**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
INSTITUTO DE PSICOLOGIA**

ELISA MARA SILVEIRA FERNANDES LEÃO

**NOVAS PERSPECTIVAS ENTRE RESILIÊNCIA E
ESPIRITUALIDADE ATRAVÉS DE ESCALAS PSICOLÓGICAS**

**SÃO PAULO
2017**

ELISA MARA SILVEIRA FERNANDES LEÃO

**NOVAS PERSPECTIVAS ENTRE ResiliênciaE ESPIRITUALIDADE
ATRAVÉS DE ESCALAS PSICOLÓGICAS**

Tese apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social, da Universidade de São Paulo, como parte dos requisitos para obtenção do grau de Doutor em Psicologia.

Orientador: Prof. Welligton Zangari

SÃO PAULO
2017

Nome: Elisa Mara Silveira Fernandes Leão

Titulo: Novas Perspectivas entre Resiliênciae Espiritualidade Através de Escalas Psicológicas

Tese apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social, da Universidade de São Paulo para obtenção do grau de Doutor em Psicologia.

Aprovado em :

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. _____

Instituição: _____ Assinatura: _____

Prof. Dr. _____

Instituição: _____ Assinatura: _____

Prof. Dr. _____

Instituição: _____ Assinatura: _____

A Deus!

Ao meu parceiro, Leonardo!

À minha filha, Alice!

AGRADECIMENTOS

Sou profundamente grata a Deus pela oportunidade de crescer pessoal, intelectual e espiritualmente com todo o processo de doutorado.

Agradeço imensamente ao meu esposo, parceiro e companheiro, que diretamente contribuiu para o início, continuidade e finalização desta nossa conquista. Obrigada, meu AMOR!

À minha filha, que vivenciou todos os momentos comigo e várias vezes juntou-se a mim saltitando de alegria pelas minhas vitórias.

Aos meus Pais, Eurípedes e Sebastiana, que sempre me motivaram e fizeram minhas asas crescerem, permitindo meus voos pelo mundo intelectual!

Aos meus irmãos William, Eden, Elen e Débora. À minha Cunhada Clélia, aos meus sobrinhos William Carlos, Alessandra, Rafael, Lorena e Jonatas. Todos tiveram importância, por acreditarem e me impulsionarem.

Ao meu orientador Wellinton Zangari, sempre prestativo e que, mesmo nos momentos adversos, esteve presente com palavras de apoio e incentivo.

Muito obrigada, Éverton Maraldi, que contribuiu imensamente! Inclusive a perceber a real direção do meu pensamento “resiliente”.

Agradeço com carinho especial à Fátima Fontes, que gerou o projeto desta tese comigo!

Ao meu amigo Edmar Lopes, um grande incentivador!

Obrigada a todas as pessoas que passaram pela minha vida como professores ou como alunos, podem ter certeza que vocês contribuíram para esta minha vitória.

Aos meus amigos e companheiros de USP: Camilla Torres, Kelcy Rachid, Renata Passos Guedes, Mônica Huang, Hellen Galisteu, Ana Maria Morini, Márcia Martin Pinto, Matheus Martinez, Percílio Araújo, Monique Donato, Josiane Regina Monteiro, Bia Carunchio, Daniel, Leonardo Martins, Camilla Chagas, Guilherme Raggi.

Às meninas da secretaria que sempre foram muito atenciosas e prestativas. Obrigada!

À minha querida Denise Valença, que mui gentil e delicadamente apresentou-me a prática de pintura em porcelanas, o que me aproximou do *Kintsugi*.

Aos meus amigos “Comunitás”, que sempre acreditaram, participaram e incentivaram minha trajetória no doutorado.

Aos meus amigos do CPPC (Corpo de psicólogos e psiquiatras cristãos), muito obrigada pelo apoio!

Muito obrigada, Luciano, pela imensa contribuição!

"... se olharmos para o lado certo, veremos que todo o mundo é um jardim".

(Frances Hodgson Burnett)

RESUMO

Leão, E. M. S. F. (2017). *Novas Perspectivas entre Resiliência e Espiritualidade através de escalas psicológicas*. Tese de Doutorado Trabalho, Programa de Pós-Graduação em Psicologia Social, Universidade de São Paulo, São Paulo.

A pesquisa teve por objetivo avistar maior conhecimento acerca de convergências entre Resiliência e Espiritualidade através de pesquisa quantitativa e qualitativa na perspectiva da psicologia social. A escala de resiliência ERS, escala de locus de controle de Rotter, a escala de desejabilidade social de Marlowe e Crowne e uma entrevista semi dirigida contribuíram para que os dados fossem revelados e analisados. A discussão teórica apoiada em Cyrulnik, aborda sobre resiliência, religiosidade e espiritualidade. Com os dados quantitativos foi possível inferir que quanto maior o locus de controle interno, mais a pessoa é resiliente pra vida. Na amostra referente a essa pesquisa, a resiliência sinalizou-se maior nos religiosos, mas sem diferença significativa entre os grupos. Na parte qualitativa, as entrevistas revelaram indícios de que não é fácil para os participantes não religiosos manterem-se distantes da crença em algo transcendente. Já os religiosos demonstram maior facilidade nos relacionamentos interpessoais, o que pode indicar tratar-se de um grupo mais flexível em função dos estímulos sociais que vivenciam.

Palavras Chave: Escalas, Espiritualidade, Não Religiosos, Religiosos, Resiliência.

ABSTRACT

Leão, E. M. S. F. (2017). News perspectives between resilience and spirituality through *psychology scales*. Doctoral thesis. Work, Social Psychology Pos graduation program, University of São Paulo, São Paulo.

The research objected to see more knowledge over the convergences between resilience and spirituality through the quantitative and qualitative search by the social psychology perspective. The resilience scale ERS, control locus Rotter scale, the Marlowe and Crowne social desirability scale and a semi-directed interview contributed to the data be revealed and analyzed. The theoretical discussion based in Cyrulnik, addresses resilience, religiosity and spirituality. With the quantitative data it was possible to infer that the greater the internal control locus, the more the person is resilient to life. In the sample related to this search, the resilience showed greater in religious, however without significant difference among the groups. At the quantitative stage, the interviews revealed signs that is not easy to the no religious participants to stay away from the belief in something transcendent. On the other hand, the religious people showed greater ease in interpersonal relationships, which may indicate that is a more flexible group due to the social stimulus that they experience.

Key words: Scales, Spirituality, No religious, Religious, Resilience.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Coração metamorfoseado	13
Figura 2 - Getty Images	16
Figura 3 - Grupo Gospel	26
Figura 4 - Grupo seicho no ie	27
Figura 5 - Ritual Espírita	27
Figura 6 - Ernest Pignon-Ernest – Chili, Resistance	34
Figura 7 - Flor de lótus Rosa	66

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Domínios e Fatores de risco associados.....	44
Quadro 2 - Fatores de proteção.....	47
Quadro 3 - Fatores da Escala de Resiliência para Adultos - RSA.....	67

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Produções Científicas durante os anos de 2001 à 2016	38
--	----

LISTAS DE TABELAS

Tabela 1 - Proporção de participantes divididos por sexo	73
Tabela 2 - Proporção de participantes divididos por estado civil	73
Tabela 3 - Distribuição dos participantes por estado brasileiro	73
Tabela 4 - Distribuição dos participantes por nível de escolaridade	74
Tabela 5 - Distribuição dos participantes por autodenominação	75
Tabela 6 - Distribuição dos participantes por tempo de afiliação.....	75
Tabela 7 - Teste T	76
Tabela 8 - Desejabilidade e Locus - Ateus e agnósticos e religiosos	77
Tabela 9 - Resiliência- Ateus e agnósticos e religiosos	77
Tabela 10 - Resiliência e Locus de Controle	77
Tabela 11 - Correlação - Locus de Controle, Desejabilidade Social, Resiliência e Tempo de Afiliação	78
Tabela 12 - Resiliência- Teste T	80
Tabela 13 - Grupos Estatísticos	81
Tabela 14 - Afiliações Específicas	81

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	15
2	DESVENDANDO O MISTÉRIO	22
3	DISCUSSÃO TEÓRICA	25
3.1	A Psicologia da religião, espiritualidade e Resiliência- Uma breve discussão	25
3.2	História da Resiliência	28
3.3	A Resiliência no Brasil	36
3.3.1	<i>Levantamento de dados</i>	<i>37</i>
3.3.2	<i>Conceitos importantes relacionados ao tema</i>	<i>41</i>
3.4	Fatores que constroem a Resiliência.....	48
3.4.1	<i>Autoeficácia / Autoconfiança</i>	<i>49</i>
3.4.2	<i>Autoestima</i>	<i>49</i>
3.4.3	<i>Empatia</i>	<i>50</i>
3.4.4	<i>Otimismo</i>	<i>50</i>
3.4.5	<i>Temperança</i>	<i>51</i>
3.4.6	<i>Solução de problemas</i>	<i>51</i>
3.4.7	<i>Tenacidade</i>	<i>52</i>
3.4.8	<i>Espiritualidade</i>	<i>52</i>
3.5	Tutores de resiliência	53
3.6	Psicologia, Religião e Espiritualidade.....	55
3.7	Resiliência e Espiritualidade	56
3.8	Espiritualidade e Suporte social.....	58
3.9	A Psicologia Narrativa como recurso de análise para as entrevistas	58
4	METODOLOGIA	60
4.1	Objetivo geral	60
4.2	Problemas	60
4.3	Hipóteses.....	60
4.4	Uso de metodologia eletrônica na coleta de dados.....	61
4.5	Aspectos Éticos	61
4.6	Levantamento de Dados.....	62
4.6.1	<i>Etapa quantitativa</i>	<i>62</i>
4.6.2	<i>Etapa qualitativa</i>	<i>64</i>

4.6.3	<i>As Escalas utilizadas</i>	66
4.6.4	<i>A entrevista</i>	70
4.6.5	<i>Os Grupos Pesquisados</i>	71
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	72
5.1	Descrição dos dados sócio demográficos	72
5.1.1	<i>Perfil Sócio-demográfico da amostra</i>	72
5.2	Descrição dos dados quantitativos	76
5.2.1	<i>Teste T - Locus de Controle, Desejabilidade Social, Resiliência, Tempo de Afiliação e Gênero</i>	76
5.2.2	<i>Relação - Desejabilidade Social, Locus de Controle e Resiliência– Religiosos, Ateus e Agnósticos</i>	77
5.3	Discussão	82
5.4	Análise qualitativa	84
5.4.1	<i>Apresentação e discussão das entrevistas</i>	84
6	DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	101
7	CONSIDERAÇÕES FINAIS	106
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	109
	APÊNDICES	116
	Apêndice A - Termo de Consentimento Livre Esclarecido	116
	Apêndice B - Questionário / Entrevista	117
	Apêndice C - Entrevistas	118
	Apêndice D - Documentos	135

LINHAS DE OURO

Figura 1- Coração metamorfoseado
Fonte: Foto do autor

A cultura japonesa e a milenar história do Oriente têm muito o que ensinar à população do Ocidente com suas demandas imediatistas. No percurso de pesquisa para a realização desta tese, deparei-me com uma imagem que ressoa o significado expressivo da Resiliência. Peças em porcelana que, ao se quebrarem, recebem um tratamento especial, quase espiritual por sua delicadeza e significado de experiência única, chamado *Kintsugi*. O formato de coração (uma imagem que expressa vida) da figura ilustra o resultado final dessa técnica, que significa "abraçar a imperfeição". No Japão, onde se iniciou a arte de restaurar peças quebradas, estas são até mais valorizadas que os novos adornos, por se considerar que nelas existe uma história que valoriza a transitoriedade e impermanência. É como se, através da técnica de resgate dos fragmentos, o povo japonês enfatizasse a possibilidade de aprender com os erros, percebendo que nada é estático. Ao contrário de se envergonhar ou desconsiderar o erro, desvalorizando o que poderia ser propulsor de aprendizado e mudanças, o *kintsugi* ou *kintsukuroi* é a arte japonesa de reparar com ouro objetos de cerâmica quebrados. Desta maneira, o que está aparentemente danificado não é abandonado, mas adquire um novo valor, evidenciando inclusive as suas cicatrizes reparadas e iluminadas por meio de um material nobre. Normalmente utilizam-se nessa técnica misturas feitas com pó de ouro ou prata, mas também se podem empregar o bronze, o latão ou o cobre. Os objetos consertados com *kintsugi* são

considerados de grande valor, tanto do ponto de vista artístico, por causa da beleza das decorações da cerâmica, quanto pela questão econômica, já que se utilizam metais preciosos. As criações obtidas com esta técnica são peças únicas e exclusivas porque o modo com que a cerâmica se quebra é sempre diferente.

O *Kintsugi* é um exemplo de que as dores vividas são significativas e importantes, como se as cicatrizes humanas obtidas através das adversidades se tornassem linhas de ouro, responsáveis por valorizar as feridas. Essas feridas se tornarão cicatrizes, com histórias de superação.

A arte do kintsugi é baseada em uma ideia simples: da imperfeição pode nascer uma verdadeira forma de arte, que pode levar tanto à perfeição estética quanto a um crescimento interior. A lição é simples: um objeto quebrado não deve necessariamente ser jogado no lixo; de fato, podemos consertá-lo e até mesmo melhorá-lo. O conceito é o contrário da cultura ocidental do descartável, onde as coisas podem ser usadas inclusive uma única vez. Esta abordagem japonesa nos faz refletir sobre como lidamos com as nossas coisas (Florios, 2015).

A semelhança entre os significados de *Kintsugi* e Resiliência motivou-me a iniciar esta tese com as “linhas de ouro” para ilustrar a arte de ressignificar sentimentos.

1 INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem por objeto o fenômeno da Resiliência¹, considerado sob a ótica da Psicologia, e seu relacionamento com o fenômeno da Espiritualidade. De acordo com Sabbag (2012), o conceito mais completo de Resiliência seria o de Grotberg (2002, p. 20): “Resiliência é a capacidade humana para enfrentar, sobrepor-se e ser fortalecido ou ser transformado por experiências de adversidades”.

Trata-se de um conjunto de temas particularmente humanos que despertam interesse e instigam a busca de maior compreensão. Neste sentido, realizou-se pesquisa qualitativa e quantitativa, utilizando como ferramentas de análise a Escala de Resiliência Sabbag, a Escala de lugar de controle de Rotter, a Escala de Desejabilidade Social e um questionário estruturado contendo questões que buscam informações a respeito da Espiritualidade.

O interesse pela temática de como as pessoas administram suas adversidades sempre esteve presente, motivando-me a observar as pessoas em seus momentos de dificuldades e como elas administram suas dores, ou seja, a resiliência. Trata-se de um processo, de um conjunto de fenômenos harmonizados em que o sujeito se esgueira para dentro de um contexto afetivo, social e cultural. A Resiliência é a arte de navegar nas torrentes. Um trauma empurrou um sujeito em uma direção que ele gostaria de não tomar. Mas, uma vez que caiu numa correnteza que o faz rolar e o carrega para uma cascata de ferimentos, o resiliente deve apelar aos recursos internos impregnados em sua memória, deve brigar para não se deixar arrastar pela inclinação natural dos traumatismos que o fazem navegar aos trambolhões, de golpe em golpe, até o momento em que uma mão estendida lhe ofereça um recurso externo, uma relação afetiva, uma instituição social ou cultural que lhe permita a superação. (Cyrulnik, 2004, p. 207) O interesse também se estende às próprias experiências, considerando a possibilidade de nelas vislumbrar interpretações positivas, como também ações proativas frente a fatos difíceis vivenciados. Essas situações adversas relacionam-se às expectativas não cumpridas, às fatalidades inevitáveis, a dificuldades inicialmente incompreensíveis e às demais circunstâncias que aparentemente surpreendem por serem parte de contextos que exigem superação.

¹ O termo Resiliência é um dos mais importantes deste trabalho, portanto aparecerá sempre com a primeira letra em maiúsculo.

Figura 2 - Getty Images
Fonte: Manarini, 2011

A figura que ilustra um terreno seco, mas mesmo assim, com força para continuar rompendo e crescendo, ou seja, com resiliência.

A associação do comportamento resiliente de uma pessoa à sua experiência de fé e Espiritualidade surge nas observações de maneira sistemática, sendo aparentemente perceptível a presença de Espiritualidade nas pessoas que demonstraram maior Resiliência. Todavia, sem o emprego de método de avaliação ou de interpretação cientificamente validado, tais observações ficariam restritas ao campo das impressões.

Os vínculos interpessoais por mim vivenciados, sempre foram heterogêneos no quesito da religiosidade, portanto os contatos sociais aos quais eu estive conectada desde a infância traziam estímulos de origens espirituais diferentes, como também de pessoas que não frequentavam instituições religiosas ou tivessem qualquer relação com Espiritualidade formal.

Era comum ouvir e atentar para comentários relacionados a possibilidades de superação das dificuldades em função da “vontade de Deus”, como também outras expressões que demonstravam diferentes formas de interpretar a dor. Às vezes, ante as fatalidades, dizia-se que o melhor a fazer seria simplesmente dar continuidade à vida. Outras vezes, as falas tinham significados diferentes, possibilitando maior densidade em sua interpretação, como se as pessoas a que se referiam fossem portadoras de uma condição específica de fracasso, má sorte ou azar, que as impediria de seguir adiante com sucesso e alegria.

A oportunidade de investigar as diferenças nas interpretações de situações da vida chegou!

Fazer um doutorado estava nos meus planos, mas sem previsão de início. A carreira acadêmica exigia galgar esse degrau, mas a zona de conforto, com os pretextos incorporados em forma de boas explicações, justificavam bem, até o momento de uma adversidade chegar.

Uma mudança de cidade, mostrou-me a grande oportunidade de iniciar contato com o Prof. Wellington Zangari² no IP-USP e buscar a vaga como doutoranda nesse Instituto. Vivenciando tempos de dificuldades, mas com a certeza de mudança para a cidade de São Paulo, senti-me impulsionada a usufruir da oportunidade e efetivamente participar do processo seletivo que formalmente me colocaria como aluna do Instituto.

A aprovação aconteceu e todas as etapas foram vencidas, até a escrita deste trabalho.

A trajetória desta tese teve início quando ainda estava na graduação. Ademais, o interesse por este tema tem muito a ver com a minha história pessoal. Durante o curso de Psicologia, questionava os motivos pelos quais algumas pessoas eram mais motivadas, felizes e conseguiam cumprir as tarefas cotidianas. Outras, eram tristes, desmotivadas e com dificuldades para permanecerem no trabalho ou na realização do curso.

Essa situação chamava-me muito a atenção, mas nunca tive uma resposta que parecesse adequada ou científica para aquele questionamento.

Minha história na Psicologia da Religião teve início com o mestrado em Ciências da Religião, após o término do curso de Psicologia. Foi um marco, a descoberta de mundos teóricos capazes de auxiliar a esclarecer a relação entre religião e o comportamento humano.

A possibilidade de questionar padrões estabelecidos durante a graduação fortaleceu a escolha pela pós-graduação *stricto sensu* nesta área.

Foi a descoberta da integração entre a Psicologia e a Religião a partir do ponto de vista das Ciências da Religião. A possibilidade de construir análises inovadoras para o percurso limitado apresentado na graduação, onde não havia possibilidade de a Psicologia se misturar com Religião.

A liberdade de análise confundia-se com a insegurança em pensar sobre a junção de duas vertentes já conhecidas e vivenciadas de forma separada, mas totalmente desconhecidas se pensadas juntas. Foi uma conquista e, literalmente, dar luz a uma nova forma de entender o ser humano, algo sentido como libertador.

O assunto desta tese diz muito sobre todo o meu percurso acadêmico e de vida. Por compartilhar parte da minha própria história, utilizarei a primeira pessoa em alguns trechos. Acredito que Resiliência e Espiritualidade sejam necessárias para lidar com os emaranhados da vida. É como se, através das escolhas feitas durante a jornada pessoal de cada um, fatos interessantes acontecessem, mesmo que adversos, que refletem em auxílio do autodesenvolvimento e na conquista do que significa o melhor.

² Segue nos apêndices o primeiro email direcionado ao Prof. Wellington.

Durante todo o percurso da pesquisa realizada no mestrado, através do contato com os respondentes, o meu interesse pelas características dos líderes religiosos que se refletiam em seus estilos de liderança, ficou ainda maior.

Alguns líderes participantes, com características mais aderentes aos fiéis, mais alegres e seguros, eram realmente carismáticos. Demonstravam, em suas personalidades, particularidades que lhes proporcionavam melhor condição de interação social e interpretações mais leves acerca das questões da vida, como se tivessem adquirido mais direito de serem felizes, mesmo em momentos difíceis. Outra observação interessante é que esses líderes pareciam mais afetuosos e amáveis para com seus seguidores. Em função dos objetivos da dissertação, esse grupo foi comparado ao poder carismático de Weber. Silveira (2002, p.41) explica:

O poder do carisma fundamenta-se na fé em revelações e heróis, na convicção emocional da importância e do valor de uma manifestação de natureza religiosa, ética, artística, científica, política, etc. Esta fé revoluciona o homem de dentro para fora, e embora essas ideias sejam divergentes do ponto de vista psicológico, elas surgiram de uma maneira essencialmente idêntica.

O poder carismático desses líderes com quem trabalhei na dissertação de mestrado relacionava-se com a fé e esse é um fator muito poderoso, já que está relacionado com a crença e a emoção das pessoas. Como na citação acima, a fé revoluciona o homem de dentro para fora, do interno para o externo, o que faz pensar no que Allport (1966) diz sobre religiosidade intrínseca, aquela em que o indivíduo realmente tem certeza do que crê, conseguem internalizar a fé e viverem segundo ela. Segundo esse autor, existem a religiosidade intrínseca e a extrínseca; a primeira refere-se a uma situação mais interiorizada, preocupada com a fé e o que a pessoa viverá para seguir aquilo em que acredita. Essa busca seria vinculada ao que o próprio indivíduo vivenciou e tem como valor. Já a religiosidade extrínseca relaciona-se a algo mais dogmático e ao interesse em obter aprovação social e por parte daqueles que lhe transmitiram os valores daquela crença; sendo assim, acredita-se em algo por conveniência, não necessariamente o investimento na Espiritualidade.

A referida característica carismática, observada em parte do grupo de participantes do mestrado, provocava associações com o comportamento Resiliente, mesmo não sendo este o propósito específico da dissertação. A expressão pensada e utilizada naquele momento para descrever a percepção era “motivação” o esclarecimento acerca do que se pensava surgiu apenas no processo de qualificação desta tese. Mas houve o início da inferência de que a Resiliência poderia ser um tipo de experiência religiosa, já que é sentida unicamente pelo próprio indivíduo,

podendo ser facilitada por pressupostos particulares da religião e vir à luz como um construto relevante, que poderia ser influenciado pela experiência religiosa ou espiritual.

A relação que acontecia na época era gerada por impressões de semelhança e tentativas de inferências. Ficou fomentado o interesse de aprofundar a investigação do tema Resiliência, pois o desenvolvimento das análises naquele trabalho não seria viável, já que ele foi direcionado para a temática da liderança.

Ao iniciar a pesquisa de campo em Goiânia para a dissertação de mestrado, os dados evidenciavam diretrizes particulares seguidas pelas diferentes igrejas contactadas. A cidade de Goiânia, no estado de Goiás, onde foi realizada a pesquisa de mestrado entre os anos de 2000 e 2003, com líderes religiosos de igrejas evangélicas institucionalizadas (aquelas vinculadas a alguma igreja tradicional com estatutos definidos) e não institucionalizadas (aquelas independentes, sem vínculo a qualquer outra instituição religiosa). Cada líder religioso — pastor —, dizia ter uma visão (orientação divina) específica para a condução daquele trabalho e das pessoas que frequentavam aquela igreja. Essas visões (expressão utilizada pelos pastores) eram definidas como: de prosperidade, de cura, de crescimento espiritual, de manifestações dos dons do Espírito Santo, de fé, de esperança, atitudes, misericórdia. Tais prioridades dos líderes, nomeadas como “visões” fizeram parte do conjunto de fatores que construíram as inferências acerca da Resiliência relacionada à experiência religiosa e à Espiritualidade, já que algumas são fatores de construção da Resiliência humana. Logo, um ambiente que tem como prioridade e estimula a esperança em coisas positivas para a vida também contribui para a Resiliência das pessoas inseridas naquele contexto. Os aspectos religiosos e espirituais corroboram para a aderência das pessoas seguidoras desses grupos, pois funcionam como apoio social, ajudando na autoeficácia e autoconfiança da pessoa.

De acordo com a Escala de Resiliência Sabbag (2012, p. 35):

Crenças profundas (autoeficácia e autoconfiança) - atitudes -, são determinantes da resiliência. Mas a iniciativa frente às situações também é relevante (proatividade, solução de problemas e flexibilidade mental), ainda mais quando há a tenacidade e otimismo aprendido. As relações sociais são essenciais (empatia, temperança, competência social).

Cada igreja demonstrava com intensidade alguma dessas visões de liderança. Os fiéis respondiam à demanda, seguindo e atendendo às imposições dos pastores, que eram explicadas como orientações divinas que deveriam ser aplicadas naquele grupo. Em situações de discordância dos pressupostos, o fiel procurava outra igreja que tivesse visão coincidente com as suas necessidades, naquele momento.

Além dos líderes carismáticos, aqueles com características mais autocráticas também demonstravam motivação para seguir alguma "visão" que tinham como sinal de Deus para continuarem o trabalho na igreja. Duros, sistemáticos demais, esses pastores gabavam-se de ter o total respeito dos frequentadores de suas igrejas. Entretanto, tal sentimento mais parecia medo dos seguidores em relação àqueles líderes. Suas agendas para atendimento de pessoas eram mais vazias, o que eles consideravam ser um bom sinal, posto que assim teriam mais tempo para investir e elaborar suas “pregações”.

Esse grupo de participantes caracterizava-se como constituído de pessoas com dificuldades para desenvolver e para estimular a Resiliência. O contato social mais distante e a interpretação mais inflexível das situações da vida são sugestivos de uma perspectiva mais enrijecida, com dificuldade para ver aspectos positivos nas adversidades. De acordo com Cyrulnik (2004), não há Resiliência sem apoio e circunstâncias favoráveis no meio da sociedade.

Durante a trajetória do mestrado, o tema Resiliência ecoava e instigava, havia sentido ao pensar em desenvolver conexões entre Resiliência e fé em algum momento do percurso intelectual. Além dos estímulos durante a pesquisa bibliográfica e de campo no mestrado, a ressonância sobre a conexão entre Resiliência e fé acontecia e se confundia com a minha própria história, marcando o interesse sobre os dois temas.

Surgiu então o projeto desta tese de doutorado, que busca entender melhor a Resiliência humana, a Espiritualidade e possíveis convergências e divergências. Para amparar as análises, constatei como valioso utilizar instrumentos que contribuíssem na construção dos dados quantitativos e qualitativos. Portanto, optei por três escalas, sendo uma de Resiliência, uma de locus de controle e uma de desejabilidade social.

A qualificação significou uma evolução no processo de doutorado, embora um momento difícil. Com as importantes ressalvas foi possível fazer alterações que valorizaram o trabalho, além de adequar o real interesse da investigação. Embrionariamente, o projeto de pesquisa desta tese teve como tema principal a “motivação” e sua apresentação foi defendida com o título “Investigação da relação entre motivação e fé através da escala de bem-estar espiritual”. Entretanto, o que cintilava e fazia sentido por entre as palavras era o tema resiliência. Várias ricas observações foram feitas pelo Prof. e orientador Wellington Zangari e pelo Prof. Geraldo Paiva, o que grandemente beneficiou a continuidade da tese. Através da observação do colega Everton Maraldi, um dos membros da banca de qualificação, veio a esclarecer-se o real tema de interesse: Resiliência.

Dentre os comentários realizados durante a banca de qualificação, alguns foram difíceis de serem absorvidos, talvez por passarem pelos crivos pessoais de Resistência. Vale especificar uma das observações: a de que o projeto defendia a ideia de Resiliência e não de motivação. Aquele momento significou uma adversidade, pois, até então, o nome dado ao conteúdo que já criava corpo seria “motivação”.

É preciso ser resiliente para entender que adversidades acontecem e que podem significar possibilidades de desenvolvimento. Depois de alguns dias de elaboração e desejo de apreender com aquela oportunidade, foi-me possível assimilar que o real interesse de pesquisa estava em desvendar a possibilidade de aprender com momentos difíceis.

A capacidade de perceber os momentos difíceis como propulsores significa Resiliência. Houve então o desvendar do verdadeiro “motivo” para se investir nesta tese, fazendo nascer em sua completude o que era gerado há tempos. Experimentar a Resiliência em seu significado real, nitidamente permitiu-me romper com segurança rumo às etapas seguintes da pesquisa.

2 DESVENDANDO O MISTÉRIO

Com esta tese será possível verificar a relação entre Resiliência e Espiritualidade, através de dados científicos coletados em pesquisa estruturada com esse fim.

Procurou-se adentrar o mundo da Resiliência através de levantamento das publicações realizadas entre os anos de 1990 a 2016 nas plataformas: Sibi, Dedalus, www.bireme.br, Google acadêmico, BVS e periódicos Capes, SBU biblioteca digital da UNICAMP; Biblioteca da USP; tede.biblioteca.pucgoias.edu.br; www.sabi.ufrgs.com.br, google.academico, com os descritores, Whoqol, Whoqol SRPB, EBE, Escalas R/E, Religiosidade/Espiritualidade, Instrumentos de Resiliência, Escalas de Resiliência, Psicologia da Religião, Psicologia e fé, Motivação, Motivação e Religião, Motivação e Fé, Experiência de Fé, Resiliência, Resiliência e Fé Resiliência. Procedemos também à busca com as mesmas palavras em espanhol e inglês.

Com a leitura de todos os resumos que surgiram e de alguns artigos na íntegra, foi possível conhecer mais do percurso teórico e de pesquisa que envolve a Resiliência. Depois de extensa investigação sobre o tema, ficou nítida a carência de pesquisas utilizando ou não instrumentos de coleta de dados que relacionassem Resiliência e Espiritualidade. Resiliência é um tema fértil para se pesquisar e se aventurar em descobertas. Por ser um tema novo, demanda conhecimento e aprofundamento de suas nuances, buscando conhecer possibilidades e o desvendar do seu mundo, que pode ser muito promissor para diferentes vertentes da Psicologia, como a social, do desenvolvimento, da personalidade.

Com poucas publicações existentes, já que se trata de um tema recentemente considerado na Psicologia, pois isso se iniciou na década de 1970, a Resiliência se destaca pela riqueza de seu significado, como também por sua temática favorável. Contribuir para o maior conhecimento de suas dimensões e para o seu fortalecimento é um grande privilégio, como é também essencial ajudar na divulgação de meios importantes para a pessoa seguir a vida e perceber pontos que agregam, mesmo em situações difíceis. Toda a primeira etapa de levantamento de dados acerca da Resiliência foi enriquecedora, tendo sido identificadas possíveis ferramentas capazes de investigar esse constructo na pesquisa quantitativa/qualitativa.

A relevância significativa deste trabalho para a academia e a comunidade mostrou-se com clareza, já que se propõe a apresentar dados quantitativos e qualitativos sobre a relação entre Resiliência e Espiritualidade na vida das pessoas. O assunto é abordado em poucos trabalhos publicados e em nenhum se utilizam as escalas que este se propõe.

Acredita-se que os resultados apresentados a partir da pesquisa desta tese impactarão as discussões travadas entre Ciência e Religião. Também é importante valorizar os contextos

científicos em que se realizem análises e discussões associando Espiritualidade com outras nuances humanas, pois esta é uma dimensão do ser humano em seu mundo espiritual. Além dessa discussão primeira, o contexto de pareamento entre Resiliência e Espiritualidade contribuirá para a percepção da importância da espiritualidade para o bom desenvolvimento humano, construção da personalidade, estabelecimento de vínculos saudáveis e condições positivas profissionais, emocionais e sociais.

Atualmente, a Psicologia tende a observar determinadas concepções ideológicas, limitando o diálogo com a religião na esfera científica. O crescimento das escalas investigativas e dos testes projetivos, que oferecem resultados quantitativos e qualitativos, favorece a investigação do valor de aspectos espirituais na formação do ser humano, sua personalidade, seu desenvolvimento saudável e sua permanência na esfera da saúde mental.

No campo da Psicologia, o conceito de Resiliência surgiu a partir de situações envolvendo psicopatologia. As pesquisas precursoras levavam especialmente em consideração crianças em situações de riscos físicos e emocionais. Desde o início, portanto, a Resiliência está relacionada ao estresse e à psicopatologia.

Segundo Sabbag (2012, p. 10):

Resiliência é a competência de indivíduos ou organizações, que fortalece, permite enfrentar e até aprender com adversidades e desafios. É uma competência porque pode ser aprimorada: reúne consciência, atitudes e habilidades ativadas nos processos de enfrentamento de situações em todos os campos da vida.

Desde a década de 1970, quando a Psicologia iniciou o estudo sobre este conceito (Machado, 2011), diferentes teorias e perspectivas buscaram entender e melhor expor suas características, possibilidades e alcances. Juntamente com o conceito de Resiliência, surgiu nos anos 70, uma primeira geração de pesquisadores, cujo interesse era descobrir os fatores protetores que estão na base dessa adaptação positiva em crianças que estavam imersas em condições repletas de adversidade. Um marco dessa primeira geração foram Emmy Werner e Ruth Smith. A pergunta levantada pelos pesquisadores da primeira geração é a seguinte: “Entre as crianças que vivem em risco social, o que distingue os que se adaptam positivamente dos que não se adaptam à sociedade?” (Kaplan, 1999 apud Infante, 2005, p.24).

Uma segunda geração de pesquisadores emergiu nos anos 90 e expandiu o tema Resiliência em dois aspectos: a noção de processo, que implica a dinâmica entre fatores de risco e de Resiliência, que permite ao indivíduo superar a adversidade; a e busca de modelos para promover resiliência de forma efetiva em termos de programas sociais. Alguns autores mais

recentes dessa segunda geração são Luthar, Cushing, Masten, Kaplan e Bernard. A questão levantada por estes estudiosos é outra: “Quais são os processos associados a uma adaptação positiva, já que a pessoa viveu ou vive em condições de adversidade?” (Infante, 2005, p.24)

Nesta tese, pretende-se investigar a interface entre Resiliência e Espiritualidade e, para isto, percorrer-se-á uma trajetória de pensamento, demonstrando as ligações entre elas. Espera-se, de forma linear e clara, examinar a contribuição da Espiritualidade como fonte de Resiliência para o ser humano.

Para o objetivo desta pesquisa foi importante que o grupo de respondentes compreendesse pessoas de diferentes credos, além de ateus e agnósticos. Esta tese será apresentada em etapas, iniciando com a apresentação do referencial teórico e expondo acerca da Resiliência: seu histórico, primeiras descobertas, evolução do conceito, pesquisas no Brasil. Depois de percorrer esta temática, será abordado o tema da Espiritualidade, iniciando com a sua formação no ser humano e seguindo-se a apresentação dos dados obtidos na pesquisa.

3 DISCUSSÃO TEÓRICA

3.1 A Psicologia da religião, espiritualidade e Resiliência- Uma breve discussão

Resiliência e Espiritualidade são temas inerentes ao ser humano, mas de delicada complexidade no seu trato, principalmente por ensejarem discussão do aspecto religioso, o que traz à tona sentimentos de evitação. O assunto pode oferecer debates agregadores no âmbito de desenvolvimento pessoal e intelectual.

A religião, que é parte das mais profundas questões da humanidade, precisa ser agregada pela Psicologia, uma vez que ambas fazem parte da totalidade do ser humano e se completam. A curiosidade acerca dos dois temas existe, sendo eles pesquisados desde o séc XIX, mas separadamente desde os primórdios.

O cenário da Psicologia da Religião, de forma geral, tem apresentado avanços significativos, ao ponto de surgirem discussões em ambientes científicos relacionando a religião com Psicologia, Medicina, Direito, enfim, tem-se mostrado forte e com maior aceitação do que ocorria há três décadas.

O assunto causa interesse e povoa os lugares onde acontecem apresentações e discussões sobre o assunto, diferente do que era a realidade em décadas passadas. Essa Psicologia era evitada, como se não fizesse parte do mundo humano, dos conflitos relacionados a Deus, fé e religião, e quase negando uma realidade que já era observada em textos de Freud, Jung, Allport, Maslow, entre outros.

Atualmente acontecem com maior frequência as discussões, os congressos, os artigos sobre o assunto, o que pode favorecer o respeito em relação à grande diversidade religiosa existente na atualidade, como também favorecer o diálogo acerca de quanto a religião é importante para a sociedade e para o indivíduo.

A Espiritualidade é parte da condição humana, integra seu íntimo e completa suas abstrações.

A explicação desses achados pode ser buscada, do ponto de vista psicológico, na eficácia da religião em promover comportamentos saudáveis e restringir comportamentos nocivos; na influência da religião nos estilos de vida pessoal; na integração e apoio, favorecidos pelos atos religiosos sociais; na intensificação dos sentimentos de autoestima e de autoeficácia providos pela religião; no enfrentamento das situações estressantes num quadro de referência religioso e, possivelmente, nas alterações das conexões psiconeuroimunológicas ou neuroendócrinas que afetam os sistemas fisiológicos (Paiva, 2007a).

Como Paiva (2007b) escreveu, a religião é responsável por amparar a pessoa, fecundando comportamentos saudáveis. Através de pressupostos como caridade, honestidade e proatividade, a religião contribui para que haja produtividade, relações positivas, autoestima e autoeficácia, que são construtos relacionados à Resiliência. Através de rituais, como cultos, missas, giras, meditações, encontros, as pessoas apreendem novos hábitos que na maioria das religiões estimulam a saúde mental e, por que não dizer, de saúde como um todo.

Para evangélicos, católicos, espíritas, umbandistas, adeptos do Seicho-no-ie, budistas e tantos outros religiosos, o estímulo da oração, das rezas, das meditações, promove a concentração, o pensamento focado, além de alcançar outras funções mentais, como memória e linguagem.

O exercício mental, através do foco num objeto ou na respiração no momento em que se está vivendo, oferece a possibilidade de controle das emoções, e assim um meditador consegue manejá-las melhor. Com esse exercício, estimula-se o pensamento e o conhecimento dessa emoção, assim sentindo e dominando as sensações que essa função oferece ao corpo humano. Como a emoção pode contaminar todas as demais funções, sejam físicas ou mentais, tendo o maior conhecimento e controle desta, as demais estariam sendo melhor utilizadas. Reflexões sobre o percurso histórico da meditação até as descobertas de seus benefícios às funções mentais (Leão, 2017).

As reuniões de grupo, reuniões familiares, o apoio do líder às pessoas, os retiros, as práticas de vida melhor para cuidar do próprio corpo e também da mente — todos esses rituais e outros — estimulam a empatia, a disciplina de respeito ao próximo e de cumprir as próprias responsabilidades cotidianas e o cuidado com a saúde física e mental. Estes são benefícios proporcionados pelas religiões e seus ensinamentos.

Rituais religiosos evangélicos e católicos, aos quais se integra a musicalidade, valorizam e estimulam o desenvolvimento musical dos participantes. Promovem a interação de grupos de pessoas, que se sentem amparadas em suas dificuldades. A oração e a leitura bíblica estimulam a concentração, bem assim pesquisas acerca de histórias consideradas importantes, relacionadas com a Bíblia.

Figura 3 – Grupo Gospel
Fonte: Rakel, 2013

Figura 4 - Grupo seicho no ie
Fonte: Sni, 2017

A Seicho-No-Ie promove palestras de cunho científico, que ensinam a meditação, a empatia, e o amor a si mesmo, provocando em seus seguidores o desejo de autovalorização e autoconhecimento. Estas são condições importantes para o desenvolvimento da concentração e da memória, assim como para a busca de viver em saúde física e mental, cuidando do seu instrumento de vida (o corpo).

Figura 5 – Ritual Espírita
Fonte: Meu Portal, 2017

Rituais espíritas, que exigem concentração pessoal e união do grupo, também estimulam seus participantes a praticar a caridade, que contribuiria para o desenvolvimento da resiliência.

Figura 6 - Crianças e atabaque
Fonte: O cities, 2017

A foto representa uma apresentação de crianças umbandistas que já tocam o atabaque, recebendo estímulo musical e a possibilidade de se destacarem nas apresentações importante para o grupo.

É possível catalogar muitos ganhos envolvendo saúde mental e física para aqueles que procuram religiões e a elas se adequam, de acordo com suas necessidades e desejos. A Resiliência é também um fator que pode ser desenvolvido através dos contextos religiosos. O fato de buscarem e dedicarem-se a disciplinas, contatos sociais, valores socialmente aceitos,

princípios, guia suas vidas, promovendo o alcance de estados emocionais e cognitivos adequados aos estímulos positivos recebidos por meio de palestras, reuniões e rituais.

Já existem pesquisas que se propõem a investigar os benefícios da crenças religiosas para o ser humano. De acordo com Jack, Friedman, Boyatzis e Taylor (2016), por exemplo, é possível dizer que as crenças espirituais e religiosas têm influências social e emocionalmente positivas. Sua pesquisa demonstrou que a rede cerebral responsável pelo pensamento analítico é inibida naquelas pessoas que investem em alguma religião ou desenvolvimento da Espiritualidade. Em contrapartida, elas conseguem se engajar melhor no pensamento e comportamento empático. De acordo com pesquisas já publicadas (Bonelli *et al.* 2012; Moreira-Almeida *et al.* 2014), existem relações positivas entre a religião e o bem estar, satisfação, felicidade, como também valores morais. Especificamente no trabalho citado acima, foi descrito o resultado de 95% de correlação positiva do suporte social, 93,7 objetivo e significado de vida e 79% com bem estar, otimismo e esperança. O inverso pode ser identificado naquelas pessoas ditas não religiosas, que inibem o pensamento empático para utilizar e estimular o pensamento analítico. Interpretações carregadas de culpa, abandono e punição, quando esse tipo de pensamento é enfatizado na mente da pessoa, surgem as depressões e estado de intensa ansiedade (Pargament *et al.* 2001; Stratta *et al.* 2012).

Jack et al (2016) diz que “longe de estar sempre em conflito com a ciência, dentro das circunstâncias corretas as crenças religiosas podem promover a criatividade científica”.

Estas são questões que instigam e efetivamente motivam o investimento nesta pesquisa, acreditando em seu potencial de produzir novas percepções baseadas na pesquisa empírica. O levantamento do contexto histórico da Resiliência contribui para a melhor compreensão deste conceito repleto de nuances importantes.

3.2 História da Resiliência

Etimologicamente, o termo Resiliência tem sua origem no latim *resilio* (re + *salio*), com o significado de "ser elástico", “saltar pra trás”, “voltar”, “recuar”, “encolher-se” (Tavares, 2001).

Tavares considera Resiliência algo referente à elasticidade, a algo que passa por um impacto, mas que retorna à sua posição de origem. O conceito de Resiliência começou a ser utilizado com o sentido psicológico na década de 1970, em pesquisas de psicopatologia, estresse traumático e pessoas em situação de risco social envolvendo pobreza. Naquela época, chamava

a atenção o fato de algumas crianças demonstrarem reações muito diferentes, parecendo não sofrerem tanto quanto outras que vivenciavam situações semelhantes, com exposição a componentes estressores (Gamerzy, 1971).

No início do estudo da Resiliência, que aconteceu com crianças filhas de esquizofrênicos, Gamerzy inferiu a existência de alguns fatores de proteção que permitiriam que elas conseguissem mais facilmente uma reestruturação dos estímulos estressores, como continuar o desenvolvimento de maneira adequada e esperada para sua faixa etária. Norman Garmezy, foi um dos precursores das pesquisas sobre Resiliência, psicólogo da Universidade de Minnesota, acompanhou milhares de crianças em suas quatro décadas de pesquisa.

“... essas crianças apresentam marcas de competência, boa relação com seus pares, avanços cognitivos, dedicação aos estudos, objetivos de vida e histórias de sucesso no trabalho”. (Garmezy, 1987, p. 114).

Abordando a ideia de Gamerzy, entretando, citando Maia e Williams (2005) classifica os fatores de proteção em:

- atributos disposicionais da criança, que seriam atividades, autonomia, orientação social positiva, autoestima, preferências;
- características da família, como coesão, afetividade e ausência de discórdia e negligência;
- fontes de apoio individual ou institucional disponíveis para a criança e a família, relacionamento da criança com seus pares e pessoas de fora da família, suporte cultural, atendimento individual (médico ou psicológico), instituições religiosas.

Já a partir do início das investigações sobre o tema, faziam-se presentes aspectos religiosos como fatores de proteção para as pessoas. Funcionando como fonte de apoio individual ou institucional, a religião favoreceria a superação das adversidades.

Em estudo publicado pelo o britânico Rutter (1979) também observou crianças filhas de pacientes com problemas mentais. Os resultados foram semelhantes: depois de muitas entrevistas, o pesquisador percebeu que, embora em situações adversas e submetidas a estressores, elas demonstravam saúde mental e condições adequadas de relações sociais, sem índices de comportamentos inadequados. Ao final desse estudo, Rutter afirmou que o apoio social contribui para a condição de bons ajustes, citando especialmente a escola como elemento de proteção contra os efeitos nocivos do estresse.

Segundo observação de Martins e Cardoso (2008), os primeiros estudos acerca de Resiliência tenderam a direcionar-se à investigação de crianças em situações de adversidade.

Estudos que tiveram por escopo o desenvolvimento humano saudável, como a Teoria do Apego (Bowlby, 1989), contribuíram para vislumbrar-se a Resiliência em outras etapas do desenvolvimento humano, ampliando assim a faixa etária da pesquisa.

Os estudos sobre Resiliência ofereceram subsídios para descobertas da Resiliência numa perspectiva mais ampla, relacionando-a portanto a outras etapas da vida. O estudo do desenvolvimento humano em diferentes faixas etárias demonstrou que adolescentes e adultos também podem apresentar a condição de Resiliência.

Como a Resiliência está baseada num modelo triádico que leva em consideração características do meio social, fatores do desenvolvimento da pessoa e aspectos familiares, essas áreas são responsáveis pela possibilidade de ressignificação das dificuldades e interpretação das adversidades por parâmetros positivos.

O modelo triádico foi suporte para a continuidade do estabelecimento do construto da Resiliência. Infante (2005) e Masten (2001) apontaram a construção da Resiliência com base em atributos adquiridos no desenvolvimento humano, aspectos de relacionamento com as famílias e características de seu meio social.

Este trabalho absorve a ideia de que a Resiliência inclui aspectos sociais e não somente características pessoais como fatores que contribuem para o desenvolvimento diante de intercorrências estressantes.

Cyrułnik (2009a) diz:

diante da perda, da adversidade e do sofrimento com que todos topamos um dia ou outro no decorrer da vida, várias estratégias são possíveis. Podemos nos entregar ao sofrimento, buscar a indiferença ou fazer uma carreira de vítima. Essas soluções são antirresilientes porque deterão qualquer projeto de desenvolvimento. Em contraposição, fazer alguma coisa com seus sofrimentos, fazer uso da compulsão a entender para transcendê-lo e fazer dele um projeto social ou cultural constitui um trampolim de Resiliência.

Portanto, segundo o autor, a história da Resiliência na intrapessoalidade só poderá ser escrita quando a pessoa escolhe dirigir seus sofrimentos em um sentido que conduza a novas perspectivas. Assim, a ressignificação é possível. A postura de interrupção da jornada não abrirá caminho, ao contrário, será uma história suspensa em aspectos crônicos, sem possibilidade da continuidade da espiral, mas ancorado numa única estação.

Para Rutter (1979), a capacidade de ser resiliente depende de fatores como predisposição genética e fatores sociais. O apoio da família, de vizinhos, o ambiente escolar, a igreja, são exemplos de suporte social promotor de condições de Resiliência.

Compondo os primeiros trabalhos sobre a Resiliência, cumpre também citar o estudo longitudinal, com duração de 40 anos, de Werner e Smith (1982) na ilha Havaiana de Kauai, abrangendo 698 crianças, que durante o tempo da pesquisa tiveram bom desenvolvimento, demonstrando Resiliência na adolescência e também na fase adulta. Esse estudo inicialmente não tinha a intenção de investigar Resiliência, mas sim chamar a atenção para o fato de os participantes demonstrarem bons resultados no quesito de ajustamento e adaptação, mesmo sendo filhos de pais com problemas de alcoolismo, além de viverem em situação de muita pobreza. Os pesquisadores perceberam que muitos participantes demonstraram superação e conquistas em seus estudos e relacionamentos ao longo dos 40 anos. O estudo também conduziu à convicção de que adversidades existem para serem superadas e produzir aprendizado, tal como: entender que com esforço é possível vencer desafios; do contrário, caso a pessoa prefira desistir de seus objetivos, obviamente não conseguirá efetivar suas conquistas. Constatou-se que a maioria das pessoas que demonstraram postura mais resiliente fazia parte do grupo de crianças que foram criadas por adultos que tinham vínculos positivos e as apoiavam, valorizando-as e respeitando-as durante o crescimento, confirmando assim a importância do suporte familiar e social.

Em relação ao mesmo estudo, Werner e Smith (1982) publicaram outras descobertas: as crianças que demonstraram desenvolvimento com maiores possibilidades sociais também se destacaram por outras circunstâncias, como alegria, bom humor, condição de dar e receber afeto, serem sensíveis, serem autoconfiantes, independentes, além de mais envolvidas com o social. Os integrantes desse grupo de pesquisa demonstraram tendência a serem mais reflexivos que impulsivos, possuindo maior controle interno e não ficando, por conseguinte, reféns de reações impulsivas. Conseguiram influenciar positivamente o contexto social e as pessoas com quem se relacionavam.

É interessante notar que o aspecto social é muito citado como fator de proteção, fazendo parte daquelas pessoas que se demonstram mais resilientes. Portanto, o relacionamento com outras pessoas é fator considerado como suporte desse construto. A religião é um fator que oferece relações sociais e estimula a interação entre as pessoas, podendo ser considerado um campo que estimula a Resiliência.

A expressão Resiliência tem sua origem nas ciências exatas, na física e engenharia. Uma das primeiras pessoas a abordar esse tema, em 1807, foi o cientista inglês Thomas Young, no sentido de elasticidade, característica que explicaria o fato de um material sofrer interferência de alguma força e retornar ao seu estado inicial (Timoshenko & Gere, 1983). Já Silva Jr. (1972) pensou Resiliência de um material como sendo sua capacidade de receber o grau máximo de

energia sem sofrer alterações permanentes. Naquela época, as experiências relacionadas à Resiliência levaram à suposição de que seria preciso cautela em relação ao conceito, já que existiam diferentes maneiras de reconhecê-la.

Martins e Cardoso (2008), em sua síntese acerca do construto, explica que o termo Resiliência com a interpretação mais psicológica e emocional teve seu início marcado pelos pesquisadores Michel Ruter, na Inglaterra, e Emmy Werner, nos Estados Unidos. O conceito logo se expandiu por toda a Europa, chegando também à América Latina. Em seus estudos sobre o tema Resiliência, Martins e Cardoso (2008) levantou as tendências de cada região, entendendo melhor o formato como a Resiliência era vista em cada lugar. Talvez por questões políticas, econômicas, sociais e culturais, cada local realmente tem a sua identidade própria e vem estruturando os estudos acerca da Resiliência com determinadas tendências teóricas e práticas.

Na região norte-americana, o enfoque de análise do tema é comportamental, pragmático e direcionando para o indivíduo, valorizando-se a interação do homem com o meio. A visão europeia é muito influenciada pelas tendências psicanalíticas da região, que faz com que a maioria dos estudiosos relacionem a Resiliência à psicodinâmica das pessoas. Já na América Latina, a perspectiva mais social e comunitária integra e influencia a forma de se identificar a Resiliência.

Os fatores sociais são importantes para a Resiliência das pessoas, eles contribuem no suporte dos momentos difíceis. Família, escola e grupos sociais fazem parte do contexto de vida e inegavelmente atuam com influências, que podem ser positivas. Pensando na perspectiva social, é interessante observar momentos históricos que influenciam espaços geográficos, nações e culturas, refletindo-se consequentemente no comportamento e nas expectativas de um povo.

Conhecer a história do conceito e de como o termo Resiliência foi absorvido pela Psicologia e como foi utilizado no Brasil é requisito para garantir o caminho que será percorrido neste escrito.

Para a compreensão do construto Resiliência, é essencial levarem-se em consideração aspectos relacionados à adversidade, já que a situação resiliente depende de dificuldades ou fatores de riscos para acontecer. Os sinais de Resiliência surgem quando existe algum trauma, dificuldade ou imprevisibilidade. Estes fenômenos serão responsáveis pela instabilidade da zona de conforto, possibilitando novas ressignificações dos fatos vividos.

A condição de adversidade, além do reconhecimento de novas possibilidades pessoais, pode também provocar psicopatologias, comprometendo o desenvolvimento e as relações

sociais da pessoa, constituindo fatores de risco. De acordo com Yunes e Szymanski (2001, p. 42), “toda a sorte de eventos negativos da vida, e que, quando presentes, aumentam a probabilidade de o indivíduo apresentar problemas físicos, sociais ou emocionais”. Conceitualmente, fatores de risco referem-se àqueles que tendem a aumentar a probabilidade de a pessoa apresentar comportamentos mal adaptados.

A falta de previsibilidade em circunstâncias rotineiras é passível de descontrole emocional e, para alguns, sair de um esquema já conhecido e dominado pode ser ameaçador o bastante para causar a desestruturação do mundo interno, causando inclusive comportamentos psicopatológicos.

O estudo da Resiliência é relativamente recente e tem despertado atenção de estudiosos em diferentes linhas teóricas.

Cyrulnik, uma pessoa muito resiliente, fez da história pessoal um estudo de caso que o levou a compreender o tema Resiliência e suas características. Quando menino, foi salvo por uma mulher que o empurrou para dentro de uma ambulância para que pudesse ter a oportunidade de se esconder enquanto, naquele exato momento, seus pais e familiares eram levados para um campo de extermínio.

Viveu entre diferentes casas de apoio, foi um verdadeiro vitorioso e sobrevivente estudioso, principalmente acerca de assuntos relacionados a traumas e maneiras de como fazer desses traumas, aprendizado. Cyrulnik (2004) se refere à tendência de a pessoa permanecer no passado caso insista em não ressignificar o seu sofrimento, qualquer que seja ele: um abuso sexual, a separação dos pais, fome, frio, abandono. A Espiritualidade pode ser uma experiência única, com aspectos que auxiliam no cotidiano e na ressignificação dos temas da vida.

Os estudiosos da Resiliência propõem formas para se desenvolver esse construto, inclusive através de aspectos relacionados às escalas criadas para sua aferição.

Trabalham com diferentes características importantes, conectadas à capacidade de a pessoa dar continuidade à vida, mesmo frente à adversidade. Uma das formas levantadas para o auxílio do pensamento resiliente é a religião, o acreditar e seguir uma linha espiritual.

Seria importante, pois, as religiões, em sua grande maioria, incentivarem comportamentos positivos para a sociedade em geral, além de trazer benefícios para os indivíduos.

Ter disciplina, ser apoiado por pessoas interessadas em ajudar, fazer trabalhos voluntários — esses pontos, que são trabalhados em processos de desenvolvimento da Resiliência, constituem fatores de proteção, aspecto que será especificamente discutido mais adiante.

A metamorfose da representação surge como meio de mudar o modo como a pessoa se lembra das adversidades, uma vez que elas continuarão em sua memória. Busca-se transformar o sofrimento num lugar de compreensão e de compartilhamento. A memória não funciona como uma volta ao passado, mas sim como uma representação do que se viveu e que está contido no mundo interno de cada um.

A negação é uma forma comum de a pessoa administrar o sofrimento, não aceitando o que lhe aconteceu. Dessa forma, sua personalidade se mostra inautêntica, já que se prende a uma história que não é a verdadeira, coibindo a espontaneidade para enfrentar o que realmente aconteceu.

Figura 6 - Ernest Pignon-Ernest – Chili, Resistance ³

Fonte: Pignon

Cyrulnik (2009a) apresenta a necessidade de utilização da negação para que o Ego tenha tempo suficiente para conseguir se recuperar dos traumas e então ressignificar através da narrativa, participação de grupos sociais, compartilhamento de suas experiências. Este tempo seria adequado para as feridas cicatrizarem. Suas cicatrizes permaneceriam, pois os fatos realmente ocorreram, mas não mais sangrariam.

³ <https://pignon-ernest.com/#home>, 26/12/2016 - Ernest Pignon nasceu em Nice no ano de 1942. Desde 1966 ele fez suas obras de arte, que evidenciam a história que acontecia naquele local e época. Como ele dizia: "Os lugares são os meus materiais essenciais. Eu tento entender tudo o que eu posso ver – os espaços, as luzes, as cores – e ao mesmo tempo tudo que eu não posso nem de longe ver: a história enterrada nas memórias. Isso é o que eu utilizo para elaborar as minhas imagens (...) Eu não faço um trabalho fazendo as situações, eu tento fazer um trabalho com as situações".

... a noção de catástrofe e não a de desastre, pois o caos momentâneo remaneja o sistema e organiza uma outra maneira de viver. Uma revolução é o resultado de uma ruptura inesperada, ao passo que uma catástrofe constitui a culminância de uma evolução adaptada que leva à derrocada. O fervilhar da vida é tão poderoso que o sistema volta a funcionar, mas de uma outra forma (Cyrulnik, 2009a).

A metamorfose, segundo Cyrulnik (2009a), seria transformar o sofrimento pessoal em significado social, transformar a ferida, caso contrário existirá uma prisão no passado. Uma metamorfose de representação seria a possibilidade de compartilhar com outra pessoa dando novos significados a uma história do próprio trauma.

O mecanismo de defesa — negação — pode desencadear um transtorno de personalidade inautêntica, pois a pessoa não consegue viver a realidade, permanecendo no âmbito da negação de um fato.

Quando existe disponibilidade para perceber que houve adversidade, isso pode levar a pessoa a se envolver com associações, como os processos relacionados a escrita de livros, realização de palestras enfim, estudar o que se passou. Ao perceber o que se viveu e que o acontecimento pode ser melhor conhecido e elaborado, a busca pela compreensão, o deixar-se rodear de aspectos sociais, que constituem um ressurgimento positivo do trauma vivenciado.

Cyrulnik (2009) diz que a negação é necessária para a criança continuar a sua história saudável, como se a ferida precisasse de um tempo para virar cicatriz, e então o adulto conseguiria verbalizar sobre a sua marca.

Para Freud (1927), o trauma estaria ligado a um trauma sexual, que por sua vez desencadearia a histeria. Para Cyrulnik, o trauma é uma morte psíquica, uma agonia.

Existe, para aquele autor, um movimento familiar de transmissão do trauma, na medida em que os pais não conversam com seus filhos sobre os pontos mais nevrálgicos de sua existência. Ser-lhes-ia difícil comunicar a um filho o fato de ter sido vítima de um abuso sexual ou de um acidente grave, em que ocorreu a morte de alguém, ou um caso homossexual de um dos pares parentais. O silêncio torna-se um trauma familiar, pois o não-dito é entendido como um sofrimento e este alcança os filhos.

Dando continuidade ao movimento, para os netos tais situações chegam em formato de histórias da família e não mais como a transmissão de um fato sofrido. Essa terceira geração vivencia o trauma do avô como uma história de vida e transmissão de experiência. Para os filhos, o tema constitui fonte de insegurança.

3.3 A Resiliência no Brasil

Entre 1968 a 1974 o Brasil passava por um período chamado de “milagre econômico”. A disposição dos governos militares de fazer do Brasil uma potência emergente promovia a instalação de indústrias, a construção de ferrovias, rodovias e outras ações promotoras do desenvolvimento. Ainda na década de 1970 aconteceu a crise do petróleo, as taxas de juros do mercado se elevaram, entre outros fatores que modificaram as expectativas promissoras que então se instalavam. Essa nova situação levou o País a uma fase de desequilíbrio econômico e ao aumento da inflação.

Nessa fase surgiam no País os primeiros estudos sobre Resiliência. Existia uma atmosfera que absorvia positivamente e até se identificava com a perspectiva de superação. O povo precisava acreditar que a crise poderia ser útil; os cidadãos, com suas decepções e inseguranças pessoais, precisavam acreditar que algo novo e melhor viria com algum bom significado diante de todo o sofrimento do momento.

Naquela época, chegaram ao Brasil diferentes influências industriais, comerciais e comportamentais importadas das grandes potências, como EUA e Europa. Nesse contexto, destacam-se a palavra e Resiliência e o seu significado. Ideias e pesquisas concernentes à Resiliência chegaram ao Brasil, que, embora aberto, precisava entender melhor esse novo conceito e sua utilidade para a língua e a cultura, como explicam Brandão, Mahfoud e Gianordoli-Nascimento (2011). Buscou-se então uma acomodação didática e melhor compreensão da amplitude do que se refere à palavra Resiliência, a partir de explicações da Física e da Engenharia, que já utilizavam tal conceito. Nesse âmbito, Resiliência refere-se à quantidade de energia ou ao impacto (força) que um material (Tavares, 2001) poderia receber até o seu limite, permanecendo sem rompimento ou retornando à sua condição inicial com o término do estímulo que o tirasse de sua condição original (Brandão, Serpa, Krebs, Araújo, & Machado, 2011).

Aplicando-se o conceito ao ser humano, análogos à força deformadora de Tavares seriam eventos estressores que alterariam o ambiente conhecido, promovendo a necessidade de saída da zona de conforto. A comparação com a Física presta-se a fins didáticos, já que o movimento do ser humano depois de vivenciar algo novo, estressor, não consiste em retornar ao ponto inicial. Existe a possibilidade de absorver novas condições; sendo assim, a pessoa não mais seria a mesma. Se os fatores estressores ultrapassarem as possibilidades da pessoa, observariam-se comprometimentos à condição saudável.

A possibilidade de a pessoa aprender com as intercorrências que a tiram de uma realidade que constitui sua zona de conforto constitui Resiliência. O respectivo conceito físico é útil como ilustração para melhor se entender esse fenômeno, recentemente estudado e observado no ser humano. Todavia, não há real equivalência entre as duas situações, porquanto o primeiro parece subestimar as inúmeras possibilidades humanas.

No estudo do conceito da Resiliência existem, entremeados, fatos controversos que oferecem perspectivas culturais de interpretação.

A necessidade de desenvolver novos meios de sobrevivência e manutenção da saúde mental fez-se presente e, então, o conceito psicológico de Resiliência chegou ao nosso País, num momento em que existia espaço e carência de novos meios para interpretação dos eventos adversos e inesperados que pudessem ocorrer social e pessoalmente.

Atualmente, no Brasil, existem muitos e diferentes contextos que remetem a adversidades, tais como: pobreza, desigualdade social, instabilidade econômica e política. Essas condições podem provocar extremo sofrimento psíquico e desencadear processos de desesperança, sentimento de inutilidade, falta de vontade de continuar a investir na própria existência. Entretanto, como em situações de guerra ou acidentes naturais, algumas pessoas lutam para superar dificuldades e conseguem sentir-se fortalecidas a cada obstáculo vencido. Essa é a conduta resiliente que pode ser identificada em pessoas, famílias, comunidades, grupos de trabalho, cidades, estados, nações.

3.3.1 Levantamento de dados

A busca de produção científica referente ao tema Resiliência e Espiritualidade nas plataformas Dédalus, Sibi, Google Acadêmico, BVS e Periódicos Capes demonstrou a realidade da trajetória científica da Resiliência no Brasil: as questões de maior interesse relacionadas ao tema procurado, o volume da produção, os anos em que houve mais publicações, as amostras pesquisadas, os resultados obtidos. Esses dados serão discutidos abaixo.

A tabela 1 ilustra o resultado obtido na pesquisa bibliográfica exploratória, indicando a quantidade de artigos publicados nos anos de 2001 a 2016. As datas foram agrupadas visando a favorecer a explicação didática.

Durante os anos de 2001 a 2005 é evidente a pequena produção científica relacionada ao tema Resiliência e Espiritualidade. Na pesquisa em todas as plataformas citadas apareceu o artigo "Câncer de mama e Resiliência: uma abordagem psicossomática". Embora as primeiras

publicações sobre o tema Resiliência tenham surgido na década de 1980, temos no Brasil o início das publicações em meios indexados somente em 2001. Durante esse espaço de quatro anos publicou-se somente um artigo abordando Resiliência e Espiritualidade na área da saúde, enfocando o aspecto psicossomático ao investigar a realidade de pacientes oncológicas em tratamento de câncer de mama. Durante esses anos, no Brasil, a Psicossomática adquiriu espaço na Psicologia e na Medicina.

Os cursos de especialização eram divulgados e as turmas se formavam completas, sob a curiosidade dessa discussão que colocava em pauta descobertas valiosas do Psíquico influenciando o Físico e causando doenças. No único artigo publicado, abordou-se a contribuição do investimento na Espiritualidade no processo de Resiliência de pacientes oncológicas. Os resultados apontavam para a existência de benefícios para aquelas pacientes que participaram do Programa Avançado de Autoajuda do CORA (Centro Oncológico de Recuperação e Apoio). As respostas das pacientes ao questionário indicaram possuírem a maioria das características consideradas resilientes.

Gráfico 1 - Produções Científicas durante os anos de 2001 à 2016

Fonte: Elaborado pela autora.

No período de 2006 a 2010 encontraram-se 12 artigos publicados em meios indexados. Essa produção foi significativamente maior que a observada no período anterior, tendo o tema Câncer permanecido e avançado nas discussões. Em 2006 foi publicado um artigo que aborda a importância da Espiritualidade para se envelhecer melhor, indicando o início das pesquisas acerca de Resiliência e Espiritualidade em relação ao envelhecimento. Este tema tornou-se recorrente em pesquisas que levantam a temática Resiliência e Espiritualidade.

O envelhecer impõe ao indivíduo muitos tipos de limites, inclusive o da própria morte. Quanto mais essa pessoa conseguir perceber os ganhos que já teve e que ainda poderá ter,

mesmo com aparentes novos limites, seu processo de envelhecimento se dará com mais qualidade de vida e menos sofrimento, ou seja, ela envelhecerá de modo resiliente.

O tema “Mulher, gênero, pobreza, saúde mental e Resiliência” também é explorado nos anos de 2006 e 2010. No contexto da saúde mental, a Resiliência é ponto essencial quando a discussão se encontra no âmbito da possibilidade de a pessoa aprender com as adversidades. Quando existe a possibilidade de aprendizado com as situações difíceis da vida, é possível preservar-se a mente saudável. A falta da flexibilidade para o aprendizado pode eliciar os gatilhos de emergência das doenças mentais e psicossomáticas.

A dissertação de mestrado intitulada "Além da aparência, em busca da essência" discutiu os resultados de uma pesquisa qualitativa realizada na cidade de Antonio Carlos (SC), concluindo que, quando existe o necessário para se viver com dignidade e com condições de suprir as necessidades básicas de sobrevivência humana, as questões materiais como fonte de longevidade e Resiliência não são comprovadas. O estudo encontrou associação entre a expressão “longevidade” com as categorias ocupação, autonomia, Resiliência, solidariedade, Espiritualidade, sentimento de realização, relacionamentos afetivos, celebração e esperança.

A busca de artigos relacionados com “Resiliência e Espiritualidade” no ano de 2008 revelou três trabalhos, sendo dois com foco na área da saúde e um no campo social.

A dissertação de mestrado em Ciências da Religião intitulada “A fé como fator de resiliência no tratamento do câncer: uma análise do que pensam os profissionais da saúde sobre o papel da espiritualidade na recuperação dos pacientes”, comenta que entre Psicólogos, Médicos e Religiosos houve unanimidade quanto a entender a fé como fator facilitador na convivência com a doença. Os profissionais de saúde abrangidos nessa pesquisa posicionaram-se respeitando a fé de seus pacientes e, além disso, consideraram a Resiliência que a prática espiritual neles promove importante fator para o melhor contato com aspectos que envolvem os limites e os possíveis desenlaces causados pela doença.

Pesquisas de base social também fizeram parte dos resultados obtidos na busca, como "Adolescentes e jovens em situação de risco psicossocial: redes de apoio social e fatores pessoais de proteção”, que se propôs a investigar os fatores que poderiam servir como proteção de adolescentes em escolas públicas do DF. Relatou-se depois da pesquisa que esses jovens declararam como integrantes de sua rede de proteção: a família, a escola, amigos e fatores pessoais como autoestima, religiosidade ou Espiritualidade. Para alguns autores, a Resiliência é um fator ecológico, já que envolve aspectos de diversos níveis sociais, como os citados pelos adolescentes. Algo que chama a atenção neste estudo específico consiste no contato que a pessoa na faixa etária adolescente tem com o espiritual. Como dizia Erickson, essa é uma fase

em que o indivíduo demonstra afinidade com coisas abstratas e sente necessidade de ter uma causa e lutar por ela. Assim sendo, a Espiritualidade aparece como fator social e também como aspecto de Resiliência pessoal.

Trabalhos envolvendo a área hospitalar são numerosos. No estudo "Qualidade de vida e bem-estar espiritual em pessoas vivendo com HIV/AIDS" (Cualidad de vida y bienestar espiritual en personas que viven con VIH/Sida / Quality of life and spiritual well being in individuals with HIV/AIDS), as autoras discutem a importância das variáveis religiosidade e Espiritualidade no processo de Resiliência e na proteção à saúde.

No estudo "A relevância da Espiritualidade no processo de Resiliência" existe a preocupação em discutir, depois de levantamento bibliográfico, o conhecimento de vários estudiosos que trabalham a ideia da Espiritualidade como fator relevante para a Resiliência. Este estudo é um diálogo vivo com a pesquisa de doutorado ora desenvolvido pela autora do presente trabalho.

No ano de 2009 verificou-se maior interesse no tema Resiliência e Espiritualidade: dois artigos foram publicados, utilizando a escala de bem-estar espiritual EBE e a escala de Resiliência Wagnild e Young (1993) em pacientes oncológicos.

Em 2010, três artigos foram encontrados, sendo um sobre *coping* espiritual na oncologia, um sobre Resiliência na educação e outro abordando o tema Resiliência familiar. O Coping religioso e seus estilos, o que abarca os âmbitos cognitivo, afetivo e comportamental do homem, num processo dinâmico de troca e confronto entre a pessoa em situação de estresse e seu contexto social, com a utilização dos recursos de sua experiência religiosa e de fé (Fontes, 2016).

O ano de 2011 foi marcado pelo interesse em Resiliência nos pacientes idosos. Dos três artigos encontrados na pesquisa utilizando as palavras "Resiliência e Espiritualidade", dois relacionam-se à velhice e um enfoca a Resiliência em Policiais Militares.

Já 2012 foi um ano de muita produção científica sobre o tema procurado: sete artigos foram publicados, dos quais dois abordam o câncer de mama e os demais enfocam: dissociação de personalidade, cuidado da família e paciente, Resiliência espiritual em pessoas com experiência no terremoto do Haiti, enfrentamento religioso em situação de sofrimento e a Resiliência na Psicologia Transpessoal.

Em 2013 o tema da Resiliência no idoso foi novamente identificado em um dos artigos; o segundo artigo refere-se ao enfrentamento em pacientes tóxico-dependentes.

No ano de 2014 também se evidenciou o interesse no estudo da Resiliência em idosos; encontrou-se também um artigo sobre dor crônica e outro sobre pessoas envolvidas em criminalidade.

Em 2015, encontrou-se um artigo sobre o idoso, sua qualidade de vida e a permanência desse paciente em instituições de longa permanência; e um artigo sobre Espiritualidade como *coping* em pacientes com transtornos mentais.

O ano de 2016 foi fértil em trabalhos científicos relacionados ao tema. A pesquisa revelou quatro artigos publicados, sendo um sobre Espiritualidade e Resiliência em pacientes oncológicos, um sobre enfrentamento e luto, um sobre Resiliência na dimensão familiar e outro sobre Resiliência na educação.

3.3.2 Conceitos importantes relacionados ao tema

Discutir Resiliência é abordar temas que estão intimamente relacionados e que fazem parte do contexto necessário para alcançar o melhor entendimento deste construto.

É importante considerar que adaptação, *coping*, estresse, fatores de risco, fatores de proteção e vulnerabilidade estão conectados com Resiliência.

O adaptar seria o fato de algo ou alguém adaptar-se a uma nova situação ou modelo. Um ajuste de uma coisa a outra ou a um novo contexto, que poderá ser favorável ou não.

Atualmente tem-se discutido muito acerca do *coping* religioso, que, de acordo com Pargament (1997), seria a utilização da religião, Espiritualidade ou fé para lidar melhor, enfrentar as situações difíceis da vida. Existem pontos de encontro com o tema desta tese, que procura entender melhor a importância da religião, Espiritualidade ou fé para uma pessoa vivenciar adversidades e passar por elas de forma mais saudável. Considera-se o *coping* como uma forma de enfrentamento e a Resiliência como o resultado desse enfrentamento.

De acordo com Folkman e Lazarus, o *coping* é pesquisado, sobretudo, em sua relação com o estresse, sendo definido como “tentativa ou empenho para lidar com exigências externas (do ambiente) ou internas (do próprio sujeito) percebidas como sobrecarregando ou excedendo os recursos da pessoa”. Seria lidar, enfrentar uma situação superando os limites ou dificuldades que ela apresenta.

O *coping* pode ser utilizado em várias perspectivas e, de acordo com Pargament (1997), quando as pessoas se voltam para a religião com o objetivo de lidar com o estresse ocorre o *coping* religioso. Koenig, George e Peterson (1998) conceitua o *coping* religioso como sendo o

uso de crenças e comportamentos religiosos com o objetivo inicial de facilitar a resolução de problemas, prevenir ou aliviar consequências emocionais negativas de situações de vida estressantes. Wong-McDonald e Gorsuch (2000) incluíram a Espiritualidade e crenças pessoais para o melhor entendimento do *coping* religioso. Portanto, ele descreve esse conceito como sendo o modo de os indivíduos utilizarem a fé para lidar com o estresse e os problemas da vida.

Para Sabbag (1990), o desenvolvimento da Resiliência pode contribuir para o enfrentamento das dificuldades que surgem. Os aspectos sociais favorecem o desenvolvimento da Resiliência que, por sua vez, facilita a elaboração das estratégias de enfrentamento, como resolução de problemas, abertura para receber apoio social, redefinição da situação, redução de tensão, evitação de problemas, busca proativa de informação e até a religiosidade (Pereira, 2008).

De acordo com o pesquisador húngaro Hans Selye, estresse é a forma física e emocional em que devemos reagir à pressão. O estresse pode causar sintomas mentais e físicos se ficar fora de controle, podendo prejudicar a saúde, os relacionamentos e a alegria de viver.

De acordo com a Psicologia, fatores de risco (Cowen, 1996) relacionam-se com aspectos negativos da vida, as situações de adversidade que inevitavelmente as pessoas vivenciam. Quando esses fatores acontecem, há um comprometimento da homeostase sistêmica da pessoa, alterando suas dimensões físico- biológicas, psíquicas e sociais.

Para Koller e De Antoni (2004), os eventos estressores alternam, nunca mantendo o mesmo nível de intensidade, frequência, duração e severidade.

A Resiliência Neuronal é um novo conceito importante a ser abordado. Em estados de solidão ou de alerta, a amígdala cerebral consome mais energia. Caso a pessoa sofra isolamento precoce (desde a infância, antes da fala) seus lobos frontais poderão atrofiar-se e a amígdala permanecerá em estado de alerta, causando mais medos, ansiedades e temores. O inverso também acontece: nas situações de relação social em que existe a possibilidade de interações de aprovação e sentimento de fazer parte, a estrutura dos lobos frontais demonstra maior número de conexões com outras áreas cerebrais, inibindo a amígdala. Nessa situação a pessoa, quando exposta a situação desconhecida, terá a seu favor o funcionamento do lobo frontal, que lhe permitirá e a impulsionará em um movimento de possibilidade de exploração do momento.

Quando a experiência de vida da pessoa implica redução de suas possibilidades de comportamento, isso tende a inibir os lobos frontais, fazendo a amígdala responder com sua dinâmica de recuo frente a situações de ameaça.

Viver a Resiliência significa estar num paradoxo, entre a dor e a alegria. O que aponta para o desenvolvimento da Resiliência é saber lidar com esses pontos dicotômicos, significando

um equilíbrio constante de dor e alegria. Quando uma pessoa vivencia uma dor e se entristece, isso não significa que ela não tem alegria. Da mesma forma, o fato de uma pessoa ser muito alegre não significa que ela não tenha ou não vivencie alguma dor. É importante a condição de se ter um apego ao futuro, aos acontecimentos que virão na vida, o que não implica o estímulo da ansiedade, mas sim, o desejo de viver.

Os Fatores de risco estão relacionados ao fato da Resiliência está conectada ao termo “risco”, pois a única possibilidade de alcançá-la é justamente vivenciando ameaças. O conceito de risco foi primeiramente utilizado em associação à navegação marítima, uma vez que no passado se entendia como real a possibilidade de os navegantes sofrerem acidentes em função de fenômenos sobrenaturais. Segundo Ewald (1991), a noção de risco apareceu associada à insegurança marítima e aos perigos que poderiam comprometer as viagens. Naquele tempo, o risco designava a possibilidade de um perigo objetivo, um ato de Deus, uma força maior ou uma tempestade que pudesse comprometer a viagem e que não pudesse ser imputado a uma conduta humana errada. Este conceito de risco excluía a ideia de falha ou de responsabilidade humana. O risco era percebido como um evento natural e, como tal, os humanos pouco mais podiam fazer do que tentarem estimar quando estes acontecimentos iriam surgir e atuarem no sentido de reduzir o seu impacto.

O sentido e a maneira de mensurar risco sofreram mudanças significativas, principalmente ao considerar a atual aplicação do termo na área a saúde mental. Certamente, definir risco quando se trata de doenças mentais é mais complicado e complexo do que prever a perda ou não de mercadorias, como na navegação marítima (Cowan, Cowan & Shultz, 1996)..

Em pesquisas na área social e da saúde o termo “risco” é utilizado para identificar fatores que podem significar ameaças, tanto a relações sociais como ao desenvolvimento bem adaptado da pessoa. Logo, um fator de risco poderia provocar uma resposta indesejada e fora de contexto, se forem levados em consideração comportamentos “padrão” observados em determinada faixa etária.

Eventos considerados de risco seriam os obstáculos que comprometem a condição de respostas positivas aos eventos ambientais que a pessoa vive, provocando maior vulnerabilidade nas reações.

Para Yunes e Szymanski (2001, p. 42), fatores de risco podem ainda ser definidos 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”. Ainda é questionável pensar que a quantidade e a intensidade desses fatores podem interferir de maneira

determinante, já que inicialmente é preciso pensar nas formas individuais de sentir os fenômenos estressores.

Podem surgir fatos inusitados no decorrer da vida de uma pessoa, como a morte de um ente querido causada por acidente, doenças, crises econômicas. É importante considerar-se o número de eventos adversos interferindo na capacidade de Resiliência, como também a cronicidade do estresse. Gamerzy (1993) citou em suas pesquisas o fato de a intensidade e a cronicidade dos fatores estressantes vividos interferirem na Resiliência. Entretanto, a visão deste trabalho é que o fator determinante para a condição resiliente deriva da intrapessoalidade, que depende totalmente das possibilidades internas de cada pessoa. Para Hawkins, Lishner e Catalano (1985), os fatores de risco existem em vários diferentes domínios.

Domínio	Fatores de risco
Individual / Pares	Alienação e rebeldia
	Amigos que se envolvem em problemas de comportamento.
	Predisposição a problemas de comportamento
Familiar	Conflitos familiares
	Famílias com histórico de problemas de comportamento
Escolar	Falhas escolares precoces
	Conduta problemática precoce
	Falta de comprometimento dos pais com a escola
	Falta de políticas escolares claras.
Comunidade	Armas e drogas disponíveis
	Normas e leis sociais favoráveis a problemas de comportamento
	Severa privação econômica

Quadro 1 - Domínios e Fatores de risco associados

Fonte: Elaborado pela autora

Para Rutter (1985) a expressão mais adequada seria “mecanismos de risco”, já que estes poderiam variar, significando risco para alguns e proteção para outros. De acordo com esse autor, as pessoas reagem de modo diferente a situações semelhantes, dependendo do momento de vida em que estão, dos estímulos, do grupo que estão inseridas ou de qualquer interferência que porventura possa influenciar o sentimento das dificuldades vividas. Para algumas pessoas, parece acontecer uma catástrofe pessoal frente a um fator estressante, enquanto, para outras

peessoas, o mesmo fator poderia não desencadear de angústia ou estresse. Assim, será a subjetividade de cada um que determinará se os acontecimentos são estressores ou não.

quanto à Resiliência, existem importantes diferenças individuais nas reações psicológicas, mas a extensão da superação individual da adversidade talvez derive do quanto e de como é abordada (e conceitualizada) a experiência do risco como uma reação intrínseca. Similarmente, a Resiliência pode derivar de como as pessoas enfrentam a emoção e os desafios que porventura possam oferecer experiências negativas, contando com as adversidades e situações de risco (Broder, 2005).

Para Rutter (1942) a Resiliência não seria uma característica genética, mas estaria vinculada e/ou dependente de contextos vividos socialmente e também de outras características genéticas que possam contribuir para a interpretação mais positiva dos eventos adversos da vida. Contudo, é neste viés que a identificação das diferenças individuais para interpretar os fenômenos cotidianos se manifesta. As experiências sociais oferecem grande influência no formato de enfrentamento de situações vividas. Sendo o *coping* (enfrentamento) um conceito próximo ao da Resiliência e muito utilizado atualmente, cumpre observar que não similares, pois o enfrentamento pode não permanecer depois da adversidade vivida e a Resiliência é o que acontece após a “catástrofe”.

Alguém só pode enfrentar seu sofrimento passado e fazer com ele um trabalho útil para os outros depois de ter sido acolhido e fortalecido. Por isso é que o coping, o enfrentamento no próprio instante, não prediz resiliência. Pode-se enfrentar uma provação, proteger-se dela e desmoronar mais tarde sem ter feito algo útil (Cyrulnik, 2009b).

Segundo Cyrulnik (2009b), a função da Resiliência é transformar a dor do momento em uma lembrança gloriosa do passado, sendo ainda possível acrescentar que, além de deixar lembranças, existe grande possibilidade de a dor ter o poder de impulsionar o movimento pessoal para uma tentativa de saída do desconforto.

Os fatores de risco, discutidos anteriormente, estão vinculados aos de proteção, pois os primeiros dependem da condição interna da pessoa para serem fatores de estresse ou não. Faz-se necessário pensar acerca do que compõe as possibilidades individuais e das condições que apoiam a pessoa, preservando-a do estresse.

De acordo com Masten (2001), aspectos que contribuem para a adaptação positiva da pessoa aos momentos difíceis são considerados fatores de proteção. Este autor apontou fundamentos que são parte das características pessoais e funcionam para instigar o potencial de Resiliência. Tais fatores de proteção seriam: autonomia, autoestima positiva, autocontrole, flexibilidade e temperamento afetuoso.

Como Masten, outros autores — Gamberzy (1985), Luthar (2000) — desenvolveram a ideia dos grupos de fatores de proteção. Didaticamente organizados, eles acoplam as facetas pensadas pelos autores e expõem a gama de proteção que esses fatores (e/ou mecanismos) internos e externos estão correlacionados. Seriam eles: (1) fatores individuais: autoestima positiva, autocontrole, autonomia, características de temperamento afetuoso e flexível; (2) fatores familiares: coesão, estabilidade, respeito mútuo, apoio/suporte; (3) fatores relacionados ao apoio do meio ambiente: bom relacionamento com amigos, professores, líderes religiosos, religião, grupos religiosos ou pessoas significativas que assumam papel de referência segura e que faça a pessoa sentir-se querida e amada (Brooks, 1994; Emery & Forehand, 1996).

Pargment, Smith, Koenig e Perez (1998) sugere em suas pesquisas sociais que a religião e o comportamento religioso são um caminho para a redução dos impactos negativos da vida. Considerando o fato de que a pessoa que procura a religião tende a ser alguém desejoso do desenvolvimento espiritual, é possível inferir que investir na vida espiritual seja um fator auxiliar na Resiliência da pessoa. Outros estudos validam as reflexões de Pargment et al (1998), como os de Sawatzky, Ratner e Chiu (2005). Na área da saúde essa correlação tem sido procurada e defendida em muitos estudos já divulgados. Como Ironson, Stuetzle e Fletcher (2006), que verificaram em pesquisa com grupos de controle e com portadores de AIDS os benefícios da religião frente ao controle de cotas do vírus HIV em amostras sanguíneas. Portanto, acredita-se na importância em notar a religião e Espiritualidade como um fator de proteção que fortalece a Resiliência das pessoas e dos grupos.

Para esta tese, é relevante acrescentar aos fatores já citados alguns grupos que podem funcionar como proteção. A pessoa que investe na experiência espiritual desenvolve apoios que surgem da relação individual e pessoal ao nível religioso e transcendente. A religião oferece, através de seus ensinamentos, o estímulo para suporte e desenvolvimento da autoestima positiva, autocontrole, temperamento afetuoso e flexível.

É também possível citar a religião como agregadora dos fatores de proteção familiares. No decorrer de suas reuniões periódicas, ou em grupos de estudos, a religião promove coesão, suporte, respeito e em muitas situações é inclusive referida como uma família. Nos fatores sociais, a religião e o processo de Espiritualidade também podem ser citados, pois as religiões promovem encontros, favorecendo e estimulando as relações sociais. Em inúmeras situações, exercendo a função de agregadora de grupos, ela oferece identidade àqueles que estão em transição ou atravessam momentos de crise.

Para esta tese, portanto, a religião e a Espiritualidade são consideradas fatores de proteção individuais, familiares e sociais. A primeira por oferecer amparo social,

direcionamentos individuais através de aconselhamentos, já a segunda pela necessidade de busca pessoal, de desejo intrínseco em viver melhor.

Os fatores internos podem se transformar em escudos, protegendo as pessoas dos “perigos” que surgem com os fatores de risco. Como os fatores externos, os internos absorvem os impactos negativos sofridos pelos fatores de risco, preservando a estrutura pessoal e social da pessoa.

O Quadro abaixo apresenta os fatores de proteção já utilizados em bibliografias e pesquisas anteriores e demonstra alguns construtos.

Fatores	Categorizados por diferentes autores
Fatores individuais	inteligência, a autoestima (Buehler, 2004, cit. in Aisenberg & Herrenkohl, 2008; Daining & DePanfilis, 2007; Drapeau et al., 2007), o temperamento (Emery & Forehand, 1994, cit. in Atwool, 2006; Daining & DePanfilis, 2007; Gutman, 2008; Hass & Graydon, 2009), a competência social (Daining & DePanfilis, 2007; Judge, 2005), as estratégias de <i>coping</i> (Haase, 2004; Compas, Malcarne & Fondacaro, 1988, cit. in Legault et al., 2006; Little et al., 2004), religiosidade/espiritualidade (Pargment, Sawatzky, Ratner, & Chiu, Ironson, Stuetzle, & Fletcher).
Fatores Familiares	a coesão familiar, a vinculação positiva, o estilo parental democrático, o nível educacional dos pais.
Fatores Sociais	coesão social, o sucesso e compromisso escolar, o envolvimento em atividades sociais, a integração em ambientes promotores de segurança e saúde, fatores relacionados ao apoio do meio ambiente: bom relacionamento com amigos, professores, ou pessoas significativas que assumam papel de referência segura à criança e a faça sentir querida e amada.
Fatores cognitivos	Locus de controle interno, inteligência, temperamento.

Quadro 2 - Fatores de proteção

Fonte: Elaborado pela autora

Como uma resposta global em que estão em jogo os mecanismos de proteção, não se entendem como tais a valência contrária aos fatores de risco, mas sim aquela dinâmica que permite ao indivíduo sair fortalecido da adversidade em cada situação específica, respeitando as características pessoais.

Os fatores individuais estão relacionados com características passíveis de se desenvolverem, mas que dependem unicamente da pessoa. A autoestima está intimamente ligada à Resiliência, o que já foi notado e discutido anteriormente em outras pesquisas, como no estudo transversal realizado com idosos no Rio Grande do Norte, intitulado "Resiliência e Autoestima em Idosos Assistidos na Rede de Atenção Básica de Saúde em Natal/Rn" (Santos et al., 2004).

Os fatores sociais podem funcionar também como propulsores de outros fatores de proteção, portanto a rede social tem influência, podendo estimular os fatores individuais de proteção. Para Paavola, Kunnari e Moilanen (2005), o desenvolvimento social saudável das crianças acontece quando elas podem contar com o apoio e estímulo dos seus cuidadores. Esse vínculo oferece suporte para o conhecimento de sentimentos de intimidade, credibilidade e cumplicidade, o que favorece a aquisição do sentimento de ser capaz de produzir bons frutos, como também segurança para as relações sociais.

A Resiliência então pode ser considerada presente ao longo do desenvolvimento humano, sendo possível uma criança, adolescente, adulto ou idoso demonstrar atitude resiliente diante das dificuldades que a vida lhe apresentar.

3.4 Fatores que constroem a Resiliência

Levando em consideração os fatores de risco e os fatores de proteção acima discutidos, torna-se importante expor aqueles que constroem a Resiliência. É sabido que as pessoas podem vivenciar diferentes tipos de Resiliência, como também aprender a desenvolver aqueles que não estão disponíveis em momentos específicos. O contexto vivenciado num determinado momento, a atmosfera social e o estágio de desenvolvimento humano, podem contribuir para o progresso de fatores. A Resiliência é um processo dinâmico e mutável, associado à saúde mental, ao apoio social (seja ele espiritual, escolar ou comunitário) e à presença ou ausência de algum fator específico que seja desencadeador de algum tipo de desequilíbrio psicológico e emocional.

Após o conhecimento do que muitos autores defendem acerca dos fatores de Resiliência, percebeu-se que é possível trabalhar com algumas características que estão entranhadas no processo de vivência das dificuldades.

Os fatores discutidos nos artigos, livros e escalas desenvolvidas apresentam pontos de convergência. Mas, para os propósitos desta pesquisa, adotaram-se os que serão apresentados e discutidos abaixo, a saber: autoeficácia, autoconfiança, autoestima, empatia, otimismo, temperança, solução de problemas, tenacidade, Espiritualidade.

3.4.1 Autoeficácia / Autoconfiança

Os dois conceitos possuem significados muito próximos, além de um interferir no outro intimamente; portanto, serão abordados conjuntamente, tanto nesta etapa como na análise qualitativa.

Para conceituar o termo autoeficácia é muito utilizada e mais aceita a concepção de Bandura (1994, p.391), que diz: “julgamento das próprias capacidades de executar cursos de ação exigidos para se atingir certo grau de performance”. A autoeficácia está ligada a expectativas relacionadas à própria pessoa, como o próprio nome se refere a aspectos do “self” que validam o conhecimento, a inteligência e a condição técnica e prática de realizar algo.

A pessoa precisa acreditar que possui a capacidade de realização e efetivamente administrar suas ações nessa direção; não basta ter a capacidade, é preciso acreditar no próprio potencial de realização.

Na autoconfiança acredita-se que se é capaz, que se merece crédito nas próprias atitudes e iniciativas, pois se será capaz de concretizar os projetos propostos.

3.4.2 Autoestima

Para Rosenberg (1965), autoestima é um conceito definido baseado em fatores associados, como o pensamento e sentimento da pessoa em relação à sua própria valia. Portanto, seria a condição de essa pessoa perceber-se como alguém importante, com atitude positiva em relação a si mesma. A autoestima oferece à pessoa a possibilidade de se aprovar e não vivenciar uma postura de rigidez, cheia de críticas e até punições.

Entende-se nesta tese que a Resiliência pode ser influenciada pela autoestima. Com o suporte de um autoconceito positivo e sentimento de capacidade, a pessoa tende a sentir-se mais forte e perceber-se qualificada o suficiente para superar os problemas e crescer com eles. O contrário pode acontecer para aqueles cujo sentimento é de menor valia e incapacidade, como se não tivessem o direito nem recursos suficientes para ultrapassarem adversidades e continuarem com boas perspectivas.

Este tema oferece muitas interpretações e algumas delas divergem quanto à estabilidade da autoestima ao longo da vida ou mesmo ao longo do dia. Para Cole et al. (2001), existem descontinuidades durante o desenvolvimento humano, com alterações em determinadas etapas. A literatura também mostra que a autoestima pode variar de acordo com os acontecimentos do

dia, mas que passa por um processo de estabilidade à medida que a pessoa torna-se mais madura (Kernis, 2005).

3.4.3 *Empatia*

A empatia é considerada como uma emoção vivida por alguém, que o aproxima de outra pessoa, provocando a sensação de sentir o mesmo, gerando uma afinidade que se inicia com a sensação e oferecendo a possibilidade de melhor compreensão do mundo interno da outra pessoa (Eisenberg & Miller, 1990). Podem resultar dessa troca de emoções: apoio social, cumplicidade pessoal e emocional, que servem de base para os contatos interpessoais, fortalecendo as pessoas. A desejabilidade social está envolvida nesse processo, pois a empatia está envolvida no desejo de agradar o próximo, no desejo de aproximação. Esta relação é positiva, já que viabiliza os contatos sociais; entretanto, será negativa caso haja esforço de processo empático unicamente em função da desejabilidade social (Leyens & Yzerbyt, 1997).

A empatia pode regular os processos relacionais, direcionando favoravelmente ao contexto de consonância. Neste viés, esta tese afirma que a desejabilidade social pode ser benéfica, desde que não seja tratada como prioridade na relação social, e sim parte do processo que facilita a empatia.

3.4.4 *Otimismo*

Otimista pode ser considerada a pessoa que demonstra esperança de um futuro com bons acontecimentos para si, para as pessoas que a rodeiam e para a sociedade. De acordo com Austin e Vancouver (1996), o otimismo contribui para que exista um investimento maior em direção aos objetivos e projetos de futuro, consequentemente favorecendo que a pessoa realize ou alcance seus objetivos. O otimista mantém-se persistente, com sentimento de autoeficácia em relação às suas atividades. Pelo contrário, as pessoas em que predomina o pensamento pessimista são aquelas que não acreditam nas suas chances de conquistar metas ou supõem que o futuro não seja promissor. Estas tendem a não investir em seus projetos, pois já esperam o fracasso como situação inevitável.

Para Peterson e Seligman (1984), que desenvolveram outra vertente de interpretação acerca do otimismo, defendem a ideia de que esta característica pode ser definida pelas

experiências já vividas pela pessoa. Portanto, se alguém tem em sua história fracassos, isso provocaria pensamentos mais pessimistas em relação aos acontecimentos futuros.

De acordo com a literatura, existem mais pessoas pouco otimistas do que pessoas totalmente pessimistas (Segerstrom, 2006).

3.4.5 Temperança

De acordo com o dicionário online de português, temperança é uma característica de quem consegue equilibrar suas próprias vontades, alguém que é comedido e moderado. A palavra se origina do latim “temperare”, que seria temperado, algo equilibrado, moderado. De acordo com os grandes filósofos gregos Sófocles, Sócrates, Platão e Aristóteles, a virtude máxima seria a temperança, o equilíbrio entre os desejos, vontades e a razão. Para eles, esta qualidade viria da experiência vivida, dos erros cometidos no passado e da capacidade de ponderação sensata.

A temperança está relacionada com o controle e o equilíbrio emocional; consiste em saber utilizar racionalmente o potencial objetivo, evitando interferências exacerbadas de impulsos. Alcançar a condição de equilíbrio emocional ampara outros construtos relacionados à Resiliência, como empatia, solução de problemas e tenacidade.

3.4.6 Solução de problemas

A solução de problemas envolve uma condição sofisticada de pensar, de identificar prioridades, realizar um planejamento estratégico de maneira ampla, considerando os objetivos a curto, médio e longo prazo. É preciso perceber e enfrentar possíveis ganhos e perdas relacionadas às situações geradoras e solucionadoras dos problemas, sem permanecer estagnado no contexto de como surgiu a dificuldade, mas traçar prováveis desfechos e seguir adiante investindo nas melhorias.

A solução de problemas exige temperança, já que será mais fácil desenvolver um planejamento de ações se a pessoa tiver condição de raciocinar sem impulsos emocionais. Em muitas situações requer-se, inclusive, que a pessoa seja capaz de negociar e bem comunicar para chegar a uma decisão, fato que envolve empatia e bom relacionamento social. Ser capaz de solucionar problemas promove consistentemente a Resiliência, pois é definitivo mover-se rumo às melhorias, evitando incorrer em um ciclo vicioso.

3.4.7 *Tenacidade*

A tenacidade é uma característica (que poderá ser aprendida e desenvolvida) de quem consegue manter-se com foco e persistir num objetivo, mesmo que este seja vencer um desafio ou um problema. É possível afirmar que perceber o problema e não tentar esquivar-se dele é uma atitude difícil, que, quando adotada, conduz a pessoa à Resiliência, pois ela será capaz de passar pela dificuldade até que o hiato de sofrimento se transforme em superação e aprendizado. A expressão tenacidade também pode significar resistência, no sentido de ausência de flexibilidade, exigir que as circunstâncias tenham um único contexto, sem considerar as ideias de outros. Este trabalho se interessa pela primeira interpretação, que se relaciona ao tema Resiliência, já que se refere à oportunidade de ser persistente, acreditando em melhorias e soluções dos problemas.

3.4.8 *Espiritualidade*

Conceituar Espiritualidade exige reflexão diante de alguns pontos importantes, referentes à tradição e às influências contemporâneas que interferem no melhor entendimento desta ideia.

Para Arruda (2005, p. 51), “a Espiritualidade não é ritualismo, não tem necessariamente a ver com práticas religiosas, que podem ser um dos caminhos. Espiritualidade é a essência do homem, é o seu ser, é a maneira de se comportar, agir e pensar”.

A Espiritualidade, portanto, é entendida nesta tese como busca por uma transcendência interior, que pode ou não estar conectada com um grupo religioso. Neste sentido, é possível que a Espiritualidade esteja vinculada a dogmas religiosos e seus grupos variantes, mas principalmente estar conectada a uma necessidade pessoal e íntima do ser humano, referente a desenvolver aspectos da sua busca subjetiva intrapessoal. A religião contribui para a busca e o desenvolvimento da Espiritualidade pessoal, favorecendo este objetivo com seus ritos e envolvendo grupos de pessoas integradas, por meio de orações, canções, estudo de livros, entre outras atividades; entretanto, situa-se na esfera do dogma, que é diferente de Espiritualidade.

Taranu (2011) discute a Espiritualidade como sendo “a dimensão biológica, as sensações, os afetos, a cognição, o comportamento, a identidade, o sentido da vida, a moralidade, as relações interindividuais, os papéis, a criatividade, a personalidade e a autoconsciência”. Esta conceituação abrangente corrobora a ideia de que a Espiritualidade

engloba vários aspectos da vida humana, incluindo um composto amplo de vertentes que possibilita à pessoa estar em contato consigo mesma de uma maneira ampla e completa, bem assim com seus contatos sociais.

3.5 Tutores de resiliência

Para experimentar um sentimento de acontecimento, é necessário que alguma coisa no real provoque uma surpresa e um significado que a tornem saliente. Sem surpresa, nada emergiria do real. Sem ser saliente, nada chegaria à consciência. Se um pedaço de realidade não ‘quisesse dizer nada’, não se transformaria nem mesmo em uma lembrança. [...] Quando um fato não se integra à nossa história porque não faz sentido, ele se apaga. (Cyrulnik, 2004, p. 9)

O processo de Resiliência não pode ser considerado previsível ou de alguma forma linear. Ele depende de características pessoais e de circunstâncias sociais, que podem estimular a possibilidade de superação da adversidade.

Existem as variantes biológicas, as predisposições inatas do indivíduo, o histórico social, as possibilidades e recursos que foram aprendidos, como também a condição social que ocorre no momento em que o indivíduo está vivenciando a adversidade.

O próprio indivíduo seria responsável por promover a sua Resiliência e isso é possível quando este encontra vínculos que lhe permitam reconstruir sua vida e ressignificar as experiências.

Vínculo e sentido, são estas, para Cyrulnik (2005), as principais chaves para se conquistar a Resiliência. Quando, “apesar do sofrimento, um desejo é murmurado, basta que outro ouça-o para que a brasa da resiliência torne a se acender” (Cyrulnik, 2005, p. 184).

Logo, a Resiliência é um processo que envolve aspectos sociais. O homem é um ser social, portanto, é importante que existam interações que o auxiliem na reconstrução, no processo de ressignificação das situações de dificuldades e surpresas adversas. Neste contexto, surgem os tutores da Resiliência, que estão posicionados externamente ao indivíduo.

Segundo o conceito de Cyrulnik, os tutores de Resiliência seriam pessoas, objetos, lugares ou até mesmo algo no plano espiritual que signifique apoio e segurança e que seja confiável para a condição de superação ser mais favorável. Essa situação de tutoria seria um suporte para a pessoa, ao vivenciar a adversidade, procurar meios de superação.

É no olhar ulterior, na representação do fato, que nasce a emoção provocada pelo acontecimento. O que o ferido pensa acerca do que lhe aconteceu e o sentimento que experimenta depende tanto da narrativa que ele faz para si, quanto da que ele faz para os outros, sendo necessário adicionar a narrativa dos últimos. É na confluência de todos estes mundos intersubjetivos que nasce o sentimento atribuído ao acontecimento (Cyrulnik, 2005, p. 100).

Considerando a complexidade humana, é difícil pensar-se em determinismo para entender a Resiliência, um ato que demanda a compreensão de histórias vividas com o recurso de ressignificação. A capacidade de absorver significados de outras pessoas contribui e faz acontecer um dos processos dos tutores de Resiliência. A própria condição de alcançar o mundo que reside em outra pessoa, a empatia, já é considerada um fenômeno envolvido na resiliência. A empatia tanto é estimulada pelo processo de Resiliência, como pode favorecer o seu desenvolvimento.

Estamos longe das causalidades lineares em que um agente provoca um efeito [...]. Nas teorias da resiliência, o sujeito está submetido à influência de uma constelação de determinantes entre os quais se debate e onde vai buscar intencionalmente os tutores, ao lado dos quais poderá retomar o seu desenvolvimento (Cyrulnik, 2006, p. 174)

O homem é agente de sua própria história e vive à procura intencional de caminhos que signifiquem âncoras em suas buscas e recomeços. Os tutores significam uma espécie de suporte para aqueles que escolhem, mesmo em meio a emaranhados angustiantes, ressignificar as adversidades, atribuindo-lhes novos valores, contrapondo-as com a possibilidade de interpretação negativa e a perspectiva de novos ajustes mentais.

[...] para pensar a Resiliência é preciso fazer da nossa história uma imagem em que cada encontro é uma escolha de vida. Esse modo de dar um sentido não inexorável à própria vida demonstra uma capacidade de liberdade íntima. Autoriza mil roteiros possíveis, com as hesitações, os golpes de sorte e as angústias que toda escolha provoca. [...] Essa pequena liberdade é um artesanato em que cada gesto e cada palavra podem modificar a realidade que nos arrasta e construir a resiliência como um antidestino (Cyrulnik, 2006, p. 32).

Para que haja Resiliência é preciso que aconteça a metamorfose da dor, sendo difícil pensar que isso possa acontecer de forma solitária para o homem, que é um ser social.

3.6 Psicologia, Religião e Espiritualidade

Psicologia e Religião fazem parte de uma discussão conjunta desde 1880, quando esses dois temas fizeram-se presentes nos trabalhos de pioneiros da Psicologia que se interessaram pelo tema. Naquela época, os debates eram permeados por conflitos direcionados por discordâncias intelectuais. A procura pelo entendimento da religião numa perspectiva da Psicologia continuou, sendo fortalecida por outros pesquisadores interessados por esse contexto repleto de nuances valiosas. A religião, por si só, está ancorada a requisitos que se explicam dentro de formatos e dogmas. A Psicologia tenta estudar as carências humanas compostas por buscas de respostas imediatas, que ordinariamente são oferecidas pelos contextos religiosos.

Portanto, religião e Psicologia encontram-se em sentidos divergentes se considerarmos que uma referência está no parâmetro das explicações, enquanto a outra, no campo das indagações, numa condição de busca das relações existentes entre religião e as vicissitudes humanas.

Na década de 1960 (Belzen, 2005; Parsons & Jonte-Pace, 2001) os estudos se direcionaram a outro contexto da Psicologia e da Religião. Com o pensamento mais amadurecido, já seria possível perceberem-se as duas temáticas numa perspectiva de possibilidades mais seguras e respeitosas, ainda que demonstrando carências a serem atendidas no quesito de sua validação.

Atualmente, no ano de 2017, embora tenha ocorrido significativa evolução na liberdade de se pensar, inclusive através de publicações e eventos cada vez mais frequentes abordando os temas Psicologia e Religião, ainda percebemos resistência, especialmente em ambientes acadêmicos, como se a discussão da religião através do olhar da Psicologia significasse fuga da perspectiva científica.

Para a atual discussão, a religião é considerada em um contexto social, que ganha sentido e pressupostos através dos grupos de pessoas que praticam rituais e constroem símbolos que agregam significados ao indivíduo e ao grupo.

A Psicologia — ciência do comportamento humano que precisa de explicações mensuráveis para se fazer concreta — também absorve os aspectos qualitativos, que não apresentam números a serem medidos, mas comportamentos que são observados. Atualmente é possível trabalhar-se com escalas e testes que amparam as pesquisas no campo da Psicologia e da religião.

A Espiritualidade é entendida como um fenômeno pessoal, não necessariamente vinculado à religião, mas que se associa à vivência íntima de alguém que procura relacionar-se

melhor consigo mesmo, com o próximo e com alguma realidade transcendente que lhe satisfaça a vontade de sentido e lhe preencha o vazio existencial. Não obstante, é comum que esta envolva aspectos da religiosidade, já que recursos religiosos podem expandir a condição espiritual.

Considerando esta dimensão íntima e pessoal, fatalmente a Espiritualidade estará inserida no âmbito da Psicologia, que detém o conhecimento e maiores recursos para lidar com o que se refere à essência do ser humano.

Nas principais religiões do mundo e na maioria das formas de Espiritualidade existe a ênfase de uma condução ética estimulando relações sociais. É comum identificar que a partir do nível mais básico a religião promove bondade, senso de comunidade e estímulo à adoração (Smith, 1991).

A ilustração acima escrita é um exemplo do que a Espiritualidade estimula, por meio do estudo de Escrituras Sagradas ou de outras fontes de ensinamento, que tendem a orientar seus seguidores a investir nas relações sociais com respeito, cortesia e cuidado. Na maioria dos casos, a Espiritualidade estimula relacionamentos saudáveis pautados em vínculos de aceitação e gentileza.

Estimulada pela religião, a Espiritualidade promove aspectos positivos para a vida social das pessoas. Contando com relações sociais frequentes e saudáveis, incentiva-se o fortalecimento dos vínculos pessoais, que atuam como suportes. Através desses estímulos da religião e/ou Espiritualidade, muitas pessoas começam a perceber a importância de manterem o senso de coletividade.

A Espiritualidade e a religião, com base em pressupostos de bom senso, tendem a produzir bons resultados em diferentes áreas. É importante citar que a religião pode influenciar as pessoas proporcionando conforto e alívio, mas também pode ser fonte de ansiedade (Fontes, 2016). Dependendo da forma como se enfrenta as adversidades e situações de estresse é possível ter sensações de desconforto com ênfase em processos de angústias, provocados pela forma como a pessoa interpreta os dogmas religiosos.

3.7 Resiliência e Espiritualidade

O estudo da Resiliência, Espiritualidade e religiosidade, está conectado a pesquisas na área da saúde mental. Cada nova pesquisa que se realiza faz com que esses construtos surjam como complementares, já que melhor se compreendem as relações entre o investimento na Espiritualidade ou religiosidade com o bem-estar e a saúde mental do indivíduo.

O investimento na Espiritualidade ou na religiosidade suscita nuances que estão indubitavelmente interligadas. A Espiritualidade é um construto vinculado à procura de intrapessoalidade e relacionamento íntimo entre as pessoas, despertando o compromisso com a comunidade e com o suprimento de necessidades sociais, promovendo o desenvolvimento da empatia e da preocupação com o bem-estar do grupo social. O pensamento resiliente se destaca em meio às relações sociais de apoio, ao sentimento mútuo de compaixão e no apego a algo maior que o sofrimento.

Com o desenvolvimento de pesquisas em muitos países, em que esses construtos são relacionados à saúde mental e ao bem-estar, os pesquisadores têm percebido a ligação entre eles e a sua conexão com os fatores de proteção.

As pesquisas acerca do tema Resiliência se têm intensificado após a identificação dos fatores de proteção. Estes, com função relevante para a Resiliência, são ferramentas individuais e/ou sociais que operam como escudos, protegendo, impedindo e amortecendo os acontecimentos estressores e adversos vividos pela pessoa. Assim sendo, os fatores de proteção podem preservar e evitar que os envolvidos nas adversidades vivenciam o estresse e possíveis patologias.

Estudos mostram que o desenvolvimento da Espiritualidade ou religiosidade pode ser benéfico para o desenvolvimento de Resiliência. Kim e Esquivel (2011) apontam a importância de se estimular a Resiliência dos jovens através da Espiritualidade.

Raftopoulos e Bates (2011) estudaram a Resiliência em adolescentes e encontram três importantes construtos relacionados, que, em geral, são desenvolvidos através da Espiritualidade, quais sejam: *relação com um poder maior*, *senso de significado* e *conexões sociais*. A *relação com um poder maior* envolve a ideia de predestinação, dando maior significado à vida da pessoa, desenvolvendo sua capacidade de aceitação das adversidades da vida e gerando a sensação interna de que a pessoa estará sempre amparada por um ser divino que a transcende em poder e que tem a capacidade de alterar a realidade para promover o bem. A crença na existência de algo maior, com capacidade de proteger a pessoa, nela desencadeia a sensação de existência de propósitos, em curto, médio ou longo prazo no curso de sua história de vida.

Espiritualidade ou crenças e práticas religiosas são componentes importantes de quase todas as culturas. Religiosidade e Espiritualidade estão baseadas em buscas pessoais para entender questões sobre a vida, significados e relacionamentos com o sagrado ou transcendente (Moreira-Almeida & Koenig, 2006).

3.8 Espiritualidade e Suporte social

Lim e Yi (2009) identificaram, em estudo realizado, que Espiritualidade e religiosidade, juntas, apresentaram relevância significativa positiva no apoio a imigrantes coreanas sobreviventes de câncer. A pesquisa mostrou que a atuação individual dos construtos não demonstrou significância no sentido de elevar a qualidade de vida das imigrantes. O contrário aconteceu quando se pesquisou a Espiritualidade e a religiosidade juntas, que promoveram a elevação do nível de qualidade de vida das pacientes. Os pesquisadores concluíram que o investimento na Espiritualidade e na religiosidade pode elevar a condição de enfrentamento das adversidades, pois funcionam como apoio social naquela situação.

Peterson (2011) acredita que a filiação a uma religião e o desenvolvimento da Espiritualidade podem fortalecer a pessoa e o grupo no qual ela está inserida, levando-os a sentir-se conectados com algo maior, o que constitui importante fator de suporte para vivenciarem e superarem as dificuldades.

3.9 A Psicologia Narrativa como recurso de análise para as entrevistas

A entrevista que será submetida aos participantes desta pesquisa terá perguntas abertas e com isso pretende-se ouvir um pouco da experiência de Resiliência e Fé dos participantes. Esse método oferece mais um amparo teórico para a análise qualitativa dessa tese, através da Psicologia Narrativa, que defende a verbalização das histórias que se organizam e reorganizam de acordo com conceitos anteriores, valores e culturas passadas. Os trabalhos iniciais em Psicologia Narrativa datam de 1984-1986, quando van Dijk e Jerome Bruner investigaram o princípio organizador narrativo nas ações humanas.

A narrativa estrutura a experiência humana, tantas vezes repleta de falhas nos encadeamentos entre eventos e de hiatos entre ocorrências não cumpridas. Esta interação fará a construção da história de vida, com início, meio e fim em uma sequência significativa, proporcionando à pesquisadora a possibilidade de composição e complemento com as respostas das Escalas, que serão aplicadas antes da entrevista.

Para Paiva (2013, p.4):

O sentido, que a maior parte das pessoas procura para seu passado, para o presente e para o seu futuro, encontra-se, na perspectiva dessa psicologia, muito mais no encadeamento de suas experiências do que numa relação de resposta a estímulos ou na expressão de impulsos em conflito. A narração supõe, as mais das vezes, um ouvinte. Esse ouvinte é, em primeiro lugar, o próprio narrador, que se escuta e dialoga consigo em busca de um entendimento cada vez melhor do sentido de sua vida. A narrativa permite ao indivíduo ouvir a si próprio, organizando suas experiências vividas, relacionando-as com as histórias já ouvidas e, nessa condição, reviver e significar a própria história.

Com a narrativa dos participantes da pesquisa pretende-se a aproximação da história de vida, de Resiliência e de fé de cada um. Sabe-se, portanto, que o “contado” e repetido pode não fazer parte de uma realidade pura dos fatos ocorridos, mas é a verdade de cada um. O modo como cada um se lembra de fatos passados e/ou das próprias experiências e está carregado de interpretações particulares e de emoção. Esta é uma função mental “traidora”, pois tem a capacidade de influenciar todas as outras funções, podendo levar a direções irreais e a interpretações exageradas ou tendenciosas, não sendo portanto imparciais.

O interesse pela narrativa da experiência de Resiliência e Espiritualidade, veio como meio de apreender os pressupostos e o significado interno de cada pessoa, como também para absorver o possível sobre o quanto a Espiritualidade pode influenciar a motivação para as situações da vida. Acredita-se que, estabelecendo a Espiritualidade no sobrenatural com o qual se estabelece contato e vivência, a pessoa terá mais motivação para comportar-se e agir a favor da vida. Logo, ter acesso às histórias de vida através das narrativas será favorável para entender as experiências de Resiliência e Espiritualidade.

Para Belzen (2005), “o homem é a sua história, essa expressão é certamente verdadeira, desde que não esqueçamos que não é a única verdade que pode ser dita sobre a existência humana”. Na narrativa, o indivíduo pode modificar conteúdos, dependendo do seu quadro emocional. O fato é que, mesmo com alterações da realidade, a pessoa continua com sua história, com sua realidade. Como esse indivíduo irá colocar em palavras a sua história, será impossível não utilizar os vícios de linguagem, metáforas, ilustrações. Isso não interessa, mas sim a forma como ele vivencia sua história é significativa para ele. Nesse sentido a narrativa de Resiliência e Espiritualidade irá se construir e fazer sentido por meio das palavras. A narrativa possibilita o diálogo do indivíduo consigo mesmo, facilitando assim o real relato de suas “histórias” de vida, o que seria enriquecedor para cruzar as informações com os dados obtidos na Escala, desenvolvendo assim a interpretação qualitativa.

4 METODOLOGIA

Este capítulo abordará os procedimentos metodológicos que guiaram a pesquisa.

4.1 Objetivo geral

O desafio vislumbrado com esta pesquisa quantitativa e qualitativa, foi de encontrar possíveis relações entre Resiliência e Espiritualidade, a partir de escalas psicológicas e entrevistas que promovessem a coleta de dados para a análise, discussão e publicação, contribuindo com o mundo científico e visando à população em geral.

4.2 Problemas

- Quais as possíveis relações encontradas entre Resiliência e Espiritualidade?
- Os religiosos apresentam alta pontuação para Resiliência?
- Os ateus e agnósticos apresentam alta pontuação para Resiliência?
- Os religiosos atribuem a sua Resiliência a fatores externos ou internos?
- Os ateus e agnósticos atribuem a sua Resiliência a fatores externos ou internos?

4.3 Hipóteses

Considerando os problemas levantados, surgiram as seguintes hipóteses:

- Existem correlações positivas entre Resiliência e Espiritualidade, sendo possível estimular-se a primeira mediante investimento na segunda, com ações tais como: frequentar igreja ou participar de algum grupo com propósito espiritual. Já foi discutido na teoria que as religiões se utilizam de mecanismos cognitivos, emocionais e sociais que oferecem estímulos positivos.
- Os religiosos demonstrarão alta pontuação em Resiliência, já que o investimento na Espiritualidade promove a Resiliência. Acreditando que as religiões promovam um exercício de Resiliência, que acontece através dos rituais, das palestras, dos ensinamentos, dos estímulos sociais, dos estímulos de memória e concentração, será mais fácil para este grupo apresentar resultados elevados na escala de Resiliência.

- Ateus e agnósticos obterão menor escore em Resiliência quando comparados aos religiosos. Esta hipótese surge a partir da suposição de as pessoas não religiosas não vivenciam estímulos considerados importantes, que surgem a partir das religiões. Com o distanciamento de exercícios, como orações, reuniões, palestras frequentes com conteúdos que impulsionam temperança, empatia, contato social, essas pessoas estariam em desvantagem quanto à Resiliência.
- Os religiosos tenderão a atribuir a sua Resiliência a fatores internos. Portanto, o locus de controle interno será um dos efeitos percebidos entre os religiosos, por se acreditar que estes apresentarão maior facilidade em creditar a si mesmos sucessos e fracassos, em função dos ensinamentos religiosos que pregam o livre arbítrio e a autorresponsabilização pelos fatos acontecidos na vida.
- O grupo dos não religiosos, composto por ateus e agnósticos, tenderá a atribuir a sua Resiliência a fatores internos. Embora este grupo não vivencie estímulos religiosos, acredita-se na prevalência do locus de controle interno por precisarem desenvolver características de autoeficácia.

4.4 Uso de metodologia eletrônica na coleta de dados

Atualmente, a internet oferece meios mais amplos para coleta de dados nas pesquisas. É possível utilizarem-se questionários em meio eletrônico, ampliando o alcance geográfico, diminuindo o tempo de coleta e facilitando a análise dos dados, sem custos com qualquer forma de impressão ou deslocamento (Galan & Vernet, 2000). É possível discorrer acerca das desvantagens deste método de coleta de dados, como a falta de conhecimento e domínio dos meios digitais (Flick, 2009), a facilidade de o entrevistado desistir de responder ao questionário em formato digital, ou a falta de contato humano.

A escolha de utilizar a tecnologia como auxiliar nesta pesquisa baseou-se na possibilidade de se coletarem dados em diferentes locais do Território Nacional e também no exterior, alcançar maior número de respondentes e otimizar o tempo.

4.5 Aspectos Éticos

O projeto desta pesquisa foi submetido à Plataforma Brasil para a avaliação do Comitê de Ética em pesquisas com seres humanos na Universidade de São Paulo. O TCLE (termo de

consentimento livre e esclarecido) foi elaborado em versão digital e está disponível no apêndice deste trabalho, como também a carta de aprovação do projeto enviada pelo Comitê de Ética. (n. do parecer favorável - 1.747.746.)

4.6 Levantamento de Dados

4.6.1 Etapa quantitativa

4.6.1.1 Participantes

Participaram da primeira etapa 208 respondentes de todo o território brasileiro, adeptos de diferentes religiões e também sem religião, com idade de 18 a 80 anos, grau de escolaridade desde o ensino fundamental até o pós-doutorado.

A amostra não probabilística, que foi adotada por conveniência, requer a participação de qualquer pessoa, sem exclusões. Pressupõe-se que a situação de pesquisa seja uma incógnita, razão pela qual ocorreram imprevistos que, inicialmente, pareceram problemas; entretanto, estes concorreram para enriquecer o trabalho, possibilitando uma análise mais rica, amadurecida e que contempla duas maneiras de coleta de dados. A análise quantitativa abrangeu a amostra real de 208 participantes, cujas primeiras 8 respostas foram utilizadas para uma etapa de calibração do questionário. Esses respondentes contribuíram fazendo sugestões para melhor adequação da ferramenta. Nas análises estatísticas foram consideradas as respostas dos demais 200 participantes, que foram alcançados através de método virtual. Esses participantes da etapa quantitativa foram convidados através de redes sociais, e-mails e grupos de WhatsApp a responder virtualmente a Escala ERS, a Escala Locus de Controle e a Escala de Desejabilidade Social.

Depois de lerem e concordarem com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, responderam aos instrumentos.

Os participantes da etapa qualitativa não participaram da contagem quantitativa, proporcionando, embora tenham respondido ao questionário da parte quantitativa, o que possibilitou contarmos com dois tipos de amostras nesta pesquisa (multimetodo).

4.6.1.2 Instrumento

A coleta de dados quantitativos foi realizada através de questionário desenvolvido e aplicado virtualmente, segundo as etapas descritas abaixo:

Página inicial:

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Primeira parte:

Questionário sócio-demográfico

Segunda parte:

Escala Locus de Controle de Rotter

Terceira parte:

Escala de Resiliência Sabbag

Quarta parte:

Escala de Desejabilidade Social

Quinta parte:

Agradecimento

4.6.1.3 Etapa Pré-Teste

Foram convidadas 8 pessoas para participarem desta etapa. Foi possível contar com 2 psicólogos pesquisadores do IP/USP e 6 psicólogos pesquisadores do IP/UnB, que responderam a todo o questionário e fizeram observações de aprimoramento. Todos os convidados desta etapa apresentaram observações relevantes referentes a questões repetidas, erros ortográficos, erros de numeração e diferença na sequência das opções de respostas das escalas. Somente após a conclusão desta etapa, tendo-se efetuado os ajustes necessários, o questionário foi publicado.

4.6.1.4 Coleta de dados quantitativos

Com o questionário publicado, utilizou-se a técnica “bola de neve” para alcançar o maior numero de participantes através das redes sociais, emails e whatsapp. Solicitou-se aos contatos pessoais da pesquisadora que eles compartilhassem e enviassem o link do questionário

aos amigos, solicitando que eles também enviassem aos contatos pessoais, assim multiplicando as possibilidades de alcance de participantes.

4.6.1.5 Análise de dados quantitativos

Os resultados obtidos por meio do questionário virtual foram interpretados com o auxílio do programa Excel e do Statistical Package for Social Science (SPSS). Os dados foram organizados em tabelas e gráficos, que foram analisados e discutidos, levando-se em consideração a fundamentação teórica da tese.

4.6.2 *Etapa qualitativa*

4.6.2.1 Participantes

Após a coleta de dados para a parte quantitativa, o questionário virtual continuou aberto para novos respondentes que participariam da etapa qualitativa. Foram convidados respondentes que morassem na região de Brasília e entorno e assim, facilitar a entrevista para a etapa qualitativa.

Fizeram parte dessa etapa 6 respondentes, sendo 3 religiosos e 3 não religiosos. Essas pessoas foram encontradas após responderem ao questionário virtual e deixarem os respectivos contatos, assim manifestando sua disposição de seguirem colaborando com a pesquisa. A definição da quantidade de participante nessa etapa foi estabelecida a partir da ideia de saturação, que é formalmente reconhecido à medida que atende as condições de concepção em uma amostra determinada. (TRIBBLE; SAINTONGE:1999). Essa técnica significa que o acréscimo de participantes não acrescentariam dados relevantes para pesquisa, pois ofereceria informações já repetidas, sem relevância para a pesquisa (Fontanella, Ricas & Turato, 2008; Falqueto, 2012).

4.6.2.2 Instrumento

Para a etapa qualitativa, utilizou-se uma entrevista semiestruturada inspirada na temática das escalas aplicadas na etapa quantitativa. As questões referentes a esta parte estão disponíveis no apêndice desta tese.

4.6.2.3 Coleta de dados qualitativos

Havendo-se alcançado 200 respondentes no questionário eletrônico (além dos 8 primeiros participantes da etapa pré-teste), os dados foram tabulados e analisados, produzindo-se os resultados da primeira etapa da pesquisa. A ferramenta eletrônica permaneceu aberta para abranger respondentes que pudessem colaborar com a entrevista, o que decorre do fato de ser este um estudo multimétodo. A comunicação com os participantes da segunda etapa foi realizada via e-mail e whatsapp após responderem ao questionário virtual, quando foram convidados a continuar colaborando com a pesquisa através de entrevista, que seria realizada pessoalmente. O critério de escolha dos participantes dessa etapa foi a residência em Brasília ou entorno, o que facilitaria a entrevista pessoalmente.

As entrevistas foram realizadas em diferentes locais, dependendo da disponibilidade dos participantes.

4.6.2.4 Análise de dados qualitativos

As entrevistas foram analisadas qualitativamente relacionando-se os depoimentos dos participantes com a discussão teórica acerca de Resiliência e Espiritualidade, bem assim com os dados obtidos através da análise quantitativa.

Levando em consideração a teoria da narrativa, procurou-se ouvir as histórias dos entrevistados que se desenvolviam a partir do direcionamento da pesquisadora.

Para o melhor entendimento das entrevistas, dividiu-se o seu conteúdo em categorias, que foram explicadas com depoimentos de cada entrevistado.

As seguintes categorias foram estabelecidas, direcionadas segundo o tema da tese e as escalas psicológicas utilizadas na pesquisa:

- Resiliência;
- Espiritualidade;
- desejabilidade social;
- locus de controle.

Figura 7 - Flor de lótus Rosa
Fonte: Revista Pazes, 2016

Para preservar-se a identidade dos respondentes, seus depoimentos foram identificados nas categorias citadas acima através de cores da Flor de Lótus. Esta assimilação foi escolhida pelo fato de essa flor ser um dos símbolos da Resiliência. Trata-se de uma planta que vegeta em ambiente pantanoso ou alagadiço, cuja flor, embora delicada, é muito resistente e persistente.

4.6.3 As Escalas utilizadas

4.6.3.1 A Escala ERS

A escala de Resiliência Sabbag foi criada pelo pesquisador brasileiro Paulo Y. Sabbag, desenvolvida a partir de estudo de outras escalas de Resiliência, avalia 9 construtos. São eles: autoeficácia e autoconfiança, otimismo aprendido, temperança, empatia, competência social, proatividade, flexibilidade mental, solução de problemas e tenacidade. Em sua validação realizaram-se 1.436 observações completas de adultos em 61 cidades brasileiras diferentes; utilizou-se a técnica TRI (Teoria de Resposta ao Item, Lord e Novick, 1968), que assegura a existência de controle quanto à quantidade e à qualidade de respostas, ou seja, quem tem o mesmo escore não necessariamente terá resultado idêntico, já que as escolhas das respostas podem ser diferentes (Sabbag, 2012). O criador da escala chama a atenção para a importância de se levantar o valor do escore particular de cada construto e não apenas o global. Trata-se, portanto, de uma escala desenvolvida e validada no Brasil, que leva em consideração a cultura e as prioridades específicas da região, o que é relevante quando se analisa a Resiliência, que é influenciada pela cultura. A técnica TRI (Teoria de Resposta ao Item) oferece mais dados na análise quantitativa, pois considera as respostas de cada participante, não somente o agrupamento estatístico por respostas iguais, ponto que fortalece a escala e contribuiu para a escolha desse instrumento destinado a captar e oferecer informações acerca do tema Resiliência.

Por ser um instrumento genuinamente brasileiro, apresenta vantagens em comparação a escalas traduzidas, que, mesmo validadas, oferecem variantes sensíveis que podem

comprometer os resultados. Os construtos com que opera a escala ERS fortalecem a discussão deste trabalho, pois neles se evidenciam os pontos benéficos da Espiritualidade, já discutidos anteriormente. Na época de definição dos instrumentos, outras escalas foram consideradas como alternativas que poderiam ser utilizadas no levantamento dos dados de Resiliência nesta pesquisa. Todavia, fatores como as possíveis interferências culturais não tratadas na validação, construtos explorados que não são os mais afinados com os objetivos deste trabalho, ou o fato de algumas escalas exigirem licenças pagas, foram determinantes para a escolha. A Escala de Resiliência Sabbag oferece adequação à cultura brasileira, boa condição para a sua aplicação e construtos harmônicos com a identidade desta tese.

Discussão a respeito de escalas de Resiliência

Fatores	Noções ou ideias reunidas
Percepção de si Mesmo	Confiança nas próprias capacidades, autoeficácia e visão positiva e realista acerca de si mesmo.
Futuro Planejado	Visão otimista do próprio futuro, certeza de que pode ser bem-sucedido e habilidade de planejamento e estabelecimento de metas claras e alcançáveis.
Competência Social	Habilidade em iniciar contatos verbais e ser flexível em interações sociais, criar novas amizades e sentir-se à vontade em ambientes sociais, bem como à presença ou ausência de um estilo de interação social.
Estilo Estruturado	Capacidade de organização do próprio tempo, estabelecimento de objetivos e prazos e orientação pessoal para a manutenção de regras e rotinas na vida diária.
Coesão Familiar	Qualidade da relação em família, em termos de comunhão de valores e visão de futuro, de união, lealdade e simpatia mútua.
Recursos Sociais	Suporte social oferecido por pessoas que não fazem parte do núcleo familiar (amigos ou colegas de trabalho, por exemplo), e que propicia o sentimento de coesão, a simpatia, o encorajamento e a ajuda em situações difíceis.

Quadro 3 - Fatores da Escala de Resiliência para Adultos - RSA

Fonte: Elaborado pela Autora

A escala RSA está disponível para utilização em formato, mas contempla apenas 6 construtos.

A escala de Resiliência desenvolvida por Wagnild e Young (1993), é uma ferramenta desenvolvida e direcionada para a aferição de níveis de adaptação psicossocial, inclusive com a orientação e adaptação da ferramenta para utilização com outros interesses de mensuração.

As tentativas de validação apresentaram problemas com os construtos originais, necessitando a retirada de alguns deles em função da baixa confiabilidade estatística, o que é uma das fragilidades no que se refere às escalas de Resiliência. As interferências semânticas contribuíram para a dificuldade de se manterem os construtos originais. Considerado este cenário, preferiu-se não escolher essa escala, em função do baixo número de construtos e dos

problemas já percebidos durante as situações de validação. O atual trabalho não se predispõe a realizar a validação da escala escolhida.

Todavia, para que um instrumento possa ser utilizado em outros contextos, recomenda-se um rigoroso processo de adaptação e análise dos índices psicométricos, já que somente a adaptação semântica não cobre as diferenças culturais entre os dois universos explorados, além de prejudicar a análise dos resultados de validade e confiabilidade da escala (Patrick, Sittampalam, Somerville, Carter & Bergner, 1985)

Verificando o potencial de cada instrumento de mensuração da Resiliência, percebeu-se que as limitações existem e demandam mais pesquisas e publicações para tornar essas ferramentas o mais fidedignas possível. De acordo com Baasch, Amorim e Cruz (2015):

As ferramentas de mensuração de Resiliência apresentam falhas e as medidas existentes são falíveis, incorporam uma boa dose de erro, o que significa que, para minimizar erros, a Resiliência não pode ser avaliada por apenas uma medida em um momento específico. A principal solução para este problema de medição seria ter acesso a diferentes fontes de medição e, de preferência, dispor de medidas que se repetem ao longo do tempo.

Procurou-se nesta pesquisa trabalhar com três diferentes instrumentos que funcionassem como complementares e pudessem responder a possíveis inexatidões da escala de Resiliência escolhida e utilizada. A escala de desejabilidade social foi adotada com o objetivo de minimizar possíveis intercorrências relacionadas a este fator.

O construto Resiliência depende de vários fatores, como predisposições, estímulos sociais, os círculos sociais que a pessoa se permite ter, o momento do desenvolvimento humano. Enfim, são vários os aspectos que devem ser levados em consideração e promovem a atmosfera de subjetividade. Neste contexto, supõe-se a interferência de desejabilidade social nos resultados obtidos com as escalas existentes. Este fator não tolhe ou deprecia as pesquisas que utilizam escalas de resiliência, mas alerta para a necessidade de construção de um conjunto de ferramentas que sirvam de suporte para a confiabilidade dos processos de investigação. As revelações acerca do aperfeiçoamento das escalas só poderão surgir a partir das discussões e investigações. Caso contrário, as descobertas científicas poderão ser inibidas, em função de barreiras construídas por rejeições a ferramentas com grande potencial.

Resiliência é um construto novo e em evolução. Logo, faz-se imperativo expandir as pesquisas acerca deste tema, o que deverá trazer contribuições à Psicologia Social, à Psicopatologia, à Psicologia Clínica, à Psicologia do Desenvolvimento e às Ciências da Saúde de modo geral.

4.6.3.2 A Escala de Locus de Controle de Rotter

No estudo da Resiliência relacionada à Espiritualidade e à fé, foi importante considerar o locus de controle em que os participantes determinam suas vitórias e fracassos, a saber: se tais eventos são conquistados ou oferecidos por algum meio externo, como sorte, azar, Deus ou natureza; ou se a pessoa se percebe atuante e responsável pela própria história, vitórias e/ou fracassos (locus de controle interno).

Segundo O'Brien (1984), o Locus de Controle "é a expectativa do indivíduo sobre a medida em que os seus reforçamentos se encontram sob controle interno (esforço pessoal, competência, etc.), ou externo (as outras pessoas, sorte, chance, etc.)". Neste sentido, dependendo de serem externos ou internos, os sujeitos reagirão de maneira diferente às contingências, o que permitirá refinar as previsões acerca de como os reforçamentos alteram as suas experiências (Bastos, 1992).

Há bastante tempo o estudo de percepção social tem sido acompanhado do estudo da percepção de controle (Dela Coleta, 1987), que, de acordo com Lefcourt (1976), seria a pessoa sofrer forte influência por aspectos internos e/ou externos de situações, objetos ou pessoas, caracterizando inclusive a sensação de fracasso ou sucesso.

Na década de 1960, com o aumento de pesquisas sobre o comportamento social, investiu-se muito em estudos acerca do construto locus de controle: o que ou quem seria responsável pelos acontecimentos na vida de cada pessoa. O destino, a sorte, a religião, são considerados elementos do locus externo, ou seja, fora do indivíduo. Por outro lado, considerar que os fatos da vida podem ser controlados pelo próprio esforço, atitudes ou escolhas indica ser interno o locus de controle.

A escala é corrigida pontuando 1 para cada resposta de externalidade; assim, quanto mais pontos o indivíduo obtiver, significa que maior locus externo ele atribui aos eventos de sua vida.

A correção desta escala será realizada utilizando o programa SPSS seguindo os padrões de orientação dos validadores da ferramenta.

4.6.3.3 Escala de Desejabilidade Social de Marlowe-Crowne

A desejabilidade social consiste na tendência de uma pessoa manipular sua resposta a questionários, inventários ou testes psicológicos de forma a tentar atender a uma possível

expectativa. Logo, o respondente não é totalmente sincero, mas procura ser adequado a alguma fantasia que porventura tenha em relação ao que acredita ser melhor em suas respostas.

Essa tentativa de controle dos resultados pode estar relacionada ao desejo de ser socialmente aceito e mais adequado a possíveis expectativas. A Escala de Desejabilidade Social é uma ferramenta que permite verificar a autenticidade dos resultados dos instrumentos utilizados na pesquisa, validando melhor o estudo e diminuindo os riscos de divulgar dados enviesados por respondentes com alta necessidade de aprovação social.

Marlowe e Crowne observaram que, até a década de 1960, as escalas de desejabilidade social continham questões investigando psicopatologia. Decidiram então desenvolver um instrumento que indicasse a presença ou não de respostas motivadas por aceitação social. Assim criaram uma ferramenta apoiada em duas premissas: uma, que as questões deveriam ser relacionadas com situações incomuns ao cotidiano da pessoa; e outra, que não houvesse questões referentes à psicopatologia. Esta escala é composta por 33 afirmações que, a partir das respostas do participante, são transformadas em escores de acordo com o crivo oferecido pelos autores.

4.6.4 A entrevista

A entrevista foi elaborada pelas questões abaixo apresentadas, tendo por finalidade continuar e aprofundar a investigação sobre Resiliência, Espiritualidade e locus de controle. Acredita-se que essa ferramenta complementar os dados, possibilitando a análise qualitativa da relação entre Resiliência, Espiritualidade e locus de controle.

- ⊕ Acredita em algo transcendente?
- ⊕ Participa de algum encontro religioso ou filosofia de vida? Desde qual idade?
- ⊕ Acredita que ela (religião ou filosofia de vida) influencia sua vida? Como?
- ⊕ A sua vida teve mudança a partir da época em que começou a frequentar uma religião? (Percebe algum fator que fez mudar a sua vida?)
- ⊕ O que significa fazer parte dessa filosofia? (O que significa ser um ateu?)
- ⊕ Participa de ritual? Com qual frequência? (Sente falta de participar de algum ritual religioso e/ou que estimule a Espiritualidade?)
- ⊕ Como a sua filosofia de vida o(a) ajuda no cotidiano?
- ⊕ Já passou por dificuldades na vida? Sente tê-las superado?
- ⊕ Teve ajuda para vencê-las?

- ⊕ Tem algum amuleto? Como este o(a) ajuda?
- ⊕ O que faz para resolver os problemas que surgem?
- ⊕ Sente que existe influência da sua religião ou filosofia de vida sobre a sua Resiliência?
- ⊕ Você se considera uma pessoa resiliente?

4.6.5 *Os Grupos Pesquisados*

4.6.5.1 Religiosos e Não religiosos

No levantamento sócio-demográfico realizado identificaram-se sete opções de religiões, a saber: Católica, Evangélica, Espírita, Umbanda, Candomblé, Budista, Seicho-No-Iê. Os participantes poderiam escolher uma dessas religiões ou, caso não houvesse identificação com nenhuma, poderiam escrever o nome de outra religião que adotassem. Havia também as opções “ateu” e “agnóstico”, que identificam os participantes desses grupos. Na tabulação dos dados, os respondentes foram divididos entre “religiosos” e “não religiosos” para alcançarem-se as relações propostas levando-se em consideração Resiliência, Espiritualidade, locus de controle e desejabilidade social.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1 Descrição dos dados sócio demográficos

Este capítulo apresenta descrições, análises e discussões dos resultados obtidos nesta pesquisa. A primeira parte descreve a etapa inicial de coleta dos dados através de questionário eletrônico. A segunda parte, a análise dos resultados coletados referentes aos instrumentos de pesquisa utilizados e das entrevistas realizadas.

5.1.1 Perfil Sócio-demográfico da amostra

A amostra é de conveniência porque o questionário foi divulgado por meio virtual, procurando alcançar grupos de religiosos e não religiosos. Através de rede social (facebook), e-mails, whatsapp, o questionário foi publicado e solicitou-se a amigos e conhecidos que o compartilhassem para que assim se pudesse alcançar maior número de respondentes. O questionário alcançou respondentes de diferentes locais do Brasil. O questionário eletrônico foi respondido por 208 pessoas, sendo que as primeiras oito respostas constituíram o projeto piloto.

Estas foram importantes no sentido de colaborar com a parte inicial de análise da ferramenta, dando feedbacks relacionados a possíveis erros referentes a ortografia, gramática, estética e outros fatores que pudessem comprometer o claro entendimento do questionário por parte dos respondentes. Portanto, a quantidade de respondentes efetivamente analisada foi igual a 200 (n=200), sendo a maioria do sexo feminino (n=116; 58%), com idade entre 18 e 30 anos (n= 83, 42%); aproximadamente a metade da amostra foi composta por pessoas solteiras (n= 90; 45%); em relação à procedência, a maioria dos participantes reside em cidades brasileiras, sendo os Estados de São Paulo (n=43; 21,5%) e Goiás (n= 42; 21%) e o Distrito Federal (n=40; 20%) os locais com maior número de representantes. Quanto à escolaridade, houve predomínio de pessoas com curso superior incompleto (n=62, 31%). Com referência à afiliação religiosa ou filosofia de vida dos participantes, a maioria definiu-se como ateu (n= 67, 33,5%), vindo em seguida os evangélicos (n=34; 17%).

Tabela 1 - Proporção de participantes divididos por sexo

Sexo				
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulada
Valid	feminino	116	58	58
	masculino	84	42	100
	Total	200	100	

Fonte: Elaborado pela autora.

Aproximadamente metade da amostra são indivíduos solteiros (n= 90; 45%)

Tabela 2 - Proporção de participantes divididos por estado civil

Estado Cível				
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulada
Valid	Viúva(o)	2	1	1
	Divorciada(o)	14	7	8
	Vivo maritalmente com uma(o) companheira(o)	25	12,5	20,5
	Casada(o)	69	34,5	55
	Solteira(o)	90	45	100
	Total	200	100	

Fonte: Elaborado pela autora.

Tabela 3 - Distribuição dos participantes por estado brasileiro

Estado que reside				
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulada
Valid	Ceará	1	0,5	0,5
	Espírito Santo	3	1,5	2
	Pará	1	0,5	2,5
	Roraima	1	0,5	3
	Santa Catarina	7	3,5	6,5
	Piauí	2	1	7,5
	Maranhão	3	1,5	9
	Pernambuco	6	3	12

(continua)

	Paraná	9	4,5	16,5
	Rio Grande do Sul	11	5,5	22
	Rio de Janeiro	15	7,5	29,5
	Minas Gerais	16	8	37,5
	Distrito Federal	40	20	57,5
	Goiás	42	21	78,5
	São Paulo	43	21,5	100
	Total	200	100	

(conclusão)

Fonte: Elaborado pela Autora.

Quanto à escolaridade, houve predomínio de pessoas com curso superior incompleto (n=62, 31%).

Tabela 4 - Distribuição dos participantes por nível de escolaridade

Nível de Escolaridade				
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulada
Valid	Ensino Fundamental	1	0,5	0,5
	Ensino Médio	19	9,5	10
	Superior Incompleto	62	31	41
	Superior Completo	44	22	63
	Pós-graduação	50	25	88
	Mestrado	18	9	97
	Doutorado	6	3	100
	Total	200	100	

Fonte: Elaborado pela Autora.

Com referência à afiliação religiosa ou filosofia de vida dos participantes, a maioria definiu-se como ateu (n= 67, 33,5%), vindo em seguida os evangélicos (n=34; 17%).

Tabela 5 - Distribuição dos participantes por autodenominação

Autodenominação				
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulada
Valid	Ateu	67	33,5	
	Budista	5	2,5	
	Candomblé	2	1	
	Católica	32	16	
	Espírita	23	11,5	
	Evangélica	34	17	
	Seicho-No-Iê	3	1,5	
	Umbanda	5	2,5	
	Outros	29	14,5	
	Total	200	100	

Fonte: Elaborado pela Autora.

Em relação ao tempo de permanência na religião ou filosofia de vida, predominaram os respondentes com mais de 30 anos de vínculo (n=45; 22,5%).

Tabela 6 - Distribuição dos participantes por tempo de afiliação

Tempo na religião (categorizado)				
		Frequência	Porcentagem	Porcentagem Acumulada
Valid	0 a 5 anos	44	22	
	6 a 10 anos	38	19	
	11 a 20 anos	37	18,5	
	21 a 30 anos	36	18	
	acima de 30 anos	45	22,5	
	Total	200	100	

Fonte: Elaborado pela Autora.

5.2 Descrição dos dados quantitativos

5.2.1 *Teste T - Locus de Controle, Desejabilidade Social, Resiliência, Tempo de Afiliação e Gênero*

A análise de relação utilizando o teste T (que leva em consideração a média, o tamanho dos grupos e o desvio padrão) e o cálculo do tamanho do efeito para certificar a credibilidade da amostragem, revelaram aspectos pertinentes, considerando o locus de controle e o sexo dos participantes da pesquisa. É possível afirmar que, em média, os participantes do sexo feminino tiveram locus de controle externo maior ($M = 9,59$, $SD = 0,41$) do que os participantes do sexo masculino ($M = 7,98$, $SD = 0,34$). Essa diferença foi estatisticamente significativa $t(198) = -2,99$, $p=0,03$, $d=0,53$.

Tabela 7 - Teste T

Grupos estatísticos					
	Gênero	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Locus	Masculino	85	7,9882	3,81879	0,41421
	Feminino	115	9,5913	3,68471	0,3436
Desejabilidade	Masculino	85	17,0353	5,35512	0,58084
	Feminino	115	18,1391	5,51058	0,51386
Resiliência	Masculino	85	117,0118	13,24179	1,43627
	Feminino	115	120	11,92447	1,11196
Tempo de afiliação	Masculino	85	18,8	15,29223	1,65868
	Feminino	115	20,3652	15,3402	1,43048

Fonte: Elaborado pela Autora.

Os participantes do sexo feminino tendem a acreditar mais que fatores externos influenciam as circunstâncias do cotidiano.

No contexto de desejabilidade social, Resiliência e tempo de afiliação religiosa, a análise dos dados estatísticos dos respondentes não apresentou diferenças significativas entre as pessoas dos sexos masculino e feminino.

5.2.2 Relação - Desejabilidade Social, Locus de Controle e Resiliência– Religiosos, Ateus e Agnósticos.

Tabela 8 - Desejabilidade e Locus - Ateus e agnósticos e religiosos

Grupos estatísticos					
	Afiliação	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Desejabilidade	Ateus e agnósticos	96	17,125	5,31977	0,54295
	Religiosos	104	18,1731	5,56243	0,54544
Locus	Ateus e agnósticos	96	9,0521	3,73988	0,3817
	Religiosos	104	8,7788	3,89911	0,38234

Fonte: Elaborado pela Autora.

Tabela 9 - Resiliência- Ateus e agnósticos e religiosos

Group Statistics					
	Afiliação	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Resiliência	Ateus e agnósticos	96	117,3229	12,65867	1,29197
	Religiosos	104	120,0288	12,38027	1,21399

Fonte: Elaborado pela Autora.

Tabela 10 - Resiliência e Locus de Controle

Grupos estatísticos					
	Locus	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Resiliência	$\geq 9,00$	56	117,75	12,73827	1,70222
	$< 9,00$	48	122,6875	11,51531	1,66209

a. AFILIAÇÃO = Religiosos

Fonte: Elaborado pela Autora.

É possível afirmar que não se evidenciaram diferenças significativas entre os grupos de religiosos e não religiosos quanto à desejabilidade social e ao Locus de Controle.

Em média, os participantes ateus e agnósticos apresentaram locus de controle externo maior ($M = 9,05$, $SD = 3,73$) do que os religiosos ($M = 8,77$, $SD = 3,89$). Entretanto, essa diferença não foi significativa $t(198) = -0,50$, $p=0,61$.

Na relação entre religiosos, locus de controle e Resiliência, em média religiosos com locus de controle interno apresentam maior Resiliência ($M = 122,6$, $SD = 11,5$) do que os participantes com locus de controle externo ($M = 117,7$, $SD = 12,7$).

Essa diferença foi significativa $t(102) = -2,059$, $p = 0,04$, $d = 0,43$.

Em relação à Resiliência, é possível notar diferença significativa entre os dois grupos (religiosos e não religiosos), tendo os religiosos pontuado significativamente acima em relação aos não religiosos ($p > 0,05$).

A Resiliência não aumenta conforme o tempo de afiliação, parecendo tratar-se de um subproduto da idade dos participantes. Os religiosos (com idade de 40 a 60 anos) estão afiliados há mais tempo que os ateus e agnósticos (a maioria com idade entre 20 e 30 anos), o que significa que estes são mais jovens que aqueles e, portanto, praticam há menos tempo essa filosofia de vida.

Em média, ateus e agnósticos com locus de controle interno apresentam maior Resiliência ($M = 121,5$, $SD = 9,79$) do que os participantes com locus de controle externo ($M = 113,5$, $SD = 13,8$). Essa diferença foi significativa $t(94) = -3,24$, $p = 0,02$, $d=0,71$. Portanto, é possível afirmar que, tanto no grupo de ateus e agnósticos, quanto no grupo de religiosos, acontece uma relação entre locus de controle interno e Resiliência. Aqueles com locus de controle interno apresentam maior Resiliência.

Tabela 11 - Correlação - Locus de Controle, Desejabilidade Social, Resiliência e Tempo de Afiliação

Correlações					
		Locus	Desejabilidade	Resiliência	Tempo de Afiliação
Locus	Correlação de Pearson	1	-,192**	-,319**	-0,026
	Sig. (2-tailed)		0,006	0	0,71
	N	200	200	200	200
Desejabilidade	Correlação de Pearson		1	,483**	-0,123
	Sig. (2-tailed)			0	0,082
	N		200	200	200
Resiliência	Correlação de Pearson			1	0,005
	Sig. (2-tailed)				0,94
	N			200	200
Tempo de Afiliação	Correlação de Pearson				1
	Sig. (2-tailed)				
	N				200

** A correlação é significativa ao nível de 0,01 (um centésimo) (2-tailed).

Fonte: Elaborado pela Autora.

A análise de correlação foi utilizada para conhecer possíveis ligações entre as variáveis Locus de Controle, Desejabilidade Social, Resiliência e Tempo de Afiliação. Os resultados identificados mostraram não haver correlação entre esses fatores. Essa constatação sugere que a Resiliência não aumenta de forma proporcional ao tempo de afiliação.

Em geral, os participantes mais novos, entre 18 e 30 anos, demonstraram maior tendência de serem ateus ou agnósticos. A maioria dos religiosos desta amostra tem idade entre 40 e 60 anos; estes encontram-se filiados há mais tempo, principalmente às religiões tradicionais, como o Catolicismo. Neste estudo, tanto as pessoas com pouco tempo, como as com muito tempo de afiliação a uma religião ou filosofia de vida, demonstram equilíbrio estatístico no construto Resiliência, o que significa que o tempo em que estão engajadas não é significativo para elevar o índice de Resiliência.

Fazendo a correlação entre as variáveis, é possível afirmar que o nível moderado forte entre desejabilidade social e Resiliência parece indicar que os escores em Resiliência estão associados à desejabilidade social. Portanto, elevada pontuação em Resiliência pode sugerir que algumas pessoas desejam mostrar boas informações acerca de si mesmas; logo, a informação de alta Resiliência entra numa condição de dúvida, já que associada à desejabilidade. O respondente pode ter manipulado suas respostas tentando alterar os próprios resultados para adequar-se a uma condição de alta Resiliência.

Esta pesquisa quantitativa utiliza aferição de autorrelato, sendo necessário trabalhar com as informações oferecidas pelos próprios participantes. Provavelmente os resultados seriam diferentes caso a investigação fosse realizada através de observação de comportamento com metodologia longitudinal.

Tabela 12 - Resiliência- Teste T

Teste de amostras independentes										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Resiliência	Equal variances assumed	0,006	0,938	-1,528	198	0,128	-2,70593	1,77125	-6,19887	0,78701
	Equal variances not assumed			-1,526	195,935	0,129	-2,70593	1,77284	-6,20222	0,79036

Fonte: Elaborado pela Autora.

Embora a Resiliência seja maior entre Religiosos ($M = 120,0$, $SD = 12,3$) do que no grupo de Ateus e Agnósticos ($M = 117,3$, $SD = 12,6$), não foi observada diferença significativa entre os grupos $t(198) = -1,53$, $p=0,13$, o tamanho do efeito é muito pequeno $d=0,25$. Mas é um dado que induz, no mínimo, duas reflexões. A primeira é que, tendo surgido este dado, ele portanto é relevante, sendo pertinente levantar-se a inferência que os religiosos apresentam maior Resiliência que ateus e agnósticos. A segunda é que existem fatores a serem analisados, como a amostra de religiosos que participaram, em que predominavam pessoas com mais de 30 anos de filiação, o que pode sinalizar que os respondentes religiosos são pessoas mais velhas, característica que geralmente faz da pessoa mais resiliente em função da maturidade.

A análise revelou a existência de forte correlação entre as variáveis desejabilidade social e Resiliência, o que parece indicar que os escores em Resiliência podem não ser confiáveis, já que estão muito relacionados à desejabilidade social. Sendo assim, aqueles que pontuam mais em Resiliência poderiam estar manipulando os resultados em função da desejabilidade, procurando responder de acordo com o que pensam ser o correto ou para que fossem aprovados socialmente.

Tabela 13 – Grupos Estatísticos

Grupos estatísticos					
	LOCUS	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Resiliência	>= 9,00	56	117,75	12,73827	1,70222
	< 9,00	48	122,6875	11,51531	1,66209

a. AFILIAÇÃO = Religiosos

Fonte: Elaborado pela Autora.

Tabela 14 - Afiliações Específicas

ANOVA						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Locus	Between Groups	101,759	7	14,537	0,998	0,434
	Within Groups	2796,621	192	14,566		
	Total	2898,38	199			
Desejabilidade	Between Groups	258,607	7	36,944	1,251	0,277
	Within Groups	5671,613	192	29,54		
	Total	5930,22	199			
Resiliência	Between Groups	2100,297	7	300,042	1,968	0,061
	Within Groups	29275,123	192	152,475		
	Total	31375,42	199			
Tempo de Afiliação	Between Groups	12488,535	7	1784,076	10,045	0
	Within Groups	34101,465	192	177,612		
	Total	46590	199			

Fonte: Elaborado pela Autora.

No teste Anova, quando se correlacionaram as afiliações específicas, a única diferença que ocorreu foi no tempo de afiliação. Os religiosos pontuaram mais no tempo do que os não religiosos, fato este ligado à idade dos respondentes. Na amostra, as pessoas de maior idade estão entre os religiosos, o que faz com que estejam vinculados a alguma religião há bastante tempo, prejudicando a comparação com os não religiosos, que têm menor idade.

Ainda em relação às afiliações específicas, a única diferença foi o tempo de afiliação, provavelmente relacionado ao fato de que os religiosos pontuaram mais do que os ateus e

agnósticos. Este dado é mais claro nas religiões tradicionais, especificamente o Catolicismo, um dado redundante sem significância.

Algumas religiões pontuaram mais que a Seicho-No-Iê, o que é curioso e levanta a hipótese de que esse resultado seja um sinal de que os seguidores dessa religião tenham menor desejabilidade social ou sejam mais humildes, até mesmo menos resilientes. Este é um dado que poderá ser trabalhado em pesquisas futuras, cuja amostra seja maior, pois neste caso não foi um dado com significância estatística. O resultado foi fronteiro, o que não possibilita afirmar-se ou concluir-se com segurança algo a este respeito.

Consideramos que o fato de algumas pessoas estarem em um patamar do desenvolvimento humano caracterizado por mais experiência em situações da vida nelas produz estímulos para apresentarem maior Resiliência, como também maior necessidade de aderência a alguma religião, já que teriam maior consciência da proximidade do fim de suas vidas. Como afirma Erikson (1968) na sua teoria psicossocial do desenvolvimento, “a velhice provoca uma intensa crise relacionada à finitude, gerando a necessidade de busca de algo que ofereça soluções de continuidade”. Algo que também poderia ser analisado em um novo trabalho seria a conveniência de se fortalecer a pesquisa, aumentando o número de respondentes.

5.3 Discussão

Verificou-se que, quanto mais o locus de controle é externo, menos Resiliente é a pessoa, ou seja: quanto mais ela atribui a fatores externos situações da sua vida, menor Resiliência ela apresenta. Seria uma correlação inversa.

Portanto, os resultados demonstraram que quando alguém se percebe como responsável por suas escolhas tende a ser mais Resiliente na vida. Essa pessoa teria autonomia para alcançar melhorias pessoais e buscar o próprio desenvolvimento. O contrário acontece quando alguém coloca a responsabilidade das próprias escolhas em algo externo ou em outra pessoa; esta condição realmente dificulta a crença de que possa ser possível fazer alterações nas situações da vida, mesmo que elas sejam maléficas ou negativas.

De acordo com Anderson (1977), as pessoas com locus de controle interno apresentam maior motivação para a vida, procuram melhorias na saúde, não hesitam em realizar alterações que ofereçam aperfeiçoamentos significativos, com persistência. Tendem a apresentar comportamentos de maior controle do meio, insistem em maior valorização das vitórias.

A teoria do locus de controle pode ser relacionada com outras teorias da Psicologia Social. Neste sentido, levantar-se-á a discussão pareando-a com a teoria da causalidade, que aborda o fato de as pessoas procurarem explicar acontecimentos cotidianos através de atribuição de causalidade, ou seja, sentidos externos capazes de elucidar acontecimentos, sucessos, vitórias, derrotas. Em relação à teoria da atribuição da causalidade, Paiva (2013) explica que “Muitas vezes, um acontecimento ou uma experiência tem muitas causas possíveis e talvez compatíveis: nesse caso, a tarefa do atribuidor é escolher entre elas ou ordená-las, em termos da relativa importância ou do impacto causal”.

As pessoas com maior locus de controle interno geralmente apresentam maior autoestima, maior autocontrole e melhor condição de enfrentar as causas de possíveis erros, procurando sanar os problemas.

Embora os religiosos se autodenominem mais Resilientes do que os não religiosos, isso pode ter relação com a desejabilidade social, portanto não seria confiável pensar que essas pessoas são realmente mais Resilientes do que os não religiosos.

No construto Desejabilidade Social, os Religiosos e Não religiosos não demonstraram diferenças estatísticas, o que significa que ambos os grupos tiveram esse fator aparecendo de maneira relevante.

Em função da correlação moderada/forte entre desejabilidade social e Resiliência, é possível considerar-se que esses dois fatores estejam vinculados, tanto nos religiosos quanto nos não religiosos. Esse fator pode ter influenciado as respostas fazendo aumentar os índices de Resiliência.

Algumas questões da escala de Resiliência tendem a ameaçar a autoestima da pessoa e geralmente, quando isso acontece, pode surgir a tentativa de se proteger, de um modo geral. Aspectos culturais poderiam evitar esse efeito, mas isso é incomum no mundo contemporâneo. Aspectos a serem investigados referem-se à autoestima, à forma como as pessoas se veem; como isso está ligado a teorias que relacionam religião com autoestima; o que está em jogo — não se tratando exatamente da Resiliência, mas como as pessoas lidam com a autoestima, ou como a religião afeta as pessoas nessa questão?

Neste sentido, uma pesquisa longitudinal ou uma pesquisa experimental poderia ser mais acurada e com resultados mais específicos.

5.4 Análise qualitativa

5.4.1 Apresentação e discussão das entrevistas

Nesta etapa serão discutidas as entrevistas (disponibilizadas na íntegra nos apêndices) realizadas com seis participantes, contactados por meio de suas informações pessoais, registradas por ocasião da coleta quantitativa. Todos os respondentes desta etapa residem em Brasília, pois a entrevista, realizada pessoalmente, seria mais viável na cidade em que reside a pesquisadora. Para a identificação dos participantes, utilizaram-se as cores (rosa, branca, azul, amarela, púrpura, vermelha) da Flor de Lótus, por ser este um dos símbolos da Resiliência. As categorias debatidas abaixo serão Resiliência, locus de controle, desejabilidade social e Espiritualidade, que fazem parte da estruturação temática desta tese. Quanto à Resiliência, foram discutidos seus pontos construtores de acordo com a escala ERS (autoeficácia, solução de problemas, temperança, empatia, proatividade, solução de problemas, competência social, proatividade e flexibilidade mental). O método de saturação foi utilizado para a definir a quantidade de entrevistados, que é um critério que permite estabelecer a validade de um conjunto de observações. A saturação é o momento em que o acréscimo de informações em uma pesquisa não altera a compreensão do fenômeno estudado.

5.4.1.1 Resiliência:

a) Autoeficácia (Crença na própria capacidade de organizar e executar ações requeridas para produzir resultados desejados)

Relatos acerca da autoeficácia, que é um dos construtos da Resiliência.

Púrpura (religiosa) - *"... sabia que precisava entrar num Pós-doutorado para alcançar o crescimento que pretendia... hoje, vejo os resultados do meu esforço..."*

Rosa- (religiosa) *"..Além do meu trabalho como servidora pública federal, faço brechó e vendo semijoias. Já é um projeto para a aposentadoria..."*

Branco - (ateu) *"...Desde cedo, tive dificuldades, morei na fazenda, precisava acordar muito cedo para ir à escola, tive uma infância difícil, mas sabia que o esforço valeria a pena..."*

Vermelha - (religiosa) “...acabei o mestrado agora e quero fazer o doutorado...achei que as coisas seriam mais fáceis depois do mestrado, eu ainda não cheguei onde quero...mas já estou me preparando para o doutorado...não vou parar “

Azul - (ateu) “...tenho uma vocação...facilidade de falar, comunicar em público, isso é um elemento que me diferencia...não é nada excepcional mas me destaco...”

Amarelo - (ateu) “...tive uma boa formação acadêmica que me deu a aprovação num concurso público e hoje tenho boa estabilidade...”

Os trechos das entrevistas acima escritos ilustram uma característica que é parte da Resiliência, a autoeficácia. Os entrevistados demonstram nestas frases que, em algum momento da vida, tiveram consciência de acreditar e lutar para que o objetivo fosse alcançado. Quando uma pessoa transforma o sofrimento pessoal em novas formas de viver, significa que existe a capacidade de acreditar em sua potencialidade, executar seus planos e ressignificar sua experiência de vida, o que Cyrulnik (2009a) chamou de metamorfosear. A autoeficácia pode ser exercitada e conquistada; portanto, alguém que não necessariamente a tenha poderá buscá-la, procurando meios de desenvolvê-la.

Como abordado na discussão teórica desta tese, é parte da Resiliência ter disponibilidade para perceber a própria adversidade, o que significa autoeficácia, pois não ocorre fuga do problema, mas sim o sentimento de capacidade de viver, passar e aprender com os aspectos adversos.

Para Bandura (1994), a autoeficácia seria a crença que impulsiona as pessoas a frutificarem através das produções advindas dos próprios desempenhos.

Todos os participantes demonstraram em seus depoimentos características de autoeficácia, ou seja, em algum momento da vida perceberam que são capazes de executar ações com o objetivo de conquistar algo. Tanto religiosos como não religiosos, no quesito autoeficácia, apresentaram respostas que sugerem que acreditam no próprio potencial de se organizar, investir e chegar onde desejam, o que demonstra que veem motivos e causas pelos quais podem e desejam lutar.

b) Solução de problemas (capacidade de organizar os compromissos de forma a resolver as situações cotidianas, evitando procrastinações)

Púrpura - (religiosa) “... *Precisei de ajuda financeira e apoio psicológico. Foi um período difícil... As dificuldades na vida me ensinaram a me sentir mais forte e que posso vencer as adversidades que surgirem... o Pai ajudou a superar alguns momentos difíceis da vida, mas os problemas no casamento eu não consigo compartilhar. Questões pessoais não consigo me abrir*”...

Rosa (religiosa) - “... *tenho o projeto 2017: já comecei a fazer academia, preciso cuidar de mim, preciso cuidar mais ainda de mim...*”

Branco (agnóstico)- “... *faço estágio na área jurídica, precisava entrar na área e ter alguma experiência, mesmo ainda fazendo o curso...*”

Vermelha (religiosa) - “... *frequento o centro espírita uma vez por semana, então já coloquei para o mesmo dia as atividades que realizo como voluntária, assim organizo meus compromissos com o centro...* ”

Azul (ateu) - “... *dou aula, escrevo livro, estudo... não posso parar...*”

Amarelo (ateu)- “... *tenho uma rotina, acordo cedo, vou para o trabalho, onde fico mais de 8 horas por dia... essa é a minha rotina...*”

A praticidade no cotidiano pode revelar uma das formas de Resiliência. Administrar o tempo, organizar e pensar nas estratégias para se resolver um problema, são características próprias de alguém que é proativo e evita procrastinações, alcançando então a solução de problemas. A pesquisa, análise e solução fazem parte das etapas para se alcançarem ideias mais criativas que sejam adequadas para a conclusão ou ao menos alternativas de situações que inicialmente pareçam improváveis de serem resolvidas.

Os obstáculos podem causar aborrecimentos e estes terem como efeito a sensação de que os pensamentos estão obstruídos, sem condição de acharem saída para as dificuldades. As frases escritas acima, que ilustram “solução de problemas” nos entrevistados, evidenciam formas de pensamento frente a situações específicas da vida de cada um. Alguns com maior

facilidade em perceber alternativas nas soluções de problemas, outros com maior dificuldade em pensar acerca de diferentes possibilidades. O que, no contexto de análise da Resiliência, demonstra que, no quesito solução de problemas, a maioria dos entrevistados demonstrou criatividade, sendo que um religioso e um ateu deram respostas mais evasivas, evidenciando um pensamento enrijecido frente à solução de problemas.

Nesta característica, temos um equilíbrio nos depoimentos de religiosos e não religiosos, o que significa que nos dois grupos as pessoas demonstraram terem capacidade de solucionar problemas. A participante Vermelha apresentou uma resposta muito pontual e prática do seu jeito de solucionar problemas, quando disse que consegue organizar-se num mesmo dia para ir ao centro espírita e também fazer os atendimentos como voluntária. Logo, para essa pessoa administrar seu tempo, ela pensa, planeja e executa, não parecendo procrastinar ou ter dificuldades para se organizar. Também demonstrou essa condição no dia da entrevista, quando optou por ser ouvida na sua casa, onde poderia conversar com a entrevistadora e também cuidar do seu esposo, que estava acidentado.

c) Temperança (equilíbrio em relação às emoções e ações, ser capaz de controlar a forma de pensar, conduzir-se com prudência, agir sem impulsividade)

Púrpura (religiosa) - "...fico muito angustiada no início e daí vou pensando com tempo e tentando resolver, mas com angústia profunda... não consigo parar e me acalmar. Fico com aquilo 24 horas na minha cabeça tentando resolver..."

Rosa (religiosa) - "...sou impulsiva, sou persuasiva, esse é o meu jeito... não tenho isso como negativo, se eu colocar na balança, tive muito mais ganhos nisso..."

Branco (agnóstico) - "...não me desespero, tento ver como cheguei e quais são minhas opções. Tenho bastante controle das minhas emoções..."

Vermelho (religiosa) - "...consigo controlar minhas emoções... quando estou em momento tenso eu rezo e me sinto segura, sei que alguma coisa superior vai me proteger... rezo para o anjo da guarda, Espiritualidade..."

Azul (ateu) - "...não aceito quando a vida me diz não... começo a procurar meios de ganhar, de conseguir o que quero...fico ansioso e tento de todas as maneiras..."

Amarelo (ateu) - “...tenho controle emocional, aprendi... a impulsividade só atrapalha, eu sei disso...”

Ser uma pessoa Resiliente significa também ter temperança, conseguir controlar os impulsos para assim fazer os planejamentos necessários e conduzir a vida e seus percalços de maneira mais sóbria. O controle emocional faz parte da inteligência emocional, que possibilita as relações interpessoais, intrapessoais e com as atividades diárias, mais pensadas e conduzidas com melhores estratégias. Isso significa que é importante pensar e não atuar sem ter o controle das ações. A impulsividade extrema pode, inclusive, ser um sinal de psicopatologia, como um transtorno de personalidade ou transtorno de humor. É interessante observar que a emoção pode interferir no pensamento e comprometer a condição de alguém solucionar um problema. Portanto, a temperança está conectada com as emoções, que, por sua vez, estão ligadas a outros aspectos da Resiliência. Esse esclarecimento faz-se importante para expor o quanto a Resiliência está ligada às emoções. Quanto mais se tem delas controle, maior será a temperança, maior capacidade de solucionar problemas, e maior a Resiliência.

O controle das emoções é a característica da Resiliência que parece mais difícil. Foi perceptível, nas respostas de alguns dos participantes religiosos e não religiosos, a dificuldade de controlarem suas emoções. Interessante que, para a participante Vermelha, a resposta é enfática quanto à condição de se controlar emocionalmente, mas com ajuda da sua Espiritualidade. O rezar contribui para que ela sinta “uma certeza” de que algo a protegerá.

d) Empatia (ter condição de ouvir e compreender as outras pessoas, entendendo que existem conflitos e sofrimentos vividos de maneiras diferentes.

Púrpura (religiosa) - “... minha irmã está com dificuldades... ela tem muitos problemas emocionais... mas não vai morrer por isso... o que ela sente não é tão grande assim...”

Rosa (religiosa) - “..meus amigos são bem-sucedidos. Sou bem eclética quanto a amigos. Tenho amigos gays, filósofos, evangélicos, espíritas... consigo viver bem no meio dessa adversidade...”

Branco (ateu) - “...a minha mãe tem a fé dela e sempre ora... a fé dela não tem significado para mim, mas respeito ...”

Vermelha (religiosa) - “...tenho um trabalho voluntário de atendimento, ouço as pessoas com problemas horríveis, o que me faz sentir mais forte e que eu posso enfrentar as coisas ruins... fico pensando que não seria fácil, mas eu conseguiria enfrentar e dar a volta por cima se estivesse na pele dessas pessoas... tento passar essa energia para elas...”

Azul (ateu) - “... meus pais nos deram uma formação evangélica, tenho marcas profundas dessa minha origem, que foi extremamente radical, isso me afetou e percebo que muito do que não sou é resultado das cicatrizes adquiridas naquela época (sic) ... eles tem parcela de culpa dos meus traumas ...”

Amarelo (ateu) - “... sei que as dores individuais nem sempre são entendidas por outras pessoas... cada um sabe o que é o viver... admiro a minha mãe e o meu pai, os dois foram exemplos para mim... simples, trabalhadores, bons pais, fizeram o que puderam para nos criar bem...”

A empatia é uma das características da Resiliência, está vinculada à capacidade de compreensão, a conteúdos afetivos e comportamentais, pois é preciso entender, deixar-se tocar afetivamente e reagir transmitindo ao próximo sinais de que houve uma conexão. Barrett Lennard (1981) diz que para haver a compreensão empática é necessário estimular a atenção e ouvir sensivelmente. Assim, a pessoa será capaz de realmente se aproximar da perspectiva vivida por outra pessoa, com conhecimento. O processo empático então acontece, favorecendo também a Resiliência, pois quando existe a capacidade de compreender o próximo, significa que existe a condição de sair de uma posição narcisista de egocentrismo.

A flexibilidade nos relacionamentos produz a capacidade de respeitar as diversidades, sendo empático nas diferentes formas de viver. Percebeu-se que ateus e agnósticos abordam temas relacionados a religião como se esse tema fizesse parte de suas vidas, mesmo que através de familiares e amigos. Um sentimento dicotômico em relação à religião apareceu, como se o entrevistado sofresse as consequências de ter abandonado a Deus, o que provocou mágoas e a reiterada tentativa de, de certo modo, assumir o papel de Deus para solucionar os próprios problemas. A falta de empatia faz com que a pessoa não sinta necessidade de se relacionar socialmente, talvez para se proteger de algo que poderia emergir, caso houvesse trocas de informações ou relacionamentos sociais. Em relação aos entrevistados, os depoimentos de Púrpura e de Azul chamam a atenção por não demonstrarem muita condição empática. Ambos possuem pós-doutorado, um acredita em algo transcendente e o outro se considera ateu, embora

com intenso desejo de crer em algo que se encontre no plano espiritual. Na perspectiva relacionada a entender o posicionamento de outra pessoa, os dois entrevistados citados não demonstraram sensibilidade: um culpou seus pais por terem e passarem valores religiosos para os filhos; o comentário do outro parece indicar que não considera verdadeiro o sofrimento de sua irmã. A empatia está relacionada com a capacidade de estabelecer e manter relações sociais; ambos os entrevistados citados não demonstraram muita empatia, tendo relatado que não possuem muitos amigos ou vida social.

e) Proatividade (saber definir os próprios objetivos e agir para a concretização deles)

Púrpura - “... queria me mudar para Brasília, tive que fazer uma saga até chegar aqui, mas não poderia ficar sem trabalhar até conseguir e também dar aulas em outras federais, poderiam me ajudar a ser aprovada na UnB...”

Rosa - “... já vivenciei muitas dificuldades, me separei há 10 anos ... um ano depois tive um AVC hemorrágico, não acredito que seja em função da separação. Graças a Deus não ficou nenhuma sequela e a vida segue... preciso sair de casa para ir à igreja e isso me ajudou muito quando estava em crise... não queria ficar sem cumprir meus compromissos com Deus... as pessoas do grupo me deram muito apoio...”

Branco - “... nasci na fazenda, tive uma infância sofrida, para chegar na escola precisava acordar de madrugada e foi assim até os meus 15 anos, quando minha mãe se mudou para a cidade comigo... eu queria continuar estudando...”

Vermelha - “... acabei meu mestrado agora e quero fazer o doutorado e sei que preciso me preparar... estou na aula de inglês e também organizando meu projeto para apresentar...”

Azul - “... dou aula, preparo aula, escrevo livros, desenvolvo pesquisa...”

Amarelo - “... atualmente não tenho a pretensão de fazer algo muito diferente da minha rotina... antes sim, hoje não... tenho estabilidade...”

A proatividade conduz a pessoa a um movimento em direção aos seus projetos. Quando estes são claros existe a certeza, como se a pessoa soubesse, que precisa agir para somente assim chegar aonde deseja. Frente a adversidades a pessoa sofre, mas sente que para sair de um ciclo vicioso é necessário adotar uma dinâmica em favor de si, procurando comportamentos que a levem a conquistas, mesmo pequenas, mas que serão significativas. A religião pode contribuir com os compromissos, abrindo possibilidades sociais, tirando a pessoa de um comportamento depressivo e apático. A sensação de compromisso com Deus é forte o suficiente para mover a pessoa, o que é positivo em qualquer situação, principalmente quando existe uma condição de apatia. No grupo entrevistado, os ateus e agnósticos demonstraram atitudes com maior tendência à estabilidade; estes realizam suas tarefas sem muita aderência à proatividade. Entre os religiosos, as pessoas demonstraram maior interesse em crescer e alcançar algo que exige esforço. A característica proativa está relacionada com buscar sempre melhorias, novos desafios, e também implica ser uma pessoa inconformada, que procura sempre melhorias em todas as áreas da vida.

f) Competência Social (habilidade de relacionar-se de uma maneira interpessoal; conseguir perceber os próprios sentimentos e administrar as relações com outras pessoas)

Púrpura (religiosa) - “...os alunos dizem que sou uma pessoa tranquila e compreensiva, sinto-me importante para os meios sociais que frequento... não tenho vontade de frequentar uma igreja, gostaria de desenvolver mais a minha Espiritualidade...”

Rosa (religiosa) - “...frequento uma igreja pequena, mas tenho a minha responsabilidade e convivo com muitas pessoas... gosto de receber em casa, de ir tomar café com as amigas e amigos... gosto de gente...”

Branco (agnóstico) - “...sinto falta do coral de que eu participava, mas não acredito que ele desenvolva minha Espiritualidade, ele me ajudou muito na questão social...”

Vermelha (religiosa) - “...gosto de pessoas por perto, mas não me sinto importante para os grupos... geralmente, não gosto de entrar em rota de colisão só para expor o que penso... as pessoas não entendem umas às outras...”

Azul (ateu) - “...tenho uma certa falta de interação social, quando comparado com a grande maioria das pessoas que eu conheço... quando frequentava a igreja, ainda na adolescência, convivia com mais pessoas, fazia parte do estilo da igreja...”

Amarelo (ateu) - “... atualmente tenho poucos amigos, tenho muitos, mas não convivo com muitos... sei mobilizar pessoas, mas não faço questão...”

O contato com alguma religião estimula o convívio social e as habilidades de relacionamento. As reuniões semanais, os encontros, dão suporte positivo aos que frequentam e fazem parte de algum grupo religioso. Para a maioria das pessoas religiosas, esse contato é visto como positivo, como algo que contribui para uma vida saudável. Novamente, os entrevistados não religiosos falaram com nostalgia acerca da época em que frequentavam instituição religiosa, como se houvesse, naquele momento passado, algo que os preenchesse. Os elementos característicos da religião citados pelos entrevistados confirmam o valor da religião para o amparo social das pessoas, funcionando como um tutor da Resiliência. Sabe-se que a competência social pode conduzir as pessoas a melhores relações interpessoais e oferece recursos para atender a diferentes demandas em situações envolvendo relacionamentos vividos pela pessoa (Del Prette & Del Prette, 2001). Quando alguém frequenta rituais ou participa de atividades que envolvem alguma religião, fatalmente é necessário estar em contato com pessoas, o que exige a competência interpessoal.

O depoimento de Vermelha levanta a reflexão acerca dos desafios provocados pelas relações interpessoais. A capacidade de se comunicar e ser compreendido, evitando mal-entendidos e conflitos, é uma arte e exige cuidado, atenção e para quem não tem essa habilidade inata, até treinamento. A referida participante diz gostar de estar em meio a pessoas, mas sente-se inibida para expor-se, o que faz com não seja notada ou mesmo reconhecida nos grupos. Neste caso, o suporte social parece não funcionar efetivamente, ou o isolamento é parte das características intrínsecas daquela pessoa.

g) Tenacidade (capacidade de ser resistente e persistente frente a possíveis dificuldades e em relação aos projetos de vida)

Púrpura (religiosa) - “... sabia que aquela dificuldade iria passar e eu continuaria com algo muito especial para mim, a minha filha! Quando estava com minha família, eu estimulava mais a Espiritualidade e me sentia melhor, mais confiante com as coisas ...”

Rosa (religiosa) - “...há 2 anos minha mãe morreu e meu pai estava se tratando de um câncer. Já vivi um vendaval complicado, mas continuei trabalhando, educando meu filho, indo à igreja, a vida segue, eu vi que superei...foi uma das coisas que meus pais deixaram, a fé! ”

Branco (agnóstico) - “...sempre me achei diferente das outras pessoas, não sou humilde como deveria e me acho até melhor... vejo de onde vim e onde estou, cresci muito e vou continuar crescendo...”

Vermelha (religiosa) - “...Logo que me formei não consegui emprego... não foi tão fácil como imaginei...mas continuei, não poderia desistir, se não, aí sim, não conseguiria...”

Azul (ateu) - “...nesses momentos acho que conscientemente ou inconscientemente a gente é movida por forças milenares, dizendo: ‘Deus me ajude!’ Ou pelo menos pensando nisso. Acredito que essa força me ajuda...”

Amarelo (ateu) - “...tive a oportunidade de fazer um trabalho em São Paulo, fiquei lá durante dois anos, finalizei o projeto, foi bacana e voltei...”

O tema Espiritualidade é bastante presente quando os entrevistados falam sobre tenacidade para a vida. Nem todos os participantes abordaram o assunto, mas parece que a religião e o desenvolvimento da Espiritualidade são vistos como algo importante para alguns, como Púrpura e Rosa. Estes abordaram aspectos religiosos que teriam o poder de apoiá-las e dar-lhes energia para moverem-se rumo a ações cotidianas, mesmo quando os acontecimentos da vida mostram-se tristes e difíceis. Merece destaque o depoimento do entrevistado Azul, que é ateu, sobre o seu desejo de acreditar em algo que pudesse ajudá-lo em situações difíceis. Ele expõe o sentimento de que uma força interna o move e o auxilia em momentos de desespero, o que o faz pensar e pedir ajuda a Deus. É de extremo simbolismo esse depoimento, que deixa margem para se inferir que em uma pessoa não religiosa pode existir a crença em algo transcendente ou o desejo de acreditar e encontrar apoio nos momentos de desespero. Portanto, nesse lugar que parece tão interno e profundo, acreditar que Deus (ou algo no âmbito transcendente ou sobrenatural) possa ajudar pode ser útil, confortar e proporcionar maior tenacidade para a continuidade da vida.

h) Otimismo (disposição para perceber as situações numa perspectiva real com interpretações favoráveis, evitando o modelo de catástrofes)

Púrpura (religiosa) - “... não vejo que tenho dificuldades grandes na vida... no Natal estive com uma irmã que está dando trabalho, mas não acho que isso seja a morte!”

Rosa (religiosa) - “... mas dentro do que sou, a minha natureza contribui para eu ser assim, mais leve. É um conjunto de coisas que trazem a isso... É a fé, o estado de espírito, o otimismo...”

Branco (agnóstico) - “... sou o tipo de pessoa que não acha muita graça nas coisas... sou sério, quase carrancudo... as coisas precisam me provar que darão certo... mas estou melhorando. Quando participava do coral da igreja, parece que conseguia ser mais aberto, mais positivo...”

Vermelha (religiosa) - “... a vida não é leve ou cômica; pelo contrário, tem passagens bem sofridas...”

Azul (ateu) - “... vejo a morte de uma forma muito natural e muitas vezes próxima a mim... não tenho muito a agregar ou a transmitir aos meus alunos... já tive uma sensação de missão, hoje não... tive muitos momentos difíceis, inclusive chego a dizer que morri várias vezes... tenho uma epilepsia, que é uma espécie de morte, e voltei várias vezes...”

Amarelo (ateu) - “... tive ajuda de um profissional... busquei força dentro de mim... não há crise que permaneça, foi rápido e um acontecimento que me fez crescer...”

Ter um pensamento otimista torna as possibilidades da vida mais próximas e viáveis, como se os projetos não fossem muito difíceis de serem realizados. O otimista consegue enxergar alternativas, enquanto a pessoa pessimista sente que não as tem, que seu futuro é ameaçador e que não existem condições favoráveis para a execução dos seus planos. Para Scheier e Carver (1993), otimismo e pessimismo estão fundamentados na busca pelos objetivos e na crença de consegui-los ou não. A Resiliência tem conexão com o otimismo, pois, acreditando na possibilidade de executar o que deseja, a pessoa é capaz de planejar, pensar na melhor maneira de executar suas tarefas e projetos, ser persistente. O otimista procura unir-se a outras pessoas que porventura possam contribuir com suas atividades e, assim, também exercita a empatia.

A entrevistada Vermelha espera por um futuro denso, com problemas, como se previsse mais dificuldades. A percepção de algo ruim pela frente é maior do que o pensamento de que sua vida poderá acontecer de maneira agradável.

Destacam-se os depoimentos dos participantes Rosa e Branco. No caso da primeira, é interessante notar a clareza de seu pensamento para descrever o otimismo, como uma função que precisa amalgamar-se a outras virtudes, como a fé. Por outro lado, Branco se vê como alguém mais fechado, carrancudo, sem sinais de pensamento otimista, mas sugere que o contato que manteve com a igreja fez com que se sentisse mais leve e com maior abertura. Branco utiliza a expressão: “estou melhorando” para explicar o fato de perceber-se menos cético quanto às coisas boas que o futuro possa oferecer-lhe. Um detalhe que nos parece instigante é quando o entrevistado se refere à sua experiência no coral da igreja, sentindo-se mais aberto e positivo.

i) Flexibilidade mental (ter capacidade de perceber situações da vida como possibilidades, ser criativo e autônomo para utilizar esse potencial)

Púrpura (religiosa) - “... meu cotidiano é bem agitado, preciso fazer um quebra-cabeça com a logística para fazer funcionar... vou para a academia antes de o meu marido sair para trabalhar, assim ele fica com a minha filha ...”

Rosa (religiosa) - “... hoje estou bem... isso é ser resiliente... é conseguir fazer do limão que aparece na vida uma limonada...”

Branco (agnóstico) - “... sempre quero marcar minha presença, ser melhor, ser mais amigo, ser melhor servidor, o melhor aluno. Gosto de fazer diferença no meu ciclo social e profissional...”

Vermelha (religiosa) - “... a vida não é flexível, as coisas são ou não são...”

Azul (ateu) - “... eu não tenho a quem pedir, me sinto órfão de Deus, em momentos de fúria eu digo: ‘não, isso não pode ser!’ E começo a buscar meios para contornar e encontrar soluções... para o evangélico, Deus sempre ajuda...”

Amarelo (ateu) - “... os livros, a vida, as viagens, ajudam para os aprendizados... mas hoje em dia quase não faço nada de diferente... tenho uma rotina muito dura...”

De acordo com Morreall (1987), a flexibilidade mental teria por essência a condição de lidar com diferentes situações de maneiras distintas, apresentando ampla diversidade de recursos em suas respostas. Destaca-se, em especial, a capacidade de responder com eficiência às situações novas, complexas e problemáticas. A pessoa com flexibilidade mental é capaz de perceber situações através de diferentes perspectivas, tolerar ambiguidades e incertezas, correr riscos e saber distinguir o pensamento executável e prático daquele mais subjetivo e abstrato.

Os depoimentos de duas religiosas e de um participante agnóstico sugerem o emprego de flexibilidade em aspectos cotidianos da vida. Essas pessoas revelaram adaptabilidade e pensamento estratégico em situações inusitadas, como também naquelas que exigem maior organização para serem executadas.

Por outro lado, os depoimentos de Vermelha, Azul e Amarelo demonstram um pensamento mais rígido e inflexível, implicando maiores dificuldades em lidar com os eventos inusitados e imprevisíveis da vida.

j) Locus de controle (ajuda para superação, amuleto, motivo de as coisas ruins ou boas acontecerem)

Púrpura (religiosa) - “... não tem nada físico que me dá sorte”.

Rosa (religiosa) - “... se a pessoa sofreu um acidente e ficou em coma, ela estava sem cinto, dirigindo bêbado... foi consequência pessoal e não Deus fez o mal para aquela pessoa...”

Branco (agnóstico) - “... os acontecimentos são da vida, do curso natural das coisas, não têm uma causa, acho que é parte dos nossos atos. Está por aí e acontece”.

Vermelha (religiosa) - “... as coisas boas e ruins são fruto do que plantei, minhas atitudes, não é culpa de ninguém. Ou tinha que acontecer ou fui eu que provoquei...”

Azul (ateu) - “... não acho que tenha alguma coisa nesse sentido. Existem situações que são inexplicáveis, que ficam no mistério...”

Amarelo (ateu) - “... ‘acaso objetivo’, você não fez nada para que aquilo acontecesse, pra mim chama se ‘acaso objetivo’...”

Acreditar que existem influências externas ou internas nas causas das ações pessoais pode explicar o comportamento de pessoas que agem com locus de controle interno ou externo. Ter algum controle sobre situações cotidianas parece ser uma grande ilusão, mas é comum ouvirem-se interpretações segundo esse viés. Rotter (1954), motivado a investigar mais acerca dessa temática, elaborou uma escala de aplicação simples e rápida, que foi escolhida e utilizada nesta pesquisa. Algumas pessoas atribuem suas conquistas a fatores pessoais e intrínsecos: essas teriam locus de controle interno; aquelas que relacionam suas conquistas ou fracasso a situações externas são as que têm locus de controle externo. Respondendo às questões que lhes foram apresentadas, os entrevistados demonstrar tendência ao locus de controle interno: eles acreditam que os acontecimentos são consequências naturais de comportamentos e não de algo, um objeto ou uma pessoa que seja responsável por algo em suas vidas. Assim sendo, neste contexto não se encontraram evidências, nem nos religiosos, nem nos não religiosos, de locus de controle externo.

k) Desejabilidade social (tendência a se comportar ou verbalizar coisas com o objetivo de ser melhor aceito ou para alcançar maior validade num grupo)

Púrpura (religiosa) - “...fico com dó da minha filha e acabo deixando, não quero ser a carrasca...”

Rosa (religiosa) - “...fui criada num ambiente evangélico e meus pais sempre disseram para ficarmos no caminho certo... eu preferi esse caminho...”

Branco (agnóstico) - “...se tiver uma oportunidade em outro lugar, eu vou sim, posso manter amizades mesmo distante...”

Vermelha (religiosa) - “...nesse lugar aqui, todo mundo é assim e eu me adaptei a isso, gosto de ser diferente, como eles...”

Azul (ateu) - “...quando ainda frequentava a igreja evangélica, costumava andar com aquelas roupas e com a bíblia debaixo do braço, isso me protegia de alguma forma porque fazia parte de um grupo respeitado na cidade e me blindava das outras pessoas...”

Amarelo (ateu) - “...fiz primeira comunhão, aquilo não tinha significado pra mim, mas tinha pra minha mãe, então eu fiz... quando namorava uma pessoa evangélica eu a acompanhava à igreja, pra mim não fazia sentido, mas pra ela sim...”

Desejabilidade social é um tipo de resposta que pode surgir em pesquisas de autorrelato, quando os participantes se preocupam em atender a possíveis expectativas de outras pessoas, interferindo no resultado e camuflando as verdadeiras intenções. Nas entrevistas, que integram a parte qualitativa da tese, foram investigados sinais de desejabilidade entre os participantes. Observou-se que todos os entrevistados apresentaram sinais de preocupação em atender à expectativa de outra pessoa, confirmando com ênfase o resultado deste tópico na pesquisa quantitativa. A desejabilidade social aparece como uma característica das pessoas que participaram desta tese, tanto na parte quantitativa como na qualitativa. O entrevistado Amarelo comenta ter ido à igreja apenas para acompanhar e atender à expectativa de outra pessoa, que valorizava sua companhia, mesmo ele sendo ateu. A aprovação social é um fator quase intrínseco e relacionado à desejabilidade, já que, por considerar a importância de ser aprovada, a pessoa é capaz de se submeter à outra. Vale buscar novos resultados que validem esta pesquisa e confirmem a desejabilidade como resultado expressivo.

Mcclelland (1967), em sua teoria da motivação, defende que é parte da motivação humana o desejo de afiliação, que seria a necessidade de ser amado e aceito pelos outros. Neste contexto, é comum a pessoa procurar amizades investindo em relações amistosas, inclusive através de comportamentos cooperativos. Portanto, é comum o ser humano importar-se com relações sociais, buscando conquistá-las inclusive por meio de adequações para ser aceito no meio que lhe é significativo.

1) Espiritualidade / Religiosidade *(a Espiritualidade é entendida como uma experiência pessoal e não necessariamente vinculada a alguma religião, mas que se associa à vivência íntima de alguém que procura relacionar-se melhor consigo mesmo, com o próximo e com alguma realidade transcendente que lhe satisfaça a vontade de sentido e lhe preencha o vazio existencial; a religião é considerada em um contexto social, que ganha sentido e pressupostos através dos grupos de pessoas que praticam rituais e constroem símbolos que agregam significados ao indivíduo e ao grupo)*

Púrpura - “... não acredito em religião. É muito humano, infelizmente. Gera julgamento, isso afeta e é ruim para a humanidade... Não conheço nenhuma religião que faça bem... Eu

acredito em vida após a morte. Mas não acredito na religião. Acredito numa Espiritualidade, acho que eu tenho um pouco disso, poderia ter-me aprofundado para me acalmar e cuidar da minha ansiedade... Sinto falta de desenvolver e investir na minha Espiritualidade, acredito que seja um meio de ficar mais calma e tranquila em relação às adversidades..." "Acho que tento não expor, mas por dentro está incontrolável. Quando eu estava com a minha família e era mais religiosa, eu conseguia me acalmar, eu perdi isso e não consigo mais me acalmar. Sentia que a religião me acalmava..."

Rosa - *"... sinto que a Espiritualidade ajuda no controle das minhas emoções..."*

Branco - *"... eu não nego a existência de algo superior. Sou agnóstico teísta, eu não tenho prova de que Deus existe, mas pode, sim, existir..." "... acho que a religião faz bem para algumas pessoas, se está fazendo bem é melhor continuar."*

Vermelha - *"... acredito que exista algo transcendente, convivo com essa realidade e sinto o quanto essa força me ajuda a viver... faço questão de frequentar um local de busca por Espiritualidade e levar minha família... sinto diferença quando não vou... sinto que é muito bom para o meu filho, ele também fica mais calmo..."*

Azul - *"... acho que a religião, independente de qual seja, é um grande divã coletivo... Ela permite as pessoas criarem e participarem de certas formas de sociabilidade rotineiras, mais ou menos organizadas, que permitem à pessoa ter autoestima, se destacar melhor, inventar um futuro possível... a religião ajuda a manter formas de solidariedade, cria um bolso de segurança subjetivo... Acho que Marx não se atreveria a dizer novamente o que disse..."*

"... não acredito na existência de Deus como se aprende através das religiões, acredito numa energia, através da população que vai passando, tem muito a ver com estar presente em tudo. Essa maneira de nomear a energia varia. Alguns como Jesus Cristo, Buda, Maomé, depende da cultura..."

Amarelo - *"... a religião é ruim para as pessoas, faz com que elas fiquem cada vez mais dependentes, sem personalidade... eu não conheço e nunca conheci uma religião que fizesse bem a alguém..."*

Nos depoimentos, os entrevistados apresentam suas concepções sobre religião e Espiritualidade. O participante Amarelo (ateu), em seu posicionamento manifesta perceptível insatisfação com religiões, quando diz não conhecer alguma que fizesse bem, pois acredita que existem fatores maléficos que alienam aqueles que buscam frequentar ou seguir alguma doutrina religiosa. Entretanto, os demais entrevistados, inclusive outros dois não religiosos, compartilham uma postura perceptiva a favor da religião para aqueles que nelas se sentem bem. O entrevistado Azul deixa escapar uma quase simpatia pela condição de crer e elogia uma das funções da religião: a de inserir pessoas em grupos sociais, o que seria positivo, inclusive para a autoestima de tais pessoas.

Os entrevistados religiosos desta pesquisa verbalizaram principalmente acerca da importância da Espiritualidade no controle de suas emoções.

Para Púrpura, o investimento na Espiritualidade seria mais importante em sua vida, pois não acredita em religião, nos dogmas e rótulos que esta implica, supondo inclusive haver consequências ruins e patológicas. Por outro lado, a Espiritualidade lhe oferece calma, controle de ansiedade e autoconfiança.

6 DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O exercício de compartilhar o pensamento através da escrita pode ser visto por diversos ângulos, como perceber o tempo, o investimento no que se acredita e as exigências formais de um programa de doutorado, que contribuem para a caminhada intelectual. É, antes de tudo, um trabalho pacificador do barulho interno inquietante e organizador das ideias que já há tempos permeavam, interrogando, mas não encontrando respostas. Compartilhar o que se pensa é gratificante e espelha possibilidades de desenvolvimento, em contrapartida à total transparência, constrangedora, de algo que talvez seja o mais particular e pessoal que alguém tenha: o pensamento que é escancarado! E que, sem máscaras, se deixa olhar de frente.

Como o processo de experiência, Resiliência e Espiritualidade estão inseridas num contexto amplo de desenvolvimento humano, com influências impensadas e inevitáveis; o caminho intelectual também o é. Com a proposta de vivenciar o programa de doutorado, estava implícito vivenciar as etapas formais exigidas por este, como meio comprobatório de que as dimensões teóricas que os livros direcionam realmente foram e são absorvidas, inclusive com capacidade de diálogo.

Uma experiência “individual” da primeira etapa do doutorado permitiu que a história vivida fosse realmente marcada por viagens geográficas e também viagens de pensamento. Estas, estimuladas por aulas e discussões ricas, que produziram aprendizados, quase um amadurecimento de conexões cognitivas que não existiriam sem tal experiência.

Privilégio é a palavra que traduz o sentimento ao finalizar o doutorado. Coragem é a sensação pela exposição de algo muito particular e íntimo nesta tese, pois desenvolver um trabalho desta magnitude é falar de também de si. Gratidão pelo conhecimento conquistado e, principalmente, satisfação em saber que o mar de sabedoria está disponível a quem se encorajar nos mergulhos profundos da busca.

O esclarecimento do tema neste trabalho foi abordado procurando expor as ideias de diversos autores que já publicaram textos sobre Resiliência e Espiritualidade, sem a preocupação de escolher uma abordagem psicológica. Este trabalho foi estruturado com o objetivo maior de discutir a Resiliência num parâmetro amplo, expondo como as primeiras pesquisas se desenvolveram e depois como esse tema cresceu no decorrer dos anos no Brasil.

As pesquisas realizadas a partir da década de 1990 em território nacional foram absorvidas principalmente pelas ciências da saúde, investigando temas diversificados, embora com maior ênfase na Resiliência do idoso.

Desvendar os interesses já explorados dentro do tema “Resiliência e Espiritualidade” agregou e esclareceu, evidenciando que o mesmo ainda não foi muito pesquisado e publicado, o que pode tornar mais relevante a pesquisa ora apresentada. A história da Resiliência marca uma trajetória nova, mas fundamentada em pesquisas que surgiram de demandas sociais. Com características individuais, familiares e sociais, acredita-se que a Resiliência pode ser influenciada e estimulada, facilitando o processo de superação de fatores estressores.

Muitos foram os temas que despertaram admiração e estimularam o envolvimento durante a construção desta tese e foram abordados por acreditarmos na importância de elucidar os fatos relevantes vividos por mim, como pesquisadora. O conceito científico de Resiliência, por exemplo, evolui através de pesquisas e da capacidade de se analisar a dinâmica das pessoas nos momentos difíceis da vida pessoal e naqueles, também difíceis, provocados por crises sociais. A Resiliência é um exemplo da amplitude que pode ter o mundo interno de alguém, que surpreende por demonstrar grandes e diferentes recursos, que lhe possibilitam lidar com o estresse e a adversidade. Acredita-se que, aprendendo sobre a Resiliência, é possível entender melhor a possibilidade de se tornar a vida mais leve, mesmo com eventos estressores.

Uma temática proposta desde o início do trabalho foi procurar esclarecimentos acerca da importância da Espiritualidade para a Resiliência. Ao longo de toda a jornada percorrida durante a pesquisa bibliográfica, bem assim nas etapas de análise quantitativa e qualitativa, ampliou-se o conhecimento acerca dessa questão. Surgiram dados que fortalecem a ideia de relação entre Espiritualidade e Resiliência, evidenciando-se que a primeira tem forte influência sobre a segunda.

Este trabalho foi propulsor de intensas provocações, que colaboraram para a melhor compreensão do tema em sua dimensão teórica, em especial no que concerne às consequências sociais da Resiliência. O tema é carregado de nuances que remetem a reflexões em qualquer etapa cronológica da vida de alguém. É instigador, no sentido de conduzir a considerações que se estendem além da escrita e das análises quantitativas e qualitativas.

Considerando as hipóteses levantadas na construção da metodologia, algumas se confirmaram, enquanto outras aconteceram de forma diferente do previsto, enquanto outras não. Vale a pena discuti-las:

Hipótese 1:

Existem correlações positivas entre Resiliência e Espiritualidade, sendo possível estimular a Resiliência primeira mediante investimento na segunda, com ações tais como: frequentar igreja ou participar de algum grupo com propósito espiritual.

A hipótese foi confirmada, o que se evidenciou principalmente na etapa qualitativa, em que depoimentos de religiosos revelaram o encontro de contatos sociais nas religiões e o fato de que a busca pela Espiritualidade lhes agrega recursos positivos, como o controle emocional.

Hipótese 2:

Os religiosos demonstrarão alta pontuação em Resiliência, já que o investimento na Espiritualidade promove a Resiliência

Esta hipótese foi confirmada na etapa quantitativa, que revelou diferença significativa comparando os religiosos aos não religiosos, embora os primeiros tenham apresentado alta pontuação em desejabilidade social. Este fator pode indicar que os religiosos respondem melhor à possibilidade de relações sociais, preocupando-se em se doarem-se mais ao próximo, além de se envolverem em trocas sociais que impliquem a condição de ceder ao outro.

Na etapa qualitativa, a hipótese também foi confirmada, principalmente no construto relacionado ao social. Os religiosos demonstraram maior habilidade de interação, priorizando e buscando com maior ênfase o convívio comunitário, o que não foi observado nos ateus e agnósticos.

Hipótese 3:

Ateus e agnósticos obterão menor escore em Resiliência quando comparados aos religiosos. Esta hipótese surge a partir da suposição de que as pessoas não religiosas não vivenciam estímulos considerados importantes, que surgem a partir das religiões.

Hipótese confirmada, tanto na etapa quantitativa quanto na etapa qualitativa. Os ateus e agnósticos demonstraram resultados menores em Resiliência, comparativamente aos religiosos. A análise qualitativa sugere que as pessoas não religiosas não sentem muita necessidade de investir nas relações sociais, embora percebam que os grupos são importantes e podem contribuir para o bem-estar emocional.

Hipótese 4:

Os religiosos tenderão a atribuir a sua Resiliência a fatores internos.

Afirmção confirmada, tanto na análise quantitativa como na qualitativa. Todavia, na análise quantitativa esse dado não apresentou relevância estatística.

Hipótese 5:

O grupo dos não religiosos, composto por ateus e agnósticos, tenderá a atribuir a sua Resiliência a fatores internos.

Hipótese refutada, pois as pessoas não religiosas demonstraram nesta pesquisa maior locus de controle externo.

Resiliência é um tema de extrema relevância para a Psicologia, atualmente, como também para outras Ciências nos campos da saúde e da gestão de pessoas. O campo está aberto e fértil para se fazerem clarear os benefícios da possibilidade de ressignificar as adversidades e, nesse processo, fortalecer e multiplicar os recursos de que dispõe cada pessoa.

Alguns pontos percebidos neste trabalho e que poderão ser pesquisados por outros investigadores e para o meu possível Pós Doc. são:

- ⊕ realizar pesquisas longitudinais de Resiliência e Espiritualidade que utilizem como método a observação, buscando minimizar os efeitos da desejabilidade social;
- ⊕ ampliar o entendimento de como as diferentes religiões influenciam a Resiliência de seus seguidores;
- ⊕ verificar se existem diferenças na forma como as diferentes religiões estimulam a Resiliência em seus seguidores;
- ⊕ pesquisar, com o emprego de instrumentos de escalas psicológicas, entrevistas e observações, a possível existência de sentimento de Espiritualidade em ateus e agnósticos.

Estas são algumas sugestões para aqueles que se aventurarem a continuar o mergulho iniciado neste trabalho, ou ideias nascentes para um possível pós-doutorado, dando continuidade a esta pesquisa.

Proponho que o *Kintsugi*, técnica de origem japonesa que remete a um tratamento especial de restauração de porcelanas quebradas, seja utilizado como metáfora da Resiliência, considerando que esta tem o sentido de restauração e ressignificação das feridas humanas.

Como linhas de ouro que juntam as partes danificadas e já separadas da porcelana, transformando-a em uma peça com identidade própria e até mesmo maior valor que a original, por ter-se tornado única, a Resiliência, de maneira muito nobre, permite que as pessoas percebam suas dificuldades como motivos de crescimento.

O material nobre, muitas vezes o ouro, utilizado no amálgama do *Kintsugi*, torna a peça muito mais bonita e significativa. A Espiritualidade aparece no processo de Resiliência como o ouro, demonstrando com sutileza e elegância que faz parte e tem destaque para que o processo de ressignificação aconteça de forma leve, com beleza e suavidade, embora consistente.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Utilizarei, neste pequeno espaço, a primeira pessoa para descrever a experiência do pesquisar que foi algo único e particular. Assumir riscos demanda coragem, principalmente para enfrentar situações inesperadas; pesquisar é um atrevimento em direção ao incógnito. Ao aventurar-me no doutorado, não tinha discernimento do que estaria por vir.

Cada etapa da execução desta tese foi surpreendente. Diversamente de outras situações de pesquisa, a realização do doutorado mostrou um processo de pequenas conquistas que precisavam de amadurecimento e investimento nos detalhes de cada degrau do percurso. Algo que, no transcorrer da trajetória, evidenciou-se como muito forte foi a certeza de que o tema que se escolhe investigar diz muito sobre o seu pesquisador.

Acredita-se que existe uma fonte inesgotável de Resiliência entranhada por entre os poros humanos, que precisa ser instigada para fluir. Imaginando que o percurso de um doutorado é composto por adversidades e surpresas que precisam ser absorvidas e superadas, é preciso afirmar que durante toda a pesquisa houve grande aprendizado.

Embora com projeto de pesquisa elaborado e estudado por vários meses, sua execução mostrou percalços que não foram previstos e, com isso, revelaram-se alguns erros. Em alguns momentos a sensação era de impossibilidade de solução, como se houvesse a necessidade de iniciar novamente. Entendi com maior propriedade a importância de um orientador e de parcerias durante a caminhada do desafio, pois nesses momentos, em que a sensação era de “perda”, percebia que não estava sozinha e que havia alternativas.

A experiência de pesquisa e escrita é solitária. Foi perceptível a necessidade de estar só para captar pensamentos, deixar fluir inspiração, ouvir no silêncio. Foi a possibilidade de conhecer um mundo fascinante, mas também com dores e angústias, que me possibilitou, em meio à caminhada, avistar um alvo que fazia refletir claramente os objetivos. Esse alvo provocava uma força interna com tom quase sádico que determinava a intensidade do desejo de finalizar o projeto, conhecer os resultados da pesquisa, ouvir o que os entrevistados teriam a dizer, saber o que eu escreveria e o que aprenderia. A preocupação já não era se existiam dificuldades, eis que elas estavam lá, visíveis, presentes e passíveis de serem vencidas. Mas era superar, pois o desafio estava lançado.

Como se a pesquisa tomasse uma direção própria, o levantamento dos dados revelou elementos numa dimensão diferente a quantificável. Os bastidores envolveram planejamento, pensamento estratégico, solução de problemas, autoeficácia, empatia, Espiritualidade, enfim... Resiliência!

A pesquisa exigiu-me exercitar o pensamento estratégico para planejar e agir eficazmente, procurando aperfeiçoar constantemente tudo o que se referia a este trabalho. A construção da ferramenta de análise dos dados foi um desafio vencido, pois não se tratava somente de reunir as escalas, mas de literalmente desenvolver uma ferramenta virtual que funcionasse satisfatoriamente, oferecendo, além da coleta de dados, novos recursos para a sua análise.

A falta de afinidade com o mundo tecnológico provocou imprecisões na etapa de construção da ferramenta que exigiram maior cuidado, inclusive maior conhecimento dos técnicos que estavam disponíveis para mim. Foi uma das etapas de superação, pois não contava que teria dificuldades em operar algo que inicialmente parecia simples e realmente é, mas naquele momento se apresentava como algo a ser desvendado. Não seria essa dificuldade que iria atravancar o processo, pois a pesquisa teria que acontecer, como realmente aconteceu. Consegui elaborar o questionário e publicá-lo virtualmente — mais uma etapa vencida. Novamente, não sabia o que estava por vir, na verdade não pensava muito acerca das próximas etapas, sabia que elas teriam que acontecer para que fosse possível alcançar o meu objetivo, a conclusão da tese.

A etapa das análises quantitativas revelou que se iniciava um momento que exigiria conexões coerentes do tema com os resultados obtidos. Novo momento de estabelecer parcerias. Para a conclusão de algo é necessário estar só, mas é também imprescindível o contato social.

Durante a pesquisa qualitativa, foram realizadas as entrevistas, que ofereceram grande material para análise e progresso no tema. Conversar com as pessoas religiosas e não religiosas proporcionou material riquíssimo, amplo o suficiente para não ser compatível com a expressão da linguagem escrita. Cada visita realizada, cada participante ouvido, cada resposta obtida, significava acesso a novos mundos, a motivos e histórias de extrema importância.

Esta etapa favoreceu o crescimento da pesquisa, alcançando um patamar de extensão da metodologia, já que se havia tornado um estudo multimétodo. A expansão também estava vinculada ao conhecimento da abstração e da relatividade que gira em torno do tema “Resiliência e Espiritualidade”. Tentei aclarar e escrever essa etapa com o máximo de riqueza possível, através da análise qualitativa, mas tenho certeza de não ter sido suficiente para apresentar toda a experiência e conhecimento que vivi através do contato com os participantes. Uma dimensão extensa da rica experiência vivida ficará somente pra mim, acredito que como um dos prêmios por ter conduzido e finalizado a pesquisa.

Conhecer um pouco mais do mundo das pessoas não religiosas deu-me a sensação de estar em processo de imersão num universo totalmente novo e fascinante, bem assim a impressão de que falta, ao menos para os ateus e agnósticos entrevistados, crer em algo transcendente. Pude perceber que existe no íntimo dessas pessoas algo árido, sofrido, um tipo de desencanto, talvez, com situações da vida. É algo muito peculiar, que apareceu com extrema honestidade, verdade, tenacidade, capacidade de resolução de problemas técnicos, mas sugere incompletude íntima, intrapessoal e interpessoal. Agradeço a todos que se abriram respondendo às minhas perguntas. A experiência foi gratificante e ofereceu-me a oportunidade de conhecer um pouco mais sobre como pensa e sente um ateu ou agnóstico acerca de questões envolvendo Espiritualidade.

Os religiosos constituem uma população mais conhecida por mim, embora a amostra fosse peculiar, pois não conhecia as pessoas entrevistadas. Apresentaram como fato em suas vidas a importância das relações interpessoais, inclusive como isso é realmente valorizado e exercitado dentro das instituições religiosas. O pensamento otimista e esperançoso em relação ao futuro foi outra característica forte dentre as pessoas deste grupo: as pessoas expuseram uma crença positiva no que virá. Com certeza de amparo, essas pessoas demonstram confiança de que os fatos da vida acontecerão com naturalidade e de forma adequada. Pessoas comuns, com problemas, ansiedades, momentos tristes, mas com grande fé de que tudo contribui para o seu desenvolvimento, crescimento pessoal e profissional; creem na existência de um propósito maior de algo ou alguém que as protege e acolhe. Em suas palavras percebe-se a conotação de conforto e confiança.

A Espiritualidade, vista como auxiliadora no processo de controle das emoções, ficou evidente na verbalização dos religiosos. Alguns até mesmo afirmaram sentir-se em defasagem ou mais impulsivos quando, por algum motivo, deixaram de participar de atividades religiosas.

Durante as entrevistas, não me apresentei como praticante ou simpatizante de religião. Em momento algum percebi interesse, nem dos religiosos, nem dos ateus ou agnósticos, de me converterem às suas crenças ou convicções. Estavam comigo naquele momento para realmente contribuir com a pesquisa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allport, G. W. (1966). "The Religious Context of Prejudice", In. *Journal for the scientific of Religion*, 5, 477-457.
- Anderson, C.R. (1977). Locus of control, coping behaviors, and performance in a stress setting: A longitudinal study. *Journal of Applied Psychology*, 62(4), 446-451.
- Arruda, V. C. M. (2005). *A Inteligência Espiritual: espiritualidade nas organizações*. São Paulo: Ibrasa.
- Austin, J. T., & Vancouver, J. B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychological Bulletin*, 120, 338-375.
- Baasch Davi, A.L., & Cruz, R.M. (2015). *Revista Borges*, ISSN 2109 - 4308.
- Bandura, A. (1994). Self-Efficacy. In: Ramachaudran, V.S. *Encyclopedia of human behavior*. New York: Academic Press, 4, 71-81.
- Barrett-Lennard, G. T. (1981). The empathy cycle: Refinement of a nuclear concept. *Journal of Counseling Psychology*, 28(2), 91-100.
- Bastos, A.V. B. (1992). Questões metodológicas que cercam a produção científica em Psicologia - O caso das pesquisas sobre *Locus* de Controle no contexto Organizacional. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 8, 1-20.
- Belzen, J. A. (2005). Methodological Concerns on the Psychology of Religion: Continuities, Losses and Transforming Perspectives. *Religion*, 35, 137-165.
- Bowlby, J. (1989). *Uma base segura: aplicações clínicas da teoria do apego*. Porto Alegre: Artes Médicas. (Trabalho original publicado em 1988)
- Brandão, J. M., Mahfoud, M., & Gianordoli-Nascimento, I. F. (2011). A construção do conceito de resiliência em psicologia: Discutindo as origens. *Paidéia*, 21(49), 263-271.
- Brandão, M. R. F., Serpa, S., Krebs, R., Araújo, D., & Machado, A. A. (2011). El significado del arbitrar: percepción de jueces de fútbol profesional. *Revista de Psicología del Deporte*, Palma, 20(2), 275-286.
- Broder, E. (2005). Resilience & Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities. *Can Child Adolesc Psychiatr Rev*, 14(2), 60.
- Brooks, R. (1994). Children at risk: fostering resilience and hope. *American Journal of Orthopsychiatry*, 64(4), 545-553.

- Cole, D., Maxwell, S., Martin, J., Peeke, L., Seroczynski, A., Tram, J., et al., (2001). The development of multiple domains of child and adolescent self-concept: a cohort sequential longitudinal design. *Child Development*, 72, 1723-1746.
- Cowen, E. L. (1996). The ontogenesis of primary prevention: Lengthy strides and stubbed toes. *Am J Community Psychol*, 24, 235-249.
- Cyrulnik, B. (2004). *Autobiografia de um espantalho: Histórias de resiliência: o retorno à vida*. São Paulo: WMF Martins Fontes.
- Cyrulnik, B. (2004). *Os patinhos feios*. São Paulo: Martins Fontes.
- Cyrulnik, B. (2005). *O murmúrio dos fantasmas*. São Paulo: Martins Fontes.
- Cyrulnik, B. (2006). *Falar de amor à beira do abismo*. São Paulo: Martins Fontes.
- Cyrulnik, B. (2009a). *Autobiografia de um espantalho: Histórias de resiliência: o retorno à vida*. São Paulo: Martins Fontes.
- Cyrulnik, B. (2009b). *Histórias de resiliência: o retorno à vida*. São Paulo: Martins Fontes.
- Del Prette, A., & Del Prette, Z. A. P. (2001). *Psicologia das relações interpessoais: Vivências para o trabalho em grupo*. Petrópolis: Vozes.
- Dela Coleta, M. F. (1987). Escala multidimensional de locus de controle de Levenson. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 39(2), 79-97.
- Eisenberg, N., & Miller, A (1990). Empathy, sympathy and altruism: empirical and conceptual links. In: Eisenberg, N., & Strayer, J. (org). *Empathy and its development*. New York: Cambridge University Press.
- Emery, R. E., & Forehand, R. (1996). Parental divorce and children's well-being: A focus on resilience. In: Haggerty, R.J., Sherrod, L. R., Garmezy, N. & Rutter, M. (Orgs.), *Stress, risk and resilience in children and adolescents. Processes, mechanisms and interventions*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Erikson, E. H. (1968). *Identidade, Juventude e Crise*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Ewald, N. (1991). Insurance and risks. In Burchell, G., Gordon, C., & Miller, P.. *The Foucault effect : studies in governmentality*. London : Harvester/Wheatsheaf.
- Falqueto, J. M. Z. (2012) A implantação do planejamento estratégico em universidades. Dissertação (Mestrado em Administração). Programa de Pós-Graduação em Administração (PPGA/UnB). Universidade de Brasília, Brasília, Brasil.

- Fontanella, B. J. B., Ricas M. G. B., & Turato, J. (2008) Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. *Caderno de Saúde Pública*, 24 (1), 17-27.
- Flick, U. (2009). Pesquisa qualitativa online: a utilização da internet. In. Flick, U. (Ed.), *Introdução à pesquisa qualitativa* (pp. 238-253). Porto Alegre: Artmed.
- Florios, D. (2015). *Kintsugi: Consertar com Ouro para Valorizar Coisas Quebradas*. Recuperado em 20 de Abril de 2017, de <https://www.greenme.com.br/morar/acessorios-e-decoracao/2229-kintsugi-consertar-com-ouro-valorizar-coisas-quebradas>.
- Fontes, F.C.C. (2016). *Terapia sócio comunitária estilo de coping religioso/espiritual e qualidade de vida: investigando relações*. São Paulo.
- Freud, S. (1927). O futuro de uma ilusão. In: *Edição Standard brasileira das Obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro: Imago.
- Galan, J.P., & Vernet, E. (2000). *Vers une 4ème génération: les études de marché On-line*. França: Revue Décisions Marketing.
- Garmezy, N. (1971). Vulnerability research and the issue of primary prevention. *American Journal of Orthopsychiatry*, 41, 101 – 16.
- Garmezy, N. (1987). Stress, competence, and development: continuities in the study of schizophrenic adults, children vulnerable to psychopathology, and the search for stress-resistant children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 159-174.
- Garmezy, N. (1993). *Children in poverty: Resilience despite risk*. Psychiatry.
- Grotberg, E. H. (2002). Nuevas tendencias en resiliencia. In Melillo, A., & Ojeda, E. N. S. (Orgs.). *Resiliencia: descubriendo las propias fortalezas* (pp.19-30). Buenos Aires: Paidós.
- Hawkins, J. D., Lishner, D. M., & Catalano, R. F. (1985). Childhood predictors and the prevention of adolescent substance abuse. *NIDA Res Monogr*, 56, 75–126.
- Ironson, G., Stuetzle, R., & Fletcher, MA. (2006). An increase in religiousness/spirituality occurs after the HIV diagnosis and predicts slower disease progression over 4 years in people with HIV. *J Gen Intern Med*, 21(Suppl 5), S62–S68.
- Jack, A.I., Friedman, J.P., Boyatzis, R.E., & Taylor, S.N. (2016). Why Do You Believe in God? Relationships between Religious Belief, Analytic Thinking, Mentalizing and Moral Concern. *PLOS ONE*, 11 (3), e0149989.
- Kernis, M. (2005). Measuring self-esteem in context: The importance of stability of self-esteem in psychological functioning. *Journal of Personality*, 73, 1–37.

- Kim, S., & Esquivel, G.B. (2011). Adolescent Spirituality and Resilience: Theory, Research, and Educational Practices. *Psychology in the Schools*, 48, 755-765.
- Koenig, H.G., George, L.K., & Peterson, B.L. (1998). Religiosity and remission from depression in medically ill older patients. *Am J Psychiatry*, 155, 536-42.
- Koller, S. H., & De Antoni, C. (2004). Violência intrafamiliar: Uma visão ecológica. In Koller, S. H. (Org.). *Ecologia do desenvolvimento humano: pesquisa e intervenção no Brasil* (pp. 293-310). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Leão, E. (2017). *A Psicologia da religião, espiritualidade e Resiliência- Uma breve discussão*. Psidentidade, 2017. Recuperado em 11 de Maio de 2017, de <https://www.psidentidade.com.br/single-post/2017/04/28/A-Psicologia-da-religi%C3%A3o-espiritualidade-e-resili%C3%Aancia---Uma-breve-discuss%C3%A3o>.
- Lefcourt, H.M. (1976). *Locus of control: Current trends in theory and research*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Leyens, J.P., & Yzerbyt, V. (1997). *Psychologie sociale*. Editions Mardaga.
- Luthar, S.S. (2000). *The construct of resilience: Applications in interventions*. Keynote address, XX-XII Banff International Conference on Behavioral Sciences; Banff, AB, Canada.
- Machado, A.P.O. (2011). *Resiliência: Conceituação e discussão*. Trabalho de Conclusão de Curso, Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora, Universidade Federal de Juiz de Fora.
- Maia, J.M.D., & Williams, L.C.A. (2005). Fatores de risco e fatores de proteção ao desenvolvimento infantil: uma revisão da área. *Temas em Psicologia*, 13 (2), 91- 103.
- Manarini, T. (2011). *Resiliência: aprenda a dar a volta por cima*. Recuperado em 10 de Maio de 2017, de <http://saude.ig.com.br/bemestar/saudealternativa/resiliencia-aprenda-a-dar-a-volta-por-cima/n1237980804847.html>.
- Martins, M.C.F., & Cardoso, T. (2008). *Manual da EPR - escala dos pilares de resiliência*. Vetor.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: resilience processes in development. *American Psychologist*, 56 (3), 227-238.
- McClelland, D. C. (1967). *The Achieving Society*. New York: Free Press.
- Meu Portal. (2017). *Entendendo a religião Espírita*. Recuperado em 24 de Abril de 2017, de <http://www.meuportal.net/entendendo-a-religiao-espirita/>.

- Moreira-Almeida, A., & Koenig, H.G. (2006). Retaining the meaning of the words religiousness and spirituality: a commentary on the WHOQOL SRPB group's "A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life". *Social Science and Medicine*, 63(4), 843-5.
- Moreira-Almeida, A., & Koenig, H.G., G Lucchetti (2014). Clinical implications of spirituality to mental health: review of evidence and practical guidelines. *Brazilian Journal of Psychiatry*. 36, 176–182.
- Morreall, J. (1987). *The philosophy of laughter and humor*. New York: State University of New York Press.
- O cities. (2017). *Atabaque*. Recuperado em 04 de Abril de 2017, de <http://www.oocities.org/projetoperiferia6/atabaque.htm>.
- O'Brien, G.E. (1984). *Locus of control, work and retirement*. In: Lefcourt, H. M. (Ed.), *Research with the Locus of control construct: Extensions and limitations*. Orlando, FL: Academic Press.
- Paavola, L., Kunnari, S., & Moilanen, I. (2005). Maternal responsiveness and infant intentional communication: implications for the early communicative and linguistic development. *Child Care Health Dev*, 31(6), 727-35.
- Paiva, G. (2013). *Teorias contemporâneas da Psicologia da Religião*. Universidade de São Paulo.
- Paiva, G. J. (2007a). Religião, enfrentamento e cura: perspectivas psicológicas. *Estudos de Psicologia*, 24(1), 99-104.
- Paiva, G. J. (2007b). Psicologia Cognitiva e Religião. *Revista de Estudos da Religião– REVER*, 7, 183-191.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York, Guilford.
- Pargment, K.I., Smith, B.W., Koenig, H.G., & Perez, L.M. (1998). Patterns of positive and negative religious coping with majour life stressors. *J Sci Stud Relig*, 37(4), 710-724.
- Pargament, H.G., Koenig, N., & Tarakeshwar, J.H. (2001). Religious struggle as a predictor of mortality among medically ill elderly patients. *Archives of Internal Medicine*, 161, 1881–1885.
- Parsons, W.B., & Jonte-Pace, D. (2001). Introduction: mapping religion and psychology. In Parsons, W.B., & Jonte-Pace, D. *Religion and Psychology: mapping the terrain*. London: Routledge.

- Patrick, D.L., Sittampalam, Y., Somerville, S.M., Carter, W.B., & Bergner. (1985). M. A cross-cultural comparison of health status values. *Am J Public Health*, 75, 1402-7.
- Pereira, D. M. (2008). *Experiência religiosa da fé e desenvolvimento humano*. Trabalho de conclusão de curso, Universidade São Francisco, São Paulo.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (1984). Causal explanations as a risk factor for depression: Theory and evidence. *Psychological Review*, 91, 347–374.
- Raftopoulos, M., & Bates, G. (2011). "It's that Knowing that You Are Not Alone": The Role of Spirituality in Adolescent Resilience. *International Journal of Children's Spirituality*, 16 (2), 151-167.
- Rakel. (2013). *Top 10: Cantores e bandas - Gospel Internacional*. Recuperado em 11 de Abril de 2017, de <http://diaryofchristians.blogspot.com.br/2013/03/top-10-cantores-e-bandas-gospel.html>.
- Revista Pazes. (2016). *Flor de Lótus: saiba porque ela é um dos símbolos mais profundos e antigos que existem*. Recuperado em 10 de Abril de 2017, de <http://www.revistapazes.com/flordelotus/>.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rotter, J. B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. New York: Prentice-Hall.
- Rutter, M. (1979). *Changing youth in a changing society: patterns of adolescent development and disorder*. London: Nulfield Provincial Hospitals Trust.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity: Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *Br J Psychiatry*, 147, 598-611.
- Sabbag, P. (2012). *Resiliência: Competência para enfrentar situações extraordinárias na vida profissional*. São Paulo: Elsevier.
- Sabbag, P.Y. (1990). *Resiliência*. São Paulo: Alta books.
- Santos, L.M.O., Gomes, T.G., Góis, L.C.M., Araújo, P.C.B., Ferreira, C.L., & Maia, E.M.C. (2009). *Resiliência e auto-estima em idosos assistidos na rede de atenção básica de saúde em Natal/RN*. Recuperado em 11 de Abril de 2017, de <http://www.cchla.ufrn.br/humanidades2009/anais/gt12>.
- Sawatzky, R., Ratner, P. A., & Chiu, L. (2005). *A meta-analysis of the relationship between spirituality and quality of life*. Social Indicators.

- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Current Directions in Psychological Science*, 2, 26-30.
- Segerstrom, S. C. (2006). How does optimism suppress immunity? Evaluation of three affective pathways. *Health Psychology*, 25, 653–657.
- Silva Jr., J. F. (1972). *Resistência dos materiais*. São Paulo: Ao Livro Técnico.
- Silveira, E.M. (2002). *Modelos de Gestão de Autoridade em Administradores do Sagrado*. Dissertação de Mestrado em Ciências da Religião, Departamento de Filosofia e Teologia, Universidade Católica de Goiás, Goiânia.
- Smith, H. (1991). *The World's religions: Our great wisdom traditions*. New York: Harper Collins.
- Sni. (2017). *12o Seminário de Gratidão de Ibaiti-PR*. Recuperado em 14 de Abril de 2017, de <http://www.sni.org.br/12-Seminario-de-gratidao-de-Ibaiti-pr.asp>.
- Stratta, C., Capanna, I., Riccardi, C., Carmassi, A., Piccinni, L., & Dell'Osso, A. (2012). Suicidal intention and negative spiritual coping one year after the earthquake of L'Aquila (Italy). *Journal of Affective Disorders*. 136, 1227–1231.
- Taranu, O. (2011). *Estudo da Relação entre Resiliência e Espiritualidade numa Amostra Portuguesa*. Dissertação de mestrado, Faculdade de Psicologia, Lisboa.
- Tavares, J. (Org.). (2001). *Resiliência e educação*. São Paulo: Cortez.
- Timoshenko, S., & Gere, G.M. (1983). *Mecânica dos sólidos*. Rio de Janeiro: LTC.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of resilience scale. *J Nurs Meas*, 1, 165- 178.
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1982). *Vulnerable but invincible: a longitudinal study of resilient children and youth*. New York: McGraw-Hill.
- Yunes, M. A. M., & Szymanski, H. (2001). *Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas*. São Paulo: Cortez.

APÊNDICES

Apêndice A - Termo de Consentimento Livre Esclarecido

Você está convidado a participar da pesquisa “Novas perspectivas entre Resiliência e fé através de escalas psicológicas” que é parte integrante da construção da tese de doutoramento a ser apresentada no Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (USP). A pesquisa é composta por 3 escalas diferentes que serão respondidas online e referem-se a atividades cotidianas, em cada questionário é preciso escolher uma das opções já expostas ao participante. O objetivo é de contribuir com os conhecimentos sociais sobre o tema desenvolvido, sendo que esta pesquisa não oferece riscos aos participantes, exceto o de ser parte de novas descobertas sobre o tema, o que significa benefícios, já que existem poucos estudos sobre o assunto até a atualidade. Os resultados destas escalas são relevantes para o melhor entendimento da relação entre Resiliência e Fé. Alguns participantes serão convidados a responderem também um questionário, conduzido pela pesquisadora para o complemento da coleta de informações e assim alcançar maior fidedignidade aos parâmetros de análise. Todos os resultados ou divulgação desta pesquisa, serão realizados com o cuidado de não identificar nenhum dos respondentes para resguardar o sigilo. Entretanto, serão divulgados em artigos científicos, disponíveis aos que se interessarem. O aceite à participação dessa pesquisa é voluntário, como também a desistência a qualquer etapa sem nenhum tipo de consequência ou prejuízo ao respondente.

Caso você tenha dúvida, consideração ou sugestão, poderá entrar em contato através do email elisa.leao@usp.br

Agradecemos a colaboração.

Apêndice B - Questionário / Entrevista

1. DN
Profissão
Estado Civil
2. Como descreveria o seu cotidiano
3. Já teve dificuldades na vida? Teve ajuda para superá-las?
4. Poderia dizer que aprendeu algo com essas dificuldades?
5. Tem ajuda de alguma coisa que te dá sorte? (amuleto)
6. Você é uma pessoa que faz diferença nos grupos que frequenta?
7. Gosta de pessoas por perto?
8. Quando se vê em apuros, como reage? Consegue controlar suas emoções?
9. Qual seria o motivo de coisas boas/ruins acontecerem com você?
10. Caso recebesse uma proposta de emprego em outra cidade, você iria? Por que?
11. Os seus amigos são bem sucedidos? Em quais áreas da vida? O que você acha disso?
12. Seria possível afirmar que algo transcendente existe?

- Acredita que ela (religião ou filosofia de vida) influencia na sua vida? Como?
- Participa de algum tipo ritual religioso? Com qual frequência? (Sente falta de participar de algum ritual religioso e/ou que estimule a Espiritualidade?)
13. Acredita que a religião pode ajudar te tornar forte para passar pelas dificuldades?
14. O que entende sobre Resiliência? Você se acha uma pessoa resiliente?

Apêndice C - Entrevistas

IDENTIFICAÇÃO: PÚRPURA

Religiosa

DN.: 26-05-1975

Profissão - Bióloga - profissão universitária

1. Como descreveria o seu cotidiano

Acordo cedo e tenho uma rotina diária comum com responsabilidades com minha filha, meu trabalho, minha casa. Infelizmente não saio muito com meu esposo, minha filha é pequena e não tenho com quem deixá-la.

2. Já teve dificuldades na vida? Teve ajuda para superá-las?

Sim, ao terminar o doutorado fiquei um tempo sem emprego, tive ajuda da minha família. Foi um período muito difícil.

Não diria que tenho preocupações em outras partes que considero muito difícil... Atualmente uma irmã está causando dificuldade, até o momento nunca teve uma dificuldade muito forte, como a morte.

Tive ajuda financeira e psicológica de ligar e conversar. Minha família foi importante para superação dessas dificuldades.

Meu Pai me ajuda a superar os momentos difíceis da vida, mas nos problemas do casamento não consigo compartilhar. Sinto como questões pessoais que não consigo me abrir

3. Poderia dizer que aprendeu algo com essas dificuldades?

Aprendi a ficar mais segura e auto confiante em relação ao que posso conseguir, depois vivi situações de dificuldades e vi que consegui. A gravidez foi muito difícil. Mas, passou, e vi que posso cuidar dela e de mim. As dificuldades na vida ensinaram a se sentir mais forte e que pode vencer as adversidades que surjam.

4. Tem ajuda de alguma coisa que te dá sorte? (amuleto)

Não. Nada físico que dê sorte.

5. Você é uma pessoa que faz diferença nos grupos que frequenta?

Acha que faz diferença nos grupos. A sensação é que é agregadora. promove novos círculos de amizade. Os alunos dizem que sou uma pessoa tranquila e compreensiva. - Sente-se importante para os social que frequente

6. Gosta de pessoas por perto?

. Gosto de pessoas por perto. Fico mal se não vejo gente. faz diferença pra mim. Sociável

7. Quando se vê em apuros, como reage? Consegue controlar suas emoções?

. Fico muito angustiada, no início. e daí vou pensando com tempo e tentando resolver, mas com angustia profunda. Mas, não consigo parar e me acalmar. Fico com aquilo 24 horas na minha cabeça tentando resolver.

. Acho que tento não expor, mas por dentro está incontrolável. Quando eu estava com a minha família e era mais religiosa, eu conseguia me acalmar, eu perdi isso e não consigo mais me acalmar. Sentia que a religião a acalmava,

8. Qual seria o motivo de coisas boas/ruins acontecerem com você?

é da vida, do curso natural das coisas. não tenha uma causa, acho que é parte dos nossos atos e está por aí e acontece

9. Caso recebesse uma proposta de emprego em outra cidade, você iria? Por que?

Se fosse algo melhor de remuneração eu iria. Consegue pensar em mudanças na vida
 . Iria dependendo se dá para levar minha família junto. Quando não tinha a Lara eu mudava com maior facilidade.

10. Os seus amigos são bem sucedidos? Em quais áreas da vida? O que você acha disso?

.. Sim, na área pessoa e profissional. acho otimo, só mesmo os que tem problemas pessoais não é muito difícil, pessoas que conseguiram se superar.

11. Seria possível afirmar que algo transcendente existe?

. Não categoricamente, cientificamente não há prova científica. eu não acredito num ser superior, mas existe uma conformação energética que faz unir moléculas e eu acredito nisso, mas não tem como afirmar. Eu não afirmaria.

. Não acredito em religião. é muito humano, infelizmente, gera muito julgamento e isso afeta e é ruim para a humanidade. o que mais me afastou eu tinha uma culpa católica muito grande imposta pela minha família. Eu não poderia fazer nada que poderia ter influência ruins de outros e espiritual. Tudo que fazia, gerava muita culpa. A questão do resgate me fazia sentir sem possibilidade de sentir feliz, pois se eu estava feliz, eu me sentia culpada.

Não conheço nenhuma religião que faça bem, gera muita culpa na maioria das pessoas. Eu acredito em vida após a morte. Mas não acredito na religião

12. O que entende sobre resiliência? Você se acha uma pessoa resiliente?

. Entendo Resiliência, me acho resiliente. principalmente depois que eu fiquei sozinha na gestação da lara.

. Eu não gosto de ir a igreja com regra de tantas vezes por semana. Não sou religiosa. não acredito em religião

Sente-se uma pessoa resiliente e aprendendo a ser mais forte com as adversidades.

ROSA

DN.: 11/04/1958

Profissão: Servidora pública federal

Estado Civil: divorciada

1. Como descreveria o seu cotidiano

Sou mãe e Pai de um filho de 18 anos, que está tirando carteira de motorista agora, então ele ainda depende muito de mim. Eu trabalho, tenho meus amigos, faço brechó e vendo semi joias. Este já é um projeto para a aposentadoria. Inclusive já tenho meus projetos para 2017, estou malhando e cuidando mais de mim. Estou me organizando para as mudanças da vida...

2. Já teve dificuldades na vida? Teve ajuda para superá-las?

Já vivenciei muitas dificuldades, me separou há 10 anos atrás e isso foi muito dolorido, meu ex marido saiu de casa por outra mulher e eu pensei que não poderia ficar sentada chorando, consegui superar. Um ano depois tive um AVC hemorrágico, não acredito que seja em função da separação e da decepção que tive, penso que tenha sido por causa da minha saúde e de qualquer maneira, passaria por isso. Não fiquei com nenhuma sequela. Sempre fui arrimo de família. Sempre cuidei dos meus Pais e há 2 anos atrás, minha mãe morreu e o meu pai continua se tratando de um câncer. Já vivi um vendaval complicado, mas a vida segue, eu superei.

. Sim, acredito que tive ajuda. Meus pais eram evangélicos e desde muito cedo a gente conviveu com essa fé, coragem, com dificuldades mas nunca perder a esperança. Fui criada nesse meio, mas não vivia totalmente isso, pelas várias fases da vida, mas há muito tempo atrás. Sempre acreditei na palavra de Deus, mas nunca vivia verdadeiramente, e quando vieram as dificuldades eu me apeguei e tive a verdadeira ajuda de Deus. Tem situação que a gente não muda, a gente pede coragem para atravessar. Tenho absoluta certeza que a fé me ajudou muito. Acredito piamente em Deus.

3. Poderia dizer que aprendeu algo com essas dificuldades?

. Com certeza aprendi com as dificuldades que vivi. De toda dor, você tira aprendizado. No meu caso, pra eu ficar melhor. Eu vejo como foi importante a minha convivência com meus pais, o que eles passaram pra mim, eu passo para o meu filho. Eu sempre falo da importância do caráter, estudo, ser cidadão, pessoa do bem. A dor a dificuldade, me fez crescer mais. - parece ser resiliente.

4. Tem ajuda de alguma coisa que te dá sorte? (amuleto)

Não tenho nenhum amuleto. Tenho a bíblia e a igreja qual eu frequento regularmente. Não marco compromisso na quarta, sexta, domingo pois eu tenho a minha responsabilidade na igreja. Aconteça o que acontecer eu vou a igreja.

5. Você é uma pessoa que faz diferença nos grupos que frequenta?

. Acho que eu influencio positivamente nas outras pessoas. - percebe-se com boa auto estima,

6. Gosta de pessoas por perto?

. Tenho um grupo frequente, a minha igreja é pequena e somos como uma família. É o que me sustenta. Gosta de estar com pessoas, procura isso - é sociável

. Sou muito intensa, meus amigos gostam muito de mim. Eu recebo, faço comida, tomar café... acho que sou uma pessoa leve, me acho leve. não faço é reclamar. não sou perfeita, mas dentro do que sou, a minha natureza contribuem para eu ser assim, mais leve. é um conjunto de coisas que trazem a isso. é a fé, estado de espirito o otimismo. Quando tenho oportunidade de falar de Deus eu falo, não torro o saco de ninguém mas eu falo

7. Quando se vê em apuros, como reage? Consegue controlar suas emoções?

. Eu oro quando eu me vejo em apuro, joelho no chão. Eu não tenho controle com as minhas emoções como eu gostaria. Sou muito impulsiva, quero defender meu ponto de vista. no trabalho, em casa, nas amizades. Sou persuasiva. É uma característica minha, se eu colocar na balança isso não seria defeito, tenho pontos positivos com isso. Sente que a espiritualidade ajuda no controle das suas emoções.

8. Qual seria o motivo de coisas boas/ruins acontecerem com você?

Não sei... acho que os acontecimentos servem para o aprendizado. Nem tudo que acontece na vida foi Deus, as vezes foram consequências do que você fez, é o livre arbítrio.

Se a pessoa sofreu um acidente e ficou em coma, ela estava sem cinto, dirigindo bêbado... foi consequência pessoal e não Deus fez o mal para aquela pessoa.

9. Caso recebesse uma proposta de emprego em outra cidade, você iria? Por que?

Na minha situação atual não iria para outra cidade, estou em vias de me aposentar, estou com tudo montado para aposentar. Eu não essa chance na minha vida. Sou servidora publica... mas se eu não tivesse meu trabalho, pode ser que sim. Sou ousada, talvez aceitaria. Eu costumo orar

e pedir a Deus um sinal. Prefiro receber os sinais de Deus e acabo concluindo com segurança o que devo fazer e me sinto segura com essas respostas

10. Os seus amigos são bem sucedidos? Em quais áreas da vida? O que você acha disso?

. Meus amigos são bem sucedidos. Sou bem eclética quanto a amigos. Tenho amigos gays, filósofos, evangélicos, espíritas, mas eu consigo viver bem no meio dessa adversidade, a maioria bem sucedida. Convive bem com o diferente e consegue perceber o sucesso do outro.

. Materialmente sim, mas espiritualmente muito sofrimento, sem ser bem sucedido.

. Sob o meu ponto de vista, acho que as vezes ela quebra a cabeça e seguindo uma linha que eu sou contra, mas não posso falar nada, se tiver uma brecha, posso dizer alguma coisa.

Tenho muitas amigas infelizes no casamento, infelizes profissionalmente, empatada. As vezes penso que poderiam melhorar seguindo a bíblia e ir a igreja, mas não sou aquela pessoa de ficar insistindo com a pessoa.

11. Seria possível afirmar que algo transcendente existe?

Acredito piamente em Deus. As coisas que acontecem na nossa vida, tenho certeza que é o mover de Deus.

12. Acredita que ela (religião ou filosofia de vida) influencia na sua vida? Como?

- Eu costumo orar e pedir a Deus um sinal. Prefiro receber os sinais de Deus e acabo concluindo com segurança o que devo fazer e me sinto segura com essas respostas.

- Participa de algum tipo ritual religioso? Com qual frequência? (Sente falta de participar de algum ritual religioso e/ou que estimule a Espiritualidade?)

- Vou à igreja 3 vezes na semana.

13. Acredita que a religião pode ajudar te tornar forte para passar pelas dificuldades?

14. O que entende sobre resiliência? Você se acha uma pessoa resiliente?

. Não sei... acho que os acontecimentos servem para o aprendizado. Nem tudo que acontece na vida foi Deus, as vezes foram consequências do que você fez, é o livre arbítrio.

BRANCO

DN 05-12-95 ateu

Profissão: estudante / - estagiário direito iesb

Estado Civil: solteiro

1. Como descreveria o seu cotidiano

Gosto de rotina - faculdade, trabalho - não lido bem com falta de rotina

2. Já teve dificuldades na vida? Teve ajuda para superá-las?

. Desde cedo, tive muitas dificuldades, morei na fazenda, precisava acordar muito cedo para ir à escola, tive uma infância difícil. Não tinha contato com tecnologia. 15 anos melhorou, foi morar na cidade. a família também se mudou, foram para cidade e consegui melhorar muito. já queria muito ter uma escola melhor, tecnologia. **sempre gostou de estudar, gostaria muito de estudar mais e investir no meu conhecimento. na cidade gostou mais para estudar,**

3. Poderia dizer que aprendeu algo com essas dificuldades?

. teve apoio e ajuda da mãe. a mãe mudou para cidade e ajuda lo. Tive muito apoio da minha família. quando eles viram que era estudar que eu queria, ela mudou toda a vida dela por mim.
. Sim, aprendi com minhas dificuldades, mesmo eu não tendo humildade que eu deveria ter, eu sei lidar mais com as adversidades. Não gosto de mudanças e adversidades, mas não fico parado e vou atrás de solucionar. Sempre me achei melhor que os outros, quando penso que vim de um lugar difícil que eu precisei de muito esforço, tenho a tendência de me achar melhor.

4. Tem ajuda de alguma coisa que te dá sorte? (amuleto)

Difícilmente acredito em sorte, as poucas vezes que trabalhei com sorte, não deu sorte.

5. Você é uma pessoa que faz diferença nos grupos que frequenta?

A minha mãe tem a fé dela e sempre ora. A fé dela não tem significado pra mim, mas respeito pra ela. O que ela acredita não interfere em mim. Ela está confortável eu deixo ela orar por mim e pedir na igreja, **mas não sinto q me interfere.**

. Normalmente, gosto de ser o centro das atenções onde estou. Sempre quero marcar minha presença, ser melhor, ser mais amigo, ser melhor servidor, o melhor aluno. Sim, faço diferença

pois quero sempre ser melhor. Gosto de fazer diferença no meu ciclo social e profissional, ser lembrado por ter conhecimento, lidar com todos, ser melhor sempre.

6. Gosta de pessoas por perto?

. Gosto de pessoas ao meu redor.

7. Quando se vê em apuros, como reage? Consegue controlar suas emoções?

Depende de qual apuro. Eu tento racionalizar o máximo possível. Como eu cheguei na situação. Eu não me desespero, tento ver como cheguei e quais são minhas orações.

8. Qual seria o motivo de coisas boas/ruins acontecerem com você?

. Escolhas, tudo na vida são escolhas. Se vc fez escolha certa e conseguiu desenvolver vai dar certo ou errado.

9. Caso recebesse uma proposta de emprego em outra cidade, você iria? Por que?

. iria, eu não me sinto ligado a lugar nenhum, posso manter o vínculo com pessoas importantes.

10. Os seus amigos são bem sucedidos? Em quais áreas da vida? O que você acha disso?

. meus amigos são bem sucedidos. profissionalmente, por conquista ou por herança, carreira consolidada. tem capacidade suficiente para buscar e vai conseguir consolidar uma carreira.

. bom pra eles. não tenho inveja das pessoas. coisa boa que eles conseguiram, alguns por sorte outros por capacidade e buscaram. mérito pessoal. não teria como interferir. existe sorte mas é muito subjetivo e eu não gosto muito com subjetivismo. o que eu faço não envolve sorte. Uma pessoa que tem uma família inteira é advogado, isso é sorte ... ele não vai sofrer muitas dificuldades na vida.

11. Seria possível afirmar que algo transcendente existe?

. eu não nego a existência de algo superior. sou agnóstico teísta, eu não tenho prova que deus existe mas pode haver. Se existir não é algo que eu acredito, mas não nego a existência. abre uma brecha para a duvida, pois não existe a prova de que não existe.

. agnóstico é um modo de vida. vive com aquilo que acredita e duvida do que não pode ser provado. O ateu não acredita no que não pode ser provado. Ele não cria uma opiniao. me sinto mais confortável com a duvida.

- Acredita que ela (religião ou filosofia de vida) influencia na sua vida? Como?

. não acredito que eu tenha Espiritualidade. busco não ofender ninguém, se isso for espiritualidade, talvez seja isso.

. acho que a religião faz bem para algumas pessoas, se está fazendo bem é melhor continuar. para os que ela é benéfica, continue.

- Participa de algum tipo ritual religioso? Com qual frequência? (Sente falta de participar de algum ritual religioso e/ou que estimule a espiritualidade?)

. já participei de vários rituais de diferentes religiões diferentes. Centro espírita, terreiro de candomblé, católica, alguns não tiveram significado. outros sim, de alguma forma, pois por mais que eu duvide, eu não nego. alguns rituais me fizeram bem. me confortaram, não sei se foi por causa do ser superior, ou por causa das pessoas que me fizeram sentir melhor. sinto falta do coral que eu participava. mas não acredito que ele desenvolva minha espiritualidade, ele me ajudou muito na questão social.

12. Acredita que a religião pode ajudar te tornar forte para passar pelas dificuldades?

. acredito que quem enfrenta dificuldades saem mais fortes.

13. O que entende sobre resiliência? Você se acha uma pessoa resiliente?

Sinto me mais resiliente, se eu não tivesse passado pelas dificuldades, não teria a minha personalidade de hoje, muito me influenciou, como lidar e ser alguém melhor. Outras não influenciaram em nada. Hoje sou mais sociável. Tento compreender mais as pessoas. Consigo sentir necessidade das pessoas, antes eu era muito sozinho, só eu.

VERMELHA

DN - 1975

Profissão - - pedagoga

Estado Civil - separada

1. Como descreveria o seu cotidiano

Vou para o trabalho, cuido da minha filha, cuido da minha casa e tenho amigos.

2. Já teve dificuldades na vida? Teve ajuda para superá-las?

a'passou por dificuldades como a separação e quando a mãe caiu da sacada e ficou parálitica. Tive ajuda da minha família.

3. Poderia dizer que aprendeu algo com essas dificuldades?

Não consegue explicar e ver sentido nessas coisas e não sabe se seria motivo para crescer e se desenvolver.

4. Tem ajuda de alguma coisa que te dá sorte? (amuleto)

Pode dizer que pra ela pessoalmente, o daime faz muito sentido e ajuda a viver, entregar os momento ruins, dando um norte. mas não poderia afirmar que existe algo transcendente, pra ela sim.

5. Você é uma pessoa que faz diferença nos grupos que frequenta?

Gosta de gente por perto, as vezes, já outras vezes, não gosta e prefere ficar sozinha.

6. Gosta de pessoas por perto?

Gosta de gente por perto, as vezes, já outras vezes, não gosta e prefere ficar sozinha.

7. Quando se vê em apuros, como reage? Consegue controlar suas emoções?

8. Qual seria o motivo de coisas boas/ruins acontecerem com você?

9. Caso recebesse uma proposta de emprego em outra cidade, você iria? Por que?

Hoje eu tenho uma vida de boa qualidade, moro num local com ar puro. Não mudaria se fosse para um lugar que não me desse essa qualidade que tenho hoje.

10. Os seus amigos são bem sucedidos? Em quais áreas da vida? O que você acha disso?

tem amigos bem sucedidos do Daime e quando os vejo prosperando percebe que ela está no caminho certo. é uma confirmação de que está acertando. - falou com certo peso, parece que inveja

11. Seria possível afirmar que algo transcendente existe?

Eu acredito que tenho uma espiritualidade e que através do Daime tenho um norte, mas não poderia afirmar para qualquer outra pessoa sobre a existência ou não de algo transcendente.

- Acredita que ela (religião ou filosofia de vida) influencia na sua vida? Como?

Acredita que não faça diferença na vida das pessoas. Acha que não ajuda ninguém.

- Participa de algum tipo ritual religioso? Com qual frequência? (Sente falta de participar de algum ritual religioso e/ou que estimule a espiritualidade?)

Segue o santo daime, diz que vai 1 vez ao mes.

12. Acredita que a religião pode ajudar te tornar forte para passar pelas dificuldades?

Sim. acredito.

13. O que entende sobre resiliência? Você se acha uma pessoa resiliente?

Não me sinto resiliente. Ainda não entendo os motivos pelos quais já sofreu na vida, ainda não tenho esse entendimento.

AZUL

DN.:02/10/1970

Formação: história, mestrado história, doutorado em ciências sociais, pos doc em ciências políticas.

Profissão: Professor / Pós doc em Ciências Políticas

Estado Civil: Separado

1. Como descreveria o seu cotidiano

Dou aula, preparo aula, escrevo livros, desenvolvo pesquisa, sou caseiro e de poucos amigos. Saio para visitar meus pais com frequência.

2. Já teve dificuldades na vida? Teve ajuda para superá-las?

Muitas dificuldades, inclusive chego a dizer que morri várias vezes. Como tenho epilepsia é uma espécie de morte da qual voltei várias vezes. Já vivenciei EQM, as vezes quando estou dormindo, no ponto de vista da consciência, acordo, quero levantar, conscientemente faço força para levantar mas meu corpo não me obedece. É como se meu corpo estivesse morto e minha consciência estivesse acordada. Quando acordo, sinto-me confuso, pois não sei se estou realmente acordado ou dormindo. Sonho, que estou dormindo, um espírito, faço muita força, minha consciência está acordada mas meu corpo dorme sobre a cama. Uma força interior tenta me acordar.

3. Poderia dizer que aprendeu algo com essas dificuldades?

Acho que a minha formação humanista materialista que eu tive, apesar dos meus 17 anos, vim de uma família protestante, mas depois que entrei na universidade, acho que essa dieta teórica me deixou órfão da capacidade de crer em Deus ou deuses. Uma força racional faz sombra a isso, tem momentos que o desespero é tão grande que move forças pré racionais que vem de um passado muito atrás que a ideia racional não existia. Inconsciente a gente acaba movendo forças de energia pré civilização. Do tempo da magia, do tempo que nem sequer essa razão religiosa existia. nesses momentos acho que conscientemente ou inconscientemente a gente é movido por forças milenares e dizendo: Deus me ajude! Ou pelo menos pensando nisso.

. Acredito que essa força me ajuda. Na verdade, olhando retrospectivamente eu sempre, embora sem consciência, eu sempre paguei uma fatura muito alta de vir de uma família religiosa e participar de ritos do protestantismo que segregam seguidores que deixam marcas pelo resto da vida, mas ao mesmo tempo deixam marcas positivas. por exemplo, vim de uma família pobre,

e anda com a bíblia na mão não é algo especial, como eu me vestia como eu me auto representava como protestante, me afastava de festas e me dava tempo para estudar, mas pago uma fatura pesada pelo resto da vida em função de constrangimentos. Como a maneira como determinadas religiões protestantes, isso inclui a que eu seguia, como eles ensinam sobre o diferentes, sexualidade, o mundo. não é culpa, mas dificuldades de me interagir com o restante.

4. Tem ajuda de alguma coisa que te dá sorte? (amuleto)

. sorte - hoje não, acho que já tive quando no passado na adolescência 13 anos tinha uma fita cassete velha que comprei numa banca de revista com a 7. sinfonia de betone. quando tinha dificuldade de entender algo, num quarto pequeno ouvindo aquela fita. ficava imaginando q se ele tinha epilepsia eu também poderia fazer algo positiva.

5. Você é uma pessoa que faz diferença nos grupos que frequenta?

. não acho que influencio, já achei em algumas situações, ultimamente não sei se acho ou não ou não penso. houve uma época que eu pensava, achava que eu tinha uma contribuição enorme como pesquisador e professor, mas quando entrei, eu vi como as coisas são reproduzidas, jogos sujos e fui ficando desencantado. Tenho dificuldade em pensar nisso, estou muito desmotivado para pensar que posso ser bom pra alguém.

6. Gosta de pessoas por perto?

. amigos - tenho alguns, acho que são bem sucedidos. são felizes parece que sim. profissional, pessoal não são exatamente felizes. pq acho que seus casamentos são complicados, são enfim, afetiva pessoal. Eu tenho, uma certa falta de interação social, quando comparado com a grande maioria das pessoas que eu conheço. Inconscientemente, indiretamente, a religião protestante, contribui muito pra gente ter dificuldades em tolerar frustrações

7. Quando se vê em apuros, como reage? Consegue controlar suas emoções?

Sim, tenho controle das minhas emoções.

8. Qual seria o motivo de coisas boas/ruins acontecerem com você?

9. Caso recebesse uma proposta de emprego em outra cidade, você iria? Por que?

10. Os seus amigos são bem sucedidos? Em quais áreas da vida? O que você acha disso?

11. Seria possível afirmar que algo transcendente existe?

Acredita que exista transcendência uma energia transcultural

Não acredita na existência de Deus como aprende através das religiões, acredita numa energia através da população que vai passando, tem muito a ver que está presente em tudo. Essa maneira de nomear a energia varia. Alguns como Jesus Cristo, Buda, Maomé, depende da cultura.

Eu não tenho a quem pedir, me sinto órfão de Deus, em momentos de fúria eu digo: não isso não pode ser! E começo a buscar meios para contornar e encontrar soluções.

12. Acredita que ela (religião ou filosofia de vida) influencia na sua vida? Como?

. Quando um indivíduo acredita ser crente de verdade, cada vez que o mundo real e objetivo diz que não vai dar e não é possível, ao invés desse indivíduo buscar pensar o que ele pode fazer, como ele pode mudar para se adequar as negativas do mundo, ele pensa que vai dar certo e Deus precisa fazer dar certo. Minhas raízes evangélicas contribuíram para eu me desenvolver individualmente com certa dificuldade de tolerar frustrações.

13. Participa de algum tipo ritual religioso? Com qual frequência? (Sente falta de participar de algum ritual religioso e/ou que estimule a espiritualidade?)

. Não frequento, já imaginei que eu poderia gostar de conhecer um grupo budista que tenha uma visão da transcendência mais afinada com o que eu entendo.

14. Acredita que a religião pode ajudar te tornar forte para passar pelas dificuldades?

. acho q a religião independente de qual seja é um grande diva coletivo. Ela permite as pessoas a criarem e participares de certas formas de sociabilidade rotineiras mais ou menos organizadas que permite a pessoa ser com autos estima melhor, se destacar melhor, inventar um futuro possível. a religião ajuda a manter formas de solidariedade, cria um bolso de segurança subjetivo.

ela não é somente um espaço de relação, ela é mais que isso. Acho que Marx não se atreveria dizer o que disse hoje.

15. O que entende sobre resiliência? Você se acha uma pessoa resiliente?

. Me acho bastante resiliente, sim. Não sei até quando, mas pegando minha história de vida, nem acredito que cheguei até aqui, já ganhei muitas guerras, investi, travesti de mil e uma formas. Acho e somos resilientes quando existe uma motivação, algo para defender. Tenho sido resiliente, estou cansado.

AMARELO

DN.: 01 -11 - 1960

Ateu -

Profissão: Funcionário público

Estado Civil: Solteiro

1. Como descreveria o seu cotidiano

rotina estabelecida de um servidor público. Acorda muito cedo, puxou da mãe, o pai não gostava, os outros dois irmãos puxaram ao pai. fica mais de 10 horas no trabalho.

Cumpre tranquilamente

2. Já teve dificuldades na vida? Teve ajuda para superá-las?

Dificuldades:

acredita que não teve muitas dificuldades, grandes dificuldades. Foi de família de classe media baixa e que ofereceu toda a condição de vida satisfatória. Nunca precisou lutar pelo básico e isso seria dificuldade e nunca passou por isso. Começou a trabalhar com 15 anos de idade, janeiro de 76, acabado de fazer 15 anos mas sentia necessidade de trabalhar e ficar mais independentes. Não precisava disso para comer, mas eu queria. Minha vida não foi de privação, nem infância, adolescência, com o básico para ter uma vida digna, eu tive. outras dificuldades. Não conseguiria identificar momento difícil.

3. Poderia dizer que aprendeu algo com essas dificuldades?

Acha que aprende com as distrações da vida?

minha fonte de conhecimento são os livros muito mais do que com a vida. A experiência ajuda muito para o crescimento pessoal. A partir do momento que tem contato com o mundo exterior é um aprendizado muito importante. na escola, trabalho, amigos, viagens. isso agrega muito. não saberia dizer situações especificas, mas essas coisas do cotidiano mesmo.

4. Tem ajuda de alguma coisa que te dá sorte? (amuleto)

a minha formação acadêmica ela não me permite acreditar nessas coisas. não acredito em sorte. não consigo identificar. gosto de dias da semana, mas não que eles interfiram em coisas que acontecem comigo.

Gosto da quinta feira, não sei porque. 74 é um numero que eu gosto não consigo identificar nenhum significado. Gosto da cor vermelha.

5. Você é uma pessoa que faz diferença nos grupos que frequenta?

de certa forma sim, sem querer prepotente acredito que sim. Com a capacidade de percepção, com a eloquência verbal, isso é diferenciação. eu desenvolvi uma técnica, vocação. facilidade de falar, comunicar em publico, isso é um elemento que me diferencia. isso depende do ambiente e se todos estão preparados, você se iguala, mas se destaca, não é nada excepcional mas se destaca.

6. Gosta de pessoas por perto?

Já gostei mais de amigos, hoje tenho uma personalidade mais reclusa. As pessoas me tratam como se eu fosse muito sociável. mas eu não tenho mais a sociabilidade. Tenho um ciclo amplo de amigos mas não faço questão. O ciclo vai se restringindo, o contato é menor. a convivência é menor. diminui. tenho uma capacidade grande de mobilização. no cotidiano da vida eu não faço questão. no meu aniversario sim, mobilizo muita gente.

7. Quando se vê em apuros, como reage? Consegue controlar suas emoções?

sou uma pessoa tranquila, eu não me desespero, eu tenho controle, embora suba aquele fogo, que é um mecanismo de defesa, mas eu me mantenho calmo. entrar em pânico e se desesperar só piora. Já vivenciei tenho essa experiência.

8. Qual seria o motivo de coisas boas/ruins acontecerem com você?

excluindo as motivações de natureza transcendental, não acho que tenha alguma coisa nesse sentido. existem situações que são inexplicáveis que ficam no mistério.
acaso objetivo - você não fez nada para que aquilo acontecesse, pra mim chama se acaso objetivo.

9. Caso recebesse uma proposta de emprego em outra cidade, você iria? Por que?

se eu fosse mais novo sim, mas hoje não. fui a São Paulo cumpri foi bacana e voltei. mas não penso nisso. sou conservadora no sentido de movimentos ousados. se tivesse chegado antes, talvez. não descarto a possibilidade, mas eu teria muita cautela. teria todas as reticências. teria que avaliar muito bem. é diferente do que se ter 30 anos. nem tanto por causa do salário.

10. Os seus amigos são bem sucedidos? Em quais áreas da vida? O que você acha disso?

Pessoas com bom nível social e intelectual. não são exatamente bem sucedidos com boas conquistas monetárias. ninguém alcançou uma riqueza material. são pessoas bem sucedidas

porque conquistaram coisas importantes para sua vida. Desenvolveram-se, fizeram mestrado, doutorado, phd, pós, possuem cargos importantes.

11. Seria possível afirmar que algo transcendente existe?

Existem situações que ocorrem que muitas vezes a gente não consegue ter explicações plausíveis para o fenômeno e aí você fica pensando como isso pode acontecer. É um mistério. Uma pessoa religiosa vai explicar com a religião, eu prefiro acreditar que existe uma coisa chamada energia vital do planeta, do cosmo. não tem forma, não tem nada. tem amigos que acham q ele não é ateu.

Tornei-me ateu - 20 anos para 21 - com o contato com a literatura marxista.

Acredita que ela (religião ou filosofia de vida) influencia na sua vida? Como?

Poderia ser positivo acreditar - não me ocupa absolutamente nada, não tenho essa expectativa, esse pensamento.

- Participa de algum tipo ritual religioso? Com qual frequência? (Sente falta de participar de algum ritual religioso e/ou que estimule a espiritualidade?)

A mãe sempre foi praticante e religiosa. já fez primeira comunhão participava de missa. depois não. tive relacionamento afetivo com evangélica e foi a igreja. Já fui não me senti constrangido, nunca me abalou em nada.

12. Acredita que a religião pode ajudar te tornar forte para passar pelas dificuldades?

Religião pode tornar mais forte - pelo contrário - torna as pessoas mais fracas, necessidade de vulnerabilidades, inseguranças, ao não se conhecerem procuram o conforto fora.

13. O que entende sobre resiliência? Você se acha uma pessoa resiliente?

Resiliência- já vivi por situações de adversidades muito grandes. Tive essa capacidade de superar, não sei se foram resolvidas, mas olho para frente.

Tive ajuda de um profissional, busquei força dentro de mim, não há crise que permaneça para frente, foi rápido. acontecimento q me fez crescer.

Apêndice D - Documentos

ACEITE PARA FREQUENTAR DISCIPLINA COMO OUVINTE

w.z@usp.br
ter 11/12/2012, 20:35
Você

Responder

Doutorado

Olá, Cara Elisa,

Sua mensagem deixa claro seu interesse e dedicação pela área da Psicologia da Religião. Você será muito bem-vinda às aulas, que no próximo semestre se darão às terças-feiras, das 14 às 17 horas, no Bloco B do Instituto de Psicologia, em sala ainda a ser definida. A disciplina versará sobre as teorias contemporâneas em Psicologia da Religião e será ministrada pelo Prof. Geraldo José de Paiva e por mim. Ao longo do semestre vamos nos conhecendo e conversando a respeito de seu projeto e das possibilidades futuras na pós-graduação.

Seja muito bem-vinda e... um fraternal abraço,
Prof. Wellington

De: "Elisa Silveira" <elisamspsi@hotmail.com>
Para: "w z" <w.z@usp.br>, "Elisa Silveira" <elisamspsi@hotmail.com>
Enviadas: Terça-feira, 11 de Dezembro de 2012 11:40:17
Assunto: Apresentação

Prof. Wellington Zangari, boa tarde!

Fazendo uma pesquisa no site da USP, em função do meu interesse em ingressar como aluna especial do programa de doutorado, percebi algumas afinidades acadêmicas com sua linha de pesquisa, e gostaria de me apresentar e contar um pouco da minha história.

Meu nome é Elisa Leão, sou Psicóloga, mestre em ciências da religião pela PUC-GO. Tive experiência em Clínica, quando fiz atendimentos à crianças e adolescentes. As oportunidades que tive na academia, levou-me a escolher e investir nessa área, deixando assim, os atendimentos.

Minha trajetória como professora, começou ainda na graduação, tive grande envolvimento com monitorias de diferentes disciplinas, que fez despertar interesse pela área acadêmica. Com o término da graduação, logo iniciei meu crescimento no mestrado. A pesquisa de campo, teve como sujeitos, líderes religiosos; utilizei entrevista e algumas pranchas do teste Rorschach como instrumento de coleta de dados. A conclusão, partiu de uma relação entre a personalidade de líderes de Igrejas institucionalizadas, não institucionalizadas e a discussão sobre características de personalidade dos líderes pesquisados.

Foi uma caminhada árdua, pois estudar sobre aspectos sociológicos, antropológicos da religião, era muito novo e, difíceis de serem compreendidos... Mas, consegui. Não teria uma história de desistência na minha carreira de escolhas.

Quando terminei o mestrado, percebi que precisava continuar crescendo, e escolhi, deixar a carga horária na faculdade, o consultório e algumas disciplinas em cursos de Pós. Fui para Inglaterra passar 1 ano e meio. Lá, fiz um curso de Psicologia do Trabalho na Birkbeck University of London, trabalhei e viajei. Cresci um pouco mais.

Voltei para o Brasil e comecei a trabalhar como professora na Faculdade Estácio de Sá de Goiás. Hoje, estou coordenadora do curso de Psicologia, mas há muito tempo com a necessidade de continuar minha caminhada intelectual que o doutorado poderia dar.

Como a vida nos dá alguns presentes de surpresa... O momento do doutorado chegou. Em função de transferência profissional do meu marido, estou de mudança para São Paulo e optei, por iniciar os meus estudos o quanto antes. Não gostaria de esperar ter compromissos profissionais, quero priorizar essa conquista, que pra mim, é muito importante.

sei que o caminho pode começar em 2013-1, como aluna especial do programa de doutorado da USP. Como houve uma identificação com a sua linha de pesquisa, venho através desta informal apresentação, fazer o convite de dar-me a oportunidade de começar a estudar como aluna especial, e assim, iniciarmos uma parceria com a possibilidade de ser aceita como sua orientanda, no próximo processo seletivo.

Desde já, agradeço e aguardo contato,

PARECER DE APROVAÇÃO PELO COMITÊ DE ÉTICA

**INSTITUTO DE PSICOLOGIA
DA UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO**

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Novas Perspectivas entre Resiliência e Fé através de escalas psicológicas.

Proponente: ELISA MARI SILVA FERREDES LEAO

Assessor:

Assessor: F

Coordenador: ROSELIANE L. M. L. L. L.

Instituição Proponente: UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO

Instituição Principal: UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO

Assessor do Parecer:

Número do Parecer: 1.767.144

Aprovação do Projeto

O presente projeto de pesquisa busca avaliar as relações entre Resiliência e Fé através de uma metodologia quanti-qualitativa que inclua a aplicação de 5 escalas validadas no Brasil - Escala de Escala de Resiliência de Goldberg, Escala de Escala de Controle Interno-Externo de Rotter e Escala de Escala de Desenvolvimento Social de Marlene Chaves, além de realização de uma entrevista semiestruturada com questões sobre a religião dos participantes com sua religião. Para isso serão selecionados 100 pessoas maiores de 18 anos. Apresenta o TCLE, se mostra relevante dentro do campo da Psicologia, e toma os cuidados éticos necessários.

Objetivo da Pesquisa

O objetivo da pesquisa é observar e descrever a experiência e buscar avaliar as relações possíveis entre Resiliência e Fé.

Justificação das Fases e Metodologia

O projeto de pesquisa apresenta elementos descritos no formulário e no fluxo aprovado à pesquisa proposta.

Considerações e Recomendações sobre a Pesquisa

O presente projeto de pesquisa apresenta referencial teórico pertinente, metodologia quanti-qualitativa adequada (com instrumentos validados), apresenta o TCLE, se mostra relevante dentro do campo da Psicologia e toma os cuidados éticos necessários. Os instrumentos de pesquisa são

Endereço: Av. Prof. Mello Moraes, 1721 - Bl. "G" sala 27

Bairro: Cidade Universitária

CEP: 05.508-030

UF: SP

Município: SAO PAULO

Telefone: (11)3091-4182

E-mail: cep@ip.usp.br

VISITA AO ATELIÊ DE PINTURA EM PORCELANA GUINADA PELA ARTISTA
PLÁSTICA DENISE VALENÇA