

Grupo de Desenvolvimento Humano em Nutrição - GRUDEH

Docente: Renato Moreira Nunes

Discente: Genaina Bibiano Vieira

RESILIÊNCIA

1) Introdução

A resiliência é definida como as crianças, os adolescentes e os adultos são capazes de sobreviver e superar as adversidades, apesar de viverem, em condições de pobreza, violência intrafamiliar, doença mental dos pais ou apesar das consequências de uma catástrofe natural.

Na área de intervenção psicossocial, a resiliência tenta promover processos que envolvam o indivíduo e seu ambiente social, ajudando-o a superar a adversidade (e o risco), adaptar-se á sociedade e ter melhor qualidade de vida.

Muitas vezes, a resiliência é postulada como conceito no lugar de “invulnerabilidade” e deve-se ao fato da resiliência implicar no que o indivíduo é afetado pelo estresse ou pela adversidade, sendo capaz de superá-los e sair fortalecido. Porém, os dois conceitos não são sinônimos, visto que a resiliência implica um processo que pode ser desenvolvido e promovido, enquanto a invulnerabilidade é um traço intrínseco do indivíduo (Rutter, 1991).

Outra análise expande o tema da resiliência em dois aspectos: uma noção de processo que implica a dinâmica entre os fatores de risco e de resiliência e a busca de modelos para promover resiliência de forma efetiva em termos de programas sociais. O indivíduo resiliente é aquele que tem habilidade para reconhecer a dor, perceber seu sentido e tolerá-la até resolver os conflitos de forma construtiva.

2) Desenvolvimento histórico do conceito de resiliência

A resiliência divide em 3 grupos: os atributos individuais; os aspectos da família e as características dos ambientes sociais a que as pessoas pertencem. Autores mais recentes entendem a resiliência como um processo dinâmico em que as influências do ambiente e do indivíduo tem uma relação recíproca, que permite à pessoa se adaptar, apesar da diversidade.

3) O conceito de Resiliência

Segundo Luthar que define a resiliência como um processo dinâmico que tem como resultado a adaptação positiva em contextos de grande diversidade que distingue três componentes essenciais que devem estar presentes no conceito de resiliência: a noção de adversidade, trauma, risco ou ameaça ao desenvolvimento humano; a adaptação positiva ou superação da adversidade e o processo que considera a dinâmica entre mecanismos emocionais, cognitivos e socioculturais que influem no desenvolvimento humano.

4) Adversidade

A definição do conceito de resiliência requer que o indivíduo obtenha uma adaptação positiva, apesar de estar, ou ter estado exposto a uma situação de adversidade (Kaplan, 1999). O termo adversidade que também pode ser usado como sinônimo de risco ou uma situação de vida específica.

5) Processo

A noção de processo permite entender a adaptação resiliente em função da interação dinâmica entre múltiplos fatores de risco, os quais podem ser familiares,

bioquímicos, fisiológicos, cognitivos, afetivos, biográficos, socioeconômicos, sociais e/ou culturais. A noção de processo descarta definitivamente a concepção de resiliência como um atributo pessoal e incorpora a ideia de que a adaptação positiva não é uma tarefa apenas da criança, mas que a família, a escola, a comunidade e a sociedade devem prover recursos para que as crianças possam se desenvolver plenamente.

De acordo com Luthar, Cicchetti, Becker (2000), as diferenças entre entender a resiliência como um processo ou um atributo de personalidade são duas: uma é que a ego-resiliência não se desenvolve, mas é inerente a alguns seres humanos; a outra é que ela não requer a presença da adversidade, um dos elementos centrais do enfoque de resiliência. É possível sugerir que, para desenvolver um modelo de resiliência, é necessário definir adversidade e adaptação positiva e descrever o processo de conexão entre ambas.

6) Vantagens e desafios de um modelo de resiliência

6.1) Vantagens de um modelo de resiliência

As estratégias buscam promover vantagens e aspectos positivos da ecologia do indivíduo, além de reduzir o risco ou as fontes de estresse e procurar promover processos de desenvolvimento humano, além do tratamento da doença.

Segundo Luthar e Cicchetti, outra vantagem de um enfoque em resiliência é que o desenvolvimento humano fica compreendido dentro de um contexto específico. Se cada indivíduo está imerso num marco ecológico, então, para compreender melhor o processo de resiliência, é necessário considerar seu ambiente e sua cultura, assim como as tarefas específicas correspondentes a cada etapa do seu desenvolvimento.

Assim é necessário consideramos a ecologia do ser humano como a fonte de recursos e possibilidades para um desenvolvimento sadio, então a promoção de resiliência passa a ser uma responsabilidade multiprofissional.

6.2) Desafios de um modelo de resiliência

É importante entender a resiliência como um processo de superação da adversidade, como responsabilidade social e política, já que pode ser promovida com a participação dos pais, pesquisadores, pessoas que trabalham na área, implementação de programas psicossociais e serviços sociais à comunidade. Dessa forma, a resiliência permite um enfoque na promoção da qualidade de vida seja um trabalho coletivo ou multidisciplinar.

Referências Bibliográficas

SANTOS, N. **Risco e Proteção: Em Busca de Um Equilíbrio Promotor de Resiliência.** *Psicologia: Teoria e Pesquisa* Mai-Ago 2004, Vol. 20 n. 2, pp. 135-143.

NEMER, D.P.P. **A Resiliência em Discussão.** *Psicologia em Estudo, Maringá*, v. 9, n. 1, p. 67-75, 2004.

NÓBREGA, T.I.L. **Os Patinhos Feios.** *Rev. Eletrônica Inter-Legre*: nº4, dois anos, p. 126-129.

INFANTE, F. **A Resiliência como processo: Uma revisão da literatura recente.**
P. 24-36