupo ou comunidade prevenir, minimizar ou superar os efeitos nocivos das adversidades, inclusive saindo dessas situações fortalecida ou até mesmo transformada, porém não ilesa. (ANGST, 2009)
Capacidade que o homem tem de se recuperar psicologicamente quando é exposto a adversidades. (MACHADO, 2011)
Possibilidade de desenvolver-se normalmente mesmo enfrentando muitas dificuldades ou dificuldades consideradas de grave impacto. (KNORST, 2014)

Tabela 2: Conclusão do estudo dos artigos analisados
A sensibilidade materna exerce função mediadora entre os fatores de risco psicossocial e o desenvolvimento da criança, destacando seu papel na predição de uma possível trajetória resiliente, nestas primeiras etapas de vida. (SILVA, 2003)
A resiliência não deve pertencer a um grupo conceitual ideológico, ao contrário, advém do sentido que é atribuído à existência humana, ou seja, da capacidade de fazer laços afetivos e profissionais e ainda da presença de um projeto de vida. (PINHEIRO, 2004)
Raramente os estressores ou os riscos são eventos isolados. Normalmente fazem parte de um ambiente complexo e, quando interligados, constituem-se em um mecanismo que age influenciando o indivíduo. Problemas de comportamento são, em sua maioria, resultantes da combinação de múltiplos fatores de risco. (SAPIENZA; PEDROMÔNICO, 2005)
A resiliência e a auto-eficácia percebida atuam como forma do sujeito obter uma melhor qualidade de vida na superação da adversidade, envolvendo o contexto, a cultura e a responsabilidade coletiva, sendo capaz de responder de diferentes formas ante um fracasso; onde alguns incutem esforços e desenvolvem novas estratégias, enquanto que outros, diante de um mesmo evento, abandonam seus esforços. (BARREIRA, 2006)
Contrata-se a falta de definições operacionais claras acerca do fenômeno, bem como se sugere que a resiliência pode ser entendida como uma estratégia de *coping* com resultados positivos e até transformadores. (TABOADA; LEGAL.; MACHADO, 2006)
Seja qual for o contexto (família, instituição ou escola), este pode se configurar como risco ou proteção. No entanto, isto dependerá da qualidade das relações e da presença de afetividade e reciprocidade que tais ambientes propiciarem. (POLETTO; KOLLER, 2008)
Com o conhecimento da resiliência pode-se começar a ver um indivíduo como capaz de procurar recursos para superar as adversidades, não sendo apenas mais um observador passivo e "doente", e sim como alguém que pode buscar recursos em si mesmo e no ambiente que o rodeia para a resolução de conflitos. (ANGST, 2009)
O fenômeno resiliência constitui uma importante ferramenta que milhares de pessoas dispõem para lidar com situações adversas e estressantes que emergem no dia-a-dia. (MACHADO, 2011)
Foi possível identificar alguns instrumentos para avaliação da resiliência. A intensificação de pesquisas em formas de identificar a resiliência e mensurá-la são de extrema importância para a qualificação do trabalho produzido pelos psicólogos. (KNORST, 2014)

A análise permitiu, também, delinear quais as regiões de maior estudo sobre o tema. Assim, dos nove artigos selecionados, três possuem autores originários do estado de São Paulo, dois do Paraná, dois do Rio Grande do Sul, um de Santa Catarina e um de Minas Gerais.

Uma das principais conclusões deste estudo é a constatação da ausência de um conceito aceito unanimemente e uma explicação conclusiva sobre a resiliência. A justificativa a essa observação, pode ser atribuída ao fato de que, contemporaneamente, a resiliência foi melhor compreendida como um aspecto que tende a mudar, de acordo com a situação em que o indivíduo se encontra, bem como seu momento de vida, contradizendo a noção "antiga". O estabelecimento dessa noção pode ter colaborado para produção de artigos, que, como notado, não a relacionaram a um período do desenvolvimento humano.

Logo, as publicações mais antigas abordam o tema de forma bastante similar: em sua maioria, retratam sua curiosidade frente à capacidade humana de suportar eventos de estresse ou difíceis, com certa instabilidade e flexibilidade. Portanto, o conceito é bastante relacionado a uma capacidade estável e de adaptação às adversidades, mantendo a qualidade de vida, ou não se deixando influenciar por esses fenômenos. Ilustram este enunciado as seguintes publicações: SILVA (2003), PINHEIRO (2004), SAPIENZA & PEDROMÔNICO (2005), BARREIRA (2006) e TABOADA, LEGAL & MACHADO (2006).

Já as publicações mais atuais, retratam a resiliência como um processo não exclusivamente individual, mas que pode remeter a um grupo, comunidade, e que este pode tornar indivíduos participantes mais suscetíveis a tolerar frustrações, responder à suas adversidades, aprendendo e crescendo com elas. Além disso, não mais se referem à resiliência como um mecanismo estável, mas sim dinâmico e caracterizado pela busca de superação. Ilustram esta afirmativa os seguintes trabalhos: POLETTO, M. & KOLLER, S. (2008), ANGST, R. (2009), MACHADO, A. (2011) e KNORST, C. (2014).

No que se refere ao local de publicações, observou-se maior incidência de pesquisas oriundas do sul do Brasil, fato que pode ser explicado pela origem da precursora e principal pesquisadora do assunto, Psicóloga Professora Doutora Silvia Koller. Em contrapartida, constatou-se a precariedade de publicações oriundas da região centro-oeste, norte e nordeste do país, o que chama a atenção para a necessidade de fomentar projetos de pesquisa e incentivos a estudos sobre o tema nessa região.

Além disso, segundo Koller (2014), um dos maiores desafios, atualmente, é a dificuldade de se medir a resiliência de um indivíduo em um contexto onde esta se apresenta como um processo dinâmico e instável. Ainda segundo a autora, outro aspecto cuja investigação se faz necessária é a possibilidade de se promover ou ensinar resiliência, uma vez que, a partir disso, se torna possível a formação de indivíduos mais preparados para enfrentar e aprender com as adversidades ao longo da vida. (comunicação pessoal)[1]

Dessa forma, a Resiliência tornou-se algo indispensável para o estudo do comportamento humano na atualidade, o que ressalta a necessidade em dar continuidade aos estudos para a contribuição do saber psicológico.

---

[1] Informação obtida em comunicação pessoal no Congresso Ibero-Americano de Psicologia Forense, em abril de 2014.

Referências bibliográficas

ANGST, R. (2009). Psicologia e Resiliência: uma revisão de literatura. Psicologia argumento. Curitiba: *v. 27, n. 58, p. 253-260, jul./set.*

BARREIRA, D; NAKAMURA, A. (2006). Resiliência e a auto-eficácia percebida: articulação entre conceitos. Canoas: Aletheia*, n.23.*

KNORST, C. (2014). Resiliência: Instrumento de avaliação no contexto Brasileiro. Rio Grande do Sul: Instituto de Psicologia. Recuperado em 20 de maio de 2014 de http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/40112/000826643.pdf?sequence=1.

KOLLER, Silvia H. (2014). Resiliência.Curitiba: In: Congresso Ibero-Americano de Psicologia Forense, 1.

MACHADO, A. (2011). Resiliência: Conceituação e discussão. Juiz de fora. Recuperado em 20 de maio de 2014 de http://www.ufjf.br/virtu/files/2011/09/RESILI%C3%8ANCIA-CONCEITUA%C3%87%C3%83O-E-DISCUSS%C3%83O.pdf.

PINHEIRO, D. (2004). A resiliência em discussão. Maringá: Psicologia em estudo. v. *9, n. 1, Apr*. Recuperado em 20 de maio de 2014 de <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-73722004000100009&lng=en&nrm=iso>.

POLETTO,M; KOLLER,S. (2008). Contextos ecológicos: promotores de resiliência, fatores de risco e proteção. São Paulo: Estudos de Psicologia. P. *405-416. Julho-setembro.* SAPIENZA,G; PEDROMÔNICO,M. (2005). Risco, proteção e resiliência no desenvolvimento da criança do adolescente. Maringá: Psicologia em Estudo. *v. 10, n. 2, p. 209-216, mai./ago.*

SILVA, Mara Regina Santos. (2003). A construção de uma trajetória resiliente durante as primeiras etapas do desenvolvimento da criança: o papel da sensibilidade materna e do suporte social. *Florianópolis: Tese (Doutorado em Enfermagem).166 p.* Recuperado em 20 de maio de 2014 de : https://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/84768.

TABOADA, N.; LEGAL, E..; MACHADO, N. (2006). Resiliência: em busca de um conceito. Revista brasileira de crescimento e desenvolvimento humano, São Paulo: *v. 16, n. 3.* Recuperado em 20 de maio de 2014 de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822006000300012&lng=pt&nrm=iso.

YUNES, M; Szymans, H. Resiliência. (2014). Noção, conceitos afins e considerações críticas. Psiquiatria geral. 2014. Recuperado em 20 de maio de 2014 de http://www.psiquiatriageral.com.br/psicossomatica/resiliencia_nocoes_conceitos.htm.