

OMNIA

SAÚDE

SANTIAGO, Eneida Silveira; SOUZA, Elisandra O. Amâncio de Souza; LACERDA, Márcia Cunha Mattos Lacerda; PENTEADO, Priscila Quinalia Leite. Da perda à superação: a vivência do conceito de resiliência em mulheres que perderam seus companheiros. *Omnia Saúde*, v.5, n.2, p.68-91, 2008.

DA PERDA À SUPERAÇÃO: A VIVÊNCIA DO CONCEITO DE RESILIÊNCIA EM MULHERES QUE PERDERAM SEUS COMPANHEIROS

LOSS TO EXCEED: EXPERIENCE THE CONCEPT OF RESILIENCE IN WOMEN WHO HAVE LOST THEIR COMPANIONS

Eneida Silveira Santiago

Mestre em Psicologia (UNESP-Assis)

Elisandra O. Amâncio de Souza

Psicóloga – (FEA- Araçatuba)

Márcia Cunha Mattos Lacerda

Psicóloga (FEA- Araçatuba)

Priscila Quinalia Leite Penteado

Psicóloga (FEA – Araçatuba)

RESUMO

Na atualidade o ser humano passa, ao longo de sua vida, por vários riscos e adversidades. Acrescido dos avanços tecnológicos o processo de informação tornou-se muito acelerado, e o tempo para a absorção é restrito, em consequência ocorre inúmeras mudanças e com elas pressupõe perdas, dor e sofrimento. Frente a tais processos de superação, a resiliência se mostra um importante conceito. Resiliência foi, a princípio, um termo usado pela física para identificar a invulnerabilidade de uma peça depois de submetida à pressão. Em psicologia o conceito define a pessoa que após momentos difíceis, continuasse intacta psicologicamente, invulnerável. Assim, ser resiliente é ter a capacidade de superar momentos de adversidade, não excluindo, no entanto, a possibilidade de permanecerem as marcas. O que acontece é uma capacidade de elaboração, de uma reconstrução de vida, uma reorganização dos conceitos e crenças e valores. Através da realização de entrevistas com mulheres após a morte de seus companheiros (com períodos de viuvez entre dois e dez anos), se observou que as entrevistadas demonstraram serem resilientes, pois, reinventaram seu modo de vida com criatividade e esperança de um futuro melhor. Demonstraram uma elaboração do acontecimento, guardando as boas lembranças e projetando suas vidas. Como nos diz uma das entrevistadas: *“hoje faz muita diferença em relação a tudo isso, e eu vejo cada vez, cada dia que passa algo pra melhor, muito melhor, e os sentimentos que tem relação a ele amadurece, e tudo que se amadurece melhora”*. A partir disso, pode-se dizer que a resiliência é esta tal capacidade de reconstrução das muralhas um dia derrubadas pela tempestade da vida. Assim, este trabalho não tem o objetivo de esgotar as discussões sobre o tema resiliência, mas sim, chamar a atenção da necessidade da reflexão sobre a questão e, sobretudo, contribuir para esta discussão.

Palavras-chave: resiliência; perdas; luto; Psicologia

ABSTRACT

Currently the human being goes, throughout its life by a number of risks and adversity. Plus the technological advances the process of information has become very fast, and the time for absorption is restricted as a result many changes occur and they assumed losses, pain and suffering. Faced with such processes of resilience, the resilience shown Resilience was an important concept, in principle, a term used in physics to identify a number of invulnerability after being subjected to pressure. In psychology the concept that defines the person after hard times, remained intact psychologically invulnerable. So, being resilient is being able to overcome times of adversity, not excluding, however, the ability to stay brands. What happens is an ability to draft, a reconstruction of life, a reorganization of the concepts and beliefs and values. Through interviews with women after the death of his companions (with periods of widowhood between two and ten years), it appears that the respondents proved to be resilient, therefore, have reinvented their way of life with creativity and hope for a better future. Showed a drawing of the event, keeping the good memories and projecting their lives. As one interviewee tells us: "Today makes a big difference to all this, and I see every time, every day for something better, much better, and the feelings they have about it matures, and all that matures improvement. " From this, one can say that this resilience is the ability to rebuild the walls one day felled by the storm of life. This work is not intended to exhaust the discussion on the topic resilience, but to draw attention to the need of reflection on the issue and above all contribute to this discussion.

Key words: Resilience, Loss, Mourning, Psychology

INTRODUÇÃO

Resiliência é um termo ainda recente usado na área da pesquisa em psicologia. Por outro lado, este termo recebe em tempos atuais, um significativo aumento de publicações expondo a questão da resiliência, o que implica em várias e diferentes tentativas de definição. Sua definição vai além de uma abordagem apenas, o que demonstra muitos pontos convergentes e divergentes entre eles. Justifica-se este trabalho na contribuição para a compreensão do termo, bem como a identificação das bases na qual é fundado e, diante desta asserção, caracterizar resiliência como uma ferramenta para o pesquisador e profissional em psicologia.

Diante da capacidade que muitas pessoas têm em superar suas adversidades e tentarem reconstruir suas vidas após momentos traumáticos, em detrimento a outras pessoas que se mostram apáticas e sem forças para superar as dificuldades, este trabalho objetiva identificar e caracterizar tais fenômenos. É apresentada a origem do tema resiliência, sua definição, os fatores que constituem a resiliência, bem como as técnicas utilizadas para o estudo da resiliência em psicologia. Este tema também é apresentado como uma ferramenta para o profissional e pesquisador em psicologia no processo terapêutico com pessoas que passaram momentos de adversidades, especificamente neste trabalho, mulheres que perderam seus companheiros.

A Origem histórica do conceito de resiliência

Resiliência é um conceito que surgiu no campo da Física e Engenharia que, segundo Yunes (2003), um de seus precursores foi Thomas Young, cientista inglês que em 1807 contribuiu para as ciências exatas com a noção de módulo de elasticidade. Young fazia experimentos com barras diante de tensão e compressão, analisando a força destes mecanismos e os danos e deformações implicados no material. YUNES (2003) cita que a resiliência de um material é definida como a deformação máxima que este material pode sofrer sem, contudo, sofrer deformações permanentes. Cada material, conseqüentemente, tem uma mensuração distinta em diferentes níveis de resiliência.

Tavares (2001) cita a origem do termo resiliência em três aspectos e pontos de vista, a saber: o físico, o médico e o psicológico. Na física, como já foi abordado, é caracterizado pela capacidade que um material tem de sofrer choques à tensão e pressão e voltar ao seu estado natural, analisando até o quanto este material volta ao seu estado sem deformações. Na área médica, a resiliência consiste na capacidade de uma pessoa resistir a uma doença, uma infecção, sem ou com o auxílio de medicamentos. Na psicologia, resiliência é caracterizada pela capacidade do indivíduo ou do grupo passar por momentos de adversidades, conflitos e temores sem, contudo, perder seu equilíbrio, ou seja, “é, a capacidade de se acomodar e reequilibrar constantemente” (PINHEIRO, 2004, p. 69).

Na psicologia, os primeiros termos a serem utilizados para se referir a resiliência foram, invencibilidade ou invulnerabilidade. Porém, segundo Yunes (2003), este termo foi reformulado e definido como habilidade de superar as adversidades, pois, invulnerabilidade, mais se referia à onipotência do indivíduo do que a sua habilidade de superar as adversidades. Werner & Smith (1992 apud YUNES, 2003 p. 77), relatam que:

“Em 1974, o psiquiatra infantil E. J. Anthony introduziu o termo invulnerabilidade na literatura da psicopatologia do desenvolvimento para descrever crianças que, apesar de prolongados períodos de adversidades e estresse psicológico, apresentaram saúde emocional e alta competência”.

A aplicação do termo invulnerabilidade foi motivo de discussão acadêmica, que, segundo Yunes (2003), tal termo sugeria que as crianças eram totalmente indelévels e imunes diante das mazelas conseqüentes das adversidades. Esta mesma autora cita que Masten e Garmezy propõem um termo que não conotaria uma onipotência, a saber, resiliência ou resistência.

Yunes (2003) cita que M. Rutter, um dos pioneiros a estudar resiliência no campo da psicologia, diz que o conceito de invulnerabilidade tem o sentido de resistência absoluta ao estresse e que, neste contexto, transmite a idéia de uma característica imutável, como o indivíduo não tivesse limite para suportar as adversidades. Zimmerman e Arunkumar (1994), dizem que invulnerabilidade não é sinônimo de resiliência. Resiliência é, para a psicologia, a habilidade que o indivíduo tem de enfrentar as adversidades e superá-las, porém, não significa que este indivíduo não saia deste sofrimento sem nenhuma lesão, como propõe o termo invulnerabilidade.

Contribuindo ainda neste contexto, Timm, Mosquera e Stobäus (2008), citam que o indivíduo pode demonstrar uma maior ou menor capacidade de voltar ao seu estado original após passar por adversidades. No entanto, dizem que, não necessariamente voltam ao estado original,

mas, contudo, a um estado de reelaboração de si mesmo. Não obstante, Yunes (2003), diz que a visão de invulnerabilidade ou resistência às adversidades ainda é o conceito que orienta a produção científica de muitos pesquisadores da área. Estas produções científicas e técnicas utilizadas para o estudo da resiliência, serão abordadas posteriormente neste trabalho.

Definição técnica do conceito de resiliência em psicologia

A partir da origem etimológica da palavra resiliência, Pinheiro (2004) cita que, no latim, *resilient*, significa saltar para trás, voltar, recuar. No dicionário da língua inglesa (PINHEIRO, 2004), duas definições são encontradas para o termo resiliência. A primeira é caracterizada pela capacidade de voltar-se ao estado usual ou primeiro estado de saúde ou de espírito, após passar por alguma adversidade. A segunda definição consiste na capacidade de uma substância voltar a sua forma natural e original quando for removida de uma pressão, ou seja, flexibilidade. Neste íterim, observa-se que a definição de resiliência pode ser aplicada tanto em seu aspecto usual da física para identificar até que ponto alguns materiais sofrem impactos e não se deformam, como também no aspecto humano. Neste último, entende-se como resiliência, a capacidade que o indivíduo tem de reconstruir e refazer sua identidade, superando assim os choques, adversidades e conflitos dos quais enfrentou.

Timm, Mosquera e Stobäus (2008), citam que o conceito de resiliência caracteriza-se não pela invulnerabilidade, mas afirmam que o indivíduo pode ser atingido pela adversidade e sofrer com isso. Contudo, a resiliência consiste em sofrer tal tensão e suportá-la, ou seja, o indivíduo desenvolve formas de lidar com a tensão. Yunes (2003) observa que, no Brasil, o termo resiliência ainda é conferido apenas aos aspectos da física, aos materiais e não ao ser humano. Esta autora demonstra que no dicionário da língua portuguesa, Novo Aurélio, diz que, na Física, resiliência:

“é a propriedade pela qual a energia armazenada em um corpo deformado é devolvida quando cessa a tensão causadora duma deformação elástica. No sentido figurado, o mesmo dicionário aponta o termo como resistência ao choque” (YUNES, 2003 p. 76).

Com isso, esta autora discute a concepção do termo nas diferenças culturais no que diz respeito às prioridades do significado. Concluiu, assim, a diferença do dicionário inglês que estende a definição aos parâmetros da subjetividade humana.

Segundo Yunes (2003), na psicologia, o estudo de resiliência ainda é muito recente. Cita que o assunto é alvo de pesquisas há cerca de trinta anos, porém, somente nos últimos cinco anos vem tomando espaço em discussões nos encontros internacionais. Moraes e Rabinovic (1996) citam que Urie Bronffenbrenner, proferiu, numa conferência feita em Recife, em julho de 1993, sobre o conceito de resiliência referindo-se aos sobreviventes dos campos nazistas. Segundo ele, alguns conseguiram superar os traumas e reconstruíram suas vidas, enquanto outros, não conseguiram recuperar-se.

De acordo com Pinheiro (2004), o conceito resiliência em psicologia é caracterizado pela capacidade que tem o indivíduo ou a família de passar por adversidades, ser mudados e transformados por elas, mas, contudo, superar essas adversidades. Segundo Flach (1991 apud PINHEIRO, 2004) cita que o termo fora atribuído em 1966, com a finalidade de identificar e caracterizar as forças psicológicas e biológicas exigidas para ter sucesso diante das adversidades e conflitos. Para este autor, resiliente é aquele indivíduo que tem habilidade para

reconhecer a dor e tolerá-la até o ponto de chegada onde resolverá seus conflitos de uma maneira construtiva. Para tanto, é válido lembrar que esta capacidade e essas formas de lidar com a adversidade variam de uma pessoa para outra, como afirmam Timm, Mosquera e Stobäus (2008).

Yunes (2003) cita outra definição do conceito de resiliência adotada pelo Projeto Internacional de Resiliência, coordenado por Edith Grotberg, a saber: “Resiliência é a capacidade universal que permite que uma pessoa, grupo ou comunidade previna, minimize ou supere os efeitos nocivos das adversidades.” (GROTBERG 1995 apud YUNES, 2003 p. 78). É notável a distância que se faz do significado e do sentido do primeiro termo, invulnerabilidade, usado para referir-se a resiliência. Ao referir-se sobre a diferença dos termos resiliência e invulnerabilidade, Zimmerman e Arunkumar (1994 apud YUNES, 2003 p. 77), dizem que resiliência é uma “habilidade de superar adversidades, o que não significa que o indivíduo saia da crise ileso, como implica o termo invulnerabilidade”.

Resiliência é uma capacidade de lidar com a nova situação, pois, o indivíduo após ter passado por uma adversidade, não voltará ao seu estado original ileso, mesmo porque, a tensão existiu e deixou marcas (TIMM; MOSQUERA; STOBÄUS, 2008). Exemplificando tal conceito, Timm, Mosquera e Stobäus (2008), citam uma parte dos escritos de Cyrulnik (2003):

”Safei-me, admiram-se os resilientes que, depois de um atentado, reaprenderam a viver, mas esta passagem da sombra à luz, a fuga da cave (sic), ou a saída do túmulo necessitam de reaprender a viver uma outra vida. [...] ‘E agora o que vou fazer com isto?’ Não é porque o patinho feio encontra sua família cisne que está tudo acabado. A ferida está escrita na sua história [...] ‘E agora o que vou fazer com isto?’ Lamentar-me todos os dias, procurar vingar-me ou aprender a viver com outra vida [...]? [...] o que o patinho feio levará muito tempo a compreender, é que a cicatriz nunca está garantida. É uma brecha no desenvolvimento da personalidade, um ponto fraco que pode sempre despedaçar-se sob as pancadas do destino. Essa brecha obriga o pato a trabalhar sem cessar para a sua metamorfose interminável” (CYRULNIK 2003 apud TIMM; MOSQUERA; STOBÄUS, 2008 p. 43).

Timm, Mosquera e Stobäus (2008) apontam três aspectos nos quais são trabalhadas as questões da resiliência. O primeiro aspecto caracteriza-se pela capacidade inata do ser humano de superar as adversidades, mas que também é desenvolvida através das relações sociais. O segundo aspecto está ligado à adaptação que tem a pessoa diante das circunstâncias, discernindo os indicativos de como agir em função delas. O último aspecto é caracterizado na situação de pessoas que demonstram que, quando em sua vida parece que nada dará certo, esta pessoa se supera e vence.

Porém, estes autores chamam a atenção do conceito de resiliência para o fato da capacidade de reconstrução interminável que fora apontado por Cyrulnik quando disse, na história do patinho feio, que “este mesmo tendo superado a condição de tensão precisará se dar conta de que o trabalho de si não terminou.” (TIMM; MOSQUERA; STOBÄUS, 2008 p. 43), ou seja, o patinho deveria “trabalhar sem cessar para a sua metamorfose interminável.” (CYRULNIK, 2003 apud TIMM; MOSQUERA; STOBÄUS, 2008 p. 43). Para estes autores, resiliência envolve cuidado de si em conjunto com os conceitos de auto-imagem e auto-estima. Tal conjugação não significa que a pessoa seria indiferente com os conflitos, nem se enganaria

pensando que tudo logo passaria, ou, de que a vida é mesmo assim. Mosquera e Stobäu (2006, apud TIMM; MOSQUERA; STOBÄUS, 2008 p. 44), dizem que:

“A natureza da auto-imagem, base para a auto-estima, reside no conhecimento individual de si mesmo e no desenvolvimento das próprias potencialidades, na percepção dos sentimentos, atitudes e idéias que se referem à dinâmica pessoal. [...] a auto-estima faz parte de um processo de identidade que leva ao conhecimento próprio, à valorização de possibilidades, à confiança na superação e à tentativa de auto-atualizar-se e auto-realizar-se”.

A pessoa pode ter sua resiliência aumentada ou diminuída em função do contexto em que vive, porém, principalmente pela maneira como inventa e recria sua própria imagem. Resiliência “nos faz pensar na necessidade que temos de nos inventar e reinventar a cada dia, a cada adversidade. Reinventar nossos conceitos, nossos códigos para acessar o mundo [...]” (TIMM; MOSQUERA; STOBÄUS, 2008 p. 44).

Ao discutir e definir resiliência, Ralha-Simões (2001 apud PINHEIRO, 2004), diz que não se trata de uma força protetora como um escudo que algumas pessoas teriam, mas, portanto, uma possibilidade de flexibilidade interna que impulsionaria o indivíduo a ter bom êxito diante das adversidades e conflitos que viesse a passar. Segundo este autor, resiliência não seria uma rígida estrutura de defesa, mas, uma flexibilidade diante das circunstâncias adversas presentes no desenvolvimento humano. Ao definir as características principais do resiliente, Ralha-Simões (2001 apud PINHEIRO, 2004 p. 70) diz que,

“O indivíduo resiliente parece de fato salientar-se por uma estrutura de personalidade precoce e adequadamente diferenciada, a par com uma acrescida abertura à novas experiências, novos valores e a fatores de transformação dessa mesma estrutura, que apesar de ser bem estabelecida, é flexível e não apresenta resistência à mudança”.

Sobre a resiliência num contexto da psicologia Pinheiro (2004), chama a atenção a um fator importante a respeito da compreensão de resiliência. Segundo este autor, deve-se tentar conhecer como as características que protegem o indivíduo se desenvolvem e como se dá o processo que modifica a dinâmica pessoal deste indivíduo. Outro ponto importante citado por Pinheiro (2004) é que, para muitos autores a resiliência não é um atributo fixo, isto é, defendem a idéia de que há mudanças ao longo do tempo. Deste modo, pode surgir em diferentes níveis socioeconômicos, diferentes grupos étnicos e diferentes contextos culturais. Assim:

“A resiliência não é uma qualidade que nasce com o indivíduo e, ainda, é muito mais do que uma simples combinação de condições felizes. Devem ser levados em conta as qualidades do próprio indivíduo, o ambiente familiar favorável e também as interações positivas entre esses dois elementos” (PINHEIRO, 2004 p. 73).

Pinheiro (2004) também propõe uma analogia com o modelo da teoria ecológica de Bronfenbrenner sobre o desenvolvimento humano. Este referido autor acentua a importância das interações entre o indivíduo e o meio. Afirma que o indivíduo cresce num contexto complexo. Ele se desenvolve através de sua história de relacionamentos com seus pais, família, escola, bem como sua relação com os amigos dos pais e local de trabalho dos pais. Lembra também da influência religiosa e da cultura. “Com base neste raciocínio, um sujeito resiliente depende das relações que tenha estabelecido na sua interação com o ambiente e das diferenças individuais na percepção da situação causadora de estresse” (PINHEIRO, 2004 p.

73). Diante desta asserção, considera-se a necessidade de se reconhecer os aspectos sociais e não apenas identificar a resiliência como dependente simplesmente dos fatores individuais.

Modos de atuação da pessoa resiliente

Martineau (1999 apud YUNES, 2003) cita que há três diferentes perspectivas que apontam as principais características de uma pessoa resiliente. Para esta autora, a primeira vertente denominada como a dos autores *experts*, os traços que identificam uma pessoa resiliente são: sociabilidade, criatividade na resolução de problemas e um senso de autonomia e de proposta. A segunda perspectiva é conhecida como a do discurso experiencial. Segundo Martineau (1999), esta vertente é menos valorizada e com base em estudos qualitativos, através de relatos de adultos aos psicoterapeutas e que são identificados como indivíduos resilientes. Nesta perspectiva as características dos resilientes são: “[...] as idiossincrasias de memória, narrativa, identidade, interpretação e subjetividade.” (MARTINEAU, 1999 apud YUNES, 2003 p. 78), são histórias de vida reconstruídas por várias interpretações dos indivíduos. A terceira vertente é caracterizada por apresentar um discurso de pessoas que trabalham com crianças e adolescente de uma forma direta. Estes são os educadores, os psicólogos e assistentes sociais. Esta perspectiva, ainda em construção, é uma síntese dos aspectos dos dois primeiros discursos, ou seja, dos *experts* e do experiencial. Ao fazer sua crítica a estas perspectivas mensuráveis de característica do resiliente, Martineau (1999 apud YUNES, 2003 p. 78) diz que:

“reificar/replicar as características de uma determinada criança como “resiliente” (através de mensuração de um conjunto de traços) é negar que resiliência é contingente/provisória, imprevisível e dinâmica”.

Por outro lado Barbosa (2006) entende a resiliência como uma mistura de sete fatores: Administração das Emoções, Controle dos Impulsos, Empatia, Otimismo, Análise Causal, Auto Eficácia e Alcance de Pessoas. Para este autor, o primeiro fator que constitui a resiliência é a Administração das Emoções caracteriza-se na habilidade de se manter tranqüilo diante das situações de adversidade. Os resilientes quanto a este fator, têm a capacidade de tomar como modelo de auto-reorganização, exemplo de comportamentos de outras pessoas. O segundo fator apresentado é o Controle de Impulsos, referente à capacidade de controlar a intensidade de seus impulsos no sistema muscular, nervos e músculos. Segundo este autor, as pessoas são capazes de exercer um controle rígido ou frouxo de seu sistema muscular, pois, este sistema está vinculado à regulação da intensidade das emoções garantindo a auto-regulação dessas emoções. O terceiro fator é o Otimismo, caracterizado quando ocorre na resiliência a crença de que as coisas vão mudar para melhor. Mesmo quando o poder de decisão está fora das mãos, há um investimento de esperança que ocasionará a capacidade de controlar o destino da vida. O quarto fator demonstrado por Barbosa (2006), é a Análise do Ambiente, que se trata da identificação das causas das adversidades presentes no ambiente. Tal capacidade habilita a pessoa a se colocar em uma situação ou lugar mais seguro do que num lugar de risco. O quinto fator que constitui a resiliência é a Empatia, caracterizada na capacidade que tem uma pessoa em sentir e compreender os estados psicológicos, as emoções e sentimentos de outrem. O autor cita que esta capacidade faz com que o indivíduo decodifique a comunicação não verbal e organizar atitudes a partir desta leitura. O sexto fator é a Auto Eficácia, ou seja, é a convicção que o indivíduo tem de ser eficaz nas ações propostas. Segundo Barbosa (2006), este fator constitui na crença de que a pessoa tem em resolver seus conflitos com seus próprios recursos. O sétimo e último fator que constitui a

resiliência é Alcançar Pessoas, significando a capacidade que a pessoa tem de se conectar a outras pessoas a fim de estabelecer redes de apoio. Barbosa (2006), diz que estes sete fatores agrupados propiciam a superação da adversidade na vida do próprio resiliente e de pessoas em sua volta, produzindo a maturidade emocional.

As técnicas específicas para o estudo da resiliência

Segundo Barlach (2005), autores como Rodríguez (2005), defendem a impossibilidade de medir a resiliência, por outro lado, aponta autores como Infante (2005), que analisam criticamente a evolução dos modelos e ferramentas de mensuração nos estudos de resiliência. As medidas de resiliência são baseadas na identificação da adversidade e da adaptação, individuais ou coletivas, por meio estatísticos apoiados em parâmetros de normalidade. Para isso, tais parâmetros têm por base as teorias de desenvolvimento. Barlach (2005) aponta os:

“Estudos longitudinais, como o realizado por Werner [que] compararam grupos de indivíduos ao longo do tempo, buscando identificar s resilientes, embora apoiando-se, também, em ferramentas estatísticas para a mensuração da resiliência” (BARLACH, 2005 p. 72).

Infante (2005) diz que a adversidade é medida por escalas de eventos negativos de vida e a adaptação positiva. É medida por meio de questionários clínicos. Em caso de crianças em situação de risco, pais, parentes, professores são também consultados. Referente à mensuração de resiliência, o estudo de Werner contém vários aspectos que merecem discussão. Segundo Manciaux (2001), apud BARLACH, 2005 p. 72-3):

“Em primeiro lugar, sobre os critérios utilizados para conotar a vulnerabilidade da população do estudo – classificada por ela como altamente suscetíveis de desenvolver problemas de comportamento. Em segundo lugar, os indicadores usados para aferir a evolução favorável da mesma, mesmo quando confrontada com a adversidade – no caso, a pobreza extrema. Ressalte-se que o objeto de estudo de Werner “não era a resiliência”, embora tenha desempenhado papel relevante para a emergência do conceito em estudos posteriores, o que confirma a insipiência de estudos baseados em definições claras e precisas do conceito” (MANCIAUX, 2001 apud BARLACH, 2005 p. 72-3).

Mesmo diante das dificuldades de mensurar a resiliência, há importantes resultados empíricos que se pode apreender de relatos de pesquisas. Segundo Grotberg (2005, apud BARLACH, 2005):

“Um dos exemplos é do *International Resilience Project* que, organizado em 1999 por Grotberg, pesquisou como as crianças se transformam em resilientes. Constatou-se a redução da intensidade do *stress*, o decréscimo de sinais emocionais negativos como ansiedade, depressão, raiva e o aumento da curiosidade e saúde emocional”.

Barlach (2005), aponta outro importante resultado obtido pela pesquisa de Infante que é a diminuição da ansiedade e da depressão em crianças. O humor também pode ser indicador de resiliência. Rodríguez (2005, apud BARLACH, 2005), aponta as igualdades e similaridades entre humor e a resiliência. Para este autor, tanto o humor como a própria resiliência, coincidem na estratégia de tomar elementos conhecidos que rodeiam o acontecer humano para produzir resultados originais. Porém, diz que nem sempre as pessoas com senso de humor aplicam-no como recurso para visualizar a realidade sob outra ótica.

Por outro lado, embora o humor e a resiliência contribuam para criação de representações, valores, propostas ou perspectivas diferentes das postas em questão através dos processos de mudanças, o humor não é garantia da capacidade operativa. Para Rodríguez (2005, apud BARLACH, 2005, p. 74):

“Humor é o pensamento lateral sem o componente de gestão. Enquanto o pensamento lateral é uma possibilidade instrumental para a resolução de dificuldades, o humor tem como objetivo o riso. Logo, o humor como recurso de subjetividade deve ser entendido como associado à resiliência, guardadas as ressalvas de que é um indicador que possibilita mudança de perspectiva, habilita a visão alternativa da realidade, permite novas linhas de ação, mas não garante capacidade operativa”.

Outra forma de mensuração de resiliência é a Escala de Resiliência. Desenvolvida por Wagnild e Young, a escala de resiliência é um dos poucos instrumentos de mensuração de resiliência usado para medir níveis de adaptação psicossocial diante das adversidades da vida. Composta de vinte e cinco itens descritos de forma positiva com resposta variando de 1, para discordo totalmente, até 7, para concordo totalmente. Os escores da escala oscilam de 25 a 175 pontos, indicando o nível de resiliência (PESCE et al., 2008). Segundo Wagnild e Young (1993, apud BARLACH, 2005, p. 74),

“O instrumento foi desenvolvido por meio de um estudo qualitativo com 24 mulheres adultas previamente selecionadas por adaptarem-se com sucesso à adversidade da vida. Cada uma delas foi solicitada a descrever como se organizaram diante de vivências negativas. De suas narrativas, cinco componentes foram identificados como fatores para resiliência: serenidade, perseverança, autoconfiança, sentido de vida e auto-suficiência”.

Este instrumento de mensuração de resiliência mostrou boa confiabilidade e validade no meio científico, porém, ainda não validada no Brasil (BARLACH, 2005; PESCE et al., 2008).

OBJETIVOS

Este trabalho tem o objetivo de identificar a origem histórica e definir o conceito de resiliência em Psicologia. Ainda, pretende demonstrar aspectos da resiliência em mulheres que perderam seus parceiros.

METODOLOGIA

A metodologia escolhida para esta pesquisa foi a qualitativa, com realizações de entrevistas semi-dirigidas analisadas a partir do referencial psicanalítico. Tal opção foi feita por entendermos que tais métodos privilegiariam as sensações, emoções e sentimentos.

As mulheres participantes da pesquisa foram convidadas a partir de uma breve carta que discorria sobre o estudo e seus objetivos e a convidada para participar. A partir de seus aceites e da assinatura de dois documentos, um Termo de Livre Esclarecimento e um Termo de Compromisso, um encontro inicial era agendado entre as entrevistadas e as pesquisadoras.

Nos preocupamos que na escolha dos locais das entrevistas, estes fossem lugares reservados e foram escolhidos em comum acordo entre pesquisadoras e sujeitos convidados. Mesmo não sendo proposital, todas as entrevistas acabaram ocorrerem nas residências das entrevistadas. Como dito, somente um primeiro encontro era definido entre as pesquisadoras e as entrevistadas. Encontros subseqüentes ao primeiro poderiam ocorrer, quando assim avaliados como necessários por todos.

Em geral, foram realizados de duas a quatro entrevistas gravadas (após o prévio consentimento) e transcritas para melhor detalhamento de suas percepções e construções lingüísticas. Ressaltamos que todos os nomes dos entrevistados (bem como de pessoas próximas, por elas citadas) foram preservados, sendo utilizados nomes fictícios para identificar esses sujeitos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este tópico consiste em demonstrar os aspectos de resiliência em mulheres que perderam seu companheiro através de estudo de casos. Para isso, foram realizadas entrevistas com cinco mulheres que, a partir de suas respostas, será neste tópico discutido a questão de resiliência. Para a segurança e sigilo das entrevistadas, seus nomes serão substituídos por nomes fictícios.

Outro ponto é que as entrevistas serão demonstradas de uma forma didática, cuja apresentação das respostas das cinco mulheres serão discutidas em função de cada pergunta que foi realizada. Cada item abaixo representará a pergunta que foi feita e, logo em seguida, serão apresentadas as respostas seguidas da discussão teórica.

Infância e relacionamento com os pais

Pergunta: Como foi sua infância e seu relacionamento com os pais?

Isabel: *“A minha infância foi bem boa até um certo ponto, enquanto eu era filha única né, durante 10 anos eu fui filha única, aí depois teve meu irmão, depois minha irmã, aí depois meu pai abandonou minha mãe. Aí ficou tudo conturbado né, aí tive que partir para trabalhar, e foi assim, eu estudei, mas tive que parar de estudar para poder trabalhar, naquela época não tinha tanta facilidade como hoje, aí eu parei de estudar e trabalhava para sustentar a casa”.*

Segundo o depoimento de Isabel, vê-se o momento de conflito e de adversidade iniciando-se após os dez anos de idade. Observa-se a mudança do papel social dentro da família, que, de acordo com Souza (2004), os papéis familiares mudados podem ser considerados aspectos geradores de estresse. Antes do dez anos, era a filha única, a entrevistada relata a mudança de papel como o início de adversidades:

Isabel: *“A minha infância foi bem boa até um certo ponto, enquanto eu era filha única né, durante 10 anos eu fui filha única, aí depois teve meu irmão, depois minha irmã [...]”.*

Os momentos de adversidade continuaram, pois, seu pai abandona o lar e a entrevistada cita que: *“Ai ficou tudo conturbado né”*. Diante destes pontos citados, Isabel teve de mudar de atitude, parando de estudar para começar a trabalhar para ajudar nas contas do lar.

Esta mudança de atitude pode se caracterizar como resiliência, pois é apresentada como uma capacidade de lidar com a nova situação, mesmo que o indivíduo após ter passado por uma adversidade, não volte ao seu estado original ileso, mesmo porque, a tensão existiu e deixou marcas (TIMM; MOSQUERA; STOBÄUS, 2008).

Cleuza: *“Eu sou filha de uma mãe solteira e nós somos em dois irmãos, são dois filhos eu e mais um. Minha mãe nos criou sem a figura paterna e eu aprendi, minha infância foi muito bonita, foi uma adolescência bonita só que eu era meia depressiva, na infância e adolescência bastante depressiva. Ai aos meus 23 anos é que eu me eclodi , foi uma infância boa minha mãe sempre se desdobrou, nos criou muito bem fez de tudo para que nós vivêssemos da melhor maneira possível”*.

No depoimento de Cleuza, observa-se a presença da mãe como cuidadora e que, mesmo diante da ausência paterna, possibilitou, pela própria fala da entrevista uma *“infância [que] foi muito bonita”*. Neste contexto encontra-se a importância de um vínculo seguro, no caso a mãe, que possa propiciar a resiliência, como cita Fonagy (et al. 1994 apud Souza, 2004 p. 55).

“A existência do vínculo seguro entre a criança e pelo menos uma pessoa significativa foi um dos fatores atribuídos como de maior importância na proteção e fortalecimento da resiliência da criança. A existência do “cuidador ou pessoa significativa” foi utilizada para exemplificar os casos de crianças que mesmo não tendo tido modelos de parentalização competentes na infância tornavam-se pais competentes”.

Marisa: *“Eu apanhava! Às vezes minha mãe tinha que ir à escola para saber por que, ia à casa das outras mães reclamar dos meninos, das meninas também tudo crianças, até hoje eu sou muito fechada (risos). As vezes eu queria compreender as coisas diferentes, e meu pai tinha condições, mas ele dava preferência para os homens e não para as mulheres, eu deixei de aprender muito coisa , de ir a escola de terminar o curso do colegial, que minha irmã fez e depois mais um ano que hoje ela é aposentada de diretora e de professora então ele não deixou fazer mais, ele achava que a gente tinha que fazer bordado pintura, serviço de casa, coisas, estudar não”*.

No depoimento de Marisa, observa-se claramente a presença do conceito de gênero, ou seja, um pensamento socialmente produzido para delegar funções e especificidades dos homens e das mulheres: *“ele [o pai] achava que a gente tinha que fazer bordado, pintura, serviço de casa, coisas, estudar não”*. Neste contexto, Goldenberg (1999) cita que:

“Os estudos de gênero buscam questionar a idéia de natureza feminina e masculina e reforçar a concepção de que as características consideradas peculiares à mulher e ao homem são, na verdade, socialmente construídas, produto de determinada educação. Portanto, mulheres não nascem mais frágeis e delicadas, com o jeitinho maior para cozinhar e lavar louça, nem homens nascem fortes e potentes, com maior vocação para trocar o pneu e consertar o carro (GOLDENBERG, 1999 p. 159).

Em outro discurso:

Neide: *“A gente foi criada na fazenda minha mãe foi tendo um filho atrás do outro, então não tinha muito tempo de dar atenção, e fomos criado meio sem carinho, meu*

pai era um homem muito possessivo enérgico ele também não dava atenção carinho não tinha tempo ou porque não queria mesmo, a gente teve uma infância até que feliz, tinha brinquedo legal, andava a cavalo era uma infância bem difícil de fazenda mesmo mas não tinha carinho de pai e mãe”.

Nestes dois casos, o elemento estressor e a adversidade foram observados no campo das representações de uma sociedade patriarcal, caracterizada, sobretudo, pelo machismo, pela desvalorização da mulher e pela falta de afetividades. Segundo Araújo (1999), desde os tempos mais antigos, encontra-se registrados a maneira como a mulher era desvalorizada. Na antiga Grécia, a mulher era considerada um ser inferior físico e intelectualmente. Eram tratadas do mesmo modo como se tratavam os escravos. Sócrates dizia que faltava a energia física e intelectual nas mulheres. Platão chegou a questionar se as mulheres tinham alma. Aristóteles, por sua vez, dizia que a mulher era um homem imperfeito.

Em Roma as mulheres eram tratadas como propriedades de seus pais que, ao casarem-se, tal posse era passada ao marido. Seu papel social restringia-se na educação dos filhos e na administração doméstica. Entre os rabinos Judeus havia um pensamento de que era melhor ver a *Torá* se queimar do que ver uma mulher lendo este livro sagrado. Na idade Média, as mulheres assim como nas culturas antigas, também eram impossibilitadas de terem acesso aos estudos e a cultura. Mesmo diante da revolução industrial e crescimento da ciência, não foi repensado a questão do trato com as mulheres. Não podiam trabalhar, não podiam ter escolhas políticas, só podiam ser boas mães e boas donas de casa. Inclusive sua sexualidade era reprimida e com o castigo de pena de morte, se necessário. E o homem, figura poderosa, tinha legitimidade para tal ato. (ARAÚJO, 1999).

Para que haja resiliência é importante contextualizar a adversidade, pois, “Isso permite que a família integre os significados atribuídos à sua vida presente, reinterpretando o passado e conectando-o com o futuro”. (SOUZA, 2004 p. 72).

Do namoro ao casamento

Pergunta: Como foi que você conheceu seu esposo?

Isabel: *“Então, na verdade eu conheci ele eu tinha 26 anos, e ele tava se divorciando, e a gente se conhece[u], aí ficamos juntos, aí minha mãe meio preocupada como toda mãe fica, por que a ex esposa dele não aceitava, e ele...”*

Cleuza: *“Aos 33 anos”*

Marisa: *“Com quatorze anos a gente freqüentava muito a São João e aquela época tinha aquele tal de footing [passeio a pé] em volta da praça (risos), então tinha quermesse que era muito boa, até eu tinha feito uma saia azul godê, na época da Sueli Campelo, usava aquele saião rodado, a minha era azul e da minha irmã era vermelho e nós bordamos em branco, a blusa era branca, e eu passei que eu ia para missa que era o único passeio nosso, ia na missa dava volta na praça e voltava para a casa eu passei e ele falou com o colega: Olha que moça linda! (risos) e começamos a nos falar”*

Neide: *“Eu conheci era criança tinha uns 10 anos ele tinha 23 anos ai a gente morava vizinha no Santana ele ia lá em casa conversar com o meu irmão mais velho então eu brincava com ele e mandava ele embora...”* (risos).

Cláudia: (Silêncio, logo depois, risos) *“vinte, vinte e três anos... vinte e oito anos eu casei com ele... é”*

Através destes testemunhos pode-se observar como cada entrevistada reagiu diante de uma pergunta que dizia respeito ao início da amizade que se estendeu ao casamento. Para Walsh (1998, apud SOUZA, 2004), os significados são expressos através de histórias que as pessoas narram. Essas histórias são transformadas a partir das repetições de narrativas e isso permite que haja uma apreensão da mudança de significado de um evento. Segundo esta autora, toda vez que uma pessoa conta sua história, revela alguns segredos, os quais deixam a vida da pessoa mais clara, abrindo-se para novas possibilidades:

“O compartilhamento de histórias e rituais é um poderoso recurso de resiliência, por permitir que se mantenha viva a identidade de um povo em uma outra cultura, principalmente no caso de pessoas que estão afastadas de seus país, como acontece com os imigrantes. Em qualquer transição, é necessário manter alguma conexão com raízes ou vivências anteriores, o que evita o rompimento abrupto e a vulnerabilidade. As histórias são uma das alternativas para as pessoas manterem os vínculos com suas origens. A busca de relacionamento com pessoas que possam ter alguma conexão com as raízes, ou algo em comum, são recursos para continuar mantendo os rituais e histórias vivos” (WALSH, 1998, apud SOUZA, 2004 p.75).

Um pouco mais de história: relatando momentos felizes e momentos de adversidades

Pergunta: Quais os momentos negativos e positivos que mais marcou a vida conjugal?

Isabel: *“os momentos mais ruins que me marcou muito foi que na época é que tinha um filho dele que morou junto com nós e tinha duas caras, sabe, ai perto de mim ele ficava do meu lado, eu falava assim: pó seu pai fica pro bar, eu não quero que ele fique pro bar, vem pra casa! ... Ai ele falava é, é mesmo meu pai tinha que parar, mas chegava lá ele falava mal de mim. Essas coisas assim. Olha, historia a gente não vive só momento ruim né, e a gente vive momentos bons, e o momentos bons que a gente tinha era quando tava eu, ele, meu filho José e a minha filha Rute, a gente viajava, a gente viajava muito para Ribeirão a minha cunhada, na época tinha minha sogra, chegava lá tinha família, muito bom, viajava ia com a minha família, ele com meu irmão se dava muito bem, combinavam de fazer churrasquinho, vamos pro rancho, vamos, então foi esses os momentos bons, passear, eu e ele nós saíamos muito, íamos em churrascos juntos com amigos, vamos no barzinho tomar cerveja, vamos passear, vamos em tal lugar, as vezes ia no meu irmão fazer churrasco, vamos, vamos, entende, ah vamos fazer churrasco, vamos, tem essas coisas boas né?”*

Cleuza: *“Os momentos difíceis foi à falência financeira que foi muito difícil que o primeiro problema foi esse, foi muito difícil uma vida com muita dificuldade, sem dinheiro, muita dificuldade, luta de trabalho. Outro momento ruim foi quando o filho do meio adoeceu foi algo que mexeu muito. O resto foi normal nunca vivemos mal. O ponto positivo foi o nascimento dos filhos, foram todas as vezes que lutávamos por*

alguma coisa que vencíamos, a presença um do outro eu e meu esposo era mais como irmãos mesmo.”

Marisa: *“Por briga de ciúmes, eu queria sair ele não deixava porque era muito ciumento desde solteiro mais depois que nos ficamos sozinhos o ciúmes retornou a fundo. Se eu saísse atrás das coisas da cidade atrasava na cidade, tinha que sair e voltar ligeiro, é porque você passou em tal lugar fez isto ou aquilo!, eu não fiz estava em tal lugar resolvendo os problemas para trazer tudo resolvido mas ele não aceitava. Ai por fim eu larguei de mão, ele falava que eu tinha outro, falou para o filho mais velho que eu tinha outra pessoa, daí ele falava eu falava: - Na sua cabeça eu tenho. Daí ele falava que a hora que ele morresse eu ia sentir! Os positivos nos colocamos os pés no chão juntos e a cabeça no lugar.”*

Neide: *“Meu marido, era muito enérgico, bravo, mas tenho que agradecer ao meu marido o que meus filhos são hoje, ele não sei se é porque é descendente de japonês tem um costume diferente, então os filhos foram criados, podem-se dizer perfeitos, meus filhos são uma benção de Deus, todos eles boa índole se formaram, fizeram faculdade, cada um tem sua vida, eu devo muito ao meu marido, acredito que quando o marido não ajuda, não puxa a rédea curta é diferente. Ponto positivo é o que devo a ele o que meus filhos são hoje, graças a Deus por ele”.*

Cláudia: *“os pontos negativos formam as decepções, as decepções familiares, as decepções sociais, assim no dia a dia de qualquer casamento, de qualquer relação é um transtorno você tem que ter muita inteligência, muita sabedoria pra conseguir manter um casamento, uma relação pai e filho, entendeu, pra manter uma família hoje tem que ter muita, muita inteligência senão não consegue, e buscar sempre sabedoria. Os pontos positivos foram os filhos, os filhos, o lado bom, o lado essencial, lado frutífero os filhos, uma relação que deu frutos, saudáveis graças a Deus, em paz”.*

Considerando estes depoimentos de momentos positivos e negativos no matrimônio, faz-se necessário apontar que Souza (2004), cita que a vida do ser humano, por si só, já possui riscos e adversidades e que a família que consegue desempenhar suas funções de uma forma competente, pode ser considerada resiliente. Observa-se, nestes depoimentos, que estas mulheres relatam seus momentos negativos, porém, frisam a questão de passarem momentos de vitórias sobre as adversidades:

“uma das maneiras de avaliar se uma família é ou não resiliente é o fato de ela ser capaz de cumprir com sucesso suas funções (formação e sua manutenção enquanto entidade, suporte econômico, cuidados, educação, socialização e proteção de membros vulneráveis), de forma que seus membros e outros sistemas sociais se beneficiem” (PETTERSON, 2002, apud SOUZA, 2004, p. 58).

Outro ponto citado por Souza (2004), é que uma pessoa resiliente tem a capacidade de tirar importantes lições existenciais diante dos problemas da vida.

A perda do companheiro

Bowlby (2004) cita quatro fases do luto. Segundo este autor, as pessoas, à perda de um parente próximo, mostram no curso de semanas e meses suas reações geralmente em fases sucessivas. As quatro fases são as seguintes: A Fase de entorpecimento, que geralmente dura algumas horas a uma semana e pode ser interrompida por explosões de aflição e/ ou raiva extremamente intensas; Fase de anseio e busca da figura perdida, que dura alguns meses e por vezes anos; Fase de desorganização e desespero e a Fase de maior ou menor grau de reorganização. Estas fases serão identificadas e discutidas a partir dos depoimentos a seguir.

Faz-se necessário dizer que em luto e melancolia Freud (1915 –1917) afirma que o luto é uma reação que a pessoa tem diante da perda de um ente querido, e também “à perda de alguma abstração que ocupou o lugar de um ente querido, como os pais, a liberdade ou o ideal de alguém, e assim por diante”. (FREUD, 1915-1917, p. 249). Freud distingue o luto da melancolia. Para este autor, a melancolia é patológica, pois, a pessoa introjeta o objeto perdido e, inconscientemente, tenta destruir o objeto dentro de si, cometendo ataques ao próprio ego. Diferentemente da melancolia, Freud diz que:

“embora o luto envolva graves afastamentos daquilo que constitui a atitude normal para com a vida, jamais nos ocorre considerá-lo como sendo uma condição patológica e submetê-lo a tratamento médico. Confiamos em que seja superado após certo lapso de tempo, e julgamos inútil ou mesmo prejudicial qualquer interferência em relação a ele” (FREUD, 1996, p. 249).

Diante desta distinção de luto e melancolia citada por Freud, encontrar-se-á nos depoimentos a seguir, pessoas que apenas passaram pelo processo de luto e não de melancolia.

Pergunta: Após o recebimento da notícia do falecimento de seu marido, qual foi sua reação?

Isabel: *“Eu senti assim, parece que abriu um buraco, e eu cai dentro entende, minha reação foi essa, eu lembro que sai correndo e fui e abracei os meus filhos... eu sei o que eu senti na hora foi que abriu um buraco e cai, e pensei e agora?!”*

Cleuza: *“[...] massageando o peito logo encubaram, ai o pulmão estava cheio de água tentaram tirar a água com tubos. Enfermeiros, médicos entrando e saindo e eu ali e teve uma hora que sentaram ele na cama, ele tava verde àquela hora eu percebi que ele tinha... e naquela hora que sentaram ele para passar o tubo para o pulmão a porta entre abriu e funcionário correndo, ele olhou bem dentro sabe aquele olhar bem dentro do olho um do outro questão de segundo, mas que parece que tava tão ... ele pedia ajuda no olhar, ele confiava em mim, ele era muito dependente de mim o que eu achava, o que eu não achava ele fazia, ele sempre foi muito dependente de mim era como um filho, e ele me olhou tipo e agora bem me ajuda, era um pedido de socorro aquela hora eu vi que ele tinha ido, naquela hora a porta fechou. Ai eu sai para telefonar para minha mãe, no que eu to falando com minha mãe, nisso o pai dele chegou, chegou e entrou junto com um amigo, ai o amigo do pai dele saiu e fez assim para mim balançou a cabeça e ali encerrou tudo. Chorei, desespero chorei uns 20 minutos, os irmãos providenciaram o velório eu vim para casa tomei um banho e fui esperar chegou eu não deixei as crianças ver eu acho que velório não é lugar de criança e se um dia eu morrer também não quero velório não, acho uma tortura, é muito tortuoso, odeio velório!”*

Observa-se aqui a Fase do entorpecimento:

“A reação imediata à notícia da morte do marido varia muito de pessoa para pessoa e também de época para época, em qualquer viúva. A maioria delas sente-se chocadas e, em proporções diferentes, incapaz de aceitar a notícia. Observações como “Eu simplesmente não podia acreditar”, “Não podia aceitar”, “Parecia um sonho”, “Não parecia ser real”, são freqüentes. Durante algum tempo a viúva pode continuar sua vida normal quase que automaticamente (BOWLBY, 2004, p. 92).

Encontra-se bem explícito esta fase nos depoimentos de Isabel: “*Eu senti assim, parece que abriu um buraco, e eu cai dentro entende, minha reação foi essa, eu lembro que sai correndo e fui e abracei os meus filhos... eu sei o que eu senti na hora foi que abriu um buraco e cai, e pensei e agora?!*” Como Bowlby (2004) relatou, essas reações variam de pessoa para pessoa, conforme encontra-se no depoimento de Cleuza: “[...] *Chorei, desespero chorei uns 20 minutos [...]*”

Marisa: “*me puseram numa sala, e puseram ele num aparelho (a entrevistada começou a chorar), quando fazia a massagem o negocio apitando, ai foi abaixando, abaixando dai eu pensei... já foi, ai entrou o Dr. o medico de câncer, daí eu bati a cabeça e chorei, chorei, chorei até. ... Eu senti, sei lá, que o médico devia ter socorrido mais rápido (choro), isto foi num estalo ele tomou o café da manhã, almoçou meio dia meio dia e pouco e as quatro ele faleceu. ...Eu não pensei em nada só chorei, chorei mais chorei tudo que eu tinha para chorar dentro da santa Casa, no velório inteirinho eu chorei*” (choro).

Observa-se, neste depoimento a Fase de anseio e busca da figura perdida e a raiva. Prova-se isto no comentário de Marisa: “*Eu senti, sei lá, que o médico devia ter socorrido mais rápido*”. Em todos estes depoimentos também se vê a Fase de desorganização e desespero e fase de reorganização. Segundo Bowlby (2004), a pessoa deve suportar as oscilações de emoção, a fim de que o luto tenha um resultado favorável. Segundo este autor, a pessoa só conseguirá aceitar e reconhecer a perda se lhe for possível tolerar o abatimento, ou seja, uma busca consciente e um exame de como a perda ocorreu e o porquê da raiva em relação a qualquer pessoa que possa ter sido responsável, sem poupar nem mesmo a pessoa morta.

De acordo com Souza (2004), a pessoa resiliente, após passar por períodos de crises e conflitos, acaba por descobrir que é capaz de realizar funções que nunca havia pensado em realizar. Neste caso, Bowlby (2004), cita que uma vez vencida a etapa de desorganização e desespero, a pessoa enlutada reconhece que é necessária uma tentativa para adotar papéis aos quais não está habituada e adquirir habilidades novas:

“Explorando melhor esta interpretação, sugeri que nas pessoas enlutadas cujo luto tem um curso sadio a premência de buscar e recuperar, muitas vezes intensa nas primeiras semanas e meses, diminui gradualmente com o tempo, e a maneira como é experimentada varia muito de pessoa para pessoa. Enquanto algumas pessoas enlutadas têm consciência de sua premência de buscar, outras não. Enquanto algumas aceitam essa premência, outras procuram sufocá-la como irracional e absurda. Qualquer que seja a atitude tomada pela pessoa enlutada com relação a essa premência, parece-me que ainda assim ela se sente impelida para a busca e, se possível, para a recuperação da pessoa que se foi” (BOWLBY, 2004, p. 94).

Tais palavras de Bowlby, pode ser contextualizada no depoimento de Claudia:

Cláudia: *“Alívio, pra ele muito alívio, mesmo sabendo que a gente ia sofrer... por mais que eu o amasse, por mais carinho e todos sentimentos que eu sentia por ele, seria injustiça, seria egoísmo de minha parte querer que ele ficasse, por mais tempo dele. Que amor é esse, que você quer uma pessoa sofrendo assim, isso não é amor”.* (silêncio).

Objetos guardados

Pergunta: Após quanto tempo você desfez dos pertences do seu esposo, e guardou alguma coisa?

Isabel: *“Só guardei uma calça, uma camisa, e um sapato ta guardado ate hoje (risos), sabe eu acho assim, não é uma coisa que eu to vendo todo dia, mas tá guardado, ai deixei ai, é uma lembrança”.*

Cleuza: *“As roupas com uma semana desfiz tudo e guardei uma calça que ele gostava, uma camisa, um relógio, a carteira dele e uma sandália que ele gostava muito, isto é o que eu guardei”.*

Marisa: *“Fotografia, tem canivete que ele usava para ir ao serviço, eu acho que isto ai não deve passar, da uma impressão que você esta dando uma arma, você não sabe o que passa na cabeça das pessoas tem por ai. O que mais... (pausa para pensar) uma blusa que eu fiz para ele, só que eu peguei para mim de volta, deixo guardado, eu usava porque é de frio né.”*

Nestes depoimentos encontra-se a questão da retenção de vários objetos do falecido. Os objetos que sobraram sem ser doado podem ser um indicativo de lembrança e não mais de dificuldade em se desfazer destes objetos. Diante desta discussão, Souza (2004), cita a importância das lembranças, da história familiar e até mesmo a lembrança dos próprios conflitos para o processo de elaboração e, conseqüentemente, a resiliência.

Neide: *“Logo na primeira semana, porque eu fiquei na chácara ai eu arrumei minhas coisas e mudei na Antonio Gomes Do Amaral. Não... só tenho fotografia, porque quando mudei na chácara trouxe meus móveis, ele já tinha os móveis dele”.*

Cláudia: *“Em seguida, uma semana, não se guarda nada, doamos tudo em doação. Eu acho que nada, tudo que não vai ser usado é para ser doado, tudo, na vida tudo é para ser doado, não te serve, você não vai usar, tem muitas pessoas lá fora precisando, então pra que guardar? Pra que a gente acumular objetos, materiais pra que? Nada se leva, da vida se leva o que viveu, então pra que guardar? Dele, os filhos, a parte boa dele que restou que ficou pra mim são os filhos, é ele presente em meus filhos a cada instante, a cada gesto, a cada brincadeira, a cada olhar, são meus filhos, é um pouco dele comigo. Acho que vou chorar...”* (silêncio e choro).

Nestes depoimentos fica evidente a questão da elaboração do luto conforme Bowlby (2004). Dar os pertences do falecido pode significar seguir em frente, reinventar e recomeçar. Para

Timm, Mosquera e Stobaus (2008), a pessoa resiliente inventa e recria sua própria vida, revê seus conceitos e seus códigos para acessar o mundo, diante das adversidades.

As sensações de ontem e de hoje

Pergunta: Quando você se lembra de seu marido, a intensidade e/ou a duração das sensações são diferentes das emoções que você teve nas primeiras horas ou semanas após o seu falecimento?

Isabel: *“Logo quando você recebe a notícia você chora assim: aquele choro de ter perdido, de nunca mais, não vou vê mais. Depois que enterra ai você, agora acabou de vez, agora nunca mais. Ai depois a segunda fase, é aquele choro de saudade, ai você começa a lembrar como tudo aconteceu, como tudo ta recente, ai você chora, ai você chora aquele choro de saudade, ai com o tempo vai indo, é um choro, é um choro assim: que você ameniza logo, que você para de chorar logo, ai você chora e ai eu sou assim já procuro esquecer, já procuro não lembrar mais, pra mim não se martirizando numa situação dessa, quem vai sofrer é eu, porque ele não ta mais aqui já faz tempo, eu não quero passar pros filhos por que vai sofrer né, e a cabeça deles também é outra, então eu lembro choro e já passa logo de vez”.*

Cleuza: *“Quando o esposo faleceu, eu só chorei sim, chorei, mas não todos os dias, foi um choro assim de seis meses no máximo, eu tinha uma certa constância em chorar, sempre deitava e fazia minhas orações e pedia para Deus”.*

Pergunta: Representava o quê este choro?

Cleuza: *“Medo... Porque o dia em que ele faleceu a única coisa que veio na minha cabeça foi o que eu faço agora? O medo de não ser tão forte quanto eu era, por mais que eu soubesse que tive um treinamento, mas ele não deixava ter um escudo na minha frente, então tive medo. Hoje eu parei, raramente eu choro, eu acho que eu passei bem uns três anos, três anos e meio sem chorar, mas sempre lembrando, depois de um ano para cá ou menos, eu sinto mais saudades o meu choro é de saudades. Houve uma época de uns dois anos, um ano que eu não lembrava da fisionomia dele, não sei porque não lembrava dos traços depois passou. Hoje eu sinto falta da companhia dele, depois as coisas melhoraram”.*

Marisa: *“É o mesmo sentimento”* (choro)

Pergunta: Com a mesma intensidade?

Marisa: *“Não, menos. Aquele dia eu chorei mesmo para valer, choro de perca mesmo, de partida. Às vezes aquela emoção bate, mais quase não choro, mas sufocado o choro. Agora a gente não vê aquele sofrimento que você pelejava, come isto, bebe isto, vamos tomar tal remédio, não vou, isto aliviou muito, aliviou bastante, mas o remédio de depressão eu já tentei ficar, mas não consigo”*

Neide: *“Não, normal”.*

Cláudia: *“Sentimentos... você evolui para melhor, cada dia você melhora, por que senão não vale a pena, senão você regride. E a gente caminha para evolução, se antes eu tinha um sentimento bonito por ele, hoje eu mantenho de forma melhor que antes,*

porque se ele estivesse aqui hoje, por exemplo, seria melhor que ontem. Hoje a minha filha tá diferente, hoje tá mais bonita que ontem, tá mais inteligente que ontem. O meu filho tá mais ativo, hoje é mais ativo que ontem, você entendeu? Então há um ano atrás, hoje faz muita diferença em relação a tudo isso, e eu vejo cada vez, cada dia que passa algo pra melhor, muito melhor, e os sentimentos que tem relação a ele amadurece, e tudo que se amadurece melhora”.

Em todos estes depoimentos observa-se a questão da resiliência e elaboração do luto. Segundo Souza (2004), a pessoa resiliente passa por duas fases importantes diante das adversidades, a saber: a fase do ajustamento e a fase da adaptação. Na fase de ajustamento o elemento estressor varia em grau de intensidade, foi o que se observou nas frases das entrevistadas: *“Hoje eu parei, raramente eu choro”*; Segundo esta autora, há também a solução de estratégias de enfrentamento, conforme se vê na resposta de Isabel: *“[...] Ai depois a segunda fase, é aquele choro de saudade, ai você começa a lembrar como tudo aconteceu, como tudo tá recente, ai você chora, ai você chora aquele choro de saudade, ai com o tempo vai indo, é um choro, é um choro assim: que você ameniza logo, que você para de chorar logo, ai você chora e ai eu sou assim já procuro esquecer, já procuro não lembrar mais, pra mim não se martirizando numa situação dessa, quem vai sofrer é eu, porque ele não tá mais aqui já faz tempo [...]”.*

Na fase de adaptação, é exigida uma reorganização dos padrões familiares. Nesta fase, encontra-se o equilíbrio familiar, principalmente nas áreas de relacionamentos interpessoais, desenvolvimento e bem estar. (SOUZA, 2004). Encontra-se esta fase bem explícita no depoimento de Claudia: *“Sentimentos... você evolui para melhor, cada dia você melhora, por que senão não vale a pena, senão você regride. E a gente caminha para evolução, se antes eu tinha um sentimento bonito por ele, hoje eu mantenho de forma melhor que antes, porque se ele estivesse aqui hoje, por exemplo, seria melhor que ontem. Hoje a minha filha tá diferente, hoje tá mais bonita que ontem, tá mais inteligente que ontem. O meu filho tá mais ativo, hoje é mais ativo que ontem, você entendeu? Então há um ano atrás, hoje faz muita diferença em relação a tudo isso, e eu vejo cada vez, cada dia que passa algo pra melhor, muito melhor, e os sentimentos que tem relação a ele amadurece, e tudo que se amadurece melhora”.*

Possibilidades de um novo casamento

Pergunta: Já namorou depois de viúva?

Isabel: *“Ah eu tentei, mas não, mesmo porque hoje em dia tá muito complicado encontrar alguém, porque na mina cabeça, pra mim tá complicado, talvez eu seja exigente entende? Porque eu vejo amigas minhas que já ficaram viúvas depois de mim que já namoraram dois, três e eu até hoje não consegui arrumar ninguém (risadas), acho que eu sou muito chata. É porque pelo menos as pessoas que chegam e você vê as pessoas mais próximas de você, é aquela historia assim, você é solteira, viúva, desquitada? Ai mas você mora com quem? A casa é sua mesmo? E você veio com que, é seu carro? Tipo assim sabe, se você mora sozinha, você tem carro e tua casa, é aqui mesmo que eu vou amar, então nossa, hoje viu você amanhã tá apaixonado.”*

Cleuza: *“Não, não quero. Eu acho que as crianças precisam de mim eu quero cuidar deles, acho que outra pessoa pode desviar o percurso, sinto falta? Não. Mas quando*

ele morreu eu disse, 'agora ou eu sou a mesma pessoa ou uma nova pessoa', ai eu falei: não vou continuar e todo mundo falando: ah você tem que fazer isso, sair, reagir, deixar acontecer, não eu não quero, é bom? Não... Não é. Mas você já acostুমou? Não. A solidão incomoda sim tenho vontade de conversar, bater papo, mas não preciso do sexo oposto."

Marisa: *"Não, nunca. Não saio eu não tenho colegas, amigas para sair sozinha... só tenho assim Bom Dia!,Boa tarde! Como vai? Daí me falam: você tem que sair, ir num baile! Mas como eu vou para o baile, até posso ir, mas voltar meia noite sozinha não vou, só saio lá para o Juventino [nome fictício de seu irmão] e, para minha irmã".*

Neide: *"Não! Aparecer aparece, mas eu não quero, são pessoas casadas que eu conheço, quero distancia, vive com a esposa, eu não dou lado. Não tenho mais paciência com homens".*

Cláudia: *"Não, não!"*

De acordo com Bowlby (2004), Poucas viúvas casam-se novamente. Há uma certa relutância em se pensar na possibilidade de um novo casamento, isso ocorre, também, por serem raros os pretendentes adequados. Novos casamentos dependerão não só da idade das viúvas à época da perda, mas também do número de anos transcorridos entre a perda e a coleta da informação. Muitas viúvas recusam-se a examinar a possibilidade de se casarem novamente. Outras a consideram, mas decidem-se contra. O medo de atritos entre padrasto e filhos é a razão representada por muitas. Algumas consideram grande o risco de sofrerem uma segunda perda. Outras acreditam que nunca poderiam amar outro homem da mesma maneira que amaram seus maridos, e comparações desagradáveis surgiriam (BOWLBY, 2004, p. 103).

Outro ponto abordado por Souza (2004) é que, a resiliência familiar é definida como o resultado do comportamento adaptativo somado a mudanças de vida. A capacidade de transformação e flexibilidade que permitam a independência e a identidade própria é um sinal de resiliência. Neste íterim, as famílias ou indivíduos que não conseguem ter esta flexibilidade e esta transformação, não são considerados resilientes, "são consideradas resistentes e disfuncionais, o que forçosamente classifica as famílias funcionais resilientes, e as disfuncionais como não resilientes". (FLACK, 1991, apud SOUZA, 2004, p. 56).

Para Souza (2004), a resiliência é resultado de fatores externos e internos. Os externos ficam no âmbito das relações sociais e os internos, nas crenças, significados e espiritualidade. Esta autora identifica a importância das relações sociais, a solidariedade, o companheirismo, as amizades, para que haja a resiliência e, quando tais fatores externos não estão disponíveis, os internos são acionados, ou seja, a espiritualidade, a vontade inerente de sobreviver e a perspectiva de um futuro melhor, servem como pilares diante das situações de adversidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sabe-se que a vida do ser humano por si só possui vários riscos e adversidades, acrescido dos avanços tecnológicos o processo de informação tornou-se muito acelerado, e o tempo para a absorção é restrito, em consequência ocorre inúmeras mudanças e com elas pressupõe percas,

dor e sofrimento. Frente a tais processos de superação nos chamou a atenção do conceito de resiliência, que foi um desafio, pois o termo em psicologia é relativamente novo e vem sendo pesquisado há cerca de trinta anos, porém no Brasil pouco conhecido, sendo citado em alguns meios acadêmicos.

Resiliência foi, a princípio, um termo usado pela física para identificar a invulnerabilidade de uma peça depois de submetida à pressão. Em psicologia o conceito também foi usado para uma pessoa que passasse momentos difíceis, porém continuasse em tacto, invulnerável. Este conceito, porém, não foi bem aceito pela psicologia que ampliou e modificou seu significado excluindo a hipótese de invulnerabilidade.

Hoje, ser resiliente é ter a capacidade de superar momentos de adversidade, não excluindo, no entanto, a possibilidade de permanecerem as marcas. O que acontece é uma capacidade de elaboração, de uma reconstrução de vida, uma reorganização dos conceitos e crenças e valores.

Através da realização de entrevistas com mulheres após a morte de seus companheiros, observou-se que as entrevistadas demonstraram serem resilientes, pois, reinventaram seu modo de vida com criatividade e esperança de um futuro melhor. Demonstraram uma elaboração do acontecimento, guardando as boas lembranças e projetando suas vidas. Como nos diz Cláudia, uma das entrevistadas: *“hoje faz muita diferença em relação a tudo isso, e eu vejo cada vez, cada dia que passa algo pra melhor, muito melhor, e os sentimentos que tem relação a ele amadurece, e tudo que se amadurece melhora”*.

A partir disso, pode-se dizer que a resiliência é esta tal capacidade de reconstrução das muralhas um dia derribadas pela tempestade da vida. Assim, este trabalho não tem o objetivo de esgotar as discussões sobre o tema resiliência, mas sim, chamar a atenção da necessidade da reflexão sobre a questão e, sobretudo, contribuir para esta discussão.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAÚJO, M. L. M. A construção histórica da sexualidade. In: RIBEIRO, M. (Org.). *O prazer e o pensar: orientação sexual para educadores e profissionais de saúde*. São Paulo: Editora Gente: Cores – Centro de Orientação e Educação Sexual, p.13-34, 1999.

BARBOSA, G. S. *Resiliência em professores do ensino fundamental de 5ª a 8ª Série: Validação e aplicação do questionário do índice de Resiliência: Adultos Reivich-Shatté/Barbosa*. Tese (Doutorado em Psicologia Clínica). São Paulo: Pontifícia Universidade Católica, 2006.

BARLACH, L. *O que é resiliência humana? Uma contribuição para a construção do conceito*. 2005. 108p. Dissertação (Mestrado) – Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, 2005.

BOWLBY, J. Perda do cônjuge. In: _____. *Perda: tristeza e depressão*. v. 3. São Paulo: Martins Fontes, 2004. p. 87 – 121.

CIRULNIK, B. *Resiliência: essa inaudita capacidade de construção humana*. Lisboa: Instituto Piaget, 2003.

FREUD, S. Luto e melancolia. In: _____. *A História do Movimento Psicanalítico, Artigos Sobre Metapsicologia e Outros Trabalhos*. Rio de Janeiro: Imago, p.243-266,1996. (Obras Completas de Sigmund Freud, v. XIV).

GOLDENBERG, M. Homem/mulher: o que existe de novo? In: RIBEIRO, M. (Org.). *O prazer e o pensar: orientação sexual para educadores e profissionais de saúde*. São Paulo: Editora Gente: Cores – Centro de Orientação e Educação Sexual, p.156-160, 1999.

INFANTE, F. La resiliência como proceso: una revisión de la literatura reciente. In: MELILLO, A.; OJEDA, E. N. S. *Resiliência: descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós, 2005

MANCIAUX, M. La résilience: un regard que fait vivre. *Estudes*. v.38, n.5, p.321-330, 2001.

MARTINEAU, S. *Rewriting resilience: a critical discourse analysis of childhood resilience and the politics of teaching resilience to “Kids at risk”*. Tese de Doutorado, The University of British Columbia, 1999.

MASTEN, A. S.; GARMEZY, N. Risk, vulnerability and protective factors in developmental psychopathology. In: LAHEY, B. B.; KAZDIN, A. E. *Advances in clinical child psychology 8*. New York: Plenum Press, p.1-52, 1985.

MORAES, M. C. L. & RABINOVICH, E. P. Resiliência: uma discussão introdutória. *Revista Brasileira de Desenvolvimento Humano*, v.6, n.1-2, p.10-13, 1996.

PESCE, R. P.; ASSIS, S. G.; SANTOS, N.; OLIVEIRA, R. V. C. Riscos e proteção: em busca de um equilíbrio promotor de resiliência. *Psicologia: teoria e pesquisa*, v.20, n.2, p.135-143, 2004.

PERES, J. F. P.; MERCANTE, J. P. P.; NASELLO, A. G. Promovendo resiliência em vítimas de trauma psicológico. *Revista de Psiquiatria*, v.2, n.27, p.131-138, 2005.

PINHEIRO, D. P. N. A resiliência em discussão. *Psicologia em estudo*, v.9, n.1, p.65-75, 2004.

RODRIGUÉZ, D. El humor como indicador de resiliência. In: MELILLO, A.; OJEDA, E. N. S. *Resiliência: descubriendo las propias fortalezas*. Buenos Aires: Paidós, 2005.

SOUZA, M. T. S. de. Família e resiliência. In: CERVENY, C. M. O. *Família e...* São Paulo: Casa do Psicólogo, p.53-83, 2004.

TAVARES, J. A resiliência na sociedade emergente. In: TAVARES, J. (Org.) *Resiliência e educação*. São Paulo: Cortez, p.43-76, 2001.

TIMM, E. Z.; MOSQUERA, J. J. M.; STOBÄUS, C. D. Resiliência: necessidade e possibilidade de problematização em contextos de docência. *Educação*, v.31, n.1, p.39-45, 2008.

YUNES, M. A. M. Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família. *Psicologia em estudo*, v.8, n.esp., p.75-84, 2003.

ZIMMERMAN, M. A.; ARUNKUMAR, R. Resiliency research: implications for schools and policy. *Social Policy Report: society for research in child development*, v.8, n.4, p.1-18. 1994.