

RESILIÊNCIA E EDUCAÇÃO: O ENFERMEIRO EM BUSCA DO SABER

Andreza Cavalcanti Vasconcelos; Gabrielly Lais de Andrade Souza; Luciana Dilane dos Santos Barboza; Paulo Isaac de Souza Campos.

Universidade Federal de Pernambuco-UFPE/CAA, e-mail: andrezacavalcanti@hotmail.

Resumo:

Este artigo se deteve a analisar vários autores e a abordar o tema a resiliência para a educação na construção do saber do enfermeiro, procurando emponderar-se de outros matizes que permitissem a articulação desse conceito relacionado ao desenvolvimento humano, as interfaces contemporaneas da educação e o desenvolvimento do papel do enfermeiro enquanto docente, considerando-se que a ausência da resiliência afetam o estilo de vida das pessoas em consequência influencia no seu dia-a-dia, convida-se a fazer uma reflexão dos dilemas e das transformações, por meio deste estudo.

Palavras-chave: Resiliência, Educação, Enfermeiro educador

INTRODUÇÃO

O termo resiliência tem origem do latim *resiliens*, significa saltar para trás, voltar ao estado natural. Este conceito foi citado ao campo dos materiais em física e em português, que significa “propriedade pela qual a energia armazenada em um corpo deformado é devolvida quando cessa a tensão causadora de uma deformação elástica; [...] resistência ao choque”. Em inglês, *resiliency* entendida como capacidade para se recuperar de choques, ferimentos e traumas; ou *resilience* que traz como capacidade que animais e plantas tem de se recuperarem rapidamente de danos (FARJADO, 2015). Neste contexto, observa-se uma ausência de consenso na maioria das definições, mas o enfoque permanece de forma convergente como capacidade de adaptação que o sujeito tem para passar por adversidades, estresses diante de um distúrbio com superação, otimismo.

Devido a palavra resiliência ser considerada numa perspectiva de construção dinâmica e multifacetada, envolvendo a interação entre áreas sociais e psíquicas com seus fatores protetores e de risco que facilitarão a pessoa ter uma vida saudável em meio a uma adversidade. Portanto, é considerada um método de construção interior que se fortalece com o tempo, baseado nas induções familiares, nos suportes sociais e de educação para encarar os obstáculos de todas as ordens. Segundo Souza, Almeida (2009) Qualquer pessoa pode tornar-se resiliente, desde que lhe sejam disponíveis os tutores de resiliência. Estes entendidos como um membro familiar, um vizinho, um professor, um amigo, ou quaisquer outras pessoas que venham “dar um suporte” a um sujeito traumatizado. Um simples

gesto, pode vir a ser um marco na vida desse indivíduo. E por este conceito envolver várias áreas de atuação como psicologia, enfermagem, física, educação, administração, esta será melhor contextualizada dentro das áreas de educação e enfermagem.

As mudanças na sociedade transformam o estilo de vida e a convivência do ser humano, muitas vezes exemplificado por incertezas e contingência, assim também é o ensino atualmente com suas novas exigências (TAVARES, 2001). Neste sentido, os imprevistos e as variações provocam reações de desequilíbrio, exigindo assim novas adaptações e resiliência não como um atributo pessoal mas consolidada na ação docente. Durante a vida escolar, em torno do contexto de sala de aula torna-se um modo desafiador para os professores, principalmente os iniciantes, a capacidade de enfrentamento nas situações práticas, com a imprevisibilidade, o imediatismo e a unicidade existentes dentro do cotidiano escolar. Voltando para a prática pedagógica em especial, o processo reflexivo na ação dos professores, formadores e aprendizes beneficiam mais que a busca de novas soluções lógicas e racionais para as dificuldades vivenciadas diariamente.

De acordo com Farjado, Minayo e Moreira (2010) existem docentes que apresentam maior objeção aos fatores agressores encontrados nas atividades práticas, inventando alternativas para supervisionar os desafios e responder às dificuldades, reagindo às adversidades e mostrando habilidade de recuperação das agressões sofridas, conseguindo, assim, minimizar seu estresse. Esses profissionais detêm características que fortalecem a resiliência. Corroborando com Souza, Silvia e Simão (2016), ao questionar que uma educação baseada no seguimento humano, focaliza sua atenção nos educandos e parte de situações de vida, de interesses comuns e decisões coerentes sobre a vida dos discentes. Nesta perspectiva, a aprendizagem e o ensino, conseguem ir além das paredes de sala de aula e ocupam uma área de aprender e trazer possibilidades de ampliar os objetivos nos estudos.

A pesquisa de Fonseca (2013) aponta que entre os trabalhadores brasileiros, 70% sofrem de estresse ocupacional e 30% são vítimas da Síndrome de *Burnout*, devido aos agentes estressores que precipitam sofrimentos subjetivos, tal como o estresse ocupacional. Isto causa impacto na qualidade de vida da população, tornando-se um grave agravamento de saúde pública. De acordo com Proenci et al. (2017) esta síndrome é uma resposta a tensão emocional crônica gerada pelo contexto do trabalho, muito comum em profissionais da área da saúde, dentre estes, os enfermeiros.

Os enfermeiros assim como os professores exercem a sua atividade em ambientes de trabalho que contribuem para o aumento dos níveis de estresse, tais como: longas jornadas de trabalho, recursos humanos escassos, exigências institucionais, relações de poder e hierárquicas extremamente demarcadas, exposição a agentes biológicos e químicos, entre outros. O estresse no trabalho relaciona-se a um processo temporário de adaptação integrante de sinais fisiológicos, físicos e/ou cognitivos. Conseqüentemente, a exaustão é interpretada como uma dimensão afetiva com características de cansaço e esgotamento de energia emocional (FARJADO, 2015).

Desse modo o estresse ocupacional não só tem impactos ruins na saúde mental e no bem-estar dos enfermeiros, docentes dentre outros profissionais, entretanto afeta também no desempenho e na qualidade da assistência ao paciente, para os professores, no ensino comprometendo sua organização (SILVA et al., 2016).

Compreendendo assim, a resiliência como resultado das crenças do indivíduo, e conduzindo-o à adaptação saudável diante das adversidades, situações de estresse e a uma experiência que implica amadurecimento e desenvolvimento, logo, todo indivíduo tem uma predisposição à resiliência, que pode ser desenvolvida ou não, a partir das vivências durante toda a sua vida.

Este estudo tem por objetivo realizar uma revisão integrativa da literatura acerca da temática resiliência e educação para a formação pedagógica do enfermeiro docente.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, uma revisão integrativa da literatura. Esta baseou-se em pesquisas de livros e artigos publicados em bases de dados, cuja análise dos trabalhos teve seu foco em artigos publicados no período de 2001 a 2017, bem como em obras de autores consagrados no tema. Para a realização da busca foram indexados os seguintes termos: “resiliência”, “educação” e “enfermeiro educador”. Dos artigos e teses encontrados, 11 foram selecionados para a realização deste estudo. A pesquisa objetivou buscar e analisar os conceitos atribuídos à resiliência e educação pelos autores, bem como a relação destes com as experiências vivenciadas na disciplina de Inteligência emocional e educação humana.

FUNDAMENTAÇÃO

TEÓRICA

As interfaces da educação contemporânea

A educação na contemporaneidade de acordo com Samaniego; Bouffleur (2017) é o maior recurso de modificação e independência para todos e é por meio dela que se constituem cidadãos sócio-críticos e atuantes no meio em que estão postos. No momento atual, também reina uma educação desmembrada, focada nos ensinamentos de questões banais e excessivas e na competitividade para o mercado disputadíssimo de trabalho. Entretanto, mesmo com esses avanços, a realidade da educação nacional baseia-se em docentes cada vez mais desanimados com as atividades do ensino, devido a fatores como a desvalorização do magistério e a tamanha complexidade encontrada nas salas de aula, com alunos cada vez mais desestimulados pelo ensino, devido também a problemas extra-escolares.

Segundo Farjado (2015) as escolas são vistas como empresas que prestam serviços à população e com elas caminham os contentamentos e os males. Dentre os contentamentos, encontram-se a alegria de ensinar, educar e contribuir para o crescimento e desenvolvimento e dentre os males observa-se a sobrecarga psíquica, pelo estresse ocupacional, em casos extremos, *burnout* traduzido como exaustão física, emocional e mental. Das insatisfações do docente a maior queixa são os baixos salários. Com a baixa valorização das atividades de ensino, a consequência é pouca dedicação, pela necessidade de mais de um vínculo empregatício, distância do ambiente de trabalho, dentre outras. Contudo, boa parte dos problemas na escola podem ser superados quando o ambiente muda para melhor.

Para encarar os desafios, descoberto nas unidades de ensino nos dias de hoje, torna-se necessário a instrução de um docente, denominado resiliente. Tavares (2001) descreve a resiliência, no seu ponto psicológico, como uma habilidade das pessoas, de forma individual ou grupal, resistirem a eventos adversos sem desfazer-se do seu equilíbrio inicial, isto é, a capacidade de se acomodar e de se reequilibrar, frequentemente.

Para Farjado (2015) a resiliência pode ser aprendida e adquirida após as experiências vivenciadas e isto deve contemplar estas seis etapas: 1- enriquecer os vínculos, o que acarreta fortalece-los entre outros autores e sua prática social; 2- efetuar e executar políticas e procedimentos escolares coerentes; 3- orientar habilidades para a vida, incluindo a superação dos conflitos, formas de superação, assertividade, comunicabilidade, e manejo ideal do estresse; 4- oportunizar apoio e afeto, modificando a escola para um lugar onde as pessoas tenham a sensação de pertencimento; 5- determinar e conduzir expectativas aumentadas e realistas, de forma que os docentes ajam como estimuladores dos

discentes e colegas de trabalho, acreditando que o ambiente escolar poderá gerar bem estar para todos; 6- garantir oportunidades de participação significativa, ou seja delegar aos familiares, alunos um percentual de cota de responsabilidade pelo que acontece na escola, oportunizando a solução dos problemas.

Neste contexto, além de proporcionar aos indivíduos ou grupos o auxílio para enfrentamento das adversidades, é ansiado que o indivíduo se beneficie ao aprender com as experiências, que devem crescer bons resultados para todos e que esses passos propiciaram um maior apego escolar, reconhecendo os benefícios que foram conquistados para o bem-estar e a melhoria na qualidade de vida.

Fatores protetores e de risco para desenvolver a resiliência

Após análise sobre este tema e a observação da história da infância percebe-se os riscos e todas as espécies de estressores que se fizeram presentes em determinado tempo e lugar. Tavares (2001) relaciona os mecanismos de risco com os acontecimentos negativos e quando estes estão presentes podem ocasionar problemas físicos, emocionais e sociais. Alguns exemplos destes eventos são: o divórcio dos pais, as perdas de entes próximos, o abuso sexual/físico na infância, a pobreza, catástrofes e desastres naturais, guerras e outros traumas. Porém, estes riscos são indeterminados na história dos indivíduos e eles podem mudar de acordo com as circunstâncias de vida, depende de cada um.

Os riscos ainda assim, podem ser compreendidos como distal e proximal, o risco distal não é diretamente experienciado pela criança, exemplo situação econômica. E o proximal relaciona-se aos vários mediadores como famílias ausentes ou conflito entre os pais. Dessa forma os fatores de risco e proteção não podem ser descontextualizados, no final está presente um envolvimento social, histórico e coletivo. A verificação destes fatores possibilita envolver partes da realidade de um grupo social. É importante destacar que, por mais idênticas, as características de um grupo, podem não suscitar respostas semelhantes às de outro grupo, por isso todos os fatores ambientais precisam ser analisados (SILVA; ENUMO, 2016).

Pesquisas que abordam esta temática apontam ainda para os fatores protetores ou *buffers* que vão atuar em alguns momentos na vida do indivíduo durante seu desenvolvimento e em diversos contextos. Segundo Tavares (2001) esses mecanismos de proteção influenciam e modificam para melhor as respostas pessoais a determinados eventos de desadaptações. Dentre estes mecanismos de proteção que facilitaram e colaboraram para minimizar a ocorrência, são:

alteração da exposição a situação estressora; redução das reações negativas; manter a autoestima e autoeficácia, apegando-se a relações seguras e criando oportunidades no sentido de buscar estratégias para melhorar. Neste contexto estes fatores podem não apresentar efeitos devido a ausência de um estressor, porque seu papel é mudar a resposta da pessoa a situações adversas.

A enfermagem e o desenvolvimento de habilidades positivas

Trazendo este tema para a enfermagem um dos desafios a serem enfrentados pelos enfermeiros é a carga horária excessiva de trabalho, o fato de ter que conciliar as responsabilidades familiares (filhos, conjugues), a pouca qualidade de vida no sentido de não praticar exercícios físicos, não ter tempo para atividades de lazer e relaxamento, alimentação inadequada, qualidade de sono prejudicada, ausência de tempo para família. Estas situações quando ausentes aumentam o estresse, a insatisfação, refletem no desempenho do trabalho insatisfatório e em casos mais severos podem desencadear a síndrome de *burnout* pela falta de escape dessas situações estressantes (PROENCI et al., 2017). Neste caminho a qualidade de vida interfere diretamente na satisfação e na motivação tanto pessoal quanto profissional, no bem estar físico, social, mental e emocional.

Os enfermeiros e docentes trazem uma possibilidade de mudança nos rumos da prática profissional, quando o assunto é resiliência pelo fato de promoverem um profundo impacto tanto no campo da pesquisa quanto no cotidiano da prática destes profissionais. Não obstante, e característico de um conceito promissor, não pode-se olvidar que na área da saúde o conhecimento sobre resiliência é ainda incipiente e objeto de inúmeras indagações e muitos conflitos, especialmente no que tange aos aspectos conceituais e operacionais (SILVA et al., 2009).

BELANCIERI et al. (2010) ressalta que mesmo os fatores de proteção e de risco apontem características estabelecidas e certas, o indivíduo que convive com fatores de risco não deixa de ser resiliente, porém a maneira como relaciona-se com tais riscos é que orienta a proteção e a possibilidade, diante das adversidades, de ser resiliente. Neste sentido, a capacidade pode ser desenvolvida por meio das relações que estabelecem vínculos afetivos e de confiança. Embora, praticar a resiliência não consiste na pessoa superar todas as experiências traumáticas, esta característica pode estar presente em algumas situações e não em outras.

A resiliência passa a ser entendida como sendo um processo que considera múltiplos fatores, uma

dinâmica que resulta na superação de situações adversas, em que se espera não apenas a adaptação positiva do indivíduo, mas a sua transformação e a de seu meio. A forma com que a resiliência se apresentará, dependerá também de como as pessoas enfrentarão as adversidades (BELANCIERI et al., 2010). Embora este conceito possa ser abordado sob diversos pontos de vista, é consenso entre os pesquisadores do assunto que se trata de um intelecto atrelado a duas condições básicas: o enfrentamento de uma experiência contrária, capaz de gerar um impacto negativo sobre a saúde e o desenvolvimento humano; e do outro, a exteriorização de uma resposta positiva, apesar da agressão a que o indivíduo está exposto (SILVA et al., 2009).

CONCLUSÃO

Acredita-se que a resiliência possa ser adquirida quando o indivíduo se ocupa da sua realidade e a modifica, alterando conseqüentemente, a si mesmo num momento de incerteza. Assim, quanto mais crise, mais resilientes precisamos ser. O domínio da resiliência depende da habilidade que cada indivíduo tem em reconhecer suas fontes de sofrimento escondidas dentro de cada um e assim buscar as mudanças necessárias que impulsionem novas direções e sentidos para viver.

Isso não significa que as pessoas não experimentarão uma situação de estresse, ou que não serão atingidas quando se depararem com alguma situação de crise. Pelo contrário, o sujeito resiliente conserva as marcas da adversidade que enfrentou, as quais estão presentes em suas lembranças, em seus sentimentos. Sua história permanece em sua memória, mas ele é capaz de se recuperar, porque encontra o suporte que o ajuda a prosseguir, por meio de estratégias positivas.

Observa-se que os profissionais de enfermagem e os docentes trabalham em situações vulneráveis ao estresse com sobrecarga de trabalho e que estes são mais expostos aos mecanismos de risco, por reconhecer que a sociedade exige respostas rápidas e bruscas de mudanças, é necessário potencializar também os novos contornos da formação inicial dos docentes inexperientes, para articular saberes compatíveis com a nova visão de mundo para que estes estejam preparados para desenvolver sua resiliência quando for preciso.

Para concluir, considera-se que o sujeito pode viver e crescer em muitos contextos diferentes: adversos, violentos, saudáveis ou quantos outros existam, mas ele se constrói de um jeito que pode ser chamado resiliente quando, além das adversidades, encontra interações positivas que o protegem.

REFERÊNCIAS

BELANCIERI, M.F; BELUCI, M.L; SILVA, D.V.R; GASPARELO, E.A. A resiliência em trabalhadores da área da enfermagem. Estudos de Psicologia, Campinas, v. 27, nº 2, p. 227-233, 2010.

FAJARDO,I.N., MINAYO,M.C.S., MOREIRA,.C.O.F. Educação escolar e resiliência: política de educação e a prática docente em meios adversos. Ensaio: aval. pol. públ. Educ., Rio de Janeiro, v. 18, n. 69, p. 761-774, out./dez. 2010.

FAJARDO,I.N. Resiliência e educação: exemplo das escolas do amanhã. 1 ed, Curitiba: Appris, 2015.

FONSECA, R.T.M. Saúde mental para e pelo trabalho. Saúde mental no trabalho: coletânea do fórum de saúde e segurança no trabalho do estado de Goiás/ Coordenação geral, Januario Justino Ferreira; Coordenação científica, Lais de Oliveira Penido. Goiânia: Cir gráfica, 2013. Disponível em: <<https://bibliotecaprt21.files.wordpress.com/2013/09/livro-saude-mental-no-trabalho-2013-prt18.pdf>> Acesso em 26 de maio de 2017.

PROENCI, C.C.; FERREIRA, W.S.S; VASCONCELOS, C.S.; DUTRA, D.A. Síndrome de Burnout em trabalhadores da enfermagem que são estudantes da graduação. Rev Saúde e Desenvolvimento. V.11, nº 6, p. 102-120, 2017.

SAMANIEGO, J.G.S.; BOUFLEUR, E.M. Resiliência e educação: como o professor e sua metodologia podem desenvolver habilidades de enfrentamento às adversidades .Revista Magsul de Educação da Fronteira, Faculdades Magsul, v. 2, n. 1, p.221-250, Mar, 2017.

SILVA, A.M.B.; ENUMO, S.R.F. Teses e Dissertações Brasileiras Sobre Fatores de Risco e Proteção, Vulnerabilidade e Resiliência na Adolescência. Revista Brasileira Adolescência e Conflitualidade, Londrina, v. 14, p. 13-20, 2016.

SILVA, S.M.; BORGES, E.; ABREU,M.; QUEIRÓS,C.; BAPTISTA,P.;FELLI,V. Relação entre resiliência e burnout: promoção da saúde mental e ocupacional dos enfermeiros. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, v. 42, nº 16, DEZ.,2016.

SILVA, M.R.S.; SILVA, P.A.; DIAS, A.B.; MEDEIROS, G.L.; SILVA, B.T.; BOTELHO, L.R. Aplicação e implicações do conceito de resiliência na prática de enfermagem/saúde. Cienc Cuid Saude. v.8 (suplem.), p. 55-61, 2009.

SOUZA,R.; SILVA, V.L.S.; SIMÃO, V.L. O clube de ciências como espaço de (eco)formação e criatividade .Revista Dynamis. FURB, Blumenau, v. 22, n. 1, p. 74-85, 2016.

SOUZA, F.C.S; ALMEIDA, M.C.X. Resiliência e educação. Revista Educação em Questão, Natal, v.35, n. 21, p. 239-243, maio/ago. 2009.

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