



PESQUISA

COMMUNITY THERAPY AND RESILIENCE: HISTORY OF WOMEN

TERAPIA COMUNITÁRIA E RESILIÊNCIA: HISTÓRIA DE MULHERES*

TERAPIA DE LA COMUNIDAD Y RESILIENCIA: HISTORIA DE LAS MUJERES

Lucineide Alves Vieira Braga¹, Maria Djair Dias², Maria de Oliveira Ferreira Filha³, Marina Nascimento de Moraes⁴, Mayra Helen Menezes Araruna⁵, Ianine Alves Rocha⁶

ABSTRACT

Objective: to know histories resilientes of frequentadoras women of the wheels of Terapia Comunitária Sistêmica Integrativa (TC). **Methods:** To take care of to the considered objectives, we use the method of Verbal History. The study it was developed with 7 collaborators of the TC wheels, in the community Park of the Sun. **Results:** When analyzing the empirical material, we construct three thematic axles: the TC space of allotment and wakening of the resilience, resources of imaginary in the process resiliente and Resilience: the force constructed with the life. The TC emerged as a source of awaking of the resilience capacity. **Conclusions:** Histories assist to see that we are capable to surpass the suffering with the exercise of the resilience, concept that can be significant for the redimensionamento of the research in the field of the communitarian health, mental health and in the field of the nursing, contributing for reflections on education, research and extension. **Descriptors:** Nursing, Therapy Community, Resilience.

RESUMO

Objetivo: conhecer historias resilientes de mulheres frequentadoras das rodas de Terapia Comunitária Integrativa (TCI). **Métodos:** empregamos o método da História Oral. O estudo foi desenvolvido com sete colaboradoras das rodas de TCI, na comunidade Parque do Sol. **Resultados:** ao analisar o material empírico, construímos três eixos temáticos: a TCI espaço de partilha e despertar da resiliência, recursos do imaginário no processo resiliente e Resiliência: a força construída com a vida. A TCI emergiu como uma fonte de despertar da capacidade de resiliência. **Conclusão:** As histórias auxiliam a ver que somos capazes de superar o sofrimento com o exercício da resiliência, conceito que pode ser significativo para o redimensionamento das pesquisas no campo da saúde comunitária, saúde mental e no campo da enfermagem, contribuindo para reflexões sobre ensino, pesquisa e extensão. **Descriptors:** Enfermagem, Terapia Comunitária, Resiliência.

RESUMEN

Objetivo: conocer historias de mujeres resistentes que asisten a las ruedas de la Terapia de la Comunidad Integrativa (TCI). **Métodos:** emplear el método de historia oral. El estudio se realizó con siete colaboradores de las ruedas de las TIC en la comunidad Parque do Sol. **Resultados:** al analizar el material empírico, se construyó en tres temas: el espacio TCI compartir y despertar la capacidad de recuperación, los recursos de la imaginación en el proceso deresistencia y resiliencia: la fuerza construida por la vida. TCI se ha convertido en una fuente del despertar de la resiliencia. **Conclusión:** Las historias ayudan a ver lo que podemos para superar el sufrimiento a través de la práctica de la resiliencia, un concepto que puede ser importante para la investigación de escala en el campo de la salud comunitaria, salud mental y el campo de la enfermería, lo que contribuye a la reflexión sobre la enseñanza, la investigación y la extensión. **Descriptors:** Enfermería, Terapia de la Comunidad, Resiliencia.

¹ Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba. Professora do UNIPÊ/PB e FCM/PB. Membro do Grupo de Estudo e Pesquisa em Saúde Mental Comunitária; Terapeuta Comunitária. E-mail: lucineide.avb@gmail.com. ² Enfermeira. Doutora em Enfermagem pela Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo (EUSP). Docente do Programa de Pós Graduação em Enfermagem (PPGENF/UFPB) e do Departamento de Enfermagem em Saúde Pública e Psiquiatria do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba (DESPP/CCS/UFPB). Terapeuta Comunitária. Orientador. João Pessoa, PB. E-mail: mariaadjair@yahoo.com.br. ³ Enfermeira. Dr^a em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará (UFC). Docente do PPGENF/UFPB e do DESPP/CCS/UFPB. Terapeuta Comunitária. João Pessoa, PB. E-mail: marfilha@yahoo.com.br. ⁴ Enfermeira, mestranda do PPGENF da UFPB, Membro do Grupo de Estudo e Pesquisa em Saúde Mental Comunitária. E-mail: ninamoraes@hotmail.com. ⁵ Enfermeira, mestranda do PPGENF da UFPB, Membro do Grupo de Estudo e Pesquisa em Saúde Mental Comunitária. E-mail: mayra_menezes@hotmail.com. ⁶ Enfermeira, mestranda do PPGENF da UFPB, Membro do Grupo de Estudo e Pesquisa em Saúde Mental Comunitária. E-mail: ian_ine@yahoo.com.br.

* Artigo construído a partir da dissertação de mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Enfermagem - Mestrado da Universidade Federal da Paraíba - João Pessoa/PB, 2010.

INTRODUÇÃO

A luta pelo poder, entre homens e mulheres, reflete-se na sua atual condição de vida e de saúde, onde o gênero feminino vive sob dominação, opressão e submissão ao masculino. Essa situação aponta para a luta travada, ao longo de sua existência, pela transformação das desigualdades, a discriminação e a subalternidade a que são submetidas.

O Brasil é um país marcado por distintas realidades que envolvem desigualdades e exclusão social, influenciado, entre outras questões, pela má distribuição de renda. A desigualdade e a exclusão são fatores que geram a discriminação e o conflito nas relações sociais, principalmente no que tange a grupos sociais constituídos.

A cultura nordestina reforça as condições de submissão da mulher, sobretudo, ao homem. A identidade de gênero no Nordeste, a figura masculina, é o elemento da conquista, do domínio, da fertilização, da criação. À mulher dessa região coube a caridade, a delicadeza, a proteção maternal, a obediência e a função na cozinha. Esse fato vem mudando com sua entrada no mercado de trabalho, que implica na crescente luta pela igualdade e pelo enfrentamento das desigualdades de gênero construídas em distintos espaços¹.

É notável saber que, para o enfrentamento das dificuldades vivenciadas no dia-a-dia, o ser humano, necessita de uma rede de apoio, a contar com a família, amigos e recursos estratégicos, oriundos de políticas públicas, que fortaleça suas ações nos campos

individual e coletivo na busca pela inclusão social e no resgate da autonomia necessários para o exercício da cidadania e fortalecimento pessoal.

Em busca de fortalecer o indivíduo frente às adversidades que a Terapia Comunitária Integrativa (TCI), vem sendo espaço de inclusão e fortalecimento pessoal e coletivo, por ser uma ferramenta que considera o participante como elemento integrante de um contexto sociocultural, da qual os valores determinam a identidade e a história de vida de cada um.

A TCI foi criada pelo Prof. Dr. Adalberto de Paula Barreto, psiquiatra, antropólogo e teólogo, professor da Universidade Federal do Ceará, e vem sendo desenvolvida, há aproximadamente, 24 anos, na comunidade do Pirambu, onde se realiza um trabalho de apoio a indivíduos e a famílias que vivem situações de sofrimento psíquico².

Atualmente é elemento estruturante da Política de Práticas Integrativas e Complementares do Ministério da Saúde e vem sendo utilizadas nos serviços de saúde do município de João Pessoa, com participação voluntária dos envolvidos, onde é considerada como uma estratégia de espaço comunitário. Sua metodologia horizontal e circular possibilita durante todo o encontro que se reforce a igualdade entre os participantes, sem perder de vista a singularidade que caracteriza cada um, facilitando a interação e o compromisso do grupo³.

Durante as rodas de terapia, oportunizadas pelo Grupo de Estudo e Pesquisa de Saúde Mental Comunitária do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem,

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

observou-se nos participantes muitos atributos alusivos de capacidade resiliente, como por exemplo: alta capacidade de resistência; habilidade de comunicação; facilidade de construção coletiva; grande capacidade de amar, de crescer profissionalmente e de estabelecer trocas com o mundo. Isso sugere, portanto, que as relações de troca, de experiências vividas entre os participantes estimulam os elementos resilientes, levando os participantes a ressignificar seu sofrimento.

Por resiliência entende-se como a capacidade de o indivíduo, família ou comunidade, enfrentar as adversidades, ser transformado por elas, e conseguir superá-las⁴. A resiliência é um processo que relaciona ferramentas de proteção, que não necessariamente eliminam os riscos, mas, encorajam a pessoa a se engajar na situação de superação do mesmo⁵.

A partir disso, foi entendido que estudar a resiliência de mulheres participantes da TCI seria uma maneira de contribuir para que mais pessoas do mesmo gênero pudessem se sentir motivadas a enxergar, dentro de si mesmas, a capacidade que tem de superar as adversidades vivenciadas no cotidiano, aqui entendido como o mundo que se origina no pensamento e na ação dos homens comuns, sendo a realidade dotado de sentidos por eles⁶.

Considerando que a TC é capaz de despertar no ser humano diferentes potencialidades em relação ao modo de sentir e de agir, o estudo tem como objetivos: Conhecer as experiências resilientes de mulheres que frequentam as rodas de Terapia Comunitária; Identificar as fontes de força utilizadas por essas mulheres no

Community Therapy and...

enfrentamento de situações de sofrimento e Identificar as principais características resilientes utilizadas pelas mulheres usuárias das rodas de TC.

METODOLOGIA

Na busca de conhecer as experiências, características e fontes de força das mulheres resilientes, foi utilizada a História Oral (HO), que é definida como um “recurso moderno usado para a elaboração de documentos, arquivamento e estudos referentes à vida social de pessoas”. Trabalha com a questão do cotidiano, considerado no tempo presente, já que se destaca o processo histórico como inacabado e uma percepção atual do passado⁷.

É uma metodologia de pesquisa que se constitui de entrevistas guiadas por perguntas de corte, gravadas em áudio ou vídeo, com auxílio ou não de artifícios que estimulem a memória, sendo o entrevistado o principal colaborador para o entendimento dos fatos⁸.

As entrevistadas são definidas como colaboradoras, por possuírem um papel ativo na história, deixando de ser meros informantes, atores ou objetos de pesquisa, e estabelece uma relação de compromisso entre as partes, tornando-se sujeitos da pesquisa⁹.

Para elaboração do material empírico foi empregada a entrevista e o caderno de campo. O caderno de campo é um instrumento importante a ser utilizado na pesquisa, pois é nele que são registradas as observações das entrevistas, do andamento do projeto, das impressões do pesquisador para servirem de referencial na elaboração do trabalho⁷. Diante dessa afirmação, podemos

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

dizer que o material empírico foi analisado por duas fontes: a primária, que foram as entrevistas com as colaboradoras; e a secundária, que foram os registros do caderno de campo.

A colônia foi constituída por 15 mulheres, que participavam assiduamente das rodas de terapia comunitária, realizadas na Associação dos Moradores do Parque do Sol, onde desenvolvemos as rodas em encontros quinzenais, desde fevereiro de 2007.

Define-se colônia como o grupo de pessoas que representam os elementos que marcam a identidade geral dos segmentos dispostos a análise, isto é, os traços que ligam a trajetória de pessoas⁷. A rede é uma subdivisão da colônia que visa estabelecer parâmetros para se decidir sobre quem deve ser entrevistado ou não. A origem da rede é o ponto zero, que deverá orientar a formação das demais redes¹⁰. A rede foi formada, inicialmente, por dez mulheres que demonstraram interesse e aceitaram participar do estudo, sendo que três delas tiveram que se ausentar da área, não sendo possível sua participação nesta pesquisa.

A faixa etária das colaboradoras variava entre 34 e 68 anos, sendo duas casadas, uma divorciada e quatro solteiras - três dessas vivendo com companheiros estáveis. Quanto à ocupação/profissão: duas aposentadas, quatro autônomas e uma auxiliar de serviços gerais. Em se tratando de crença/religião, eram quatro evangélicas e três católicas praticantes. Tais características auxiliaram no entendimento de suas falas e na identificação de suas características resilientes.

Community Therapy and...

O Cenário do estudo foi, portanto, o Loteamento Parque do Sol, situado na cidade de João Pessoa - PB, com mulheres que participam das rodas de TC, sendo as entrevistas realizadas em três etapas: a pré-entrevista, a entrevista e a pós-entrevista. Foi nesses espaços em que as mulheres puderam expressar a narrativa de suas histórias de vida, de maneira livre e espontânea.

Na pré-entrevista, fase que aconteceu na sede da Associação de Moradores do Vale do Gramame - ASOLVAG - foram convidadas todas as mulheres que frequentavam as rodas de TCI, apresentado o projeto de pesquisa, mostrando sua finalidade, e agendado as entrevistas, de acordo com a disponibilidade das colaboradoras, bem como definido o local de realização das mesmas.

A etapa da entrevista foi realizada no período de maio a junho de 2009, tendo sido considerada como entrevista ponto zero a de Conceição, por ter sido a primeira colaboradora que esteve presente em nossos encontros de TC, desde o início, e por ser a atual presidente da Associação e conhecedora da história de todas as participantes da área. Nesse momento, as colaboradoras afirmaram que queriam que fosse utilizado seu nome civil, pois, como a história era delas, “nada mais justo” que constasse sua identificação.

O espaço para a realização dessa etapa foi definido por cada colaboradora, tendo ocorrido em sua maioria nas suas residências, local onde elas se sentiam tranquilas para resgatar suas histórias. Ao término, foram anotadas as expressões do entrevistador, no caderno de campo, com o objetivo de melhor compreender o momento e

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

as emoções que emergiram durante os relatos.

A pós-entrevista, momento em que buscamos estabelecer a continuidade do processo, aconteceu na sede da associação durante as rodas de TC, onde foram esclarecidas dúvidas, explicado às colaboradoras que o momento da transcrição seria um pouco demorado, mas elas seriam comunicadas no final para o agendamento da conferência do material.

Terminada a etapa de transcrição, foi procedido a textualização, onde as perguntas de corte foram suprimidas e iniciada a construção do tom vital, que é a frase que serve de epígrafe para a leitura das entrevistas⁷. Posteriormente, realizou-se a fase da transcrição, na qual foram feitas interferências para transcriar o material textualizado para a realização das conferências, contribuindo de maneira significativa para a composição do texto final.

A conferência do material aconteceu em uma reunião na sede da Associação de moradores, da qual só esteve ausente uma das colaboradoras, contactada posteriormente, em sua casa, na presença de uma testemunha.

A discussão do material empírico foi guiada pelo tom vital, por frases das falas das colaboradoras que tiveram grande significação e precedidas por um embasamento científico de diversos autores que compõem a literatura.

Da análise da narrativa das colaboradoras, evidenciamos três eixos temáticos: a TCI como espaço de partilha e despertar da resiliência, os recursos do imaginário no processo resiliente e a Resiliência: a força construída com a vida

Community Therapy and...

A pesquisa foi orientada pela Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, que dispõe sobre as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas que envolvem seres humanos. Após aprovação da Comissão de Ética e Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba - Centro de Ciências da Saúde, tendo sido aprovado por unanimidade na 3ª Reunião Ordinária, sob o nº 0095.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

Terapia Comunitária: espaço de partilha e despertar da resiliência

A Terapia Comunitária, como um espaço de escuta, de fala e partilha de experiências do cotidiano, vem contribuindo para a construção de uma nova maneira de empoderamento do ser humano, sem buscar a identificação pelas fraquezas e carências dos participantes, mas proporcionando o despertar das características resilientes, em geral, desconsideradas para o enfrentamento das dificuldades.

O termo empoderamento é definido como o aumento do poder e da autonomia pessoal e coletiva de indivíduos e grupos sociais nas relações interpessoais e institucionais, principalmente dos submetidos a relações de opressão, discriminação e dominação¹¹. Esse fato é evidenciado na fala de Dalva:

[...] não preciso aguentar as coisas calada, eu tenho direito de falar e hoje não deixo passar, eu corro atrás para resolver seja lá o que for e essa coragem vem de dentro de mim, não mais deixo ninguém me humilhar ou

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

“pisar” na minha vida. Sinto-me mais corajosa, enfrento tudo, não deixo ninguém fazer pouco de mim [...].

O conceito de “*empowerment*” evoca a idéia de poder e de controle, de maneira positiva, centrado no indivíduo, para melhorar sua qualidade de vida. O “*empowerment*” psicológico é definido como um sentimento de maior controle sobre a própria vida, que os indivíduos experimentam através do pertencimento a distintos grupos, e que pode ocorrer sem que haja necessidade de que as pessoas participem de ações políticas coletivas¹². Partindo dessa formulação, encontramos uma perspectiva individualista que tende a ignorar a influência dos fatores sociais e estruturais; uma visão que fragmenta a condição humana no momento em que desconecta, artificialmente, o comportamento dos homens do contexto sociopolítico em que eles se encontram inseridos¹³.

O empoderamento efetivo das mulheres deriva de uma reformulação e desconstrução dos atuais esquemas políticos e sociais, através da participação ativa em movimentos, conscientização na sociedade, atuação nas instâncias governamentais e também com a criação de organizações da sociedade civil em associações¹⁴.

Tais aspectos correspondem às alternativas de sobrevivência de várias mulheres e suas famílias, sobretudo, as de baixa renda, pois levam demandas do âmbito privado para os espaços públicos, o que influencia nos processos de tomadas de decisões, conforme expressam estes depoimentos das colaboradoras:

Community Therapy and...

[...] A terapia me fez crescer muito, fez com que eu não abandonasse o trabalho que vinha fazendo com a comunidade e enfrentasse uma eleição para presidente da associação de moradores, sem recursos, e ganhássemos uma chapa só com mulheres. (Conceição)

Quando queria desistir do trabalho que gosto de fazer pela comunidade [...] escutei que não é para desistir, pois tenho um trabalho bonito e também muito respeito dos moradores, isso me dar muita gratificação, vem à recompensa não financeira, mais de satisfação pessoal, acho que isso é fundamental [...] (Mariza)

Numa perspectiva mais ampla, o empoderamento das mulheres pode transpor o âmbito doméstico e se consolidar em esferas públicas, na medida em que a participação delas é fundamental para o processo de desenvolvimento de uma determinada região, como observamos nas falas seguintes:

[...] sofri muito quando meus filhos ainda eram pequenos, mas nem por isso me isolei do mundo, continuei a trabalhar, a lutar mesmo sabendo que estava passando por aquilo, mesmo sabendo que tinha três filhos. Sempre fui essa pessoa guerreira, organizando minha casa do jeito que posso de saber onde ando, com quem e de saber meu dever como mãe, como mulher, como dona de casa [...] (Cida)

[...] mostrando que eu tinha capacidade, que eu posso e tinha força para fazer as coisas e correr atrás, depois disso eu olho para dentro de mim e digo: o que é que

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

uma mulher faz que outra não sejamos capaz de fazer ai vou enxergando dentro de mim que posso fazer, que sou capaz como todas as outras [...]. (Eunice)

O que caracteriza a comunidade é que a vida de alguém pode ser totalmente vivida dentro dela. Não se pode viver inteiramente dentro de uma empresa comercial ou de uma igreja; pode-se viver, inteiramente, dentro de uma tribo ou de uma cidade. O critério básico da comunidade, portanto, está em que todas as relações sociais de alguém podem ser encontradas “dentro dela”, a comunidade existe “onde quer que os membros de qualquer grupo, pequeno ou grande, vivam juntos de tal modo que partilham de um ou outro interesse”, mas das condições básicas de uma vida em comum¹⁵.

A Terapia Comunitária Integrativa contribui, de maneira significativa, para identificar e suscitar a força e a capacidade dos indivíduos, das famílias e das comunidades para que, através desses recursos, possam encontrar as suas próprias soluções e superar as dificuldades e os desafios que surgem ao longo do caminho². Nesse sentido, Mariza, colaboradora deste estudo, afirma:

[...] as necessidades nos ensina [...] fundamos a Associação dos Moradores do Vale do Gramame - ASSOVAG e junto com ela trouxemos os correios, o carro do lixo, o PSF e hoje conseguimos que os ônibus trafeguem dentro da comunidade. Batalhamos muito para fazer de nossa área o que ela é hoje [...].

Community Therapy and...

A fala dessa colaboradora denota que o desenvolvimento e o poder da comunidade podem surgir por meio do fortalecimento de sua identidade e dos seus próprios esforços, que produzem ações comunitárias sólidas e efetivas no desenvolvimento das prioridades, na tomada de decisão, na definição de estratégias e na sua implementação em busca da melhoria das condições de vida dos seus integrantes, como vimos na fala de Mariza.

[...] nunca tinha tido experiência como líder e isso me assustou um pouco, mas a necessidade nos ensina e foi assim que fundamos a Associação dos Moradores do Vale do Gramame - ASSOVAG e junto com ela trouxemos os correios, o carro do lixo, o PSF e hoje conseguimos que os ônibus trafeguem dentro da comunidade.

Nessa perspectiva, a participação nas rodas de TC propiciou a esse grupo de mulheres, por meio das experiências partilhadas, o despertar das características resilientes, contribuindo para o empoderamento, pois esse movimento vem sendo capaz, já que as tornam capazes de suscitar suas habilidades, estratégias e recursos que ajudam na luta pela vida. Sobre isso, Sueli relata:

[...] um dia falei que ia trabalhar como manicure, mesmo sem nunca ter feito as unhas de ninguém de fora, coloquei uma placa: manicure e pedicure e fui fazendo unhas de quem aparecia, pedia para os clientes deixarem os esmaltes, pois estava começando [...]. Dizia a todos que era manicure, mas só Deus sabia que no momento eu tava sem saber fazer [...]

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

Community Therapy and...

A resiliência é um fenômeno marcado por resultados positivos na presença de ameaças à adaptação ou ao desenvolvimento do ser humano. Esse conceito nos leva a entender que o indivíduo pode ter a capacidade de sobressair-se do ambiente adverso a que está submetido e retirar desse aprendizado formas de superações em sua existência¹⁶.

O despertar da resiliência na TCI contribui para o empoderamento, já que torna seus participantes capazes de suscitar suas habilidades e recursos para ganhar poder sobre sua vida, elevando sua autoconfiança¹⁷.

O empoderamento do ser humano acontece quando ele aceita ser um sujeito ativo, passa a aprender com sua história e não mais tem vergonha de suas origens étnicas e dos seus valores culturais construídos pelos seus ancestrais². Nessa perspectiva é que vimos à valorização que algumas colaboradoras afirmam ter como objeto de suas forças para o enfrentamento dos desafios do dia a dia:

As minhas experiências de vida vêm de minhas raízes, a minha mãe era uma negra de fibra que morreu batalhando, morreu lutando [...] (Mariza)

[...] sempre digo assim sou filha de índio [...] e essa força vem da minha avó, [...] ela foi uma mulher que trabalhou muito no mato e na plantação [...] (Conceição).

Os encontros da TCI proporcionam para essas mulheres o despertar de possibilidades de mudanças. Nessa comunidade, evidenciamos uma cultura de

mulheres fortes, lutadoras, e que, muitas vezes, o sofrimento é laço de identidade e vínculo, que pode ser o fio que tece a rede de apoio social.

Portanto, o empoderamento é considerado um processo contínuo, que fortalece a autoconfiança do indivíduo, dos grupos, capacita-os para a articulação de seus interesses e para a participação na comunidade e lhes facilita o acesso aos recursos disponíveis e o controle sobre eles. Nesse sentido, o empoderamento está baseado na autonomia, no aumento de poder, na autodeterminação, na autoorganização, assim como na participação e na corresponsabilidade das ações¹⁵.

As mulheres mostram que o ser humano necessita da rede de apoio e de suporte para buscar estratégias de enfrentamento das dificuldades do dia a dia. Portanto, é possível perceber que, no mundo das relações, os vínculos que o povo nordestino mantém com as suas raízes culturais, sua identidade, crenças e valores podem ser considerados indispensáveis à caminhada na luta pela vida.

Um ponto marcante no estudo foi a identificação da comunicação dentro da TCI como uma característica resiliente haja vista ser essa um espaço de troca e de formação de vínculos, ligação, elo entre os quem sofrem e os que estão por perto, no mundo de suas relações, o que possibilita uma abertura de escuta e de encorajamento para dar e receber apoio, palavras de encorajamento e alívio para o sofrimento. Representa a possibilidade de construir vínculos saudáveis, fortes, positivos que permitam essa ligação com os outros.

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

Community Therapy and...

No mundo das relações, o desafio posto é estabelecer uma comunicação clara, com amorosidade, capaz de construir relações positivas, nessa perspectiva, faz-se necessário aliviar o coração para ler verdadeiramente todos os sinais. “Todo comportamento é comunicação, ou seja, na maioria das vezes, a comunicação feita por gestos e atitudes ocorre inconsciente e não intencional, sem que percebamos”².

A comunicação é uma necessidade básica e vital para o ser humano, pois o homem necessita interagir com o outro e é através da comunicação que podemos compreender o outro em seu modo de agir, pensar e sentir. O processo de comunicação se estabelece de modo positivo, capaz de provocar satisfação, quando o ser humano se compromete com as palavras, com os ditos e não ditos, como mostra este depoimento de Eunice:

[...] hoje mais do que nunca eu digo tudo o que quero, eu falo mesmo [...] eu tenho coragem pra mais do que falar [...]

A comunicação pode ser considerada até um negócio arriscado. No entanto, é indispensável; pode ser verbal, não verbal, escrita ou transformada em obra de arte, permitindo seguir em frente e dar um sentido à provação e à interpretação que decorre dela. É a possibilidade de expressarmos com palavras o que estamos sentindo, comportando, ainda, a manutenção de um contato com o outro e consigo mesmo¹⁸.

A capacidade de estabelecer uma comunicação satisfatória entre os seres humanos propicia a formação de vínculos e, com isso, a criação de uma rede de apoio. No

processo de comunicação entre as pessoas, o conteúdo é transmitido na forma de um enunciado, de uma fala, enquanto os sentimentos envolvidos na relação entre elas serão, sempre, transmitidos de forma analógica, não verbal³. Portanto, para que haja uma comunicação satisfatória, é preciso que se leia adequadamente os elementos que compõem a linguagem verbal e a não verbal.

A comunicação verbal é a palavra que representa o sentimento, sendo, portanto, o elemento que une os indivíduos numa linguagem interconectiva. Entretanto, não é só por meio de palavras que a comunicação se estabelece. A palavra representa apenas 7,0% da capacidade de influência entre as pessoas, enquanto a postura corporal representa mais de 50% de influência na comunicação¹⁹. A mensagem transmitida por meio dos gestos e de atitudes ocorre de forma inconsciente, e não, intencional. A comunicação se torna eficiente, quando a palavra, o tom de voz e os gestos estão integrados à mensagem transmitida.

A necessidade e a oportunidade de falar sobre o sofrimento durante os encontros de Terapia comunitária demonstram a necessidade de comunicação evidenciada nestas falas:

[...] uma palavrinha que você dar melhora seu animo e o das pessoas [...] (Sueli)

[...] é um encontro onde a gente pode discutir, ouvir, falar cada um de seus sentimentos [...] (Cida)

[...] tem coisas que a gente não pode contar para todo mundo, mas na terapia falamos e nem percebemos [...]. lá vi que contando a minha

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

história estou ajudando as outras pessoas [...] (Quitéria)

Como somos consideradas criaturas sociáveis, não podemos nos tornar resilientes sozinhas. Precisamos saber para onde devemos ir e a quem vamos nos ligar para nos refazermos dos sofrimentos vivenciados. É por isso que muitos seres resilientes afirmam terem necessidades de estar perto de algumas pessoas, animal ou comunidade, para se sentirem apoiados, independente de receberem ou não esse apoio.

Os desafios da convivência, na últimas décadas, devido à pressão e à ausência de tempo, tornam a comunicação ainda mais complexa e difícil de conseguir, a qual pode ser sucumbida em um momento muito importante, essencial para o despertar da resiliência²⁰, conforme percebemos no depoimento de Eunice:

[...] meu marido me largou eu queria beber, nunca bebi em na via, mas o povo diz que bebendo a gente esquece as coisas [...] imaginando meu Deus, quando sair daqui, vou sair bêbada, já perdi meu marido, vou perder meus filhos, minha dignidade [...]

O termo comunicação é definido como uma troca de informações, resoluções de problemas socioemocionais e práticas/instrumentais, que tem duas funções: uma relacionada ao conteúdo, em que são transmitidos informações factuais, opiniões ou sentimentos, e outra essa ligado ao relacionamento²⁰.

Portanto, o nosso crescimento vem quando questionamos nossos modelos, deciframos os símbolos e os significados

Community Therapy and...

presentes na comunicação com os outros, identificamos os sinais, ao tentar entender nossas atitudes e, assim, despertar a reflexão e a descoberta de valores pessoais, ou seja, procurando problematizar o contexto, somos capazes de transformar o caos e superar a crise².

Na narrativa das colaboradoras, a TC foi vista como um espaço de partilha e de socialização dos saberes produzidos nas experiências de vida e despertados ao longo da participação quinzenal nas rodas. Esse espaço, “são semelhantes ao trabalho da aranha, que tece teias invisíveis, porém fortíssimas.”².

A TC como tecnologia do cuidado, além de fomentar subsídios para ações humanizadas tendo em mente, que é respeitando os aspectos culturais de cada indivíduo e levando em consideração seus conhecimentos e experiências prévias, as quais são fontes do saber e base para a construção do conhecimento, que minimizaremos a questão do estigma social²¹.

Os recursos do imaginário no processo resiliente

O “não lugar” é o objeto de sonho que habita o imaginário do homem medieval, aquele que se encontra à margem, distante dos privilégios feudais de algumas camadas da sociedade, como por exemplo, as mulheres que se encontram em desvantagem em relação ao poder androcêntrico²².

A compreensão do universo resiliente é o foco fundamental deste trabalho, revelado nas histórias de superação das mulheres participantes das rodas de Terapia Comunitária Integrativa. Em geral, o

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

enfrentamento e a superação de crises, conflitos e desafios exigem um revisitar de experiências vividas em busca de significados que podem estar vinculados ao mundo social, a crenças e a valores culturais, ao passado transgeracional, às esperanças e aos sonhos para o futuro. O sistema de crenças está no interior de todo ser humano e é uma força influente na nossa capacidade de resiliência.

A Terapia Comunitária é um instrumento por meio do qual se enxerga o crescimento humano, a crença no outro, a valorização da fala e da história trazida e revelada; trata-se de um esforço conjunto, em que cada um tem um pouco que seja para contribuir com o outro. Por isso, entendo que todo terapeuta comunitário é um despertador de lembranças, pois ele deve buscar, em cada encontro, trabalhar a competência dos participantes, “garimpar” o saber produzido pela vivência do outro².

A crença e a confiança em si mesmo foi um fator marcante na fala das colaboradoras, uma força interior, que as impulsionava em busca de sonhos e de desejos da concretude de suas realizações, como percebemos nestes discursos:

[...] acho que vem muito de dentro da gente, de querer tirar aquilo ali e superar de alguma maneira [...] (Mariza)

As minhas forças para enfrentar as dificuldades vêm de dentro de mim [...] (Sueli)

[...] mas principalmente minha força, vem do meu coração, de dentro de mim [...] (Dalva)

A resiliência é uma capacidade humana fundamental onde todos os indivíduos

Community Therapy and...

têm o poder de se transformar e de transformar sua realidade com a condição de encontrar, em si mesmo e ao redor de si, os elementos que lhe permitem criar essa capacidade de superação. Essa característica permeia as relações que se estabelecem com as colaboradoras deste estudo, que relatam a importância de uma mão amiga, um abraço sincero, para que não se sintam sozinhas e criem vínculo:

[...] quinze dias depois tive a oportunidade de ter uma conversa com o assassino de meu filho, falei que Deus ia fazer justiça e que ele não se preocupasse [...] (Conceição)

[...] a gente escuta muitas histórias, experiências diferente e acho que diante de tudo, vejo que o meu sofrimento se torna pequenininho, então me sinto importante [...] (Mariza)

[...] as pessoa, falando dos seus problemas, do seu sofrimento, me ajudou a encontrar força também [...] (Dalva)

A maior parte de nossas crenças fundamentais baseia-se na religião e na espiritualidade. As religiões são sistemas de crenças organizados, incluindo valores morais compartilhados e institucionalizados, crenças em Deus e envolvimento com uma comunidade religiosa²⁰.

Na fala de Quitéria, vimos à importância do apoio recebido dos participantes de sua igreja, nos momentos de necessidades, ou seja, uma ajuda e/ou apoio para suprir uma necessidade do momento.

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

[...] isso se deu através de um servo de Deus é pastor e nos ofereceu essa casa para que comprássemos e que iríamos pagando aos pouco [...].

Importante ressaltar que o dar, auxiliar o outro faz parte da nossa existência e é nesses momentos que suprimos as nossas próprias necessidades, “nossa carência que gera a nossa competência”, ou seja “Ninguém trabalha para ninguém. Nós trabalhamos para nós mesmos”. Portanto, ajudar o outro é ajudar a si mesmo, é viver, nesse momento, a capacidade de conhecer a si mesmo e de crescer. Fazendo ao outro, estou transformando as minhas necessidades em ações de superação, pois, “quando dou, eu reconheço e valorizo as necessidades do outro como sendo algo que me concerne”².

A crença em Deus, a fé foi uma das características mais frequentes nas falas das colaboradoras como um mecanismo de força para a superação das adversidades da vida. A conversão religiosa é geralmente associada a uma crise e/ou acompanhada de stress emocional²⁴. Sentimos que a procura de auxílio religioso pelas colaboradoras deste estudo denota um esforço para suprir suas necessidades de apoio instrumental, emocional e ausência de ações governamentais, como evidenciam algumas falas, embora também perceba que isso advém da religião, de como foram criadas e de histórias de seus antepassados:

[...] Muitas vezes, cheguei ao ponto de dizer “senhor, me segura, pelo amor de Deus que não estou aguentando” [...] me sinto bem aliviada, acho que vem muito de dentro da gente [...] (Mariza)

Community Therapy and...

[...] já teve situações de não saber resolver, procurava como diz o matuto terra nos pés e não encontrava, e dizia meu Deus Você vai me dar um sinal para eu saber como é que vou fazer para resolver esse problema e graças a Deus vejo alguma coisa, alguém me aparece, dar uma palavra e ai vou fundo e resolvo. (Cida).

Portanto, esses depoimentos nos remetem a entender que as colaboradoras pedem auxílio a um Deus superior, mas o encontram dentro de si mesmas, o que sugere que não são ávidas por um Deus inatingível, mas um Deus que impulsiona na busca por soluções através do próprio esforço. “o verdadeiro crente projetou suas dúvidas nos outros e está por demais ocupado, tentando convertê-los a prestar atenção ao próprio estado interior”²⁴.

Neste estudo, os depoimentos das mulheres falam de esperança, de uma vida melhor; um sentimento vivo, que de acordo com o teólogo alemão, Jurgen Moltman, a esperança cristã é sempre operante, porque mobiliza o ser humano “crente” a atualizar no tempo a presença do esperado²⁵. As falas seguintes mostram como a esperança pode ser a última força a morrer:

[...] Por isso é que digo, quem tem fé em Deus não perde a esperança nunca, ai é que aumenta minha fé [...] (Quitéria)

[...] tenho que enfrentar de frente, seja lá como for, mas não desistindo de minha vida porque a esperança é a última que morre [...] (Dalva)

[...] venho com uma carga de sofrimento muito grande e venho sendo forte superando tudo, sempre com muita fé e esperança (Conceição)

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

Community Therapy and...

Depoimentos como esses nos remetem a uma reflexão: é possível perceber quando populações desassistidas, sem acesso garantido à saúde, como uma condição de vida, emprego, lazer, enfim, condições para uma vida com dignidade, frequentemente têm Deus como um caminho, uma possibilidade de encontrar saída. Muitos dos pedidos a Deus advêm do abandono, da ausência de políticas públicas de inclusão social, pois é mais concreto acreditar em Deus do que culpar as instituições públicas pela falta de acessibilidade.

As mulheres, integrantes da rede investigada neste estudo, mostram que carregam uma fé que não aprisiona, mas que liberta e traz esperança, pois a força para o enfrentamento de suas dificuldades vem de Deus, de suas raízes, de sua família e da comunidade, conforme percebemos nas falas seguintes:

[...] a gente tem que ter fé em Deus, mas também temos que fazer a nossa parte, é preciso correr atrás. (Mariza)

[...] como tinha dito a meu esposo que tínhamos que superar os sofrimentos, foi trabalhando. Dizia a todos que era manicure, mas só Deus sabia que não tinha experiência no momento [...] (Sueli)

Muitos indivíduos, famílias e grupos sociais surpreendem pela capacidade de resistir ao aniquilamento a que são submetidos constantemente. O indivíduo “consegue proteger sua integridade, mesmo sob forte pressão, e constrói uma vida digna apesar das circunstâncias difíceis”². Isso significa que as pessoas mais humildes têm

uma capacidade maior para se recuperar de uma dificuldade e dar a volta por cima.

Quando a realidade vivida é “dura”, o ser humano recorre a uma força de sua espiritualidade, que não é material, e sua natureza é desconhecida pela mente do homem. Ela compreende toda a existência, seja no reino mineral, vegetal, animal ou humano.

A espiritualidade é um elemento significativo e um dos traços marcantes da cultura dos sertanejos, por isso precisa ser considerada ao se tratar de discussão de modelos e práticas de saúde²⁶, como vimos no depoimento de Quitéria:

[...] fui para São Paulo, para fazer um tratamento, estava com uma veia entupida [...], mas escutando a palavra de Deus na rádio vi que ia ser curada [...]

Alguns autores²⁷ referem que um sistema de crenças pode ser definido como espiritualidade, quando enfoca elementos inatingíveis, que transmitem vitalidade e significado a eventos da vida. A espiritualidade é o que dá sentido à vida, um conceito mais amplo que religião, pois é um sentimento pessoal, que estimula um interesse pelo outro e por si, capaz de nos fazer suportar sentimentos debilitantes de culpa, raiva e ansiedade.

Para Quitéria, a confiança e a fé proporcionam a superação e a aceitação de fatos que acontecem, não por um acaso, mas que trazem lições de esperança e crença em momentos melhores, como vimos em seu depoimento e no de Sueli:

[...] sabe o que ela fazia, era crente, ela orava e pedia a Deus e cantava não

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

Community Therapy and...

murmurava, só fazia cantar e quando era a tarde vinha aquele povo que era mais chegado a ela na igreja e trazia arroz [...] (Quitéria)

[...] vou deixar pra lá, porque hoje mesmo não tenho nem o dinheiro de botar combustível, falei para ele não te preocupas [...], foi quando ele disse você diz isso com uma confiança ai falei é porque o Deus que sirvo é fiel e verdadeiro, só basta pedir que ele dar [...] (Sueli)

Observamos que o ser humano é capaz de enfrentar as adversidades quando os membros de sua família têm lealdade e fé inabaláveis, enraizadas num forte senso de confiança, essa é essencial para a comunicação aberta, o entendimento mútuo e a resolução dos problemas²⁰.

Portanto, podemos perceber que, a perda, a adversidade e o sofrimento com que nos defrontamos um dia ou outro, várias estratégias são possíveis, porquanto podemos nos entregar ao sofrimento e fazer alguma coisa com ele para transcendê-lo²⁸.

A experiência da fé transfigura a realidade, a despeito de todas as contradições que nunca deixam de existir. Portanto, a fé, para algumas das mulheres deste estudo, foi a força para superar as adversidades, os sofrimentos do cotidiano²⁹.

[...] não preciso aguentar as coisas calada, eu tenho direito de falar e hoje não deixo passar, eu corro atrás para resolver seja lá o que for e essa coragem vem de dentro de mim, não mais deixo ninguém me humilhar ou “pisar” na minha vida. Sinto-me mais corajosa, enfrento tudo, não deixo ninguém fazer pouco de mim [...] (Dalva)

[...] a vontade de vencer, de resolver os problemas, acho que a gente tem que perseverar, tem que ter união com aqueles que convivem com você, compreensão porque se você não tiver um grupo que lhe compreenda, que lhe entenda, que converse com você, não consegue superar [...] (Mariza)

A capacidade de ser resiliente é o que nos ajuda a sair da “beira do precipício” e encontrar força diante de circunstâncias contrárias aos nossos desejos.

Resiliência: a força construída com a vida

A percepção da força que temos dentro de nós surge quando passamos a tomar consciência do nosso próprio eu, nos remete a pensar onde vivemos, a importância da interação entre cultura, natureza e o imaginário do sonho, da utopia e da poesia. Portanto, pensar e dialogar com o passado são atitudes que nos levam ao amadurecimento das ideias e ao diálogo com o³⁰, como vimos no depoimento de Dalva:

[...] não desista de seus sonhos, tenha coragem e veja que a força está dentro de você [...].

A mulher é uma fortaleza camuflada por uma aparência frágil, mas detentora de uma força interior capaz de sustentar um lar, criar um filho, sentir dores físicas e morais ao longo de sua caminhada pela vida; é uma força que suporta tudo - a força que vem de dentro. Dalva e Eunice demonstram isso nestas falas:

Já passei por muitas coisas ruins em minha vida [...], já apanhei do meu marido

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

[...], ele era agressivo e me batia muito [...] e eu tinha que aguentar, ter paciência [...]. Fazendo que não estivesse vendo nada, pois não queria destruir aquilo que tinha construído, mas dei um basta nessa situação quando um dia fiz uma denuncia contra ele na delegacia da mulher, depois disso, ele melhorou muito [...] (Dalva)

[...] olho para dentro de mim e digo: o que é que uma mulher faz que outra não sejamos capaz de fazer ai vou enxergando dentro de mim que posso fazer, que sou capaz como todas as outras, vou atrás sem esperar [...] (Eunice)

Muitos são os aspectos para se desenvolver a capacidade resiliente. Sabemos que *“uma ostra que não foi ferida não produz pérola*. As pérolas são respostas às agressões, por isso precisamos estar precavidos para reagir e sair, não de um momento desconfortável para outro, mas em busca de superação e de crescimento...”².

Portanto, podemos afirmar que todo problema é gerador de sua própria solução, não de forma espontânea, mas com determinação e coragem para transformar e superar as dificuldades impostas, assumindo riscos, tendo coragem, permitindo-se sentir dor, recuando e, às vezes, até enfraquecendo para, em seguida, retornar ao estado original. Esses são movimentos para desenvolver nossa capacidade resiliente³².

[...] cada vez mais acreditar em mim, saber que vem os sofrimentos, mas vem as vitórias e com elas supero esses sofrimentos. E acho que as vitórias que vem pra mim são maiores que os sofrimentos. Todo mundo sofre, passa por dificuldades, mas mesmo R. pesq.: cuid. fundam. online 2013. jan./mar. 5(1):3453-71

Community Therapy and...

assim tenho muitas vitórias, porque tudo que vou fazer eu consigo. (Cida)

[...] não tive nada que não fosse superado, nada que batalhando não se chegasse a uma solução e venho pulando essas fases da minha vida, mas graças a Deus com dignidade e força de vontade mesmo. (Mariza)

A esperança é a expectativa de mudança, diz respeito aos bens árduos e difíceis, porque não depende apenas da vontade de quem espera, mas também de circunstâncias ou vontades alheias e que, por isso, tornam-na, de algum modo, incerta e falível. A relevância de seu conceito está no fato de fazer a diferença, na forma como enfrentamos as diversas situações da vida cotidiana.

Portanto, a esperança, muitas vezes, associada à fé, não só à fé no outro, mas em si mesmo, não é de caráter egocêntrico, pois está centralizada numa expectativa confiante e segura. A continuidade dessas expectativas nos transporta para compreender a necessidade dos esforços, remetendo-nos à perseverança.

A perseverança é um conceito muito nobre, mas, na prática, é algo muito complexo e quase incompatível com a natureza humana, em alguns aspectos, uma vez que os homens têm instintos, como todos os animais, desejos quase que incontrolláveis que povoam sua mente mesmo que inconsciente e involuntariamente²⁸. Essa é uma característica que surge muito nas falas das colaboradoras, como vimos na fala de Sueli:

[...] dessas situações de sofrimento, venho tirando algumas lições para minha vida,

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

uma é como superar as coisas ruins, porque quando a gente quer algo tem que batalhar, insistir pra chegar até lá, nunca desista na primeira porta, tem que estar batendo em outra para conseguir as nossas coisas.

O senso de humor foi outra característica trazida por nossas colaboradoras, como um recurso de superação das adversidades, conforme vimos nas falas de Sueli e de Eunice:

[...] estou trabalhando numa Kombi escolar com meu marido, ela só vive quebrando, quebra aqui, quebra “acolar”, quebra mais do que funciona [...] sempre busco passar coisa positiva as pessoas e assim vai o meu dia a dia.

Quando passo por uma dificuldade jogo tudo para o alto, fico como uma adolescente [...] me sinto como uma criança saio com os jovens [...] fico feliz, [...] rio com as coisas e esqueço tudo [...] se alguém ficar com raiva, depois esquece [...]

A capacidade que algumas pessoas têm de transformar o trágico em cômico, a tristeza em alegria torna-se um bálsamo e um estimulante para suportar a carga dramática de certos acontecimentos. Essa característica resiliente é utilizada, não para tornar alguém mais feliz, mas para promover uma quota menor de infelicidade.

Os seres humanos resilientes são mais livres, mais bem humorados e dotados de grande disposição, “O bom humor é muito importante. Rir de si mesmo, ser capaz de ver o lado cômico de qualquer situação é um dom.” Buscar esse dentro de nós nos auxilia a

Community Therapy and...

exercitar nossa resiliência, e podemos encontrar esse humor na criação de soluções inovadoras, na aplicação do pensamento voltado para o outro lado da vida, superando as adversidades com que nos deparamos³¹.

A resiliência é uma resposta criativa diante da crise, uma base para a promoção do bem-estar, ou seja, “o desenvolvimento da criatividade pode ser proposto como medida preventiva, de forma a gerar um potencial sempre atualizado de recursos para o enfrentamento das situações traumáticas ou adversas”³², vimos isso na fala de Sueli:

[...] um dia falei que ia trabalhar como manicure, mesmo sem nunca ter feito as unhas de ninguém de fora, coloquei uma placa: manicure e pedicura e fui fazendo unhas de quem aparecia [...]

A criatividade é um mecanismo que nos permite pensar e agir diferentemente dos outros, uma viagem no nosso imaginário, muitas vezes, utilizada para fugir de algo que incomoda, que faz sofrer; possibilita, ainda, que esqueçamos o sofrimento interior e exprimamos positivamente as emoções. Essa foi uma característica presente em algumas colaboradoras, como Conceição e Mariza, que foram buscar no teatro e no artesanato a força para suprir as perdas, conforme vimos nas falas abaixo:

[...] o trabalho que faço de violência contra a mulher com o teatro, acho que esses trabalhos me ajudaram a superar [...]

Encontrei nos trabalhos manuais como artesanato, construindo minhas obras para ajudar no sustento, uma maneira de também esquecer os problemas, pois quando estou sentada dando forma aos materiais reciclados vou vendo que são como a gente, que

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

sofremos mas conseguimos esquecer um pouquinho a dor do sofrimento [...].

Vimos nesse estudo que a natureza criativa do homem se elabora no contexto cultural, sua criatividade representa as potencialidades de um ser único, e sua criação será a realização dessas potencialidades dentro do quadro de determinada cultura e que a interfase entre a resiliência e a criatividade é um processo por meio do qual indivíduos ou grupos encontram recursos criativos para o enfrentamento de adversidade e a solução, que se transforma em conduta resiliente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No Brasil, a palavra resiliência e seus significados são pouco conhecidos, enquanto, em outros países, o termo é, inclusive, empregado para referendar e direcionar políticas públicas de ação social e educacional, o que, aqui, ainda se encontra à margem de se efetivar.

A Terapia Comunitária Integrativa desempenha um papel sobremaneira importante como espaço de construção de uma teia de apoio, uma estratégia de criação e de fortalecimento de vínculos sociais e ferramenta para despertar a capacidade de resiliência, pois é um espaço onde as histórias surgem, e seus participantes passam a se reconhecer na história do outro.

O estudo deixou claro que as características de resiliência têm diferentes maneiras, entre diferentes indivíduos e em diferentes contextos, porque, de acordo com as habilidades individuais, alguns conseguem

Community Therapy and...

superar os momentos de sofrimento e de crises, e outros se deixam ceder, embora tenham tido trajetórias de vidas semelhantes.

Observou-se, que, pessoas resilientes concebem e enfrentam a vida de uma forma mais otimista, entusiasta, são pessoas curiosas, abertas a novas experiências, caracterizadas por altos níveis de emoções positivas, fazem frente a experiências traumáticas utilizando o bom humor, a exploração criativa e o pensamento otimista.

Este estudo remete a outras investigações, que possam contribuir para se compreenderem as distintas possibilidades de superação das adversidades da vida, posto que o tema, além de bastante recente no âmbito da saúde, é mais novo para o campo de conhecimento da enfermagem.

Os resultados alcançados revelaram o quanto a comunicação, empoderamento, tomada de consciência, convicção religiosa, fé, espiritualidade, a capacidade de assumir responsabilidade pela própria vida, a esperanças e a perseverança está presente na vida das mulheres deste estudo. A fé apresenta-se, não como uma fé que aprisiona, mas que liberta e auxilia no apoio ao próximo, por meio dos relatos das histórias de vida.

Diante do exposto, ao trabalhar com mulheres que passaram por momentos difíceis, percebe-se o quanto desejam contribuir com algo cada vez que se sentem mais inteiras, pois a mulher se torna mais graciosa, desapegada e muito mais resiliente quando se dedica a alguém ou a alguma coisa. Assim, devolve o que ganha à família, à comunidade e ao mundo, porque sabe que se recupera e quer que outras pessoas se levantem e lutem pelos seus ideais.

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

O estudo foi de extrema importância, por me proporcionar uma maior aproximação e aprofundamento da temática, auxiliando na identificação de características resilientes, que facilitam na superação dos sofrimentos do cotidiano.

Verifica-se que a resiliência é um conceito que pode ser significativo para o redimensionamento das pesquisas nas áreas de saúde, em geral, saúde comunitária, saúde mental e na enfermagem, contribuindo para reflexões em relação ao ensino, à pesquisa e à extensão. Esperamos, portanto, que este estudo possa subsidiar novas pesquisas, já que se trata de uma temática sobremaneira relevante, mas que é escassa em termos de produção científica na área da saúde, saúde mental comunitária e enfermagem.

REFERÊNCIAS

1. Albuquerque DM Jr. Cabra macho, sim senhor!: identidade regional e identidade de gênero no Nordeste. Territórios e Fronteiras [periódico na Internet]. 2000 [acesso em 13 nov 2011]; 1(1): 25-39. Disponível em: http://www.cchla.ufrn.br/ppgh/docentes/duval/artigos/segunda_remissa/cabra_macho_sim_senhor.pdf
2. Barreto A. Terapia Comunitária passo a passo. Fortaleza: Gráfica LCR; 2008.
3. Barreto A. Terapia Comunitária passo a passo. Fortaleza: Gráfica LCR; 2005.
4. Pinheiro DPN. A resiliência em discussão. Psicol estud [periódico na Internet]. 2004 [acesso em 13 fev 2011]; 9(1): 67-75 Disponível em:

Community Therapy and...

- <http://www.scielo.br/pdf/pe/v9n1/v9n1a09.pdf>.
5. Rutter M. Psychosocial resilience and protective mechanisms. *Am j orthopsychiatr.* 1987; 57(3): 316-331.
 6. Berger PL. A construção social da realidade: tratado de sociologia do conhecimento. Petrópolis: Vozes; 1973.
 7. Bom Meihy JCS. Manual de História Oral. 5ª ed. São Paulo: Loyola; 2005.
 8. Neves....
 9. Dias MD. Mãos que acolhem vidas: as parteiras tradicionais no cuidado durante o nascimento em uma comunidade nordestina [tese]. São Paulo: Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem; 2002.
 12. Bom Meihy JCS, Holanda F. História Oral: como fazer, como pensar. São Paulo: Contexto; 2007.
 13. Vasconcelos EM. O poder que brota da dor e da opressão: empowerment, sua história, teorias e estratégias. São Paulo: Paulus; 2003.
 14. Guimarães FJ. Repercussões da terapia Comunitária no cotidiano de seus participantes [dissertação] João Pessoa: Universidade Federal da Paraíba, Centro de Ciências da Saúde; 2006.
 15. Carvalho SR. Os múltiplos sentidos da categoria “empowerment” no projeto de Promoção à Saúde. *Cad Saúde Pública.* 2004; 20 (4): 1088-1095.
 16. Macedo Filho R, Regino FA. O empoderamento das mulheres do sertão: uma experiência de associativismo e desenvolvimento rural. VII Congresso Internacional de la Asociación Latinoamericana de Sociología Rural (ALASRU); 2006; Quito. Quito: ALASRU, 2006.

Braga LAV, Dias MD, Filha MOF *et al.*

17. Maciver RM, Page C. Comunidade e sociedade como níveis de organização social. In: Fernandes F, editor. Comunidade e sociedade. São Paulo: Nacional;1973. p.117-131.

18. Masten AS. Ordinary Magic: Resilience processes in development. *Am psychol.* 2001; 56: 227-238.

19. Holanda VR, Dias MD, Ferreira Filha MO. Contribuições da terapia comunitária para o enfrentamento das inquietações de gestantes. *Rev Eletr Enf [periódico na Internet].* 2007 [acesso em 10 fev 2011]; 9(1): 79-92. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v9/n1/v9n1a06.htm>. Acesso em: Setembro de 2009.

20. Holanda VR. A contribuição da Terapia Comunitária para o enfrentamento das inquietações das gestantes [dissertação] João Pessoa: Universidade Federal da Paraíba, Centro de Ciências da Saúde; 2006.

21. Ribeiro L. Comunicação global: o poder da influência. Belo Horizonte: Leitura; 2002.

22. Walsh F. Fortalecendo a resiliência familiar. São Paulo: Roca; 2005.

23. Rocha IA, Braga LAV, Tavares LM, Andrade FB, Ferreira Filha MO, Dias MD, Silva AS. A terapia comunitária como novo instrumento de cuidado para saúde mental do idoso. *Rev bras enferm.* 2009; 62(5).

24. Calado LEF. A cidade das damas: a construção da memória feminina no imaginário utópico de Chistine de Pizam [Tese] Recife: Universidade Federal de Pernambuco, Programa de Pós-Graduação em Letras; 2006.

25. Paiva GJ. Imaginário, simbólico e sincrético: Aspectos psicológicos da filiação a

Community Therapy and...

novas religiões japonesas. *Psicologia: Reflexão e Crítica;* 1999.

26. Wilmer K. Um Deus Social. São Paulo: CULTRIX; 1992.

27. Mello F, Chalita G. Carta entre amigos. São Paulo: Ediouro; 2009

28. Dias MD, Sá LD, Storni MOT, Muniz CCF. Identificando elementos na relação entre fé e cura. *Temas em Saúde.* 2005; (1); 18-23.

29. Saad M, Masiero D, Battistella LR. Espiritualidade baseada em evidências. *Revista Acta Fisiátrica [periódico na Internet].* 2001 [acesso em 10 jan 2012]; 8(3): 107-112. Disponível em:

<http://www.actafisiatrica.org.br/v1/frmMostraArtigo.aspx?artigo=108>

30. Cyrulnik B. Autobiografia de um espantalho: História de resiliência: o retorno à vida. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes; 2009.

31. Boff L. Espiritualidade: um caminho de transformação. Rio de Janeiro: Sextante; 2006.

32. Morin E. Introdução ao pensamento complexo. 3ª ed. Porto Alegre: Sulina; 2007.

33. Riecken C. SobreViver: os 12 pontos da resiliência e a personalidade dos sobreviventes. São Paulo: Saraiva; 2006.

34. Barlach L. O que é resiliência humana? Uma contribuição pra construção do conceito [dissertação] Universidade de São Paulo, Instituto de Biologia, 2005.

Recebido em: 06/05/2012

Aprovado em: 31/10/2012