

OLHAR SINGULAR SOBRE A AUTONOMIA EMOCIONAL: NARRATIVAS DA HISTÓRIA DE VIDA DE ESTUDANTE COM RESILIÊNCIA

João Batista Lucena; Débora Suzane de Araújo Faria (orientadora)
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte – Campus Caicó
joao.batista.lucena@gmail.com; debora.faria@ifrn.edu.br

Resumo

Esta pesquisa tem por objetivo abordar a capacidade que o homem tem, em sua singularidade, de se recuperar das adversidades, tribulações e traumas sofridos ao longo da vida, avaliando ações e reações diante das dificuldades que enfrenta em sua trajetória de vida. Se as adversidades são inevitáveis, a resiliência passa a ser uma necessidade. Para consubstanciar a investigação, utilizamos metodologicamente os procedimentos da pesquisa por meio do estudo de caso. Quanto aos resultados, constatamos que a resiliência é aquela dinâmica que permite ao indivíduo sair fortalecido da adversidade, em cada situação específica, respeitando-se suas características pessoais. Assim, mesmo com todos os problemas e adversidades, fundamentando-se na autonomia emocional, é possível realizar o sonho de uma formação acadêmica.

Palavras-chave: Autonomia emocional, Motivação, Resiliência, Educação, Família.

Introdução

A instituição familiar é concebida como um grupo social primário, pois é nela que acontecem as primeiras socializações do indivíduo, o qual é influenciado pelo comportamento, atitudes e ações dos membros que a compõem, pois ambos compartilham entre si conhecimentos, desejos, sonhos, angústias e necessidades, influenciando a maneira de agir e pensar de todos. É o lugar de respeito e de apoio mútuo, onde acontecem as relações intensas e criam-se fortes laços de afeto, independentemente do seu arranjo.

Assim, é na convivência familiar a primeira forma de socialização. Baseado no exposto anteriormente, a família é parte fundamental na vida do ser humano, pois é a primeira referência de sociedade com a qual o indivíduo inicia sua socialização. É nela que o indivíduo aprenderá os principais valores que o acompanharão por toda a sua vida, norteando-o na hora em que necessitar tomar decisões. Deste modo, a organização familiar torna-se responsável pela educação embasada na aquisição de valores, crenças e conhecimentos, ordenando sua conduta e oferecendo autonomia emocional para o indivíduo resolver problemas e conflitos ao integrar-se à sociedade.

A autonomia emocional se associa a uma melhor capacidade de adaptação sobre as exigências sociais.

O indivíduo é um ser dotado de emoção, considerado um componente fundamental para que a aprendizagem ocorra, tendo em vista que está na base da inteligência humana. Portanto, exerce papel precípua na educação, pois influencia a percepção, a memória, o pensamento, a vontade e as ações, sendo essencial para desenvolver a harmonia e o equilíbrio emocional.

A resiliência se relaciona com as adversidades presentes na vida da humanidade e, à forma imprevisível que as pessoas reagem a estas em suas variáveis, quanto à intensidade, duração e grau de dificuldade.

Este trabalho tem o objetivo geral de analisar o conceito de resiliência em confronto com as adversidades da vida. O termo resiliência sempre esteve presente na história da humanidade, porém nesta década tem sido explorado e usado com mais frequência. Elencamos os seguintes objetivos específicos: identificar as dificuldades que um aluno da zona rural enfrentou para estudar, identificando-se como reagiu diante das adversidades e, compreender a importância da autonomia emocional como determinante para vencer as batalhas da vida. Assim, o objetivo desta pesquisa é mostrar que as adversidades da vida são inevitáveis, não estando no controle do homem passar ou não por elas. Se pretende estimular as pessoas que terão acesso a este trabalho a compreender acerca da resiliência.

Na primeira seção do trabalho se apresenta a introdução. A segunda seção apresenta a metodologia da pesquisa. A terceira seção aborda as discussões em torno da temática. Por último, se fazem as considerações finais.

Metodologia

A pesquisa bibliográfica é meio de formação por excelência. Como trabalho científico original, constitui a pesquisa propriamente dita na área das Ciências Humanas e o primeiro passo de qualquer pesquisa científica

Para alcançarmos os objetivos delineados e responder às questões da pesquisa, os primeiros procedimentos utilizados foram aproximações com o objeto de estudo e com a documentação bibliográfica a ele relacionada.

A metodologia, para fins investigativos, partiu fundamentalmente de uma postura epistemológica, que possui uma concepção de ciência e mundo que discute a realidade e não apenas a sua aparência. Esta pesquisa de cunho bibliográfico do tipo estudo de caso foi desenvolvida a partir da seleção de livros, textos e artigos da literatura acadêmica que abordam pesquisas na área da resiliência e autonomia emocional.

Para tanto, foram feitas buscas em periódicos construídos em língua portuguesa no *Scientific Electronic Library Online* – SCIELO, dentre outros. Entendendo-se artigos científicos como objetos de produção humana, consequentemente histórica, pode-se perceber a importância dessa análise para a investigação. Os dados obtidos através da pesquisa bibliográfica podem fazer "reviver" momentos históricos, confrontar posições antagônicas, revelar "segredos" não percebidos pela dinamicidade do fluxo social.

O fenômeno estudado por meio do estudo de caso permitiu contextualizar as questões propostas com as informações do grupo social através da observação participante.

Nesse aspecto, este trabalho se justifica pela necessidade de se reafirmar a importância da resiliência, pois estamos vivenciando, a nível mundial, eventos cotidianos de violência, agressão e desamor que clamam pela autonomia moral dos indivíduos. Prioritariamente, o homem, enquanto ser espiritual necessita preencher o vazio interior, dando valor à emoção como necessidade precípua para compreender a própria vida.

Em todo trabalho de pesquisa foram adotados procedimentos éticos, como forma de preservar o sujeito envolvido no processo de investigação.

Resultados e Discussão

Luthar; Cicchetti e Becker (2000, P. 553), definem resiliência como “um processo dinâmico que tem como resultado a adaptação positiva em contextos de grande adversidade”.

A Biologia define resiliência nos parâmetros da adaptabilidade, num processo de desorganização e reorganização que se repete continuamente, mesmo quando se fala em um nível intracelular ou intermolecular, não havendo limites para a investigação da resiliência na vida do homem e, nem, tampouco sobre sua aplicação.

Para que uma organização se mantenha viva e funcional é necessário que esteja em contínuo processo de adaptação após sofrer um trauma, ou seja, que haja uma recuperação em que o estágio original seja plenamente preservado. Nesse sentido, a natureza tem exemplificado a força da resiliência no seu ecossistema, o qual tem sido bombardeado de forma constante ao longo dos anos, surpreendendo com sua capacidade de recuperação.

Se pode observar a Resiliência no meio ambiente quando este sofre um impacto, uma queimada ou desastre ecológico, pois as raízes depois de certo período de tempo podem voltar a brotar.

A Resiliência resiste no aço usado em grandes estruturas, pois este se mostra flexível, quando submetido à pressão e ao calor.

Se encontra também na capacidade do ser humano de retornar ao seu equilíbrio emocional depois de sofrer pressões, perdas ou estresse.

Na teologia o sofrimento faz parte do crescimento espiritual, porque até mesmo Jesus ensinou a dar a outra face. A análise da resiliência no viés psicológico está atrelada à capacidade que o indivíduo tem de enfrentar as adversidades, se adaptando, recuperando-se ou conseguindo superá-las.

O termo resiliência é estudado a partir da compreensão que se caracteriza enquanto um fenômeno recente. Não obstante, sua definição não é clara, “tampouco precisa quanto na Física ou na Engenharia, e nem poderia sê-lo, haja vista a complexidade e multiplicidade de fatores e variáveis que devem ser levados em conta no estudo dos fenômenos humanos” (YUNES, 2003, p. 77). Os precursores do termo resiliência na Psicologia são as nomenclaturas invencibilidade ou invulnerabilidade, ainda bastante referidos na literatura.

De acordo com Werner e Smith (2006, p. 04):

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

Assim, se deve reconhecer a relação íntima entre o pensamento e a emoção, considerada condição necessária para compreender o desenvolvimento a partir de uma perspectiva genética. Neste aspecto, emoção e cognição estão intimamente e dialeticamente relacionados, estando a autonomia emocional conectada a outros processos psicológicos, pois o ser humano é subjetivamente constituído. Então, tanto a inteligência quanto o emocional são instrumentos de adaptação que permitem construir noções sobre os objetos, indivíduos e situações, conferindo-lhes atributos.

Conforme as discussões anteriores, se percebe que o termo resiliência pode ser usado num contexto geral, analisando a criação animada ou inanimada, as quais passam por um processo de caos e destruição seguidos de reorganização constante. De acordo com o relato do estudante que será nominado de “Hércules¹”, no início de sua trajetória escolar:

¹ homem elevado à condição de semideus. Herói que detém, suspende o tempo e que por sua excelência supera, por assim dizer, a condição humana.

“toda a família morava no Sítio, local onde passou parte da infância, indo residir na cidade SJS do Estado do RN aos 05 (cinco) anos de idade para fazer o pré-escolar. No início da educação infantil teve problemas de aprendizagem, mas conseguiu se alfabetizar. Posteriormente, na idade adulta, entrou na Escola Técnica Agrícola de Jundiá, sofrendo várias adversidades de ordem econômica e social, mas em nenhum momento se desmotivou em estudar, concluindo o curso técnico”.

A regulação emocional é concebida como o processo consciente e controlado de transformar o seu emocional para que este não afete os estados internos de desenvolvimento subjetivo, nem tampouco sua experiência pessoal.

Cada indivíduo é determinado pela sociedade em todas as dimensões de sua subjetividade, mas ao mesmo tempo também é livre, pois pode interferir sobre suas decisões.

Conforme Garcia (2001), existem três tipos de resiliência: a emocional, a acadêmica e a social. A resiliência emocional diz respeito às experiências positivas, as quais levam a sentimentos de autoestima e autonomia, capacitando a pessoa a lidar com mudanças e adaptações. Essa resiliência faz com o que o indivíduo obtenha um repertório de abordagens para solucionar os problemas vivenciados.

A resiliência acadêmica integra a escola como um lugar onde se aprendem habilidades para resolver problemas, sendo importante a ajuda dos agentes educacionais. Assim, a escola é o lugar em que se aprende a educação formal, local institucionalizado onde os estudantes encontram grupos de amigos para aprender o conhecimento. A turma é referência para a construção da identidade, trocando ideias, afinando interesses, criando um eu e um nós específicos. Nesse sentido, conforme o relato de “Hércules”:

“ao entrar no bacharelado em Tecnologia no IFRN, continuou tendo muitas dificuldades financeiras e, devido às suas condições econômicas, caminhava muitos quilômetros para poder chegar ao Instituto, mas encontrou amigos que o ajudaram a continuar na trajetória educacional”.

Pequenos gestos como sorrir, escutar, refletir, respeitar são, dentre tantos outros, combustível necessário para a adaptação, a segurança, o conhecimento e o desenvolvimento dos estudantes. Portanto, as experiências afetivas são determinantes para que o indivíduo estabeleça padrões de conduta e formas de lidar com as adversidades da vida.

Nesse sentido, a qualidade dos laços afetivos é importante para o desenvolvimento físico e cognitivo, pois a relação interpessoal possibilita o sucesso dos objetivos educacionais.

Para tanto, faz-se necessário refletir sobre a inter-relação entre a aprendizagem e a afetividade. Em uma sociedade e cultura que prezam pelo racional e pelo controle das emoções com exigência de determinados padrões de comportamento e de expressão, entender os sentimentos contribuem para o desenvolvimento do processo de ensino e aprendizagem, permitindo a ampliação dos conhecimentos a esse respeito.

Em relação à resiliência social, envolve fatores relacionados ao sentimento de pertencimento a um grupo de amigos e aos relacionamentos íntimos que estimulam a aprendizagem para resolver problemas.

É na sociabilidade com o grupo de amigos que acontece a dinâmica das relações, as quais definem os amigos mais próximos e os mais afastados, respondendo às necessidades de comunicação, solidariedade, autonomia, identidade e, principalmente, afetividade. Portanto, por meio da consideração de que a autonomia emocional deve ser compreendida enquanto um alicerce para as relações que acontecem na escola, busca-se formar cidadãos autônomos, capazes de pensar por si próprio. As emoções e suas manifestações são aspectos indissociáveis para a educação, sendo fundamental a compreensão das expressões emocionais dos estudantes.

“Hercules” se formou como tecnólogo, trabalhou em empresas brasileiras e multinacionais, mas adoeceu no percurso de seu labor, tendo sido dispensado do trabalho. De acordo com seu relato:

“sempre tive na família e nos amigos um alicerce para minha formação emocional, pois são tudo para mim. Retornei para a casa paterna e voltei a estudar. Mesmo com problemas de origem financeira, por estar desempregado e de saúde (física), entrei em um curso de Licenciatura no IFRN, e, ainda pretendo fazer mestrado, doutorado e pós, pois estudar é a maior fonte de motivação para mim”.

Corroborando com o pensamento de “Hércules”, o dicionário de Língua Portuguesa Aurélio afirma que:

resiliência é um substantivo feminino (Figurado), “1- que significa habilidade de se adaptar às intempéries, às alterações ou aos infortúnios”. 2- (Física). Característica mecânica que define a resistência dos choques de materiais. 3- (Física) “Particularidades apresentadas por certos corpos, quando estes voltam a sua forma original, depois de terem sofrido deformação elástica”. Etimologia (origem da palavra resiliência). Do *Latin resiliëntia/* pelo inglês *resiliënce*. Sinônimos de resiliência são força, resistência, superação.

Assim Rutter (2007), postula que a resiliência não pode ser considerada como um traço da personalidade, mas como um processo dinâmico que pode variar em diferente contexto, ou seja, uma habilidade que pode ser aprendida em qualquer idade. É possível atribuir novos significados emocionais à situação traumática, tendo em vista que um evento pode ser traumático para uma pessoa e para outra não. Nesse aspecto, o estímulo estressor é compreendido de diferentes formas pelas pessoas.

Caracterizá-lo como estressor depende da percepção do indivíduo, ou seja, como ele interpretou os fatos ocorridos. É de grande importância salientar que não se deve apenas focar em um indivíduo e denominá-lo resiliente. Assim, as características resilientes ou não resilientes se relacionam ao ambiente que cerca os indivíduos.

Conclusões

Quando o assunto é aquisição de conhecimento, a motivação pode ser divergente e peculiar a cada pessoa, pois algumas o fazem por uma questão de ego pessoal para mostrar que pode e sabe que é capaz ou até mesmo para provar que é melhor do que esse ou aquele.

O conhecimento pode dar sustentabilidade a um sonho ou projeção profissional visando uma vida financeira estável, caminho mais curto para chegar ao sucesso, pois o conhecimento tem o poder de quebrar a sequência desastrosa dos anos vividos na ignorância e estabelecer alicerces sólidos para construção da vida.

É muito gratificante ver pessoas humildes da classe pobre da sociedade, que através do seu empenho acadêmico estudaram e se formaram, adquirindo conhecimento e sabedoria, contribuindo para tornar a vida dos indivíduos um pouco melhor.

Nem sempre receber informação é adquirir conhecimento, porque o conhecimento tem o seu valor e sempre vai cobrar um preço daqueles que o desejam. O lamentável é que nem todos que o buscam estão dispostos a pagar esse preço, mas de qualquer forma o conhecimento nunca virá de graça, porque é um tesouro precioso que está escondido, e quem o deseja terá que garimpar para encontrá-lo.

A aquisição de conhecimento pode ser um processo lento, que na maioria das vezes leva-se anos para ser consolidado, pois exige muita disciplina, uma busca incessante pela informação, principalmente quando a fusão informação e conhecimento estão direcionados ao mundo acadêmico.

Quando o assunto é conhecimento de uma forma geral existem pessoas com aspiração diversas para o aprendizado, e muitos se especializam

numa determinada área do conhecimento, já outros preferem aprender um pouco de cada coisa, e abrem mão de alguma área específica.

O mais importante é que as experiências humanas também aprimoram o conhecimento.

Referências

DICIONÁRIO AURÉLIO on line. Disponível em: < <https://www.dicio.com.br/resiliencia/>>

Acesso em: 18 de junho 2018.

GARCIA, I. *Vulnerabilidade e resiliência*. Adolescência Latinoamericana, 2, 2001.

LUTHAR, S.; CICCETTI, D.; BECKER, B. *The Construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work*, Editora Child Development, 2000.

RUTTER, M. *Resilience concepts and findings: implications for family therapy*. Journal of Family Therapy, 2007.

WERNER E. E. e SMITH, R. S. *Vulnerable but invincible: a longitudinal study of resilient children and youth*. New York: Editora McGraw-Hill, 2006, p.4.

YUNES, Maria Ângela Mattar. *Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família*. Revista Psicologia em Estudo, Maringá, v. 8, num. esp., p. 75-84, 2003.