

A RESILIÊNCIA HUMANA NO AMBIENTE ACADÊMICO DE CURSOS *STRICTO SENSU*

Jully Fabiola Nunes Rogge

Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, PR, Brasil.

E-mail: <jully@rogge.com.br>.

Mariane Lemos Lourenço

Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, PR, Brasil.

E-mail: <psimari@uol.com.br>.

RESUMO

Este estudo surgiu do interesse de compreender de que maneira se dá a questão da resiliência no ambiente acadêmico de pós-graduação *stricto sensu*, no qual os indivíduos são confrontados com demandas de alta dedicação e esforço que exigem a conformação a um novo modelo de realização de atividades. Como estratégia de pesquisa utilizou-se o estudo comparativo de casos, mediante método de coleta qualitativa empírica, com corte temporal transversal. Selecionaram-se duas antigas e conceituadas instituições de ensino superior na região Sul do Brasil, sendo uma pública e outra privada, nas quais foram entrevistados oito estudantes de cursos *stricto sensu* da área de Administração. Os dados das entrevistas foram triangulados com observação participante e resultados de um instrumento de diagnóstico psicológico dos pilares internos da resiliência. As análises mostraram que parece haver alguma relação entre os aspectos internos individuais e as condições externas enfrentadas. Indivíduos que apresentaram atributos intrínsecos de resiliência em maior grau mostraram-se mais preparados para lidar com as pressões externas. Porém, a questão da significação pessoal da conclusão do curso *stricto sensu* surgiu como maior fonte geradora da resiliência para as pessoas. Esta pesquisa mostrou a enorme complexidade da questão e como é amplo o espectro de características que determinam a capacidade de resiliência individual.

Palavras chave: resiliência humana, significação, ambiente acadêmico, pós-graduação *stricto sensu*.

1 INTRODUÇÃO

A questão da resiliência tem ganhado atenção de pesquisadores que buscam entender de que modo as pessoas lidam com as adversidades. O interesse de estudo está em compreender como, diante das mesmas condições, algumas pessoas escolhem o enfrentamento das dificuldades e superam suas limitações aparentes, encontrando maneiras muito peculiares de sobreviver e crescer nos momentos de crise. Estes indivíduos se desenvolvem no processo, enquanto outros assumem a posição de vítimas das circunstâncias e podem inclusive manifestar reações negativas, tanto físicas quanto psíquicas (Barlach, 2005).

No contexto do trabalho ou de estudo a resiliência explica a mobilização de recursos psicossociais para o enfrentamento das rupturas e situações de tensão características da modernidade. Principalmente, na transformação de situações de crises em oportunidades. O desenvolvimento da resiliência pode ser o elemento diferencial entre o enfrentamento da situação que leva ao crescimento psicológico ou a sensação de vitimização, em situações similares de pressão (Barlach *et al.*, 2008).

No artigo *How Resilience Works* de 2002, Diane Coutu analisa a produção do conhecimento sobre o tema no final do século XX e descreve três características essenciais das pessoas resi-

lientes. A primeira está na capacidade de aceitar a realidade, principalmente quando as condições se mostram muito adversas; a segunda na capacidade de improvisar e a terceira na capacidade de encontrar sentido em algum aspecto da vida.

Esta última característica será o ponto de partida desta investigação à medida que nos leva a refletir sobre a questão do enfrentamento de crises no ambiente de trabalho e de estudo e, como a significação do cumprimento do trabalho ou da formação acadêmica interfere na questão da resiliência nos indivíduos. Para tal análise buscou-se fundamentação na psicodinâmica do trabalho da Escola Dejouriana, que defende a perspectiva do homem como sujeito na relação de trabalho e em razão das interpretações que faz constantemente da situação e das condições, agindo sobre o processo de trabalho. Com isto “as situações vivenciadas e as condutas são fundamentalmente organizadas pelo sentido que os sujeitos atribuem à sua relação no trabalho” (Dejours & Abdoucheli, 1994, p. 140).

Um estudo bibliométrico da produção entre 2000 e 2006 sobre o tema resiliência (Oliveira *et al.*, 2008) mostrou que pouco mais de dois por cento das publicações, ou seja, 43 artigos, tratavam da resiliência humana. E destes, nenhum com problema de pesquisa central relacionado diretamente ao ambiente acadêmico ou mesmo organizacional. Pesquisas, principalmente no campo de estudos da psicologia e psicodinâmica do trabalho, sugerem que o conceito de resiliência humana se encontra em fase de construção, trazendo a relevância de entender a configuração de categorias que compõem o assunto no campo dos estudos organizacionais (Dejours & Abdoucheli, 1994; Couto, 2002; Barlach *et al.*, 2008; Oliveira *et al.*, 2008). Por estas razões entendemos pertinente investigar como se constitui a resiliência nos indivíduos em contextos específicos, analisando aspectos internos e externos que interferem na conduta humana frente a situações desafiadoras e com alto grau de exigência física e emocional.

Este estudo pretende contribuir para o desenvolvimento desta área do conhecimento e para tanto optamos por observar o ambiente acadêmico de cursos de pós-graduação de mestrado e doutorado, uma vez que entendemos haver nestes um nível elevado de pressão sobre os indivíduos, tanto professores como alunos, à medida que traz uma carga elevada de trabalho e altera consideravelmente a rotina dos participantes.

A pesquisa será norteada pela busca do entendimento da maneira como se constitui a ques-

tão da resiliência humana em estudantes de cursos de *stricto sensu*. Como objetivos específicos propõem-se: investigar os atributos internos da resiliência dos estudantes; entender as características externas da resiliência; e, verificar de que maneira os atributos internos e as características externas dialogam na constituição da resiliência destes estudantes.

O caminho epistemológico é o interpretativismo fundamentado em entrevistas qualitativas e observação participante, com a triangulação de dados obtidos mediante a aplicação do instrumento de diagnóstico Escala dos Pilares da Resiliência (EPI), desenvolvido por profissionais da área da psicologia da saúde (Cardoso & Martins, 2013).

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 AS COMPLEXIDADES DO TRABALHO NO CONTEXTO MODERNO

Hoje em dia, é justamente nas organizações e instituições em que os indivíduos vivem a maior parte de suas vidas. É sob o domínio das instituições que se desenvolve o reino de possibilidades para as realizações das fantasias humanas de conquista, de reconhecimento e de poder. O indivíduo que nelas habita é o mesmo que é habitado por um psiquismo que o acompanha para o bem e para o mal. Ademais, são nas instituições que também surgem os sentimentos de fracasso, vulnerabilidade, rejeição e frustração. A carreira, a identidade profissional e acadêmica, passa a ser a grande fonte de referência para a construção social dos homens e de sua autoestima, portanto esta dimensão passa pelo afetivo e pelo psicológico (Freitas, 2002). Em paralelo a isto, podemos afirmar que o mundo moderno “está repleto de riscos e perigos, para os quais o termo ‘crise’ - não como mera interrupção, mas como um estado de coisas mais ou menos permanente - é particularmente adequado” (Giddens, 2002, p. 19).

A relação das pessoas com sua atividade profissional, no século XXI, vai além da necessidade econômica, confere também uma satisfação ao ideal de ego e satisfaz a necessidade de fazer algo significativo, de deixar sua marca, de registrar sua importância no mundo. (Freitas, 1999, p. 44; 162). Este é o enfoque central desta pesquisa, pois justifica a relevância que uma formação *stricto sensu* assume para os estudantes que fize-

ram esta opção. Conquistar um título de mestre ou doutor não significa apenas adquirir um novo patamar de formação acadêmica, na maioria das vezes representa o investimento em uma nova carreira, ou mesmo no desenvolvimento daquela já existente. Nem sempre é a motivação econômica a principal razão que levará as pessoas a buscarem tal titulação, mas acima de tudo, a esperança de uma nova perspectiva profissional que as conduzirá a novas realizações pessoais, alimentando suas expectativas de reconhecimento, conquista ou mesmo poder.

Neste sentido, buscaremos aqui uma análise multidisciplinar ancorada em estudos da psicologia, psicanálise e estudos organizacionais. Em Enriquez (2000, p.19) temos que a instituição se instaura, atua e se estabiliza no interior de um campo pulsional e passional. Fineman (2001) aborda a questão de os atores carregarem consigo uma história emocional própria, com traços conscientes e inconscientes, que em relação dialética com o contexto social, definirá o significado e a legitimidade para as emoções na realização das tarefas. O autor defende que as emoções não devem ser separadas da atividade do ator e que “tarefas” e “emoção” assumem significado e significância na conduta deste, e esta relação deve ser investigada sob as lentes da subjetividade a fim de apreender o sentido atribuído às atividades.

2.2 CONTRIBUIÇÕES DEJOURIANAS

Para tratar a questão da resiliência humana lançaremos mão dos conceitos *dejourianos*, principalmente relativos ao funcionamento psíquico e à psicodinâmica do trabalho. Considerando, obviamente, as atividades acadêmicas realizadas nos cursos *stricto sensu* como ações de trabalho, uma vez que se apresentam como tal à medida que são compostas de regras, processos e prazos institucionalmente estipulados e, sob os quais estão sujeitos os indivíduos. A citação abaixo define o conceito de funcionamento psíquico que utilizaremos:

Em relação à expressão *funcionamento psíquico*, do ponto de vista teórico, partimos de um modelo de homem que faz, de cada indivíduo, um sujeito sem igual, portador de desejos e projetos enraizados na sua *história singular* que, de acordo com aquilo que caracteriza a organização de sua personalidade, reage de maneira estritamente original. A referência à teoria psicanalítica do funcionamento psíquico tem, portanto, duplo

interesse: 1) permite proceder à investigação dos processos psíquicos mesmo quando o sujeito não sofre de doença mental descompensada; 2) ela respeita no indivíduo a irredutibilidade de sua história particular e sua competência psicológica para reagir de modo original às pressões patogênicas das quais ele é alvo. (Dejours & Abdoucheli, 1994, p. 126).

Já a psicodinâmica do trabalho tem como objeto de estudo o prazer e o sofrimento no trabalho, considerando a raiz grega *pathos* que significa não apenas doença ou loucura, como sugere o senso comum, mas antes o sentido do sofrimento. Com isto, a psicodinâmica do trabalho remete à “análise dinâmica dos processos psíquicos mobilizados pela confrontação do sujeito com a realidade do trabalho”. Este pressuposto explica como as reações de defesa individuais às pressões oferecidas pelo trabalho são diferentes de pessoa para pessoa, “singularizadas em função do passado, da história e da estrutura de personalidade de cada sujeito” (Dejours & Abdoucheli, 1994, p.120-123).

Nestas pesquisas e experiências metodológicas, Dejours e colaboradores (1994) mostraram que o prazer e o sofrimento no trabalho surgem a partir de pressões decorrentes não das condições de trabalho, que constituem objeto de estudos da medicina e ergonomia, mas sim do que ele chamou de organização do trabalho. A organização do trabalho, nesta definição é composta pela divisão do trabalho, que são as regras e normas da tarefa – modo prescrito de realizar as atividades, e pela divisão de homens, que são as responsabilidades e o controle em suas diversas formas (hierarquia e comando).

A questão do prazer e do sofrimento no trabalho será abordada neste estudo como decorrência do sentido e das pressões sofridas pelos estudantes na realização das atividades exigidas nos referidos cursos. Ao escolhermos a escola *dejouriana* como base de análise, entendemos que a organização do trabalho, neste caso das atividades necessárias ao desenvolvimento dos cursos de mestrado e doutorado, é a origem de prazer e sofrimento experimentado pelos estudantes.

Cabe aqui comentar um pouco mais sobre este tema. Quando trata do sofrimento do trabalho, Dejours o diferencia em duas manifestações: o sofrimento patogênico, onde o sujeito não consegue contornar as rígidas pressões do trabalho, gerando sentimentos de frustração e impotência que podem levar à descompensação mental

ou psicossomática; e o sofrimento criativo que, opostamente ao anterior, traz uma contribuição que beneficia a identidade do sujeito, à medida que pode ser transformado em criatividade. Veja que a questão não é eliminar o sofrimento, mas sim transformá-lo em algo positivo para o indivíduo, aumentando sua resistência ao risco de desestabilização e fragilização da saúde física e emocional. Para chegar a este estágio, é necessário que a tarefa tenha um sentido para o sujeito, tendo em vista sua história. Mas, o que determina como as tarefas serão significadas é o que procuraremos abordar em seguida.

2.3 SIGNIFICAÇÃO E SUBJETIVIDADE DO TRABALHO

Estudos seminais sobre o tema da significação e da estruturação da realidade subjetiva na sociedade mostraram que aos escolherem aspectos do mundo conforme suas idiossincrasias individuais, fundamentadas pela história de vida de cada um, os indivíduos desconstróem e constroem o mundo social à sua maneira, atribuindo significados próprios e singulares à realidade objetiva. Ao longo da biografia individual, são constituídos os significativos que formarão o eixo central da conservação da realidade, principalmente do elemento chamado identidade do sujeito. Para conservar sua identidade os indivíduos passam a confirmar constantemente, de forma implícita ou explícita, aquilo que acreditam ser, por meio de uma relação discursiva entre os significativos e a realidade objetiva. Assim constitui-se a realidade subjetiva pessoal (Berger & Luckmann, 2003). Inspirados neste conceito, acreditamos que a significação que as pessoas atribuem às suas atividades determina o grau de resiliência que são capazes de expressar frente as dificuldades ou adversidades encontradas no cumprimento destas. Esta proposição foi testada e será apresentada na seção Análises e Resultados.

2.4 OS ESTUDOS SOBRE A RESILIÊNCIA HUMANA

Na análise das abordagens e descobertas recentes sobre o conceito de resiliência, Grotberg (2003) identificou oito aspectos, que definem o estudo nesta área do desenvolvimento humano, sendo estas: 1) Resiliência está ligada as fases do

desenvolvimento e crescimento humano, incluindo diferenças de idade e gênero; 2) Para se promover fatores de resiliência e ter comportamentos resilientes são necessárias diferentes estratégias; 3) Não existe relação entre o nível socioeconômico e a resiliência, são fatores independentes; 4) A resiliência é diferente dos fatores de risco e proteção; 5) A Resiliência pode ser medida, ela também faz parte da saúde mental e qualidade de vida; 6) As diferenças culturais diminuem quando os adultos são capazes de avaliar novas e eficientes ideais para o desenvolvimento humano; 7) Prevenção e promoção são alguns dos conceitos a respeito da resiliência; e por fim, 8) A resiliência é um processo: há fatores de resiliência, comportamentos resilientes e resultados resilientes.

As conclusões de número 1, 3, 4 e 6 remetem a capacidade de resiliência na perspectiva do desenvolvimento do ser humano, da infância à fase adulta, enquanto as conclusões de número 2 e 7 tratam da promoção da resiliência. Estes fatores não pertencem ao escopo deste estudo. Contudo, a quinta conclusão que afirma que a resiliência pode ser medida e faz parte da saúde mental e qualidade de vida e oitava conclusão que afirma que a resiliência diz respeito a um processo nos serão particularmente relevantes pois nos permitem além de medir a resiliência individual, analisá-la como um processo e não apenas um fim em si mesma.

Estudos anteriores da mesma pesquisadora, Edith Grotberg (1995), reforçados recentemente por Cardoso e Martins (2013) apontaram também que a resiliência se constitui de características externas e internas. A partir desta afirmação construiremos as duas formas principais de coleta de dados nesta pesquisa, mais detalhadas na seção seguinte.

A história de Viktor Frankl nos traz um precioso exemplo real sobre de como as pessoas buscam sentido para suportarem as piores adversidades a que um ser humano pode ser sujeito. Psiquiatra judeu, Viktor foi vítima do holocausto, durante a segunda Guerra Mundial, tendo sobrevivido a quatro campos de concentração nazistas. Em sua obra descreve as condições que lhe permitiram isto. O conceito de resiliência surge como consequência de se ter atingido o objetivo da sobrevivência em condições tão desumanas. Na teoria de Frankl, a compreensão deste conceito nos permite entender como a pessoa pode vir a se tornar capaz de resistir às vicissitudes da vida, desde que esta, para a pessoa, faça sentido (Frankl, 1988, 1990, 1997).

Para Frankl, existe para todo ser humano, em diferentes níveis, o sofrimento como parte da vida. Então, é preciso resistir ou, mais que isto, ser flexível como a árvore que se dobra pela pressão do vento e depois volta à posição original. Crescer na adversidade, dar a volta por cima, superar crises e dificuldades, encontrar saídas. Desenvolver-se diante da dor. Encontrar recursos em si mesmo. Desta forma, os indivíduos precisam construir resiliência em certo grau. A resiliência torna-se a operacionalização das consequências de se encontrar um sentido para a vida ou mesmo para aquela provação (Silveira & Mahfoud, 2008).

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Os caminhos metodológicos para o desenvolvimento da pesquisa fundamentam-se na ontologia subjetiva e na epistemologia interpretativa. Para o pesquisador interpretativo o objetivo da pesquisa em ciências sociais é desenvolver a compreensão da vida social e desvendar como as pessoas constroem significado no seu contexto natural (Godoi *et al.*, p. 64, 2006). Considerando a abordagem interpretativa de mundo, pela definição de Denzin e Lincoln (2005), a pesquisa qualitativa será adequada uma vez que consiste em uma atividade situada na posição do observador.

A pesquisa é exploratória à medida que tem como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir proposições (Gil, 2007). O caráter é descritivo, por estar em alinhamento com a concepção de Triviños (1987) ao ter por finalidade descrever fatos ou eventos de determinada realidade observada.

A estratégia de pesquisa escolhida foi o estudo comparativo de casos entre duas universidades, sendo uma instituição privada e uma pública, ambas situadas na região Sul do Brasil, nas quais se observou estudantes do primeiro ano nos cursos de mestrado e doutorado na área de Administração, de conceituados programas de pós-graduação *stricto sensu* (ambos com conceito de avaliação 4 na Capes), durante o ano de 2014.

A postura investigativa irá privilegiar a compreensão das complexas inter-relações entre os elementos da experiência humana (Stake, 2009). Quanto à perspectiva temporal, esse estudo se baseará no corte transversal com aproximação longitudinal (Neuman, 1999). O corte temporal

transversal ocorreu em 2014, com o período da coleta de dados a estender-se entre maio e dezembro deste ano.

Considerando a natureza do problema de pesquisa optamos pela entrevista em profundidade como principal técnica de coleta de dados empíricos, buscando apreender como se dá a questão da resiliência nos estudantes dos cursos de pós-graduação *stricto sensu*. Além da realização de entrevistas, a fim de se triangular os dados obtidos e garantir a confiabilidade e validade das análises (Creswell, 2007), foi realizada observação não participante (para a observação o foco foi o ambiente acadêmico (perspectiva holística) e o comportamento das pessoas) e a aplicação de um teste psicológico sobre Resiliência, o EPR, Escala dos Pilares da Resiliência. Considerando que a resiliência se constitui de características externas e internas (Grotberg, 1995; Cardoso & Martins, 2013), coletamos dados relativos às características internas (atributos pessoais) e características externas (contexto, ambiente e aspectos externalizados pelas pessoas). A coleta de dados ocorreu da seguinte forma:

- a. Para apreender as características internas foram realizadas entrevistas e utilizou-se também o instrumento de avaliação psicológica Escala dos Pilares da Resiliência, fruto de uma dissertação de mestrado em Psicologia da Saúde, na Universidade Metodista de São Paulo (Cardoso, 2013). Este instrumento busca avaliar os níveis de resiliência individuais sob a perspectiva da identificação de onze atributos pessoais que servem de suporte para as condutas resilientes. Foram avaliados nesta técnica oito estudantes, sendo quatro de cada instituição, para os quais foram apresentados os respectivos diagnósticos.
- b. Para apreender as características externas foi realizada a observação não participante.

Quanto à perspectiva de análise das informações coletadas através das entrevistas, nos apoiaremos no paradigma da construção social da realidade, no qual a realidade subjetiva do indivíduo tem seu foco cognoscitivo e afetivo na estrutura de plausibilidade. Esta estrutura de plausibilidade é gerada por outros significativos com os quais foi estabelecida forte identificação afetiva (Berger & Luckmann, 2003). A partir disto, investigamos quais características percebidas pelas pessoas representaram significativos capazes de estabelecer identificação afetiva suficiente para motivar a superação das dificuldades e crises.

Buscamos entender como as interações interpessoais e as interpretações que os indivíduos fazem de seu contexto contribuem para a significação de objetivos pessoais relacionados à construção, desenvolvimento ou mudança de carreira profissional, que justificam e compensam sacrifícios sofridos em outros aspectos da vida.

A técnica de análise de dados foi a análise de conteúdo que, com base em Bardin (2009, p. 40), refere-se a um “conjunto de técnicas de análise das comunicações que utiliza procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens”. Para o tratamento dos dados se propõe o protocolo de coleta da mesma autora que orientará a agregação categorial de dados. Almejando apreender o conteúdo manifesto nas entrevistas a fim de triangular com outras fontes de informações para obterem-se correspondências e padrões que conduzam a generalizações analíticas críveis em resposta às perguntas de pesquisa (Stake, 2009). As categorias de análise foram, com base nas entrevistas, em consonância, com o modelo proposto por Barlach *et al.* (2008): 1) Grau de pressão interna (cansaço físico e emocional, alterações fisiológicas, entre outras); 2) Grau de pressão na interação com a família; 3) Grau de pressão na vida social; 4) Grau de pressão no trabalho; 5) Grau de pressão quanto ao tempo livre (descanso e lazer); e, 6) Grau de pressão na esfera econômica. A seguir serão apresentados os resultados da pesquisa.

4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

Considerando que as três características das pessoas resilientes são, em primeiro lugar, a capacidade de aceitar a realidade e suas dificuldades, em segundo lugar a capacidade de encontrar sentido em alguns aspectos da vida, e em terceiro é a capacidade de improvisar ou exercitar a criatividade (Coutu, 2002). Propõe-se inicialmente, destacar as informações observadas a respeito do contexto vivido em cada uma das instituições estudadas.

4.1 O AMBIENTE ACADÊMICO

A instituição pública é uma das mais antigas do país, e conta com três linhas de pesquisa. Nesta os cursos são totalmente gratuitos, havendo

ainda a possibilidade de receber bolsa de estudos, conforme critérios específicos. A instituição privada que é uma das mais modernas do país, conta com duas linhas de pesquisa. Nesta o mestrado tem custo e o doutorado é gratuito, havendo também possibilidade de receber bolsa de estudos, conforme critérios previstos.

Além destas observações iniciais, perceberam-se muitas similaridades entre o ambiente e a rotina de estudo. Esta descoberta levou-nos a concluir que não foram encontradas diferenças significativas no que tange ao escopo desta pesquisa. As descrições a seguir são válidas para ambas as universidades.

Em ambos os cursos é requerida dos estudantes dedicação exclusiva aos estudos, para o desenvolvimento de encontros presenciais semanais em formato de seminários expositivos apresentados pelos estudantes, além da participação em grupos de estudo, e tempo para leitura dos textos propostos como obrigatórios. No mestrado, por exemplo, são exigidas leituras e fichamentos de artigos e livros, sendo boa parte destes textos em língua estrangeira (normalmente o inglês), fato que demanda maior concentração e tempo dos leitores. No doutorado a demanda por leitura pode dobrar.

A interação entre os estudantes acontece nos seminários semanais (encontros presenciais) para cumprimento dos créditos acadêmicos e na participação nos grupos de estudo, além evidentemente do convívio rotineiro na biblioteca, no restaurante universitário e nos espaços de estudo destinados a cada área de concentração. Estes últimos são os ambientes onde se pode observar com maior riqueza o comportamento dos estudantes, em momentos de descontração intercalados com outros de preocupações em razão da entrega de trabalhos que fazem parte da rotina dos trabalhos de mestrado e doutorado.

Nestas ocasiões, não foram poucas as manifestações de estresse e desânimo por parte dos alunos, chegando algumas vezes ao choro e a declarações de sensação de incapacidade frente aos desafios enfrentados. As falas: “não sei se isto é para mim” e “não sei se sou capaz de dar conta de tudo isto” foram observadas por diversas vezes. Porém, esta sensação de impotência foi na maioria das vezes superada logo em seguida e os relatos sobre esta superação faziam menção à “importância” de se cumprir uma meta pessoal de vida.

4.2 RELATOS SELECIONADOS A PARTIR DAS ENTREVISTAS

Nas entrevistas pudemos observar as pressões e fatores que se constituem como aspectos de resiliência percebidos pelos estudantes. Os trechos transcritos abaixo evidenciam as categorias de análise de conteúdo que fundamentaram as conclusões decorridas.

- ♦ **Sensação de incapacidade:** o elevado nível de exigência por leituras e produção acadêmica, traduzidos, principalmente, em desenvolvimento de artigos científicos e na elaboração dos seminários, trouxe para a maioria uma sensação de “não dar conta”, ou até mesmo de não ser capacitado para estas tarefas. Estas exigências por publicação, leituras e produção acadêmica, também puderam ser observadas com relação aos professores dos programas. Os trechos abaixo evidenciam esta preocupação:

Relato 1: “Muitas disciplinas para cursar (17); pressão por leituras obrigatórias em grande volume; elaboração e apresentação de seminários sobre assuntos que não são de domínio; pressão por publicação; pressão na família por conta da ausência e dos constantes picos de estresse; poucas horas de sono; abandono total das atividades físicas e diminuição razoável da convivência com amigos e família; problemas de pele por conta da má alimentação; problemas financeiros por estar dedicada 100% ao doutorado; instabilidade psicológica e constantes pensamentos ‘será que esta foi a melhor decisão?’ ou ‘o que farei após o término do doutorado?’”.

Relato 2: “Sempre achar que o que eu havia lido/entendido, não era suficiente e que eu poderia ser exposta perante a turma durante uma exposição ou a defesa de um ponto”.

Relato 3: nesta narrativa podemos perceber a ênfase dada a dificuldade de ajustamento a metodologia de trabalho científica, antes do ingresso no curso pouco conhecida da maioria. Não no caso deste entrevistado: “antes do ingresso no mestrado eu já havia cursado (quatro anos antes) um semestre na própria instituição, assim, o meu conhecimento prévio do processo já existia”.

- ♦ **Desgaste Físico e Emocional:** a maior parte dos entrevistados relatou sentir um aumento significativo no desgaste físico e emocional por conta da necessidade de dedicação ao curso. As exceções foram estudantes que vinham de rotinas de trabalho em organi-

zações onde a pressão por resultados era tão alta que no curso chegaram mesmo a sentir uma redução da pressão nesta dimensão.

Relato 4: “Sinto bastante cansaço físico e mental, sensação de esgotamento... dificuldade para dormir é frequente”.

Relato 5: “Fico noites sem dormir, ou por falta de tempo, ou por pensar demais nas pressões de datas de entrega de trabalho, o que afeta meu rendimento”.

Relato 6: “Ganho de peso, maior ocorrência de gripes e resfriados, cansaço constante, sonolência (resultado provável da redução das horas dormidas diariamente), aumento de ansiedade, impaciência e intolerância”.

- ♦ **Sentimento de culpa:** para a totalidade dos alunos o sentimento de culpa foi citado em algum momento, seja nas entrevistas ou em conversas informais registradas nos relatórios da observação não participante. A culpa era expressa em situações de tempo livre ou lazer (ver categoria seguinte) onde os estudantes culpavam-se por não estar estudando. Fato que evidentemente reduzia a capacidade de proteção oferecida por atividades não associadas ao curso.

Relato 7: “Sinto uma cobrança interna, além de uma culpa, por não estar estudando nas horas de lazer”.

Relato 8: “O fator tempo é crucial, para imprimir a pressão existente. Pois o cansaço e a própria cobrança interna que era criada, que às vezes nem existia, fazia com que em momentos de interação com amigos/família, o pensamento: ‘mas eu devia estar estudando...’, gerava uma pressão por se dedicar mais ainda.”

- ♦ **Escassez de tempo:** Muitos afirmaram preencher completamente seu tempo com os estudos e as outras responsabilidades, comprometendo inclusive o tempo antes dedicado ao descanso, ao sono e mesmo às refeições, passando a considerar o “tempo extremamente escasso e valorizado”. Não foram raras as informações obtidas nas observações que indicavam que os estudantes de mestrado e doutorado abriram mão completamente de finais de semana e férias, chegando a trabalhar e estudar em todos os dias da semana sem intervalos, como nesta fala: “cobrança de ‘ter que’ realizar alguma tarefa em horários até então ditos como tempo de descanso: noites e finais de semana”. Os próximos relatos abaixo resumem bem esta condição:

Relato 9: “O descanso é luxo, antes tem família, trabalho, mestrado e casa...”.

Relato 10: “A pressão é individual por *performar*, por fazer um bom seminário, por entender o assunto e poder participar das aulas, por ler os muitos textos em inglês e entendê-los... os finais de semana, praticamente 100% deles, foram ocupados com leituras e preparação para a segunda-feira (maioria das aulas acontecem de segunda a quarta-feira) e por ter que estar ‘sóbria e descansada’, recusei muitos convites de amigos, festas, fui poucas vezes na casa da minha mãe (antes eu ia todo fim de semana, depois, cheguei a deixar de ir por dois meses). Deixei de passear com minha sobrinha e até as cachorras engordaram porque me falta tempo para sair com elas”.

Também foram comentadas as pressões sentidas pela ausência de vida social, devido à escassez de tempo, e na condição financeira, devido ao fato de muitos terem deixado de trabalhar para se dedicar ao curso. Mas, estas não apresentaram presença suficiente para tratarmos como uma categoria de análise. Com isto, a quinta e última categoria de análise é a questão da significação, que nos pareceu ser a grande responsável pela resiliência desenvolvida.

- ♦ **Significação da conclusão do curso *stricto sensu*:** aqui transcrevemos trechos das narrativas que surgiram ao questionarmos qual a razão deles suportarem tantas pressões, uma vez que todos os voluntários respondentes afirmavam **não** desejar abandonar ou desistir do curso em andamento. Para muitos a questão mais relevante para isto foi o fato de “ter uma meta clara”, ou ainda que apesar das dificuldades parecerem maiores do que as esperadas inicialmente eles afirmaram frases como: “fiz uma escolha consciente”. Também se destaca o fato de que a escolha pelo curso representar uma mudança de vida ou a opção por uma carreira mais alinhada aos seus valores pessoais.

Relato 11: “Por não aceitar desistir (talvez por medo do que uma desistência tão importante poderia resultar psicológica e socialmente)”.

Relato 12: “Concluir o mestrado para mim sempre foi um sonho de vida e carreira, e significa o primeiro passo para a concretização de um sonho maior, acalantado desde a adolescência, de me tornar doutora e atuar como pesquisadora e docente. Esta nova carreira responde de modo mais completo aos meus anseios de realização

profissional e está mais alinhada aos meus valores. Portanto, mesmo com muitas pressões e estresse, nem penso em desistir”.

4.3 A ESCALA DOS PILARES DA RESILIÊNCIA

Apesar de tratar de um assunto relativamente novo como área de estudos científicos, os estudos sobre a resiliência humana têm sido alvo de interesse crescente no campo da Psicologia da Saúde, pois possui um relevante potencial na prevenção e promoção da saúde em tempos onde as exigências e pressões da vida cotidiana são cada dia maiores. O instrumento Escala dos Pilares da Resiliência (EPR), utilizado nesta pesquisa, foi fruto de uma dissertação de mestrado apresentado em 2013 na Universidade Metodista de São Paulo, em São Bernardo do Campo, na Faculdade de Saúde (Cardoso, 2013).

Este instrumento objetiva avaliar onze atributos pessoais da resiliência humana. Como “pilares” entendem-se as características internas pessoais que servem de suporte as condutas resilientes em situações de adversidades ou grande pressão. Os atributos avaliados são: Aceitação Positiva da Mudança (APM), Autoconfiança (AC), Auto eficácia (AE), Bom Humor (BH), Controle Emocional (CE), Empatia (E), Independência (I), Orientação Positiva para o Futuro (OPF), Reflexão (R), Sociabilidade (S) e Valores Positivos (VP). Tais atributos são medidos nos níveis: muito baixo, baixo, médio, alto e muito alto. Neste estudo os resultados de tal diagnóstico foram triangulados com os dados qualitativos a fim de se ampliar o entendimento de como se dá a resiliência no contexto investigado.

As análises mostraram que parece haver alguma relação entre alguns atributos encontrados no diagnóstico EPR e a pressão percebida pelas pessoas, mas não foram encontradas evidências que indicassem haver características prévias que envolvam o desenvolvimento da resiliência de maneira determinante.

As relações encontradas estão relacionadas ao atributo Controle Emocional (CE) e a pressão física e emocional percebida. Pessoas com índices maiores de Controle Emocional (CE), conforme a EPR, afirmaram perceber menor nível de pressão física e emocional, e o inverso também se verificou. Já os atributos Orientação Positiva para o Futuro (OPF) e Aceitação Positiva da Mudança (APM) mostraram relação diretamente

proporcional com o nível de pressão percebido na dimensão vida social e vida familiar. Por fim, o atributo Bom Humor (BH) mostrou influencia diretamente proporcional em todas as dimensões, porém de modo mais discreto que os demais atributos citados.

Todos os outros atributos da EPR não apresentaram relação clara com os níveis de pressão narrados pelos estudantes. Estes resultados induzem a concluir que parece haver maior facilidade para algumas pessoas na construção da resiliência.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados dos dados analisados sinalizam possíveis relações entre os atributos internos e as características externas da resiliência, na capacidade de superação de pressões do ambiente acadêmico. Porém, apesar de os atributos internos e as características externas parecerem dialogar na constituição da resiliência destes estudantes, não é conclusiva a visão de que alguns indivíduos podem ser mais ou menos resilientes que outros baseados apenas em sua condição prévia.

Por outro lado, os dados empíricos permitem considerar a subjetividade dos sujeitos como fator determinante no enfrentamento da adversidade. A análise do conteúdo das entrevistas sugere que a questão da resiliência humana em estudantes de cursos de *stricto sensu* se constitui de forma singular e é suportada pelo sentido atribuído individualmente ao diploma a ser conquistado, que pode proporcionar uma nova carreira mais alinhada aos seus valores pessoais, conforme declararam.

Esta perspectiva nos sugere que, mesmo em contextos de alta pressão percebida, os indivíduos são capazes de encontrar meios de suportar tais pressões e até mesmo possíveis descompensações psicossomáticas e mentais (Dejours & Abdoucheli, 1994) desde que haja alguma significação pessoal para o cumprimento da tarefa ou do trabalho. Mais que isto, uma vez que haja tal sentido atribuído ao trabalho realizado, os indivíduos mostram-se aptos a transformar o sofrimento em sofrimento criativo.

Para futuras pesquisas sugere-se a replicação deste estudo para o corpo docente, cada vez mais exposto a altas demandas por publicação. Em ambos os casos, tanto para o corpo discente, quanto para o corpo docente dos programas de pós-gra-

duação, este tipo de investigação pode contribuir para o desenvolvimento de políticas mais flexíveis na organização do trabalho e dos processos da comunidade acadêmica a fim de permitirem melhor ajustamento dos sujeitos nestes ambientes. Tornando, não apenas mais produtivos os processos, mas acima de tudo mais humanos os universos institucional e organizacional.

REFERÊNCIAS

- Bardin, L. (2009). *Análise de Conteúdo*. Lisboa, Portugal; Edições 70, LDA.
- Barlach, L. (2005). *O que é resiliência humana? Uma contribuição para a construção do conceito*. 108 p. Dissertação (Mestrado). Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo.
- Barlach, L., Limongi-França, A. C., & Malvezzi, S. (2008). *O conceito de resiliência Aplicado ao Trabalho nas Organizações*. Vol. 42, Num. 1 pp. 101-112. Revista Interamericana de Psicologia/ Interamerican Journal of Psychology, Universidade de São Paulo.
- Berger, P., & Luckmann, T. (2003). *A Construção Social da Realidade: tratado de sociologia do conhecimento*, trad. Floriano Fernandes, Rio de Janeiro, editora Vozes.
- Cardoso, T. (2013). *Construção e Validação de uma Escala dos Atributos Pessoais da Resiliência*. Dissertação de Mestrado. Universidade Metodista de São Paulo.
- Cardoso, T., & Martins, M.C.F. (2013). Escala dos Pilares da Resiliência (ERP). São Paulo: Vetor.
- Coutu, D. L. (2002). *How resilience works*. Harvard Business Review, May, 46-54.
- Creswell, J. W. (2007). *Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto*; tradução Luciana de Oliveira da Rocha. - 2. ed. - Porto Alegre: Artmed.
- Denzin, N. K. & Lincoln, Y. S. (2005). *Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks: Sage.
- Dejours, C.; & Abdoucheli, E. (1994) *Itinerário teórico em psicopatologia do trabalho*. In Abdoucheli, E.; & Jayet, C. (Eds.), *Psicodinâmica do trabalho: contribuições da escola dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho* (pp. 119- 142). São Paulo, Brasil: Atlas.
- Enriquez, E., (2000). Vida psíquica e organização. In: *Vida Psíquica e Organização* (P. Motta & M. E. Freitas, org.), pp. 11-22, São Paulo: Editora Fundação Getúlio Vargas.

- Fineman, S. (2001). *A emoção e o processo de organizar*. In: Clegg, S. R. et al. *Handbook de Estudos Organizacionais*. Vol 2. Cap. 9. P157-189. São Paulo: Atlas.
- Frankl, V. E. (1997) *Em busca do sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis, Brasil: Vozes.
- Frankl, V. E. (1990) *Psicoterapia para todos* (A. Allgayer, trad.). Petrópolis, RJ: Vozes.
- Frankl, V. E. (1988) *The will to meaning*. New York: Meridian Books.
- Freitas, M. E. (1999). *Cultura organizacional: identidade, sedução e carisma*. Rio de Janeiro: FGV.
- Freitas, M. E. (2002). *A questão do imaginário e a fronteira entre a cultura organizacional e a psicanálise*. In: Motta, F.C. P. & Freitas, M. E. *Vida psíquica e organização*. Cap. 3. P.41-74. Rio de Janeiro: FGV.
- Giddens, A. (2002). *Modernidade e identidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor.
- Gil, A. C. (2007). *Como elaborar projetos de pesquisa*. 4. ed. São Paulo: Atlas.
- Godoi, C. K.; Bandeira-de-Melo, R., & Silva, A. B. (2006). (Orgs.), *Pesquisa qualitativa em estudos organizacionais: paradigmas, estratégias e métodos*. São Paulo: Saraiva.
- Grotberg, E. (1995). *Fortaleciendo el espíritu humano* (trad. Néstor Suárez Ojeda) La Haya, Fundación Bernard van Leer.
- Grotberg, E. (2003). *Resilience for Today: Gaining Strength from Adversity*. Praeger Publishers.
- Neuman, W. L. (1999). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. 2. ed. Nedham Heights, USA: University of Wisconsin.
- Oliveira, M. A. de; Reis, V. L. dos; Zanelato, L.S.; & Neme, C.M.B. (2008). *Resiliência: Análise das Publicações no Período de 2000 a 2006*. 28 (4), 754-76, *Psicologia Ciência e Profissão*.
- Silveira, D. R.; & Mahfoud, M. (2008). *Contribuições de Viktor Emil Frankl ao conceito de resiliência*. Páginas:567-576. Outubro/ dezembro. *Revista de Estudos de Psicologia*. Campinas/SP.
- Stake, R. E. (2009). *A Arte da Investigação com Estudos de Caso*. Tradução: Ana Maria Chaves, 2ª ed. Lisboa: Fundação Galouste Gulbenkian.
- Triviños, A. N. S. (1987). *Introdução à pesquisa em Ciências Sociais: a pesquisa qualitativa em educação*. São Paulo: Atlas.

The Human Resilience in the Academic Environment of Stricto Sensu Courses

ABSTRACT

This study came from the interest to understand how to address the issue of resilience of *stricto sensu* postgraduate in academic environment in which individuals are faced with demands of high dedication and effort that requires forming a new embodiment of activities. As a research strategy, it was used the comparative case study by empirical method of collecting qualitative with cross-temporal court. Were selected two ancient and renowned institutions of higher education in Southern Brazil, one public and another private, in which eight students were interviewed in strict sense courses Business Administration area. Data from the interviews were matched with participant observation and results of a psychological diagnosis instrument of internal pillars of resilience. The analysis showed that there seems to be some relationship between the individual internal aspects and the external conditions faced. People who have greater extent of intrinsic attributes of resilience were more prepared to deal with external pressures. However, the question of personal meaning of completion of the strict sensu course emerged as a major source of resilience for these people. This research showed the enormous complexity of the issue and how broad the spectrum of characteristics that determine individual resilience.

Keywords: human resilience, meaning, academia, *stricto sensu* postgraduate degree.

Endereço para contato:

Mariane Lemos Lourenço
Universidade Federal do Paraná (UFPR)
Av. Lothario Meissner, 632 – 2. andar - Jardim Botânico
CEP 80210-170 – Curitiba, PR, Brasil.

Recebido em 05/11/2015

Aprovado em 16/05/2016

Sistema de Avaliação: Double Blind Review

Editor-chefe: Claudionor Guedes Laimer