

RESILIÊNCIA: EM BUSCA DE UM CONCEITO<sup>+</sup>

## RESILIENCE: LOOKING FOR A CONCEPT

Nina G. Taboada\*

Eduardo J. Legal\*\*

Nivaldo Machado\*\*\*

Taboada NG, Legal EJ, Machado N. Resiliência: em busca de um conceito. Rev Bras Crescimento Desenvolv Hum 2006; 16(3):104-113.

**Resumo:** O presente trabalho teve como objetivo investigar na literatura especializada as principais definições de resiliência e seus conceitos operacionais. Entende-se, de maneira geral, resiliência como sendo o processo onde o indivíduo consegue superar as adversidades, adaptando-se de forma saudável ao seu contexto. Diante da diversidade de definições encontradas, estas foram agrupadas em três eixos principais, entendendo a resiliência como um processo: adaptação/superação; inato/adquirido; circunstancial/permanente. Tendo em vista a necessidade de compreensão de outros temas diretamente relacionados com a resiliência, o trabalho apresenta sessões que versam sobre: estresse, *coping* e suas relações com resiliência; fatores de risco, fatores de proteção e vulnerabilidade. Constata-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.

**Palavras-chave:** Resiliência. Estresse. Adaptação psicológica. Fatores de risco.

## INTRODUÇÃO

As mudanças ocorridas na modernidade inculcaram um novo ritmo, novas exigências, novas demandas, trazendo conflitos que têm se multiplicado a cada dia. Estes conflitos podem ser traduzidos, numa dimensão interpessoal, pelos desafios e dificuldades enfrentados diariamente, num ambiente de competição acirrada, de expectativas muitas vezes acima das possibilidades reais do sujeito<sup>1</sup>, onde cresce o número de marginalizados e excluídos e de patologias diversas, incluindo os transtornos mentais.

A psicologia, como outras ciências humanas / da saúde, vem acompanhando esse movimento, chamando a atenção, por meio da produção de conhecimento, para a “forma como as pessoas se desenvolvem diante de suas circunstâncias, ou seja, seu lugar de vida, seu tempo de história”<sup>2</sup>.

Observa-se então no campo das ciências humanas e da saúde uma mudança de paradigma: se antes o foco de estudo estava voltado para as patologias, doenças mentais e carências humanas, torna-se hoje mister voltar nosso interesse para as potencialidades e habilidades do

<sup>+</sup> Trabalho realizado no Centro de Ciências da Saúde, curso Psicologia, Laboratório de Psicologia Experimental da Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI), apresentado em: Anais da 1ª Jornada Catarinense Multi/Interdisciplinar em Pediatria do Centro de Ciências da Saúde da Univali. Itajaí, SC, 2005; XXIV Congresso Brasileiro de Psiquiatria - Psiquiatria: medicina, humanismo e neurociências. Curitiba, PR, out 2006.

\* Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI). Rua Uruguai, 458 - Centro Itajaí, SC. Cep: 88302-202. E-mail: nina.taboada@gmail.com

\*\* Universidade do Vale do Itajaí (UNIVALI) Rua Uruguai, 458 - Centro Itajaí, SC. Cep: 88302-202.

\*\*\* Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí (UNIDAVI). Rua Guilherme Gemballa, 13. Rio do Sul, SC. CEP: 89.160-000

homem, a fim de compreender a saúde mental<sup>3,4</sup>.

Nesse contexto, um fato vem chamando a atenção da ciência: como alguns indivíduos, apesar de todo um contexto de adversidade e intenso estresse, conseguem se desenvolver de maneira saudável, correspondendo às expectativas sociais? Na trilha dos estudos sobre tal fato encontramos um novo constructo em desenvolvimento: a resiliência.

Falar de um constructo relativamente novo, ainda em desenvolvimento, nos obriga a tomar um enorme cuidado com o emprego das palavras, principalmente com a precisão dos conceitos utilizados. São a clareza e a objetividade na definição do constructo que permitem um diálogo construtivo entre pesquisadores, a criação de uma agenda em comum e possibilita reunir esforços para efetivar estudos que testam as hipóteses formuladas.

Observamos, nos últimos 20 anos, a resiliência conquistando espaço nos círculos acadêmicos de Psicologia, e nos últimos cinco anos sendo discutida nos encontros internacionais<sup>5</sup>.

O termo resiliência tem sua origem na Física e Engenharia, sendo um dos seus precursores o inglês Thomas Young<sup>5</sup>. Nesta área, resiliência é a capacidade de um material para receber uma energia de deformação sem sofrê-la de modo permanente<sup>5</sup>.

Já nas ciências humanas, poderíamos definir inicialmente resiliência como a capacidade que alguns indivíduos apresentam de superar as adversidades da vida.

Trazer um conceito das ciências físicas, que possuem uma idiosincrasia diferente das ciências de saúde, requer alguns cuidados. Sua definição, nas ciências sociais e da saúde "... não é clara nem tampouco precisa quanto na física ou na engenharia (e nem poderia ser), consideradas a complexidade e a multiplicidade de fatores e variáveis que devem ser levados em conta no estudo dos fenômenos humanos"<sup>5</sup> (p.16).

A dificuldade é tanta que, para Slap<sup>6</sup> (p.173), "é mais fácil concordar sobre o que resiliência não significa do que sobre o que a palavra significa".

Como citado anteriormente, de modo geral a resiliência é definida como a capacidade

humana de superar as adversidades. A partir daí descortina-se uma gama de outros conceitos de suporte, fatores e características que definem o processo resiliente. A dificuldade em se entender resiliência e sua repercussão acadêmica se dá justamente pelo fato de lidarmos constantemente com outros conceitos (fatores de risco, de proteção, estresse, adaptação, superação, ajustamento entre outros) que não possuem, muitas vezes, definições claras, explícitas, o que pode resultar em confusão teórica. Tal confusão se dá na medida em que o termo resiliência é utilizado para descrever processos diferentes. Tais diferenças, ora sutis, ora mais intensas, trazem implicações metodológicas divergentes numa práxis voltada para a saúde e sua promoção<sup>7</sup>.

É importante notar que a constelação temática citada acima também possui suas diferenças teóricas entre autores. Portanto, dependendo de como cada pesquisador define os conceitos satélites apontados, as definições operacionais da resiliência seguirão determinada abordagem, conseqüentemente afetando suas possibilidades práticas. É conveniente ressaltar que, embora tais conceitos sejam fundamentais para o tema resiliência, são poucas as obras encontradas na literatura especializada que versem sobre eles.

No presente artigo investigamos a utilização do tema resiliência na literatura especializada procurando identificar as diferenças nas suas definições operacionais, de acordo com seus autores.

### *Os conceitos de Resiliência*

As produções científicas que versam sobre resiliência podem ser ora voltadas para pesquisas sobre o constructo, ora voltadas para as práticas do mesmo. Partindo de uma definição em comum (resiliência como a capacidade do indivíduo de recuperar-se de / fazer frente à / lidar positivamente com a adversidade), os conceitos operacionais que versam sobre a resiliência são, quando presentes, distintos. A fim de facilitar a explanação e exposição das acepções encontradas, adotaremos o modelo de organização descrito por Deslandes e Junqueira<sup>7</sup> que, em

sua revisão a respeito do tema, dividem as definições encontradas em três pólos temáticos principais. São eles:

- Resiliência enquanto um processo de adaptação X superação
- Resiliência enquanto um fator inato X fator adquirido
- Resiliência como algo circunstancial X característica permanente

### **Adaptação X superação**

O primeiro pólo nos sugere a seguinte questão: o processo resiliente consiste em um manter-se saudável *apesar* das adversidades, ou a resiliência implica em crescimento e desenvolvimento pessoal *através* das adversidades?

Pensar na resiliência pelo viés “apesar da adversidade” nos remete a um esforço do sujeito manter suas características anteriores ao conflito assistido (adaptação), ou ainda, retornar ao estado de equilíbrio (homeostase / alostase) anterior (“*bounce back*”). Essa capacidade seria fruto tanto de características pessoais dos indivíduos quanto do estabelecimento de vínculos afetivos e de confiança destes com o meio. Assim, estes indivíduos conseguem extrair algum aprendizado diante do problema, conseguindo desenvolver comportamentos adaptados ao que é esperado pela sociedade<sup>7</sup>.

Já no viés “através da adversidade” encontramos a resiliência atuando de tal forma que o sujeito é caracterizado por um conjunto de qualidades ora resultantes do processo resiliente, ora propiciadores do mesmo (*é através das minhas habilidades e competências que me torno resiliente ou é através do processo resiliente que as desenvolvo?*).

Aqui a situação de risco é vista como oportunidade de superar os próprios limites, construindo uma identidade fortalecida (superação). Logo, a resiliência enquanto modo de superação de situações conflitantes traz consigo a possibilidade da experiência traumática ser elaborada simbolicamente, para que, futuramente, sirva como subsídio para novas situações estressantes<sup>7</sup> (p.229)

Nesse viés temático encontramos uma

gama de qualidades/habilidades a serem incorporadas (ou já presentes) pelo sujeito, como: otimismo, criatividade, senso de humor, memória acima da média, competência social e educacional<sup>8</sup>, flexibilidade, iniciativa, propósitos<sup>9</sup>; bom traquejo social, alto nível de inteligência<sup>10</sup>, modos avançados de resolver problemas, alto nível de auto estima e autoconhecimento, habilidade de tomar decisões, empatia, esperança em relação ao futuro, consciência do seu valor e seu lugar no mundo<sup>11,12</sup>; paciência, tolerância, responsabilidade, determinação, compaixão, autoconfiança, esperança<sup>13</sup>. Tais atributos visam uma otimização de recursos a serem utilizados frente a situações de intenso estresse. A resiliência não pode ser compreendida, nesse caso, como uma simples ausência de sintomas esperados frente a situações de intenso estresse e adversidade, muito menos como um processo de esquiva frente a uma situação de risco. Além da ausência de sintomas é preciso levar em conta atributos específicos relacionados ao indivíduo e ao contexto em que está inserido.

Entender, portanto, a resiliência enquanto um processo de superação fornece ao pesquisador uma série de características referentes ao indivíduo e ao seu contexto, características essas que são focadas nos métodos de mensuração da resiliência, bem como em estratégias para fomentá-la.

### **Fator Inato X Fator Adquirido**

Seria a resiliência um componente, uma força, uma característica intrínseca da natureza humana, ou seja, inata, hereditária, constituída pelos nossos genes? Ou seria a resiliência construída socialmente, cabendo ao ambiente estimulá-la e desenvolvê-la? Como se dão as correlações entre os aspectos genéticos e ambientais na formação do indivíduo? “A ênfase em qualquer um dos pólos, seja o genético, seja o ambiental, determinará uma tendência que pode ser de extrema importância na questão dos estudos sobre resiliência e sua utilização na definição de políticas públicas”<sup>5</sup> (p.42).

Tal discussão referente aos fatores inatos e adquiridos é das mais antigas, tanto na psicolo-

gia como na ciência de modo geral. “Todos, com algum bom senso, sabem que os seres humanos são produto de uma permuta entre os dois. Mas ninguém consegue deter o debate<sup>14</sup> (p.11)”.

Nas produções científicas a respeito da resiliência não encontramos esta questão sendo levantada de modo direto. Porém, as ênfases ora no indivíduo ora no contexto nos remetem à questão fundamental: quais são os fatores propiciadores / criadores da resiliência?

Pesquisas que focam capacidades e habilidades de um sujeito de forma descontextualizada e que partem do ponto onde a resiliência é considerada enquanto um traço ou uma característica de personalidade estariam mais propensas a identificar fatores inatos no processo resiliente.

Já as teorias que focam o meio social enquanto criador tanto do próprio discurso científico (enquanto favorecedor de determinados pensamentos ideológicos) quanto das práticas sociais cotidianas, tendem a afirmar que a resiliência se caracteriza por ser uma habilidade social que pode (e deve) ser aprendida e estimulada.

A maioria dos pesquisadores concorda, porém, que o ambiente e as relações sociais estabelecidas não são meros coadjuvantes no processo resiliente, tornando-se assim protagonistas na história da efetivação da resiliência. O meio tornar-se-ia então a chave principal de um processo que possui fortes indícios de possuir componentes inatos.

### *Circunstancial X Permanente*

O último pólo a ser tratado reúne de alguma forma as discussões levantadas anteriormente.

Quando entendemos a resiliência enquanto uma característica permanente, estamos lidando com um traço de personalidade que, teoricamente, se mantém ao longo da vida, fazendo com que o indivíduo identificado como resiliente possa se recuperar rapidamente de qualquer experiência traumática que por ventura venha ocorrer<sup>15</sup>. Sempre que a literatura traz termos como: “crianças resilientes” ou “tornar os jovens resilientes” deparamo-nos com a idéia de que alguém

que não era resiliente passa a ser, e esse processo geralmente é descrito através das qualidades mencionadas anteriormente. Identifica-se, portanto, um indivíduo resiliente através das habilidades e competências definidas como típicas da resiliência, esperando que o mesmo atue de acordo com as habilidades demonstradas perante as vicissitudes da vida, sejam quais forem.

Ainda dentro da perspectiva permanente, Pereira<sup>16</sup> (p.87) aponta que: “Uma das grandes apostas para o próximo milênio será tornar as pessoas mais resilientes e prepará-las para uma certa invulnerabilidade que lhes permita resistir a situações adversas que a vida proporciona...”.

Corroborando com estas afirmações, Ralha-Simões<sup>17</sup> descreve resiliência como uma suposta invulnerabilidade inexplicável, decorrente das estratégias diferenciadas pertencentes ao nível da construção de significado pessoal de cada indivíduo.

A grande maioria dos estudos foca a questão da resiliência como traço, narrando as competências e habilidades envolvidas e mostrando como os pais e, principalmente, as instituições de ensino devem promover a resiliência<sup>11,13,18,19</sup>. Os critérios utilizados pelas técnicas de mensuração de resiliência obedecem à mesma lógica.

Outro modo de entender a resiliência encontra-se no foco circunstancial. Aqui, a resiliência é entendida enquanto uma força, uma estratégia, um conjunto de habilidades utilizado em determinado contexto por determinado indivíduo para lidar com determinada adversidade. Não se trata de ser ou não resiliente, pois resiliência não é uma característica de personalidade, mas sim um conjunto de ações movidas por determinados pensamentos e atitudes relativos ao momento<sup>5</sup>.

Tusaie e Dyer<sup>9</sup>, ao apontarem que os domínios da resiliência são específicos do desenvolvimento, mudando com as etapas da vida, afirmam que a resiliência não é um traço, mas um estado.

Na mesma linha de raciocínio podemos citar Deslandes e Junqueira<sup>7</sup> que entendem a resiliência não como um processo estanque ou linear, pois os indivíduos podem apresentar-se resilientes em determinada situação e não em outras. “Nesse sentido, não podemos falar de

indivíduos resilientes, mas de uma capacidade do sujeito de, em determinados momentos e de acordo com as circunstâncias, lidar com a adversidade, não sucumbindo a ela”<sup>7</sup> (p.229).

Assim, observa-se atualmente que há uma tendência por parte de alguns pesquisadores de resiliência a serem mais favoráveis a uma compreensão deste fenômeno enquanto habilidade manifesta em determinado contexto com determinadas características, abandonando idéias como “personalidade resiliente”, defesa psicológica<sup>20</sup> ou imunidade psicológica<sup>21</sup>.

### ***A constelação temática – pano de fundo da resiliência***

Em decorrência da amplitude dos temas aqui abordados, apresentaremos uma síntese sobre as principais definições e os conceitos mais utilizados na literatura a fim de esclarecer de forma um pouco mais aprofundada a constelação temática amplamente citada quando o assunto é resiliência.

### ***Estresse***

Estresse pode ser entendido como um conjunto de alterações acontecidas num organismo em resposta a um determinado estímulo capaz de colocá-lo sob tensão<sup>22-24</sup>. Esta tensão, por sua vez, gera uma série de respostas psicofisiológicas que tem por função atuar no evento causador de estresse e restabelecer o equilíbrio dinâmico do organismo. O estresse é, então, uma resposta adaptativa, pois motiva para a ação.

O estresse propriamente dito e estudado fora de um contexto demarcado não traz em si características de valor (se é ou não positivo ou negativo, desejável ou não). Sendo uma resposta inespecífica a eventos específicos, as características da reação ao estresse dependerão diretamente do indivíduo, do modo que este lida e significa o mundo em que vive, bem como com as variáveis do contexto. Nesse aspecto podemos citar dois tipos de estresse, o estresse saudável e o patológico.

Estresse saudável é aquele que traz aumento de vitalidade, manutenção do entusiasmo,

otimismo, proporcionando excelente disposição física, etc. Aqui, o estresse exerce uma função evolutiva: prepara o organismo para a ação, para a adaptação ao meio causador de estresse. É uma questão de sobrevivência e saúde<sup>22,25</sup>.

Entretanto, sob condições estressoras crônicas esta resposta adaptativa pode se tornar causadora de problemas para o organismo devido ao alto desgaste provocado pela necessidade de manutenção prolongada de um estado geral de alerta. “Como a energia necessária para esta adaptação é limitada, se houver persistência do estímulo estressor, mais cedo ou mais tarde o organismo entra em uma fase de esgotamento”<sup>22</sup>.

“Numa visão subjetiva do fenômeno, pode-se dizer que, dependendo da percepção que o indivíduo tem da situação, da sua interpretação do evento estressor e do sentido a ele atribuído, teremos ou não a condição de estresse”<sup>25</sup> (p.30).

### ***Estresse e Resiliência***

A definição base da resiliência traz a questão da adaptação / superação do sujeito frente a situações de estresse / adversidade. Ameaças, sofrimentos, perigos, fatores de risco são geralmente chamados pelos autores de forma geral de “experiências estressantes” ou de “condições adversas”<sup>2</sup>. Fica claro que a literatura enfatiza a questão patológica do estresse.

Logo, a resiliência seria a capacidade de lidarmos e re-significarmos situações estressantes de modo que o estressor deixe de ser encarado como tal. Tal situação capacitaria o indivíduo a lidar de maneira mais satisfatória com futuras situações de estresse, pois “uma situação de sofrimento ou conflito pode fortalecer o jovem diante de outras situações semelhantes, gerando-lhe um menor nível de estresse.”<sup>7</sup> (p.227).

### ***“Coping”***

O conceito de “coping” merece uma atenção especial por apresentar algumas bases conceituais extremamente parecidas (senão idênticas) às da resiliência e, além disso, oferece décadas de estudos e análises que têm muito a con-

tribuir para a formulação teórica e operacional da resiliência.

“Coping” é geralmente definido como o “conjunto das estratégias utilizadas pelas pessoas para adaptarem-se a circunstâncias adversas ou estressantes”<sup>26</sup> (p.273). Existem modelos diferentes de “coping” na literatura, sendo que as produções de Lazarus e Folkman<sup>27</sup> tornaram-se referência obrigatória para aqueles que pretendem estudar o assunto.

A definição de “coping” defendida por Lazarus e Folkman<sup>27</sup> é focada nas: “constantes mudanças cognitivas e comportamentais na tentativa de administrar demandas específicas, internas e/ou externas, que são avaliadas pelo sujeito como excedendo ou sobrecarregando os recursos pessoais”<sup>27</sup> (p. 141). Logo, o “coping” é entendido como uma ação deliberada e intencional.

Lazarus e Folkman<sup>27</sup>, defensores do “coping” enquanto *estratégia*, não enquanto *estilo* de personalidade do indivíduo (conceito derivado de outras concepções de coping), definem esse processo de modo que o:

... foco de atenção está no que a pessoa está fazendo ou pensando no momento atual, presente, em contraste com o que a pessoa habitualmente faz, fazia ou deveria fazer, que é o foco das teorias relacionadas a traços de personalidade. Pensamentos ou ações de coping são sempre encaminhados para condições particulares.<sup>27</sup> (p. 142).

Sendo assim, as estratégias podem mudar de momento para momento, durante os estágios de uma situação estressante, bem como durante os estágios de desenvolvimento do sujeito. “Dada esta variabilidade nas reações individuais, estes autores defendem a impossibilidade de se tentar prever respostas situacionais a partir do estilo de coping de uma pessoa”<sup>26</sup> (p.284).

### “Coping” e Resiliência

Sendo a resiliência o estudo das pessoas que se adaptam/superam as adversidades, e o “coping” o estudo das estratégias utilizadas pe-

las pessoas frente às adversidades, fica claro que ambos os conceitos estão intimamente correlacionados.

Interessante notar, porém, que na literatura pesquisada, são poucos os autores que falam a respeito de “coping”, e quando o fazem, trazem-no em um capítulo à parte, sem fazer maiores correlações entre os dois constructos.

Além disso, tanto “coping” quanto resiliência são processos relacionados, ou até mesmo condicionados a situações de estresse. Enquanto o coping foca a maneira, a estratégia utilizada para lidar com a situação, independentemente do resultado obtido, a resiliência concentra sua atenção no resultado da(s) estratégia(s) utilizada(s), que seria uma adaptação (muito) bem sucedida do sujeito frente às adversidades.

Conforme Yunes e Szymanski<sup>5</sup> (p.31): “muitas questões vêm sendo feitas ainda sobre o que estaria envolvendo o fenômeno da resiliência no que tange ao coping ‘bem sucedido’ diante das situações de estresse”.

De uma maneira um pouco distinta, alguns autores preferem entender tanto o “coping” quanto a resiliência diretamente relacionados com fatores de personalidade.

### Fatores de Risco

Estudos sobre resiliência geralmente estão relacionados com eventos geradores de estresse e que aumentam a probabilidade do sujeito apresentar dificuldades, podendo desenvolver uma série de problemas. Situações assim caracterizadas recebem o nome de Fatores de Risco.

De modo geral, “fator de risco” pode ser definido como: “... toda a sorte de eventos negativos da vida, e que, quando presentes, aumentam a probabilidade de o indivíduo apresentar problemas físicos, sociais ou emocionais.”<sup>25</sup> (p.24). Grünspun<sup>21</sup> define fatores de risco como os fatores presentes no ambiente econômico, psicológico e familiar que possuem grande probabilidade de causar danos sociais evidentes.

É importante destacarmos a palavra “probabilidade”, ou seja, o fato de que estar exposto a uma situação de risco não determina o desenvolvimento de alguma psicopatologia ou compor-

tamentos de risco, mas está de alguma forma associada. Não existem estudos experimentais sobre o tema e, por isso, mecanismos de causação são desconhecidos.

Hoje se entende que a presença de conseqüências negativas advindas de uma situação caracterizada como risco dependerá de uma série de outros fatores (como por exemplo, os fatores de proteção), e que o próprio risco se dá de forma processual, não de forma estática, uni-causal, linear<sup>5</sup>. O risco em si não nos dá parâmetros avaliativos. É preciso investigar o contexto que antecede e os eventos posteriores ao risco, e, sob essa perspectiva, estudos de longo prazo são mais consistentes exatamente por conseguirem abarcar melhor essa teia de relações.

Entretanto, estudos longitudinais são raros no tema resiliência. Um destes grandes estudos que serve de base para a maioria das hipóteses investigadas no campo é o de Werner & Smith<sup>28</sup>. Esse estudo longitudinal durou cerca de quarenta anos, tendo se iniciado em 1955<sup>5</sup>.

### *Fatores de proteção*

Assim como em fatores de risco, a expressão “fatores de proteção” também é frequentemente citada na literatura sobre resiliência. Podemos citar como exemplo a definição de Tusaie e Dyer<sup>8</sup>: “Mais além, as interações entre risco e fatores de proteção num nível intrapesoal e ambiental são integrados para a definição de resiliência” (p.4).

Na mesma perspectiva, Rutter (apud <sup>29</sup>) aponta que é de grande importância para se compreender a resiliência, conhecer o modo como as características protetoras se desenvolveram e como modificaram o percurso do indivíduo. Guzzo e Trombeta<sup>2</sup> afirmam que o equilíbrio existente entre fatores de risco e proteção contribui para o desenvolvimento da resiliência. Deslandes e Junqueira<sup>7</sup> definem proteção como o conjunto de influências que modificam e melhoram a resposta de um indivíduo quando este está exposto a algum perigo que predispõe a um resultado não adaptativo.

Pinheiro<sup>29</sup> traz em seu artigo uma lista de

características definidas como fatores de proteção, relacionadas às condições do próprio indivíduo, às condições familiares e às redes de apoio do ambiente. A autora afirma que tais características são de consenso da maioria dos autores, porém não define o que são fatores de proteção, apenas descreve-os.

Tusaie e Dyer<sup>8</sup> definem fatores de proteção como aqueles capazes de proteger os indivíduos em situação de risco dos efeitos negativos da mesma. Tais fatores podem ser tanto individuais como ambientais. As autoras apontam também que não está claro o modo como os fatores de proteção interagem com a pessoa que demonstra resiliência. Ou seja, sabe-se que existe uma correlação entre a presença da resiliência e de fatores de proteção, mas o modo exato como eles atuam no indivíduo ainda é desconhecido. Mesmo assim, elas afirmam que quando o número de fatores de risco é maior que os de fatores de proteção, indivíduos que apresentaram no passado resiliência podem acabar apresentando sintomas, sejam físicos, psicossociais, comportamentais, acadêmicos ou no trabalho.

Diante do exposto, podemos assegurar a importância de considerarmos o fato de que a presença de um fator de proteção diminui o impacto da exposição a fatores de risco. Não há como estabelecer um fator de proteção sem analisar o fator de risco envolvido.

Masten & Garmezy e Werner (apud <sup>5</sup>) identificaram três classes de fatores de proteção (importantes para o desenvolvimento infantil):

- Atributos disposicionais da criança,
- Coesão familiar,
- Rede de apoio social bem definida.

Podemos citar como atributos disposicionais: autonomia, auto-estima, atividade e sociabilidade, inteligência e locus interno de controle. Coesão familiar corresponde ao suporte emocional oferecido por pelo menos um adulto com grande interesse na criança, bem como a ausência de negligência. Já a rede de apoio social caracteriza-se pelo sentido de determinação individual e um sistema de crenças para a vida oferecida pelas instituições sociais (escola, igreja, trabalho, etc)<sup>5</sup>.

## **Vulnerabilidade**

Segundo Yunes e Szymanski<sup>5</sup>, falar em vulnerabilidade é referir-se às predisposições a desordens ou de susceptibilidade ao estresse. Garcia<sup>30</sup> define vulnerabilidade como o aumento da probabilidade de um fator de risco causar de fato um resultado negativo. De forma parecida, Guzzo e Trombeta<sup>2</sup> caracterizam vulnerabilidade como a susceptibilidade a resultados negativos naqueles indivíduos expostos ao risco.

Assim como os fatores de proteção, o conceito de vulnerabilidade também está diretamente relacionado com a situação de risco. Identificar se um indivíduo se apresenta vulnerável ou não implica conhecer as características pessoais do mesmo, do ambiente em que está inserido e, principalmente, do fator de risco e de proteção (se presente) envolvidos.

Como já exposto, os fatores de risco são aqueles que aumentam a probabilidade de um indivíduo apresentar comportamentos negativos e mal adaptados durante seu desenvolvimento, enquanto os fatores de proteção auxiliam na diminuição (ou mesmo eliminação) da probabilidade de influências negativas advindas do risco.

A vulnerabilidade, a princípio, pode ser entendida como sendo uma situação oposta dos fatores de proteção, pois ela aumenta as chances de um indivíduo apresentar distúrbios comportamentais frente ao risco.

A vulnerabilidade pode estar também relacionada com auto-estima baixa, depressão e determinados traços de personalidade. Estes fatores podem potencializar os efeitos depreciativos de uma situação de risco<sup>5</sup>. Condições ambientais também devem ser consideradas como propiciadoras de um aumento de vulnerabilidade.

Tem-se, assim, a teia de eventos que envolvem o processo da resiliência. Esta ocorre frente a uma situação de risco, onde fatores de proteção podem auxiliar o resultado adaptativo do sujeito, enquanto que, se este apresentar maior vulnerabilidade em relação à situação de risco presente, as chances de insucesso também são maiores.

Podemos verificar, dessa maneira, a dificuldade em trabalharmos com a resiliência, pois

esta se dá a partir de uma gama de variáveis distintas e correlacionadas, fundamentais para a efetivação do processo resiliente. Sendo assim, é necessário voltarmos o nosso olhar para as implicações dessas variáveis no processo resiliente a fim de entender como ele de fato ocorre e se é realmente possível a criação de políticas educativas que possam fomentar a resiliência nos indivíduos. Antes disso, é imprescindível estarmos atentos à complexidade do tema para que possamos de fato chegar a uma definição consistente do que é resiliência. O desafio está lançado.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Através da análise da literatura consultada, observou-se pouco consenso entre os autores sobre o conceito de resiliência, que pode variar desde uma capacidade inata que acompanha e protege o desenvolvimento do indivíduo a longo prazo, bem como uma habilidade adquirida que o sujeito apresenta frente situações adversas situacionais.

Encontramos um conceito de resiliência amplo demais, com definições operacionais igualmente amplas, que não permitem a delimitação do fenômeno estudado. Como, então, distinguir o processo resiliente de outros processos relacionados ao fenômeno da saúde mental, ou então, dos demais processos de enfrentamento e resolução de problemas, como *coping*?

Outras dificuldades relacionadas aos procedimentos de pesquisa também merecem ser destacadas. Diante do grande número de variáveis que interferem no processo resiliente, não há estudos experimentais, apenas correlacionais. Não há estudos que tentam estabelecer fatores causais, mesmo que múltiplos, entre as variáveis.

Delineia-se, portanto, um quadro onde encontramos um grande número de definições operacionais por demais amplas e vagas, sem estudos que tentam estabelecer elos causais entre este grande número de variáveis. O grande risco dessa tendência é de, a médio e longo prazo, construirmos uma panacéia de correlações não necessariamente válidas, sem significado.

Os estudos têm sempre utilizado testes de

correlação e regressão logística. Nem sempre as correlações são altas, mas significativas. Em outras palavras, tal variável pode estar relacionada, mas seu grau de previsibilidade para a ocorrência do fenômeno é quase insignificante.

Se uma das grandes propostas dos estudos em resiliência, principalmente sobre resiliência infantil, é a compreensão de como ocorre esse processo para que intervenções sejam elaboradas através dos resultados das pesquisas, fica a dúvida: o que de fato sabemos sobre o proces-

so? Quais as intervenções que podem ser elaboradas através de tais dados “significativos”?

Para responder a essas perguntas de forma fundamentada com os achados científicos, é preciso, antes de tudo, uma melhor definição operacional do conceito, de forma mais objetiva, clara e, principalmente, detalhada. É preciso especificar de forma mais direta os comportamentos e/ou habilidades sociais e cognitivas relacionados ao processo resiliente, separá-los em categorias e testá-los em populações diversificadas.

**Abstract:** The present work aimed to investigate in the specialized literature the main definitions of resilience and its operational concepts. Generally speaking, resilience is understood as the process in which the individual is able to overcome adversities, adjusting himself in a healthy way to his context. In view of the diversity of definitions that were found, these were grouped into three main axes, considering resilience as an adaptation/overcoming process; an innate/acquired process; a circumstantial/permanent process. Due to the need of understanding other subjects directly related to resilience, the work presents sections that approach: stress, coping and their relations with resilience; risk factors, protection factors and vulnerability. It is clear that there is a lack of clear operational definitions concerning the phenomenon, and it is suggested that resilience can be understood as a strategy of coping with positive and even transforming results.

**Key words:** Resilience. Stress. Coping behavior. Risk factors.

## REFERÊNCIAS

1. Placco VMNS. Prefácio. In: Tavares J, organizador. Resiliência e educação. 2ª ed. São Paulo: Cortez; 2001. p. 7-12.
2. Guzzo RSL, Trombeta LHAP. Enfrentando o cotidiano adverso: estudo sobre resiliência em adolescentes. Campinas: Alínea; 2002.
3. Goleman D, Gurin J. Equilíbrio mente/corpo: como usar sua mente para uma saúde melhor. Rio de Janeiro: Campus; 1997.
4. Baum A, Posluszny D. Health psychology: mapping biobehavioral contributions to health and illness. *Annu Rev Psychol.* 1999;50:137-63.
5. Yunes MAM, Szymanski H. Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. In: Tavares J, organizador. Resiliência e educação. 2ª ed. São Paulo: Cortez, 2001. p. 13-42.
6. Slap G. Conceitos atuais, aplicações práticas e resiliência no novo milênio. *Adolesc Latinoam.* 2001;2(3):173-6.
7. Deslandes SF, Junqueira MFP. Resiliência e maus tratos à criança. *Cad Saúde Pública.* 2003;19(1):227-35.
8. Tusaie K, Dyer J. Resilience: a historical review of the construct. *Holist Nurs Pract.* 2004;18(1):3-8.
9. Hagewick S. Resilience required. *J Environ Health.* 1998;60(10):37-8.
10. Blum RW. Risco e resiliência: sumário para desenvolvimento de um programa. *Adolesc Latinoam.* 1997;1(1):16-9.
11. Brooks RB. To foster children's self-esteem and resilience, search for islands of competence. *Brown Univ Child Adolesc Behav Lett.* 1998;14(6):1-3.
12. Hippe J. Self-awareness: a precursor to resiliency. *Reclaiming Child Youth.* 2004;12(4):240-2.
13. Janas M. Build resiliency. *Interv Sch Clin.* 2002;38(2):117-21.
14. Ridley M. O que nos faz humanos. Rio de Janeiro: Record; 2004.
15. Thompson N. Research into practice. *Community Care.* 2003;30:47.
16. Pereira AMS. Resiliência, personalidade, stress

- e estratégias de coping. In: Tavares J, organizador. Resiliência e educação. 2ª ed. São Paulo: Cortez; 2001. p. 77-94.
17. Ralha-Simões H. Resiliência e desenvolvimento pessoal. In: Tavares J, organizador. Resiliência e educação. 2ª ed. São Paulo: Cortez; 2001. p. 95-113.
  18. Antunes C. Resiliência: a construção de uma nova pedagogia para uma escola de qualidade. Petrópolis: Vozes; 2003.
  19. Brooks RB, Goldstein S. Raising resilient children: fostering strength, hope, and optimism in your child. New York: McGraw-Hill; 2001.
  20. Tavares J. A resiliência na sociedade emergente. In: Tavares J, organizador. Resiliência e educação. 2ª ed. São Paulo: Cortez; 2001. p. 43-75.
  21. Grunspun H. Violência e resiliência: a criança resiliente na adversidade. Rev Bioética [periódico na Internet]. 2002 [acesso em 12 set 2004];10(1):163-71. Disponível em: <http://www.portalmedico.org.br/revista/bio10v1/Seccao4.pdf>.
  22. Ballone JG. Estresse: curso de psicopatologia [monografia na Internet]. 2002 [acesso em 15 set 2004]. Disponível em: <http://www.psiqweb.med.br/cursos/stress1.html>.
  23. Lipp MEN, Novaes LEN. O stress emocional e seu tratamento. In: Range B, organizador. Psicoterapias cognitivo-comportamentais: um diálogo com a psiquiatria. Porto Alegre: Artmed; 2001. p. 475-90.
  24. Sarda Jr JJ, Legal EJ, Jablonski Jr SJ. Estresse: conceitos, métodos, medidas e possibilidades de intervenção. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2004.
  25. Lipp MEN. Stress: conceitos básicos. In: Lipp MEN, organizador. Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupação e grupos de risco. São Paulo: Papirus; 1996. p. 17-34.
  26. Antoniazzi AS, Bandeira DR, Dell'Aglio DD. O conceito de coping: uma revisão teórica. Estud Psicol (Natal). 1998;3(2):273-94.
  27. Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer; 1984.
  28. Werner EE, Smith RS. Overcoming the odds: high-risk children from birth to adulthood. Ithaca: Cornell University Press; 1992.
  29. Pinheiro DPN. A resiliência em discussão. Psicol Estud. 2004;9(1):67-75.
  30. Garcia I. Vulnerabilidade e resiliência. Adolesc Latinoam. 2001;2(3):128-30.

Enviado em: 18/09/2006  
Modificado em: 25/09/2006  
Aprovado em: 30/09/2006