

## VELHICE E RESILIÊNCIA: UMA NOVA FORMA DE VER A VIDA<sup>1</sup>

**Domingas Monteiro de Sousa**  
Assistente Social Mestre  
Universidade Federal do Tocantins  
**Neila Barbosa Osório**  
Professora Doutora  
Universidade Federal do Tocantins

### RESUMO

Este trabalho surge da referência acadêmica dos participantes da Universidade da Maturidade – UMA da Universidade Federal do Tocantins, quanto a percepção da promoção da resiliência no convívio social no Programa acoplado às experiências vividas durante a trajetória de vida, e a capacidade de aspergir a alegria internalizada pelos desafios e adversidades cotidianas atribuídas aos anos e às experiências vividas. Os participantes deste estudo são os acadêmicos da UMA, que demonstraram mudanças de comportamento por meio dos relatos em sala de aula e das participações efetivas nas atividades propostas pelo Programa. Nas manifestações individuais e coletivas do grupo pode se mensurar resultados relevantes a respeito do processo de resiliência na velhice com a flexibilidade e habilidades de superação às desfavoráveis ocasiões da vida.

**Palavras-chave:** Resiliência. Universidade. Velho.

### INTRODUÇÃO

O conceito de resiliência ainda é pouco utilizado no Brasil, embora mais pesquisado na Europa. O termo origina-se aproximadamente da capacidade de responder de maneira mais consistente aos desafios e dificuldades, de reagir com flexibilidade à capacidade de recuperação diante de desafios e circunstâncias desfavoráveis, assumindo uma atitude otimista, positiva e perseverante.

Nesse contexto é que se apresentam as experiências vivenciadas na vida dos acadêmicos da Universidade da Maturidade, que mediante os atuais desafios e dificuldades emergentes no cotidiano, em que a competitividade e busca por mercado de trabalho se acirram, ainda permanecem distantes das pessoas da maturidade, calcificando por vezes o que lhes resta dos sonhos ou expectativas de reconhecimento enquanto pessoas “vivas”.

Atitudes resilientes dos acadêmicos da Universidade da Maturidade tem se revelado sucessivamente na convivência diária com o conhecimento transmitido pelos sujeitos envolvidos na realização das propostas elencadas no Programa.

---

<sup>1</sup> Pesquisa por meio de aulas na UMA.

Justifica-se, portanto, pela premente necessidade de investir na formação de educadores inserindo-os no contexto da resiliência e estes familiarizarem-se com os acadêmicos, assuntos que abordam o desenvolvimento de defesas de cunho psicossociais e culturais designadas como forma de resiliência, desconstruindo as padronizadas e sólidas ameaças da sociedade a respeito do envelhecer.

No campo do desenvolvimento psicossocial, o termo resiliência representa a capacidade de o ser humano recuperar-se mesmo num ambiente desfavorável, construir-se positivamente, utilizando as forças que lhe advêm do enfrentamento das adversidades. E sendo uma capacidade, concorda (ANTUNES, 2003, p. 19; ANDARILHO, 2007) que a resiliência “pode ser olhada de forma positiva – como um valor a construir – ou negativa – como uma característica a lamentar”.

Estudos têm mostrado algumas explicações científicas sobre o fato de que certas pessoas têm a capacidade de superar situações difíceis, enquanto outras permanecem fixadas na angústia que debruça sobre elas.

Dessa forma, a biologia defende que cada ser humano é dotado de um potencial genético que o torna mais resistente que outros. Já a psicologia, enfatiza a importância das relações familiares, sobretudo na infância, que estabelecerá no sujeito a capacidade de suportar crises e ultrapassá-las.

A sociologia faz referência à influência do entorno, da cultura, das tradições como responsável pela capacidade do indivíduo de superar as adversidades. Enquanto que a teologia aporta-se na subjetividade transcendente, foca na condição do homem e em sua necessidade do sofrimento como fator de evolução espiritual.

Contudo, é no cotidiano que as pessoas vivenciam traumas, crianças, adolescentes e velhos, podem após passar por uma situação sombria, continuar uma vida de qualidade, sem resignação destruidora.

Oriundo da física, o termo resiliência trata da capacidade dos materiais de resistirem aos choques. Direcionado às ciências humanas, representa a capacidade de um ser sobreviver a um trauma, ou seja, resistir face às situações adversas, não só pela força física, mas pelo olhar positivo para a reconstrução e garantia da sua própria integridade, ainda que em momentos críticos da vida.

O objetivo é o de perceber as mudanças de comportamento e atitudes resilientes por meio dos relatos em sala de aula e das participações efetivas nas atividades propostas pelo Programa por meio das manifestações individuais e coletivas do grupo.

## **Resiliência e velhice**

Inicialmente, os trabalhos escritos sobre resiliência eram fortemente a respeito, sobretudo às crianças e aos adolescentes, atualmente, vem se solidificando nas diferentes fases da vida, infância, adolescência, adultez e velhice.

A população de velhos tornou-se um dos segmentos de investigação decorrente do processo de resiliência dos indivíduos em relação ao desenvolvimento do envelhecimento.

Pode se mensurar o significado e o teor de o velho tornar-se resiliente, considerando os mais diversificados tipos de traumatismos que podem advir por meio da idade (perdas de parentes, amigos), dentre outras frustrações ocorridas na vida diária, traz um acúmulo de experiências e tentativas de resistência às subtrações da vida no decorrer dos anos.

No cotidiano dos velhos, a perda da utilidade social e a doença podem ocasionar perturbações, contudo, o envelhecimento, embora possa ser considerado como um contexto de risco percebe-se que aqueles, habitualmente têm reações diferentes.

Em sua maioria demonstram desenvolver comportamento facilmente classificado como resiliente, em que os acontecimentos habituais e esperados da vida deixam de serem ameaças e ingressam em novas expressividades.

A respeito da resiliência como processo, confere-lhe uma característica dinâmica e evolutiva inscrita na temporalidade, porém, o estudo da resiliência no velho pode oferecer espaço às investigações transgeracionais, ou seja, a transmissão da resiliência, bem como sobre o impacto geracional do funcionamento resiliente de progenitor em relação à sua descendência.

A promoção da resiliência no convívio social dos acadêmicos da Universidade da Maturidade é relevante para estabelecer vínculos de sociabilidade, atitudes e comportamentos positivos, assim como reafirma valores, evita o isolamento social causadores de outros problemas graves como violência e discriminação ainda que seja etária.

A resiliência não nasce com as pessoas, contudo pode constituir-se em uma qualidade que emerge da relação com o “outro” e com o meio social.

Afere-se, portanto, a resiliência como o alcance da capacidade de conseguir reverter uma situação adversa, usando a força contrária a seu favor, recuperar-se e sair fortalecido.

Os participantes deste estudo são os acadêmicos da UMA, que demonstraram mudanças de comportamento por meio dos relatos em sala de aula e das participações efetivas nas atividades propostas pelo Programa. Nas manifestações individuais e coletivas do grupo pode se mensurar resultados interessantes a respeito do processo de resiliência na velhice

Para tanto se discute a insurgente valorização pessoal do velho no contexto atual da sociedade, pode-se perceber que os participantes da Universidade da Maturidade, pelos vieses da educação para adultos, especificamente na área da gerontologia social, têm adquirido amplos conhecimentos a respeito do processo de resiliência que deram sentido e significado à vida. Os resultados alcançados foram mudanças de comportamento dos acadêmicos da UMA, demonstrados por meio das atitudes nas participações das ações desenvolvidas pelo Programa. Compreenderam que um ser resiliente é o capaz de penetrar no seu próprio interior e fazer uma reengenharia do existir.

## CONCLUSÃO

É necessário que se aprenda a lembrar das vivências dolorosas ou das situações adversas como uma criança que encara a vida com otimismo, sem medos, mas com um olhar voltado para a beleza naquilo que os olhos contemplam.

Em referência aos acadêmicos da UMA, o conhecimento adquirido acoplado às experiências vividas durante a trajetória de vida, tem lhes proposto uma nova atitude profissional engajada no pensamento de que o fim não é permanente, mas descortina outros fins, ou seja, ser capaz de aspergir a alegria internalizada pelos desafios e adversidades pode ser o reflexo ou a expressão de um “ser” resiliente que, após passar por circunstâncias avessas consegue desfrutar dos recursos que a vida oferece.

Percebe-se, portanto, que as atividades desenvolvidas na Universidade da Maturidade que atende pessoas de 45 anos e mais, se constituem um laboratório em que a realidade emanada das relações sociais, torna-os cada vez mais ativos e dotados de habilidades com flexibilidade à competência de superação às desfavoráveis conjunturas da vida.

Ser resiliente significa, portanto, não restaurar em melancolia as derrotas, enquanto uns se perdem outros se encontram e quando pensa que vive o momento da perda, percebe que esta pode ter se transformado em um ganho que não esperava ter. Pensar o lado positivo do inesperado é ultrapassar os limites e conquistar novos horizontes.

O ser resiliente reconhece que a vida é uma superação constante e independe da faixa etária que se encontra, segue o caminho e não se entrega à ausência de perspectivas, ao contrário, torna-se descobridor de si mesmo, dos seus caminhos e da sua lucidez.

## REFERÊNCIAS

ANDARILHO, J. M. O que é resiliência pedagógica e metacognição pedagógica? Rio de Janeiro, 2007. Disponível em: <<http://br.answers.yahoo.com/question/>>. Acesso em: 1 jun. 2008.

FERREIRA, A. B. H. Novo Aurélio Século XXI: o dicionário da língua portuguesa. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999.

YUNES, M. M. Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. In:

TAVARES, J. (Org.). Resiliência e educação. São Paulo: Cortez, 2001.

ANTUNES, C. Novas maneiras de ensinar, novas formas de aprender. Goiânia, 2007. Palestra. Disponível em: <[http://www.escolainterativa.com.br/canais/20\\_encontros\\_tem/2007/bh/Texto%20Reflexivo%20BH.pdf](http://www.escolainterativa.com.br/canais/20_encontros_tem/2007/bh/Texto%20Reflexivo%20BH.pdf)>. Acesso em: 20/7/2008.

\_\_\_\_\_. Resiliência: a construção de uma nova pedagogia para uma escola pública de qualidade. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.

TAVARES, J. Resiliência e Educação. São Paulo: Cortez, 2001. 2ª edição.