

## **A RESILIÊNCIA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS: VARIAÇÕES ENTRE AS ÁREAS BIOLÓGICAS, HUMANAS E EXATAS**

Graziely Lima de Siqueira<sup>1</sup>; Fernando Bicocchi Canova<sup>2</sup>

1. Estudante do Curso de Ciências Biológicas; e-mail: grazylima787@gmail.com
2. Professor da Universidade de Mogi das Cruzes; e-mail: fernandocanova@umc.br

Área de Conhecimento: **Fisiologia Humana**

**Palavras-chaves:** Resiliência; adaptação; superação

### **INTRODUÇÃO**

Resiliência é a capacidade que as pessoas têm de se adaptar rapidamente e com sucesso a eventos estressantes ou traumáticos, enquanto não reverter para o estado original, ou seu estado basal de ação. Resiliência é descrito como no processo influenciado por uma variedade de fatores biológicos, sociais e ambientais todos oriundos da evolução (NORRIS, 1999). O tema Resiliência está presente desde o início da história da humanidade, a cada momento que um homem ou uma mulher precisam enfrentar alguma possível dificuldade que surge inesperadamente. Diariamente convivemos com situações difíceis e muitas vezes desagradáveis, porém nem todas criam um caminho positivo ou se adaptam diante dessas circunstâncias, muitas vezes elas desistem mais facilmente frente às adversidades. O maior desafio para compreender a resiliência é exatamente esse, de identificar por que uma pessoa se adapta mais que a outra. A resiliência pode ser vista também como a capacidade do ser humano em responder positivamente a estímulos negativos de maneira positiva. Isso nos mostra a capacidade que o indivíduo tem, de superar condições adversas que possam ser ameaçadoras (MASTEN, 1999). Na educação, a resiliência vem ocupando um espaço relevante, uma vez que nos mostra uma nova maneira de conhecer, aprender e desaprender, cada vez mais reflexível flexível e resiliente para empreender, ser e estar com as outras pessoas de um modo diferente. No mundo atual, em que desafios e dificuldades se apresentam a cada dia mais para os seres humanos, em que a competição e a busca por espaços profissionais e pessoais se tornam mais acirradas, em que as expectativas externas se chocam com as possibilidades reais de realização do sujeito, este precisa ser formado – e se autoformar – para se preservar psicologicamente, para reagir, para ordenar seu mundo, suas necessidades, suas prioridades, seus desejos e suas ações (PLACCO, 2001).

### **OBJETIVOS**

Avaliar os diferentes níveis de resiliência em estudantes universitários com auxílio da Escala Curta de Resiliência "HS".

### **METODOLOGIA**

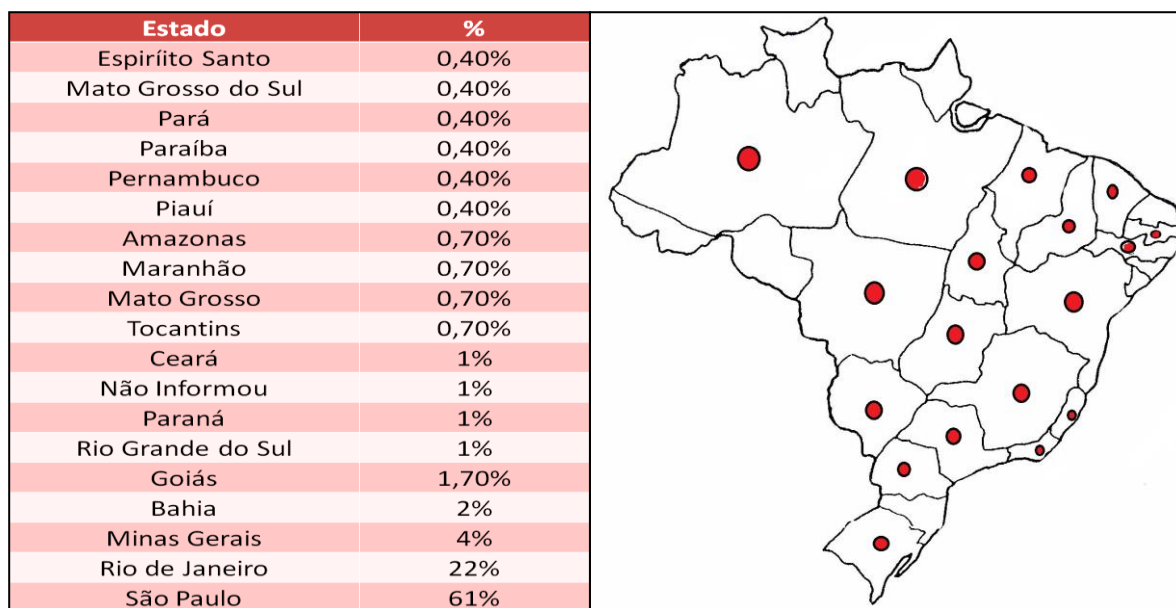
O projeto contou com a colaboração de cerca de 401 alunos de graduação, de ambos os sexos, maiores de dezoito anos, regularmente matriculados em diferentes instituições de ensino no Brasil, sem restrições de períodos, turma. Palestras sobre o projeto foram ministradas em diferentes locais da UMC a partir da aprovação pelo comitê de ética, esclarecendo os objetivos do projeto e convidando os discentes que se autodeclararem saudáveis a fazerem parte do estudo. Após assinarem o termo de consentimento livre e esclarecido foi preenchida a ficha individual de avaliação. Em seguida, respeitando a sequência de etapas foram coletados dados de instrumentos de avaliação. Foram utilizados como instrumentos para a análise os questionários de resiliência e avaliação física funcional. Os dados obtidos na pesquisa foram submetidos à análise descritiva com determinação de frequências, porcentagens, medidas de

tendência central (médias) e dispersão (desvio padrão e erro padrão da média). O teste Kolmogorov-Smirnov foi utilizado para verificar a normalidade da distribuição dos escores dos Questionários e o teste qui-quadrado foi utilizado para analisar diferenças entre sexos e turnos. Demais testes estatísticos foram utilizados para melhor análise dos dados obtidos. Os testes foram realizados utilizando o programa SPSS (versão 20 - 2011, IBM Corp ©).

## RESULTADOS

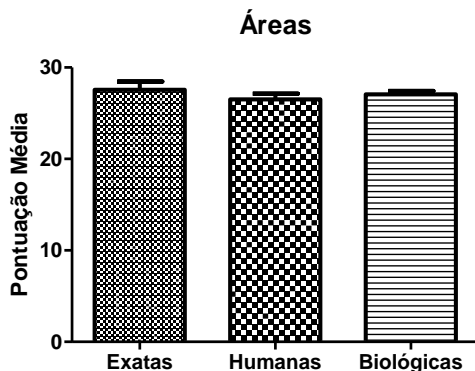
A partir dos resultados parciais obtidos, foi possível identificar dados interessantes. Foi obtido um número de 401 voluntários de ensino superior de todo o Brasil. Participaram desta pesquisa estudantes de grande parte do o país, dos estados de São Paulo, Rio de Janeiro, Paraná, Minas Gerais, Bahia, Pernambuco, Paraíba, Rio Grande do Sul, Amazonas, Mato Grosso, Maranhão, Goiás, Ceará, Mato Grosso do Sul, Tocantins, Piauí, Espírito Santo e Pará indicados em vermelho, como mostra a figura 1. No quadro é indicado o número de participantes em porcentagem de cada estado, com uma grande participação dos Estados de São Paulo e Rio de Janeiro.

**Figura 1-** Mapa do Brasil com indicação dos estados participantes da pesquisa:



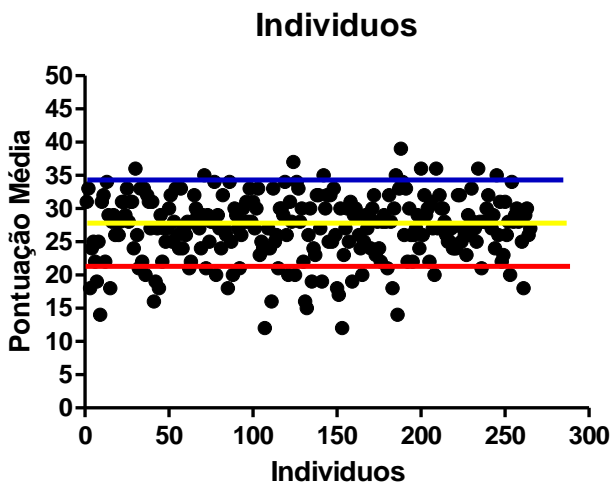
Ao analisar a figura 2, é possível observar um comparativo entre as áreas de biológicas, humanas e exatas. As análises estatísticas com Anova não demonstraram diferenças significativas entre os grupos ( $p > 0,05$ ) enquadrando todas as áreas em um nível de resiliência média, mostrando que, apesar de áreas distintas o desenvolvimento da resiliência se torna bastante semelhante e positivo.

**Figura 2-** Índice de resiliência dos estudantes de ensino superior no Brasil comparando as áreas de biológicas, humanas e exatas;



A figura 3 apresenta a dispersão entre os indivíduos e seus respectivos níveis de resiliência, nela são possíveis identificar o posicionamento de cada voluntário separadamente, o que nos mostra que existe um misto entre indivíduos altamente resilientes e de resiliência extremamente baixa. É importante ressaltar que a maioria dos indivíduos se enquadra no nível médio de resiliência o que é considerado algo bastante positivo. Porém a atenção deve ser dada aqueles que apresentam o nível mais baixo, a fim de identificar os reais motivos de se ter atingido esses níveis e de que forma eles podem ser melhorados, não se esquecendo ainda de entender o motivo pelo qual os indivíduos de resiliência média e alta conseguem atingir esses níveis para que seja possível mantê-los ou ainda melhorá-los de maneira efetiva.

**Figura 3-** Gráfico de dispersão indicando os diferentes índices de resiliência dos estudantes de ensino superior no Brasil separadamente;



O desenvolvimento da resiliência nos sujeitos passa, conforme Tavares (2001), pela mobilização e ativação das suas capacidades de ser, estar, ter, poder e querer, ou seja, pela sua capacidade de auto-regulação e adaptação ou autoestima. Outro consenso, agora identificado por Job (2000), numa linha mais específica indica que a resiliência é desenvolvida ao longo do tempo, sendo que as primeiras experiências infantis, tais como relações de confiança, contribuem para o desenvolvimento futuro da resiliência. Desse modo, resiliência consiste num equilíbrio entre a tensão e a habilidade de lutar, além do aprendizado obtido com os sofrimentos. Um consenso identificado por Job (2000), entre vários estudiosos deste tema, é que a resiliência é desenvolvida ao longo do tempo, sendo que as primeiras experiências infantis, tais como

relacionamentos de confiança no contexto da família, contribuem para o desenvolvimento futuro da resiliência.

## CONCLUSÃO

Conclui-se que, a resiliência está associada à adversidade, dos eventos desfavoráveis, estressantes, das ameaças e dos perigos e o fator da proteção, que está relacionada a forças, competências, capacidade de reagir e invulnerabilidade. A combinação resultante desses fatores gera em uma reconstrução singular diante do sofrimento causado pela adversidade.

## REFERÊNCIAS

Alvarez, A. MS. , M.C. L & Rabinovich, E.P. Resiliência um estudo com brasileiros institucionalizados, *Revista Brasileira de Desenvolvimento Humano* 8 (1/2), PP. 70-75, 1998.

Antoni, C & Koller, S. Vulnerabilidade e resiliência familiar: um estudo com adolescentes que sofrem maus tratos intrafamiliares. *PSICO (PUC)*, 31 (1), PP 39-66, 2000.

Assis, Simone Gonçalves de. Resiliência na adolescência: refletindo com educadores sobre superação de dificuldades, Rio De Janeiro: FIOCRUZ/ENSP/CLAVES/CNPq, 2008.

BARTONE, P. Test-retest reliability of the dispositional resilience scale-15, a brief hardiness scale, *Psychological Reports*,101(3): pp. 943-944, 2007.

Bastos, A. C de S., Alcântara, M. A. R. de, & Ferreira-Santos, J. E. (2002). Novas famílias urbanas. Em E. Da R. Lordelo, A. M. Carvalho, & S. H. Koller (Orgs.). *Infância brasileira e contextos de desenvolvimento*. PP. 99-135. São Paulo/ salvador; casa do psicólogo/ Universidade Federal da Bahia.

Brancalhone, P. G., Fogo, J. C., & Williams, L. C. A. Crianças expostas à violência conjugal: avaliação do Desempenho acadêmico. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20(2), 113-117, 2004.

7. Brandão, J. M., & Gianordoli-Nascimento, I. F. (2001). A construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 21(49)

Brofenbrenner, U. (1996). *A ecologia do desenvolvimento humano: experimentos naturais e planejados*. Rio Grande do Sul: Artes médicas.

Garnezy, N. & Masten, A. (1994). Chronic Adversities. Em: Cecconello, Alessandra Marques; Koller, Sílvia Helena.(2000) Competência social e empatia: um estudo sobre resiliência com crianças em situação de pobreza. *Estudo de Psicologia (Natal)*,5 (1).

Gil, G., & Diniz, J. A. Educadores de infância promotores de saúde e resiliência: um estudo exploratório com crianças em situação de risco. *Análise Psicológica*, 24(2), 217-234, 2006.