

RESILIÊNCIA: CONCEITO E SEU PAPEL NA ADOLESCENCIA

Debora da Silva Santana¹, Roger de Lucca², Rafaela Santos Padilha¹

¹ Discente do Curso de Psicologia do Instituto Taquaritinguense de Ensino Superior - ITES - email: dehsantana25@yahoo.com.br, ² Docente do Instituto Taquaritinguense de Ensino Superior – ITES.

O conceito de resiliência é presente nos mais diversos campos da ciência e seu estudo evoluiu, ao longo do tempo, a partir da integração de ideias provenientes dos diferentes campos da psiquiatria e de outras ciências como a física e a biologia, o que contribui para a complexidade deste construto. Resiliência é o termo usado para descrever a capacidade de um corpo, de voltar ao seu estado normal após sofrer uma deformação. Em 1895, Freud reformulou sua ideia sobre as origens do trauma que, até então, atribuía a fatores externos reais. Assim, passou a dar maior ênfase aos processos intrapsíquicos, inferindo que o traumático não é o acontecimento real, mas a “lembrança recalçada” (fantasia), salientando também que algo se torna traumático no momento em que fica dissociado e fora da percepção consciente. Na psicanálise, resiliência é definida como a “capacidade do psiquismo para deter o traumático, originando novas condições psíquicas”. O presente trabalho tem como objetivo compreender e conceituar a palavra resiliência, mostrar como ela ocorre e sua importância tanto na adolescência quanto na velhice, e as características da pessoa resiliente. A pessoa resiliente é autoconfiante e determinada; sabe lidar de forma adequada com emoções intensas e dolorosas, é flexível, otimista e encara os momentos difíceis como um desafio a ser superado; consegue controlar seus impulsos; tem uma boa rede de relacionamento, pois sabe que amigos e família podem ajudar a superar momentos difíceis. Não esconde sua dor e não se nega a pedir ou receber ajuda. Aprende com o passado tirando lições das experiências dolorosas já vividas e focalizando nos aspectos que ajudaram a superá-las. Já as pessoas não resilientes se fragilizam frente a uma dificuldade e permanecem presas em sua dor, na raiva e na incapacidade de estruturar um novo projeto de vida. Na adolescência as inúmeras mudanças que ocorrem nessa etapa de vida podem contribuir para que o adolescente se sinta sem controle pessoal, menos confiante em si mesmo. As adversidades que podem ser encontrada nesse período estão relacionadas à presença de estressores desencadeados pelo período confuso que todo adolescente atravessa. Esse período é constituído pela saída da fase de latência, marcada pelo término da infância; e pelo início da fase genital, onde o adolescente busca se construir como indivíduo. O adolescente precisará lidar com essa mudança, pois não é mais uma criança, mas também ainda não é um adulto. A adolescência é um período onde se desenvolve resiliência, pois o adolescente é exposto a adversidades que fazem com que a resiliência se desenvolva. O adolescente precisa então de acompanhamento terapêutico para que consiga olhar para si, para a sua capacidade de se refazer e então superar as adversidades. A resiliência envolve os conceitos de plasticidade e capacidade de reserva, ou seja, o potencial de mudança do indivíduo e à sua flexibilidade para lidar com os desafios e as exigências, e está diretamente relacionado à capacidade de reserva do indivíduo, constituída por recursos internos e recursos externos. Os recursos do indivíduo não são fixos e mudam ao longo do tempo. Percebe-se então, que a resiliência possui a função de adaptar o indivíduo as adversidades que irá enfrentar, ou seja, a capacidade de cada indivíduo de deter os traumas, possibilitando a reestruturação do indivíduo e novas condições psíquicas.

Palavras-chave: Processos Intrapsíquicos; Plasticidade; Capacidade de Reserva.

Referências bibliográficas

CELIA S.; SOUZA RP. (1999) *Risco e Resiliência*. In: COSTA C e SOUZA P. *Adolescência: Aspectos Clínicos e Sociais*. Porto Alegre, Artmed. p. 333-339.