



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

LUCINEIDE ALVES VIEIRA BRAGA

*Terapia Comunitária e Resiliência:
histórias de mulheres*

João Pessoa – PB

2009

Livros Grátis

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.



LUCINEIDE ALVES VIEIRA BRAGA

Terapia Comunitária e Resiliência: histórias de mulheres

Dissertação de mestrado apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba, na área de concentração Enfermagem na Atenção à Saúde, como requisito parcial para obtenção do grau de mestre.

Linha de Pesquisa: Políticas e Práticas em Saúde e Enfermagem

Orientadora: PROF^a. DRA. MARIA DJAIR DIAS

João Pessoa

2009

LUCINEIDE ALVES VIEIRA BRAGA


Terapia Comunitária e Resiliência: histórias de mulheres

Data de aprovação: 14 / 12 / 2009

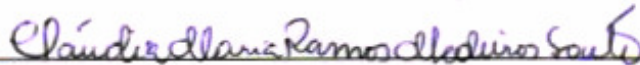
BANCA EXAMINADORA



Profª Drª Maria Djair Dias – Orientadora
(Universidade Federal da Paraíba)



Profª Drª Adalberto de Paula Barreto - Examinadora
(Universidade Federal do Ceará)



Profª Drª Claudia Maria Ramos Medeiros Souto – Examinadora
(Universidade Federal da Paraíba)



Profª Drª Maria de Oliveira Ferreira Filha – Examinadora
(Universidade Federal da Paraíba)

Dedicatória

A meus pais, Jório e Lourdes, razão de meu existir, por estarem sempre presentes em todos os momentos de minha vida, apoiando e incentivando a vencer as dificuldades, com seus exemplos de vida, sabedoria e ensinamentos.

A Bruno, meu marido, companheiro e eterno amor, pela paciência e prova de carinho e dedicação quando compreendia meu mau humor, minhas ausências. Muito obrigada pelo zelo e incentivo a continuar indo atrás de meus sonhos.

A Dr^a Djair, minha mais que orientadora, uma amiga, comadre, que me presenteou não só com suas orientações e exemplo de vida mais com um lindo e amado afilhado Artur.

A meus irmãos, Luciane, Lilianne, Júnior, Lygia e Luciano, por acreditarem em mim e me incentivarem a ir em frente valorizando o valor de família.

Aos meus sobrinhos, Rafael, Pablo, Felipe, Gabriel, Luiza e Artur, por entenderem quando titia não podia estar junta de vocês se divertindo e trazendo algum novo conhecimento.

As mulheres, grandes resilientes, colaboradoras dessa pesquisa, que compartilharam comigo suas histórias de vida.

Amo muito vocês!

Agradecimentos especiais

*A **Deus**, meu porto-seguro, que sempre me guiou e me colocou nos braços nos momentos mais difíceis onde pensava que não iria conseguir vencer as adversidades da vida. Fonte de minha característica resiliente;*

*A **Bruno**, meu marido, companheiro e amigo amado que teve tanta paciência, me apoiando nessa longa caminhada, obrigada por tudo;*

*A **meus pais**, Jório e Lourdes por me darem a felicidade de ser sua filha e pelos ensinamentos a ser honesta e verdadeira, buscando respeitar os outros e não querer subir na vida em detrimento dos outros;*

*A **Profª Drª Maria Djair Dias**, minha orientadora, amiga, irmã de todas as horas, que me ensinou e repassou seu vasto conhecimento, tendo paciência e dedicação na construção desse trabalho;*

*As **colaboradoras**, Conceição (Ceixa), Mariza, Sueli, Dalva, Quitéria, Maria Aparecida (Cida) Eunice, pelo carinho, amizade e compreensão em fazerem parte desse estudo;*

*Aos **Professores**, Dr. Adalberto de Paula Barreto, Drª Cláudia Mª Ramos Medeiros e Drª Maria de Oliveira Ferreira Filha, por fazerem parte da banca examinadora e por suas contribuições na construção desse trabalho;*

*A **coordenação** do Mestrado, na pessoa da Profª Drª Antonia Silva pela oportunidade e apoio ao longo dessa caminhada e incentivo para publicar;*

*Aos **professores do mestrado**, em especial as amigas Drª Maria Filha e Drª Lenilde, por terem representado para mim o verdadeiro sentido de ser mestre, pelo apoio nessa caminhada;*

*As **amigas de turma**, em especial a Lucídia, Flavinha e Meryele pela força, amizade, pelos momentos agradáveis e partilha nos momentos difíceis;*

*As **estudantes da UFPB**, Fabiana, Mayra e em especial Marina por me apoiarem nessa caminhada, aguentando meus desabafos e auxiliando onde podiam para realização desse sonho;*

*Ao **UNIPÊ**, na pessoa da coordenadora do curso de enfermagem prof^a Karla Fernandes, por entender quando não podia me dedicar mais a instituição e pelo apoio nessa caminhada;*

*A **FCM**, na pessoa da Coordenadora prof^a Lourdes Farias, pelo apoio e incentivo a lutar pelos meus objetivos e aceitar meus momentos de ausência. **Lurdinha** não poderia deixar de dizer minha grande amiga/irmã de longas datas;*

*As **Professoras da UFPB**, na pessoa de Ana Maria, pelo incentivo e auxílio na discussão do material empírico e as Prof^{as} Edilene e Waglânia, pelo apoio no estagio docência;*

*Ao **corpo de apoio do mestrado**, D. Luzinete e D. Maria, Raquel e Sr. Ivan, pelo carinho que sempre me atenderam;*

*Ao **amigo** e incentivador, João Mendes, mesmo distante sempre me dando força e incentivando para permanecer firme e seguir em frente para realizar meu sonho de ser mestre;*

*As **amigas**, Cláudia, Estelizabeth e Celinha, pelo incentivo para que me dedicasse e fosse atrás de realizar meu sonho de ser mestre;*

*A **Sandra Marrocos** e equipe, por me acolherem no gabinete, apoiarem nessa caminhada, entenderem minhas ausências nas reuniões do coletivo e nas atividades na fase final da construção de dissertação;*

*A **amiga Déa Limeira**, por me apresentar a Comunidade do Parque do Sol, onde hoje me sinto uma moradora;*

*Aos **meus sobrinhos de coração**, Daniele, Juninho, Juliana e Mariana, em especial a **Mama** (minha afilhada), por compreenderem quando não pude dar a atenção que eles sempre mereceram;*

*Aos **meus cunhados e cunhadas**, Napoleão, Zana, Aninha, Humberto, Carlinho e Luciana e a futura cunhada Gilane, por entenderem quando não podia atender aos chamados e comparecer as comemorações familiares e em especial **Ricardo**, pelo apoio e ajuda na elaboração da apresentação final;*

*Aos **estudantes da FCM e UNIPÊ** por estarem presente na minha caminhada como docente;*

*A Professora **Rejane**, pela correção ortográfica desse trabalho;*

*A **todas as pessoas** que direta ou indiretamente contribuíram para elaboração desse trabalho;*

Meu muito obrigada!



“O bom uso do sofrimento é começar a descobrir nele um sentido para si mesmo, identificar suas raízes escondidas e, depois, combatê-lo através de um trabalho interior que dissipa tudo o que existe de ilusão nele. Mas, quando ele se nos impõe apesar de tudo, o bom uso é, então, utilizá-lo enquanto instrumento de sua própria transformação.”

Bernard Besret

BRAGA, L. A. V. **Terapia Comunitária e Resiliência: histórias de mulheres**. 2009. 129 p. Dissertação (Mestrado) – Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa.

RESUMO

Muitas de nós, mulheres, resistimos firmes, apesar de muitos sofrimentos ao longo da vida. É essa superação que denominamos de resiliência, ou seja, a capacidade humana de enfrentar situações difíceis e sair delas, fortalecendo-se e transformando a realidade em que se vive. Através deste estudo, objetivamos conhecer as experiências resilientes das mulheres que frequentam as rodas de Terapia Comunitária Integrativa Sistêmica (TC), identificar as fontes de forças que elas utilizam no enfrentamento de situações de sofrimento e as principais características resilientes utilizadas pelas mulheres usuárias das rodas de TC. Para atender aos objetivos propostos, empregamos o método da história oral temática, fazendo uso da técnica de entrevistas para a produção do material empírico. O estudo foi desenvolvido na Comunidade do Parque do Sol, no Vale do Gramame, na cidade de João Pessoa/PB, com sete colaboradoras que participam das rodas de TC que acontecem na Associação de Moradores da área há cerca de dois anos. Foram escolhidas as mulheres por serem as que mais participavam das rodas de terapia desenvolvidas na comunidade e por ser esse grupo que, ao longo da existência, sempre foi colocado em situações de desigualdade, de subordinação, de desvalorização e de exclusão. Apesar dessa situação, são elas que lutam pela melhoria de condições de vida da família e pela busca de infraestrutura para a comunidade. Ao analisar o material empírico, construímos três eixos temáticos advindos da resposta das inquietações trazidas neste estudo: a TC como espaço de partilha e despertar da resiliência, os recursos do imaginário no processo resiliente e a Resiliência: a força construída com a vida. Identificamos que a capacidade de resiliência das colaboradoras advém da capacidade de superar os sofrimentos vivenciados na infância e ao longo da vida, pois essas dificuldades não impediram que lutassem, vencessem e não permanecessem apenas como vítimas. Suas forças para superar os desafios do dia a dia surgem de histórias de sofrimento na infância, herança de suas raízes familiares e das dificuldades vivenciadas. A TC emergiu como uma fonte de despertar da capacidade de resiliência, pois foi através da participação nas rodas de terapia que essas mulheres perceberam que são capazes de enfrentar os desafios que a vida lhes impõe. Importante ressaltar outras características apontadas, como a perseverança e a força interior, advindas do imaginário. As principais características resilientes que surgiram no estudo foram a fé em si mesmas, não como um aprisionamento, mas uma estratégia de superação dos sofrimentos e incentivo à luta por melhores condições de vida, a TC, como um fio que tece a formação e os fortalecimentos de uma rede de apoio. Este trabalho também contribuiu para que as colaboradoras descobrissem que têm uma história de vida bonita, marcada por muitas estratégias de superação das adversidades que enfrentam em seu cotidiano. Essas histórias nos 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 realizadas no campo da saúde comunitária, da saúde mental e no campo da enfermagem, contribuindo para reflexões sobre o ensino, a pesquisa e a extensão.

Palavras-chave: Resiliência. Fé. Espiritualidade. Força. Mulheres. Terapia Comunitária.

BRAGA, L. A. V. **Community Therapy, Resilience: histories of women.** 2009. 130p. Dissertation (Masters Degree) – Health Sciences Center, Federal university of the Paraíba, João Pessoa.

ABSTRACT

Many of us, women, remain strong, regarding the suffering during our long life. This is overcoming is named resilience, that means, the human capacity to face hard situations and come out them, making us stronger and changing the reality where we live. Through this study, our goal is to know the resilience experience of woman who attend the Communitarian Integrative Systemic Therapy (TC), identify the strength sources that they use to face pain situations where the main resilience characteristics used by woman users of TC circles. To reach our goals, we use the oral thematic history method, using the technique in interviews on the productions of empirical material. The study was developed at the Parque do Sol Community, on Gramame Valley, João Pessoa City PB, with seven partners who participate in all TC circles that happens at the Neighborhood Association of the area since about two years. Women were chosen for being the ones who most participate on the therapy circles developed at the community and for be these group, during it's existence, were always put on inequality, subordination, devaluation and exclusion. Despite the situation, they are the ones who fights for better family life condition and for the search of community infrastructure. As we analyze the empirical material, we built three thematic branches arising from the answer of concerns brought on this study: Resilience: the strength made with life, and resources of the imaginary on the process resilient and the TC as a sharing place and resilience consciousness. We identify that the capacity of resilience from partners come from their overcoming suffering during childhood or during the life, these difficulties didn't stopped then to fight, win and not only remain as victims. Their strength to overcome the daily challenge appear on child suffering history, heritage from their family roots and liven difficulties. The TC rise as a source to awake the resilience capacity, because it was thru the participation on therapy circles, that this women realize they are capable to face the life challenges. It is important to highlight the characteristics appointed, as the perseverance and internal strength, originated on the imaginary. The main resilient characteristics came on the study are faith on itself, not as a imprisonment, but as a strategy to overcome suffering and instigate the fight for better life conditions, the TC, as a string sewing the formation and the strengthening the support network. This work also help to collaborators learn that there is a beautiful life history, marked with many strategies to overcome adversities on daily life. This stories help us to see that we are capable to overcome pain with the use of resilience, concept that is significant to resize the health researches, public health, mental health, and in nursing, contributing to teaching reflections, research and extension.

Key words : Resilience, Faith, Spirituality. Women Strength. Community Therapy.

LISTA DE FOTOGRAFIAS

Conceição (Ceixa)	58
Mariza	61
Sueli	65
Eunice	69
Quitéria	73
Dalva	78
Maria Aparecida (Cida)	81

SUMÁRIO

LISTA DE FOTOGRAFIAS

RESUMO

ABSTRACT

1 INTRODUÇÃO	13
1.1 Considerações iniciais	14
1.2 Aproximação com o objeto de estudo	17
1.3 Objetivos	21
2 REFERÊNCIAL TEÓRICO	22
2.1 Terapia Comunitária: Conceitos, pressupostos teóricos e método	23
2.1.1 Conceitos	23
2.1.2 Pressupostos Teóricos	24
2.1.3 Método	33
2.2 Resiliência: buscando entender	36
2.3 Um passeio pelas histórias das políticas de Saúde da Mulher	42
3 CAMINHO METODOLÓGICO	46
4 CONHECENDO AS EXPERIÊNCIAS	55
5 DISCUTINDO AS HISTÓRIAS	81
5.1 Terapia Comunitária: espaço de partilha e despertar da resiliência	82
5.2 Os recursos do imaginário no processo resiliente	90
5.3 Resiliência: a força construída com a vida	102
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	109
REFERÊNCIAS	114
APÊNDICE	
Apêndice A : Termo de consentimento livre e esclarecido.....	
Apêndice B: Carta de cessão	
Apêndice C: instrumento par coleta do material empírico	
ANEXOS	



1 INTRODUÇÃO

1.1 Considerações iniciais

No processo histórico da humanidade, as mulheres sempre foram colocadas em situação de desigualdade, subordinação, desvalorização e exclusão. Isso advém de uma ideologia religiosa e católica, quando a Bíblia descreve que “Deus criou a mulher para ser a companheira do homem, mostrando que ela foi originada de parte de seu corpo e responsabilizada pelo pecado da carne, depois de experimentar a maçã do paraíso, fruto considerado proibido”.

Uma das consequências do pecado original foi a construção psicocultural da culpa feminina e da sexualidade como algo imoral, bem como o conceito da inferioridade da mulher, juntamente com sua incapacidade de ser sujeito de sua própria história. Isso está presente em muitas literaturas, onde a mulher é retratada pela sua sensualidade - “mulher objeto” (RABELO; CALDAS, 2006), como nas obras de Jorge Amado – “Gabriela, cravo e canela” e “Dona Flor e seus dois maridos, em que as mulheres eram cozinheiras e viviam para satisfazer ao homem.

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

No Brasil, desde a colonização, são as mulheres que mais se deparam com as adversidades, com o processo de exclusão e com as desigualdades. Assim, falar sobre elas é assumir a postura incômoda de se indignar com o “fenômeno histórico em que metade da humanidade se viu milenarmente excluída nas diferentes sociedades, no decorrer dos tempos” (TELES, 1999, p.9), mas também acreditar que essa condição eternizada por longo período deva ser transformada, através de movimentos que busquem melhorias e igualdade de gênero entre homens e mulheres.

O Brasil é um país marcado por distintas realidades que envolvem desigualdades e exclusão social, influenciado, entre outras questões, pela má distribuição de renda. As

desigualdades sociais, econômicas e culturais são determinantes do processo de saúde/doença da população. A exposição do ser humano a baixas condições de vida torna-o mais vulnerável, o que diminui seu tempo de vida. No entanto, elas podem ser transformadas através do exercício de resiliência no seu dia a dia.

Muito se tem dito que no Brasil não existe mais racismo, preconceito ou discriminação, mas vimos crescer, ao longo do século, o alargamento das diferenças sociais e econômicas, fato explicado pela colonização, em que se perpetua a discriminação na história do país.

A sociedade atual contribui para que o preconceito seja voltado aos negros. Isso advém do processo de colonização, em que os índios viram ser arrancados de suas mãos o poder sobre a terra e como não se subjugaram nem se adaptaram ao trabalho imposto, foram substituídos pelos negros escravos africanos, arrebatados de sua pátria e trazidos para um continente desconhecido, onde também não lhes foi garantida nenhuma vantagem.

Mesmo com a abolição, os negros não se libertaram e muito se tem intensificado o preconceito, gerador do conflito pessoal, por meio do qual a raça denominada de branca fala sobre o passado dos índios ou negros, devido à escravidão, o que confirma a discriminação em relação a esses grupos étnicos. O preconceito é um comportamento individual, que resulta em consequências graves, visto que, por se acharem melhores que os demais, as pessoas desmerecem as outras. Essa atitude desencadeia conflitos e é uma forma de exclusão.

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, principalmente, em função de classe, sexo, raça, etnia e religião. Esses fatores podem estar agrupados ou isolados, mas Santos (1999) aponta o Estado como sendo o grande gestor das desigualdades e das exclusões sociais.

A cultura nordestina reforça as condições de submissão da mulher, sobretudo, ao homem. A elas são atribuídas as tarefas de cuidar dos filhos e da casa e é comum serem penalizadas quando não cumprem essas tarefas. Esse fato vem mudando com sua entrada no mercado de trabalho, a luta pela igualdade e o enfrentamento das desigualdades de gênero construídas em distintos espaços.

É notável saber que, para superar as dificuldades vivenciadas no cotidiano, o ser humano, além de apoio individual, necessita de políticas públicas que contribuam com ações nos campos individual e coletivo, para garantir a inclusão dos mais necessitados.

A saúde da mulher foi incorporada às Políticas Nacionais de Saúde, em atendimento às reivindicações do movimento de mulheres desde a década de 1970. Nesse período, foram limitadas as demandas relativas à gravidez e ao parto. Para isso, foram criados programas na área materno-infantil, por se considerar que a gestante e a criança eram os grupos de maior risco e de vulnerabilidade, o que reduziu as necessidades de saúde da mulher ao seu ciclo gravídico-puerperal, e ela ficou sem acesso a outros benefícios (BRASIL, 2004).

Em 1984, o Ministério da Saúde elaborou o Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher - PAISM, cujo principal objetivo era assistir a mulher em sua totalidade, em todas as fases da vida, respeitando as necessidades e as características de cada uma delas. O programa incluía ações educativas, preventivas, de diagnóstico, tratamento e recuperação, englobando a assistência à mulher em clínica ginecológica, pré-natal, parto e puerpério, no climatério, em planejamento familiar, DSTs, câncer de colo de útero e de mama, além de outras necessidades identificadas a partir do perfil populacional das mulheres (BRASIL, 2004).

A necessidade de minimizar danos leva a pensar em estratégias que proporcionem ao cidadão a melhoria de sua qualidade de vida, pois sabemos que os problemas do cotidiano provocam confrontos com as adversidades com as quais temos de conviver. É em busca de vencer essas adversidades que os movimentos organizacionais se uniram e passaram a lutar para transformar as condições de vida, influenciando no surgimento de políticas públicas que suprissem ou minimizassem as diferenças.

A luta pela igualdade, o enfrentamento das desigualdades de gênero faz parte da história do Brasil e das histórias das políticas de saúde brasileira. Dessas lutas por melhores condições de vida, de trabalho e de saúde, resultou o Sistema Único de Saúde - SUS.

O SUS emergiu das mobilizações populares e da luta do movimento sanitário, trazendo o desafio de diminuir as injustiças sociais, garantir o acesso à saúde, com base

nos princípios da equidade, da universalidade e da integralidade, tendo o controle social como estratégia para o cumprimento das políticas, minimizando os diferentes paradigmas de saúde em nosso país.

Nos dias atuais, esse sistema representa um processo social em construção, composto por diversos atores sociais que anseiam por uma saúde de qualidade, que seja pensada para conceber o cidadão como um copartícipe dessa construção. Apesar dos avanços, nestes últimos anos, com a implantação e a implementação de algumas políticas públicas voltadas para a melhoria das condições de vida da população, há, ainda, um longo caminho a percorrer para a efetivação do SUS, com cuja implantação foi realizada diversas reformulações políticas e organizacionais para o ordenamento dos serviços e das ações de saúde e a reestruturação de alguns programas já existentes, com destaque para o Programa de Ações Integradas à Saúde da Mulher e da Criança – PAISMC.

Através dessa reestruturação e dos movimentos de luta das mulheres, em especial, das feministas, resultou a criação do Plano Nacional de Políticas para as Mulheres – PNPM, iniciado a partir do Decreto Presidencial de 15 de julho de 2004, tendo como um de seus pressupostos o enfrentamento das desigualdades de gênero e de raça no país, que culminou com a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher – PNAISM (BRASIL, 2004). O principal objetivo dessa política é promover a melhoria das condições de vida e de saúde das mulheres brasileiras, com a garantia de direitos legalmente constituídos e a ampliação do acesso aos meios e aos serviços de promoção e recuperação da saúde em todo o território brasileiro (BRASIL, 2004 p. 67).

1.2 Aproximação com o objeto de estudo

Ao longo de minha trajetória pessoal, profissional e, sobretudo, como trabalhadora da Estratégia de Saúde da Família e de outros distintos espaços, observei mulheres enfrentarem situações cotidianas de dor, sofrimento e adversidade e serem capazes de

encontrar maneiras singulares de lidar com essas situações. Essas experiências levaram-me a refletir sobre as fontes dessa “força” explícita nos modos de enfrentamento utilizados por essas mulheres.

Ao participar do Curso Cuidando do Cuidador, no ano de 2006, tive a oportunidade de refletir e de questionar sobre os processos de sofrimento e de superação com os quais lidamos durante as etapas da vida. Isso despertou em mim o interesse em fazer a formação em Terapia Comunitária no ano de 2007. Através dessa formação e da vivência na Terapia Comunitária, aproximei-me da temática da resiliência, por entendê-la como um processo que os seres humanos empregam para superar as dificuldades da vida.

A Terapia Comunitária Integrativa Sistêmica - TC, como espaço de inclusão, pode ser utilizada como uma ferramenta para se trabalharem as desigualdades sociais e de gênero. Foi criada pelo Prof. Dr. Adalberto de Paula Barreto, psiquiatra, antropólogo e teólogo, professor do Departamento de Saúde Comunitária da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Ceará, e vem sendo desenvolvida, há aproximadamente, 21 anos, na comunidade do Pirambu, onde se realiza um trabalho de apoio a indivíduos e a famílias que vivem situações de sofrimento psíquico (BARRETO, 2008).

A TC é considerada como uma estratégia de espaço comunitário, onde se procuram partilhar experiências de vida e de sabedoria de maneira horizontal e circular. Visa resgatar os valores culturais de um grupo social e dos vínculos interpessoais e sociais, potencializando a autonomia do indivíduo; valoriza a dinâmica familiar, desenvolve o empoderamento das pessoas e das comunidades, que passam a ser corresponsáveis pela superação dos seus problemas e se tornam capazes de se transformar (BARRETO, 2005).

Como parte de meu processo de formação como terapeuta comunitária, formei um grupo, entre outros, de pessoas na comunidade do Parque do Sol, bairro de Gramame, aonde ia, quinzenalmente, realizar rodas de TC. Essa formação me proporcionou a oportunidade de conhecer histórias de pessoas que enfrentam as adversidades que o dia a dia lhes impõe, sobretudo às mulheres, que, através da utilização de sua força, encontram a saída no final do túnel. Isso me leva a um processo de reflexão e de encontro comigo mesma. O bairro, apesar de apresentar características singulares, como falta de planejamento urbano, teve, em seu início de habitação, a presença de pessoas que

objetivavam não só ocupar um espaço físico para residir, mas também transformar essa área, com aparência de zona rural e área de desmatamento, em um lugar acolhedor. Por um período de 13 anos, foi acontecendo a aproximação entre os moradores, que passaram a se conhecer, gestando a forma de organização do bairro. A localidade preserva, até a atualidade, os primeiros moradores, principalmente as mulheres, que se destacaram e vêm ocupando espaços nas lutas por melhores condições de vida para os habitantes da comunidade.

Nesse contexto, e com uma situação nova de adversidade vivenciada em minha vida profissional, surgiu o interesse em realizar este estudo, pois essa temática – a resiliência – levou-me ao confronto com minha própria história de vida. Na minha família, tenho convivido com histórias de mulheres resilientes, uma delas é minha própria mãe, uma mulher forte, que sofreu muito. Casou-se cedo, assumiu o papel de mulher do lar e, só depois, transformou-se em uma mulher independente, que partiu para trabalhar no comércio. Mesmo sendo na loja de meu pai, foi assim que conseguiu nos mostrar que tínhamos de correr atrás de nossos objetivos, lutar para não sermos renegadas a ser apenas do lar, mas voar alto, em busca de uma profissão e da independência financeira.

Tive a oportunidade de encontrar, nas mulheres participantes das rodas de terapia da comunidade, histórias relevantes de superação de sofrimentos vivenciados no cotidiano, que podem ser consideradas “pérolas”, exemplos, e merecem ser reveladas. Assim, quis conhecer a história de resiliência dessas mulheres.

Os relatos e as estratégias de superação narrados nas rodas de TC – que eu havia perdido e entrado em um processo de acomodação e vitimização, em momento adverso vivenciado em minha vida profissional – induziram-me a valorizar a opinião do outro e enxergar que minha história de vida era marcada por lutas e superações de adversidades bem maiores. Voltei a encontrar dentro de mim a mulher e profissional resiliente que estava adormecida, mas capaz de transpor os problemas e “dar a volta por cima”, como escutava nas histórias de vida narradas pelas mulheres que participavam da TC e superavam e viviam superando, cotidianamente, problemas que, em vez de imobilizá-las, davam-lhes forças para renascer das cinzas.

É importante destacar que, ao cuidar do outro, estou cuidando de mim, e, como diz o ditado, “a ostra que não foi ferida, não produz pérola”.

Portanto, entendi que estudar a resiliência seria uma maneira de contribuir para que outras mulheres pudessem se sentir motivadas a enxergar, dentro de si mesmas, a capacidade que tinham e de induzir as colaboradoras deste estudo a perceberem como suas histórias de vida eram bonitas e quão grande mulheres são.

A resiliência foi um termo trazido e utilizado, primeiramente, pela Física, e significa a capacidade de um material voltar ao seu estado normal, depois de ter sofrido uma pressão. As ciências humanas utilizam esse termo para qualificar a capacidade de um indivíduo ter uma conduta sã, num ambiente insano, ou seja, a capacidade de sobrepor-se e construir-se, positivamente, frente às adversidades (CARMELLO, 2006).

A temática resiliência foi trazida por ser um termo com pouco tempo de estudo e um dos mais desenvolvidos em crianças e adolescentes e pelo fato de a literatura registrar poucas referências a estudos realizados com adultos e mulheres, o que aponta sua relevância e contribuição para auxiliar no planejamento e no delineamento das políticas de saúde, sobretudo na enfermagem, que tem seu campo maior de atuação no cuidar.

Durante as rodas de terapia, observamos nos participantes muitos atributos resilientes, como por exemplo: alta capacidade de resistência; facilidade de construção coletiva; grande capacidade de amar, de crescer profissionalmente e de estabelecer trocas com o mundo. Deduzi, portanto, que as relações de troca, de experiências vividas entre os participantes estimulam esses atributos, levando-os a ressignificar seu sofrimento.

A TC é um espaço que favorece a fala, a escuta e a socialização das experiências e se constitui, também, como um poderoso instrumento que estimula o desenvolvimento de processos resilientes nos indivíduos que se identificam com as estratégias que emergem do grupo.

Considerando o exposto, escolhi trabalhar com as mulheres devido à sua elevada frequência nas rodas de Terapia Comunitária desenvolvidas na comunidade do Parque do Sol, no Bairro de Gramame, periferia da cidade de João Pessoa - PB - e por causa das histórias de vida narradas por elas, que despertaram a minha própria capacidade de superação. Assim, a importância de estudar mulheres e o processo de resiliência advém da

significação que esse fenômeno tem no universo da saúde da mulher e, especialmente, no que diz respeito a sua inscrição simbólica no âmbito das diferentes culturas

A pesquisa apontou para os seguintes questionamentos: Como se desenvolve a capacidade resiliente nas mulheres usuárias das rodas de Terapia Comunitária? De onde vem sua força para enfrentar as situações de sofrimento? Quais as características resilientes mais frequentes nessas mulheres?

Considerando que a TC é capaz de despertar no ser humano diferentes potencialidades em relação ao modo de sentir e de agir, este estudo apresenta os seguintes objetivos:

1.3 Objetivos

- Conhecer as experiências resilientes de mulheres que frequentam as rodas de Terapia Comunitária;
- Identificar as fontes de força utilizadas por essas mulheres no enfrentamento de situações de sofrimento;
- Identificar as principais características resilientes utilizadas pelas mulheres usuárias das rodas de TC.



2 REFERENCIAL

TEÓRICO

2.1 Terapia Comunitária: conceitos, pressupostos teóricos e método.

2.1.1 Conceitos

Nos anos 1980, o médico Adalberto de Paula Barreto, teólogo, doutor em Antropologia e Psiquiatria, através de um Projeto de Extensão do Departamento de Saúde Comunitária da Faculdade de Medicina, vinculado à Pró-reitoria de Extensão da Universidade Federal do Ceará, iniciou um trabalho que proporcionava espaço de escuta às necessidades dos moradores da Favela do Pirambu, na cidade de Fortaleza-CE.

Terapia é toda intervenção que visa tratar problemas somáticos, psíquicos ou psicossomáticos, suas causas e seus sintomas, com o fim de obter um restabelecimento da saúde ou do bem-estar do indivíduo (HOUAISS, 2009).

Barreto (2008, p. 37) concebe o termo terapia como uma “palavra de origem grega, *therapeia*, que significa acolher, ser caloroso, servir, atender. Portanto, o terapeuta é aquele que cuida dos outros de forma calorosa”.

O mesmo autor (p. 37) define comunidade como sendo uma “palavra composta de duas palavras: COMUM + UNIDADE, que identifica o que as pessoas têm em comum [...]”.

Ferreira Filha e Dias et al (2009) compreendem comunidade como um grupo de pessoas que têm objetivos comuns, ou seja, partilham sofrimentos, angústias e soluções para os problemas vivenciados no cotidiano. A palavra comunitária designa pessoas que têm características em comum: exclusão, sofrimento e apoio recíproco, buscando soluções e a superação para as dificuldades. Diante do exposto, o autor define Terapia Comunitária como um espaço de acolhimento para partilhas de sabedoria, de sofrimento vivenciado no cotidiano, de afinidades, de maneira circular e horizontal (BARRETO, 2008).

A Terapia Comunitária é um espaço de promoção de encontros interpessoais e intercomunitários, que objetiva a valorização das histórias de vida dos participantes, o resgate da identidade, a restauração da autoestima e da confiança em si mesmo e no outro, a ampliação da percepção dos problemas e as possibilidades de resolver os problemas com base nas competências locais, promovendo, assim, a formação de redes sociais solidárias e a troca de experiências nas rodas de Terapia Comunitária (BARRETO, 2008).

A TC é considerada como uma prática terapêutica pós-moderna crítica, que reconhece as influências do macrocontexto socioeconômico, político, cultural, étnico, de gênero e espiritual, manifestando, no microcontexto familiar e nas organizações comunitárias, um contexto de acolhimento pela alteridade, em que se concebe que as pessoas têm competência para a ação e para o agenciamento de escolhas (GRANDESSO, 2005).

Nesse tipo de terapia, através da qual se buscam meios adequados para aliviar o sofrimento, através de uma roda de conversa, cada indivíduo se torna “*terapeuta de si mesmo*”, e o outro é um despertador de histórias e de lembranças de superação já vivenciadas. Nesse processo, os participantes têm a possibilidade de desencadear no próximo sua capacidade de resiliência, a partir de sua experiência, formando uma rede de apoio social, que fortalece a formação de novos vínculos e dos já existentes. Nesse sentido, a TC destina-se a atender a grupos heterogêneos, de organização informal, num contato face a face, e cujo interesse comum é o alívio de seus sofrimentos e a busca de bem-estar.

2.1.2 Pressupostos Teóricos

A Terapia Comunitária está embasada por cinco grandes eixos teóricos, que estão imbricados numa inter-relação consistente e indissociável para a compreensão da sua metodologia.

Pensamento sistêmico

A abordagem sistêmica valoriza as relações entre os elementos, a interdependência dos fenômenos, conforme vimos na definição dada por Capra (2001, p. 259):

A nova visão da realidade, de que vimos falando, baseia-se na consciência do estado de inter-relação e interdependência essencial de todos os fenômenos - físicos, biológicos, psicológicos, sociais e culturais. Essa visão transcende as atuais fronteiras disciplinares e conceituais e será explorada no âmbito de novas instituições.

Com base nessa definição, observa-se que a compreensão sistêmica se constitui de um novo modelo conceitual, que percebe o organismo vivo como um sistema integrado, e não, de maneira fragmentada. Segundo Capra (2001), esse modelo vê o mundo numa perspectiva de relações e de integração, valorizando o todo e suas relações com as partes que o constituem. Sendo assim, o todo é o resultado de sua interação com seus constituintes, e não, a soma deles.

O pensamento sistêmico relaciona-se com as crises e os problemas que podem ser entendidos e resolvidos se percebermos que estão relacionados e que envolvem os diferentes aspectos: o biológico (corpo), o psicológico (a mente e as emoções) e a sociedade. Isso significa dizer que sou parte do problema e também parte da solução, pois, como diz Barreto (2008), tudo está ligado, cada parte depende da outra, somos um todo. Para enfrentar a vida com prazer e buscar soluções para os nossos problemas pessoais, familiares, comunitários e sociais, precisamos estar conscientes de que fazemos parte desse todo.

A teoria sistêmica propõe uma mudança do modelo linear do pensamento científico (padrão causa-efeito) pelo modelo circular (padrão interativo). Acompanhando esse raciocínio, vemos que os acontecimentos que envolvem a vida cotidiana não são possíveis de ser explicados pela referência casual ou em função de decisões e ações individuais, mas em decorrência da ação dos sistemas socioculturais, em interação. Sendo assim, os problemas e os desafios do dia a dia devem ser percebidos como sistêmicos, o que significa que estão interligados e são interdependentes em seus contextos (CAPRA, 1982; apud HOLANDA, 2006).

O sistema é definido como um complexo de elementos em interações interdependentes, que organiza um todo e que tem funcionamento próprio. Nesse aspecto, nas situações-problema vivenciadas pela comunidade, cada indivíduo faz parte do problema e constitui parte da sua solução. Os problemas são sistêmicos, isto é, estão interligados e são interdependentes. Não podemos compreendê-los no âmbito de uma metodologia fragmentada (BARRETO, 2008). Portanto, do ponto de vista sistêmico, todas as pessoas que estiverem envolvidas na situação-problema fazem parte dele e não somente aquela que apresenta a sintomatologia. Como refere Barreto (2008, p.218), “A abordagem sistêmica é sempre interativa, enfatizando relações, processo e contexto.”

A comunidade pode ser compreendida conforme a teoria da complexidade, a partir da diversidade de contextos de vida presentes na realidade comunitária, sem reduzi-los a unidades semelhantes e às leis gerais. Portanto, o protótipo da complexidade traz uma nova conexão, numa perspectiva transdisciplinar, que valoriza a intercessão entre os vários campos do conhecimento.

Nesse sentido, Morin (2007) define complexidade como uma confrontação do uno e do múltiplo; a autonomia que é, ao mesmo tempo, dependente sem deixar de ser autonomia. Percebe-se, então, que a compreensão da complexidade não se aproxima da ideia de quantidade, mas valoriza as intercessões, as inter-relações.

Diante do exposto, os paradigmas da complexidade e da visão sistêmica auxiliam na compreensão das situações/problemas apresentados nas rodas/encontros de TC, ou seja, passa-se a perceber o indivíduo como um todo, inserido num sistema social e familiar. Portanto, quando um indivíduo expõe seu problema, deve-se observar o contexto no qual ele está inserido.

Segundo Barreto (2005, p. 171), o contexto é o “conjunto das circunstâncias e dos sistemas que estão interligados e que dão sentido ao funcionamento do sistema.” Para o mesmo autor (2008, p. 181), “quando definimos o nível em que queremos intervir, em que queremos atuar, quando definimos o nosso campo de intervenção, ele passa a ser considerado um contexto.” Podemos entender que, na TC, os problemas são analisados como um todo, e não, como um fato isolado, ou seja, o todo é mais que a soma das partes.

Na TC, as pessoas chegam com uma visão do problema a partir de sua convicção e saem com outra, isto é, com outra (s) forma (s) de enxergar a situação-problema, podendo até apontar para uma nova solução, o que acarreta uma possibilidade de novos questionamentos, de crescimento e de transformação.

Teoria da Comunicação

A Teoria da Comunicação é necessária na TC, porque é através da comunicação que se estabelecem os contatos entre as pessoas e, por conseguinte, a formação dos vínculos. Daí a necessidade de se desenvolver uma comunicação num contato face a face e sem duplo sentido.

A comunicação é uma condição *sine qua non* da vida humana e da ordem social (WATZLAWICK et al.,1967). Barreto (2005) chama à atenção para o fato de que a comunicação entre as pessoas é o elemento que une os indivíduos, a família e a sociedade. Convém enfatizar que o processo de comunicação exige, pelo menos, a presença de duas pessoas. Por meio dela, estabelecem-se os contatos e, por conseguinte, a formação dos vínculos. Por isso é necessário promover um contato face a face e sem duplo sentido.

A comunicação é o elemento que une os indivíduos, a família e a sociedade e nos permite compreender que todo comportamento, todo ato, verbal ou não, individual ou grupal, tem valor de comunicação num processo, sempre desafiante, de entendimento das múltiplas possibilidades de significados e de sentidos que podem estar ligados ao comportamento humano (BARRETO, 2008).

A comunicação é um processo participativo dos indivíduos ou grupos sociais nas experiências dos outros, para o qual eles empregam elementos comuns. Assim, a teoria da comunicação pode ser percebida, de acordo com Barreto (2005), como um elemento de união entre os indivíduos, a família e a sociedade. Nessa perspectiva, comunicar significa participar, trocar informações, tornar comuns aos outros ideias e estados de espírito.

Para que possamos nos comunicar bem, precisamos seguir algumas regras (BARRETO, 2008; WATZLAWICK et al, 1967), a saber:

Primeira regra: Todo comportamento é comunicação, é a valorização da comunicação não verbal, ou seja, a mensagem transmitida pelo corpo, através de gestos. Esse comportamento revela muito do indivíduo. Os gestos, muitas vezes, mostram-se contrários à fala ou a evidenciam. É a linguagem corporal que mais revela o íntimo do ser que sofre.

Assim, “desde essa perspectiva da pragmática, todo comportamento, não só a fala, é comunicação; e toda comunicação - mesmo as pistas comunicacionais - num contexto impessoal, afeta o comportamento” (WATZLAWICK et al, 1967, p.19).

Segunda regra: Toda comunicação tem dois componentes: a mensagem (ou conteúdo) e a relação entre os interlocutores. Segundo Barreto (2005), na Terapia Comunitária, procuram-se colocar todos os participantes num círculo para que possam estabelecer uma comunicação clara, sem “malentendidos”. Conforme Watzlawick (1967 apud BARRETO, 2008), “A consciência que tenho de mim, nasce de uma relação de comunicação com o outro.”

Terceira regra: Toda comunicação depende da pontuação, e os problemas que são gerados, quanto à pontuação, partem do fato de que o interlocutor está convencido de que a sua convicção é a correta. Enquanto não existir um diálogo entre as partes envolvidas no processo, o impasse não será resolvido. Barreto (2008, p.227) assevera que, “Na raiz de conflitos de pontuação semelhantes, existe a sólida convicção de que há somente uma visão correta do mundo”, a de um ou a do outro, e caso não se acerte na pontuação, estará sendo instalada uma crise. Portanto, para que essa crise não se instale, é fundamental pontuar a comunicação para se evitar uma convivência confusa e cheia de conflitos.

Quarta regra: Toda comunicação tem duas formas de expressão: a comunicação verbal e a comunicação não verbal. A verbal se refere às palavras expressas por meio da escrita ou da fala, enquanto a linguagem não verbal ocorre por meio de gestos, do silêncio, das expressões faciais, da postura corporal. Quando se interage com o outro de maneira verbal, a linguagem deve ser clara, tentando-se exprimir o real significado da mensagem. Por isso, nesse processo, devem-se evitar os ruídos na interação com o outro - as perturbações aleatórias, indesejáveis, que impedem a plena troca entre dois polos.

Quinta regra: A comunicação pode ser simétrica - baseada no que é semelhante - e complementar - baseada no que é diferente. Na comunicação simétrica, as duas partes envolvidas agem imitando uma a outra. Essa forma de relacionar-se pode acontecer entre marido e mulher, entre irmãos, ou seja, entre pessoas muito próximas. Na comunicação complementar, os compartes, apesar de terem papéis diferentes, procuram complementar o comportamento do outro.

Todo comportamento tem valor de comunicação. Quando falo, por exemplo, ofereço de mim uma definição, isto é, como me vejo. Nessa visão circular da comunicação, tanto o emissor quanto o receptor têm papéis importantes. Portanto, a essência da comunicação reside em processos relacionais e interacionais (BARRETO, 2008).

A comunicação pode ser entendida também como uma atividade educativa, já que há uma compreensão de si que molda a disposição mental entre os que se comunicam. Como os homens têm necessidade de estar em constante relação com o mundo, com as informações e as notícias, utilizam, então, a comunicação como mediadora na interação e na construção social.

Antropologia Cultural

Antropologia é a Ciência que estuda o homem e seus trabalhos. A antropologia cultural, segundo Mello (1991), estuda a obra humana, na qual estão assuntos relacionados à política, à religião, à arte, ao artesanato, à economia, à linguagem, às práticas e às teorias, à crença e à razão. Barreto (2008) chama a atenção para a importância da cultura como um referencial em que cada membro de um grupo se baseia e retira sua habilidade para pensar, avaliar, discernir valores e fazer suas opções no cotidiano.

O pensamento antropológico fala da dinamicidade cultural, ou seja, a capacidade dos seres humanos para elaborar línguas, costumes, instituições e buscar a compreensão pluralizada da humanidade.

Cada comunidade tem sua cultura distintiva. Quando comparados os comportamentos dos seus membros, verificam-se diferenças, em muitos aspectos, em relação aos membros de outras comunidades. Portanto a antropologia cultural dedica-se ao

estudo dos comportamentos dos grupos humanos, das origens das religiões, dos costumes e das convenções sociais, do desenvolvimento técnico e dos relacionamentos familiares (HOLANDA, 2006).

O comportamento do indivíduo é fortemente influenciado pela cultura. Daí a importância de se tentar compreenderem alguns aspectos relacionados com o cotidiano, como a organização social da comunidade em que se vivem as influências políticas e econômicas, as crenças e os valores. E é a partir dessa referência, que podemos nos afirmar, nos aceitar, e nos amar para, então, podermos amar os outros e assumir nossa identidade como pessoas e cidadãos. A cultura seria, então, “um conjunto complexo que inclui conhecimento, crença, arte, moral, lei, costumes e várias outras aptidões e hábitos adquiridos pelo homem como membro de uma sociedade” (MELLO, 1991, p. 40).

A cultura é universal e regional. Sendo o homem o construtor da cultura, ela penetra todo o ser humano. Ela não poderia existir sem pessoas que se relacionassem a elas e a transmitissem aos seus descendentes, para ser transformada e para transformar a realidade existente. Muitas de suas características são resultados da endoculturação. Assim, ela é regional, mas, como fenômeno, é universal (GUIMARÃES, 2006).

Na cultura, não existe hierarquia, existe um saber produzido pela experiência de vida, por isso, como afirma Barreto (2008, p. 235), “Na terapia Comunitária, a cura passa pelo resgate das raízes e dos valores culturais que despertam no homem o valor e o sentido da pertença.”

A diversidade cultural tem levado o povo brasileiro a ter mais consciência de que ser brasileiro é ser índio, negro, europeu ou oriental, pois somos frutos de uma mistura de várias etnias e culturas e, como refere Barreto (2008, p. 277), “nosso maior desafio tem sido saber conviver com os contrários, as diferenças neste universo tão complexo da convivência humana.”

Pedagogia de Paulo Freire

A Pedagogia idealizada por Paulo Freire, definida como Pedagogia Libertadora, chama a atenção para a análise crítica da realidade, em que a palavra ajuda o homem a tornar-se sujeito/ ator de sua própria história (FREIRE, 2005).

De acordo com Barreto (2005), o método libertador de Paulo Freire é “um chamado coletivo para criar e recriar, fazer e refazer através da ação e da reflexão. Desvendando novos conhecimentos e novas formas de intervir na realidade, os indivíduos tornam-se sujeitos da história, e não, meros objetos”.

A educação, como prática da liberdade, é uma práxis que implica ação e reflexão dos homens sobre o mundo para transformá-lo. A liberdade, que é uma conquista, e não, uma doação, exige uma permanente busca e abre caminhos para os homens aprenderem a escrever sua vida como autores e como testemunhas de sua história (FREIRE, 2005).

A pedagogia problematizadora dá-se pela luta da libertação do homem que, alcançando a consciência de sua realidade, batalha pela transformação dessa situação, com base no diálogo, na colaboração, na união e na organização.

Um aspecto fundamental na teoria freireana é a associação entre teoria e realidade, mostrando que, no ato de aprender, é preciso se ter um espaço de expressão dos problemas vivenciados pelos educandos, nos seus diferentes contextos (família, comunidade, igreja, escola, clube, etc.), vinculados ao conteúdo programado, pois a história de vida é fonte de saber e funciona como estímulo para que tanto os professores quanto os alunos se assumam como sujeitos sócio-histórico-culturais (BARRETO, 2008).

O papel do terapeuta comunitário, como entende Barreto (2008), deve ser semelhante ao papel do educador de Paulo Freire, ou seja, uma pessoa que pode proporcionar aos membros de uma família ou de uma comunidade alívio a sua ansiedade, às suas angústias e aos sofrimentos, o que lhes possibilitará a partilha de seus recursos, de seus modos de enfrentamento, por meio da troca de experiências. Ele não precisa ser um especialista, pode ser uma pessoa da própria comunidade, representante de ONGs, de lideranças comunitárias e religiosas, profissionais de saúde, educação e serviço social.

Sua atuação deve estar voltada para o crescimento humano e coletivo e, como afirma Paulo Freire (2005), o educador não é o detentor do saber, mas um facilitador, por isso, “deve trabalhar a competência das pessoas, procurando, sempre, através de perguntas, ‘garimpar’ o saber produzido pela experiência, pela vivência de cada um” (BARRETO, 2005, p. 44). Ele é um com a comunidade e não um para a comunidade.

Importante ressaltar, ainda conforme Barreto (2008 p. 281), que, para sermos bons terapeutas comunitários, precisamos compreender esse processo de aprendizagem que faz da TC um espaço de aprendizagem coletiva. Na escuta ativa, aprendo. Quando falo de mim, estou ensinando, e quando ouço o outro, estou aprendendo. Somos todos coterapeutas – terapeutas e terapeutizados, docentes e discentes.

Barreto (2008, p. 290) entende que, como a pedagogia freiriana, a TC busca a constituição do indivíduo como sujeito de seu tempo e de seu espaço e como membro de uma totalidade de que pode e deve ser voz ativa. Parte da mesma luta contra o narcisismo individual e o neocolonialismo, usa as mesmas armas da mediação e do diálogo e busca o mesmo objetivo, que é a construção de uma consciência crítica.

A competência de cada pessoa está relacionada com suas habilidades e capacidades que ela utiliza no seu dia a dia. Nesse sentido, o participante da TC é valorizado na sua realidade e a partir de suas competências. Assim como ocorre na Pedagogia Problematizadora, o conhecimento e as estratégias de enfrentamento desenvolvido em cada encontro de Terapia Comunitária são construídos por todos os que participam desse processo.

Resiliência

A resiliência é o quinto pressuposto teórico da TC e apresenta nas rodas, com mais evidência, a etapa da problematização, em que algumas estratégias de superação são formuladas, e o sofrimento passa a ser enfrentado de uma maneira diferente. Assim, pode-se considerar que *“é a carência que gera competência, o sofrimento que gera capacitação e fortalecimento para enfrentar o cotidiano”*.

Barreto (2008) aponta a resiliência como a própria história pessoal e familiar de cada participante, sendo uma fonte importante do conhecimento, uma vez que as crises, os sofrimentos e as vitórias de cada um, expostos no grupo, são utilizados como matéria-prima em um trabalho de criação gradual de consciência social, para que os indivíduos descubram as implicações sociais da gênese da miséria e do sofrimento humano.

Um dos objetivos da TC é suscitar as forças e as capacidades dos indivíduos, das famílias e das comunidades, procurando ressaltar suas habilidades de enfrentamento, sem realçar suas carências. A partir das experiências vivenciadas pelos participantes do grupo de TC, podem ser selecionadas estratégias de enfrentamento, uma vez que os problemas enfrentados no cotidiano são semelhantes. Entretanto, as maneiras de enfrentamento de cada participante são diferentes e, muitas vezes, tais estratégias são insuficientes na resolução desses problemas.

A resiliência é, ainda, definida como um processo em que o indivíduo pode vencer os obstáculos da vida graças a seu esforço resiliente; “é a capacidade de vencer apesar das dificuldades e das circunstâncias difíceis” (BARRETO, 2008). Assim, a Terapia Comunitária apresenta-se como uma ferramenta que valoriza a capacidade resiliente dos indivíduos, pois é um espaço onde os participantes identificam e suscitam suas forças e capacidades para superar as dificuldades impostas pelo meio e pela sociedade. Na TC, a partilha de experiências de vida dos participantes das rodas reforça a autoestima, fortalece os vínculos interpessoais e estimula sua autonomia.

Considerando que esse é o tema central deste estudo, discuti-lo-emos com mais profundidade em outro tópico.

2.1.3 Método

Nos encontros de Terapia Comunitária, as pessoas sentam-se lado a lado, em círculos, para possibilitar a visualização dos participantes entre si. Esse momento é guiado

de acordo com cinco etapas do processo: acolhimento, escolha do tema, contextualização, problematização e encerramento, quando as pessoas reorganizam seus discursos e ressignificam seu sofrimento, dando origem a uma nova leitura dos elementos que as fazem sofrer (BARRETO, 2008).

No **acolhimento**, primeira etapa do processo de desenvolvimento da roda de TC, o coterapeuta tem o papel de acolher e acomodar os participantes, dando-lhes as boas vindas e, de preferência, recepcionando-os com músicas, dinâmicas e outras ações acolhedoras. Em seguida, é realizada a celebração dos aniversários ou outros fatos que o grupo queira comemorar. Depois, são apresentados os objetivos e as regras para que a roda aconteça de forma harmoniosa. São eles: fazer silêncio para ouvir quem está falando; falar da própria experiência – utilizar a primeira pessoa, EU; evitar dar conselhos, fazer discursos ou sermões; cantar músicas conhecidas, contar piadas, histórias ou citar provérbios relacionados ao tema e respeitar a história de cada pessoa, pois, ao participar da TC, temos a chance de melhorar a autoestima, conhecer pessoas, criar laços de amizade e fortalecer vínculos.

Segunda etapa: **escolha do tema** - Nesse momento, o terapeuta estimula os participantes a falarem do que lhes traz sofrimento, dor e angústia, utilizando, para isso, provérbios para motivar as falas, como por exemplo: “Quando a boca cala, os órgãos falam, quando a boca fala os órgãos saram”, “Quem guarda azeda, quando azeda estoura e quando estoura fede”. Aqui os participantes expressam suas preocupações, seu sofrimento, suas angústias e demais situações do cotidiano que lhes tiram o sono. Depois das falas, o terapeuta faz uma síntese das situações colocadas e propõe a votação para a escolha do tema que será debatido na roda, agradecendo a todos os que se pronunciaram. Em seguida, vem a votação e, por fim, os agradecimentos, que constituem a terceira etapa.

A **contextualização** é a etapa em que é concedida a fala à pessoa que teve seu tema/preocupação escolhido, para que fale sobre o que está vivenciando, a fim de que os participantes entendam o contexto. Nessa fase, é sugerido ao grupo que faça perguntas para entender o sofrimento em seu contexto. Essas perguntas contribuem para que a pessoa que está falando e as demais reflitam acerca da sua história, colocando dúvidas nas certezas que, não raras vezes, aprisionam-nos e/ou os mantêm como vítimas. Nessa fase, a TC nos faz entender que a convicção nos torna prisioneiros de nós mesmos e que se faz necessário

tentar encontrar estratégias de enfrentamento dessas situações vivenciadas. Assim, o movimento dá lugar à formulação do *mote* (pergunta-chave que vai permitir a reflexão coletiva, podendo trazer à tona situações já vivenciadas, permitindo a ressignificação e a reconstrução da realidade).

Na **problematização**, a conversa é guiada pela frase-mote, na tentativa de criar um momento de reflexão e de partilhar experiências de vida, deixando emergirem as estratégias de enfrentamento e de superação, evidenciando-se o processo resiliente das pessoas. Nesse momento, parte-se da dimensão individual para a dimensão grupal, tecendo aquilo que liga e solidariza os participantes, iniciando a formação das teias sociais.

Ao sentir que os objetivos foram alcançados, o terapeuta parte para a quinta etapa: **a conclusão/encerramento**, que acontece com o ritual de agregação e conotação positiva. Nesse momento, todos ficam de pé, formando um círculo, e cada um se apoia no outro em um balanço (simbolizando a teia), quando há o reconhecimento, a valorização e o agradecimento pela contribuição e pela partilha de cada um. Não se trata de se valorizar o sofrimento em si, mas de reconhecer o que cada um traz de positivo para contribuir para a superação das dificuldades, permitindo, igualmente, que os indivíduos repensem seu sofrimento de forma ampla, ultrapassando os efeitos imediatos da dor e da tristeza, para dar um sentido mais profundo à crise, poder melhor identificar os recursos pessoais e, portanto, reforçar sua autoestima e a confiança em si mesmo (BARRETO, 2008).

Vimos, então, que a TC possibilita a criação de uma teia de relações sociais que potencializam a troca de experiências, o resgate das habilidades e a superação das adversidades, com base na formação de recursos socioemocionais e na conquista de poder individual e coletivo, em um mundo cada vez mais individualista, privatizado e conflitivo.

2. 2 Resiliência: buscando entender

O termo resiliência é um conceito relativamente novo e pouco debatido na saúde, tendo ganhado alguns destaques na última década, principalmente nos programas de promoção da saúde. Definimo-lo como a capacidade humana para enfrentar as adversidades, fortalecer-se ou transformar ativamente a realidade.

No sentido etimológico do termo. Resiliência é uma palavra que deriva do latim, do verbo resilire, que significa saltar para trás, recuar vivamente. Do ponto de vista semântico, designa-se resiliência, a capacidade de desenvolvimento do ser em condições adversas. Sendo portanto um longo e complexo processo de resistência, persistente de sobrevivência face a qualquer tipo de adversidade (SILVA, 2006)

Podemos considerar como adversidade o contrário do esperado, ou seja, um sofrimento, uma situação difícil de ser vivenciada no momento em que acontece. Ringer (2007) afirma que é muito comum julgarmos todos os acontecimentos ruins com base em seus impactos imediatos, seja o diagnóstico de uma doença, a perda do emprego, o sofrimento de um acidente, ou seja, no momento em que acontece, nossa mente é imediatamente preenchida com pensamentos malévolos do universo relacionados a nós, atrelados a sentimentos de autopiedade.

Isso se deve ao fato de que não somos capazes de, imediatamente, prever todas as consequências, sem exceção, do fato que acabou de acontecer conosco. Por isso, se os acontecimentos imediatos forem ruins e causarem dor, categorizamos todo o evento como ruim. Todavia, pode ser que esse mesmo acontecimento, no futuro, contribua para o nosso bem e o desenvolvimento de nossa capacidade resiliente.

As ciências da saúde utilizam o termo resiliente para descrever as pessoas que, apesar de nascer e viver em condições adversas, são capazes de se sobressair e de se desenvolver de forma adequada. Para a medicina, a resiliência é a capacidade de um organismo recuperar-se eficazmente de algum acidente ou trauma; já a psicologia a define como um processo social e intrapsíquico, que possibilita ao indivíduo manifestar o máximo

de inteligência, saúde e competência em ambientes de complexidades, instabilidades e pressão (CARMELO, 2008, p. 49).

Podemos dizer que, mesmo nascendo e vivendo em condições adversas, o indivíduo pode ser capaz de se sobressair e de desenvolver-se de forma adequada, como podemos ver em muitas crianças que nascem em lugares sem condições de moradia adequadas econômica e socialmente e se tornam grandes vencedores e se destacam na vida.

A resiliência é um termo relativamente novo nos programas de promoção da saúde e se define como a capacidade humana para enfrentar, sobrepor, ser fortalecido ou transformar ativamente a realidade, havendo experienciado adversidades (MENONI; KLASSE, 2008).

O conceito de resiliência é mais rico e completo do que o da "capacidade de superar". Ele é composto por duas dimensões: 1) a resistência à destruição, a capacidade de proteger sua integridade sob fortes pressões; 2) a capacidade de se construir, criar uma vida digna de ser vivida a despeito das circunstâncias adversas (VANISTENDAEL, 2000 *apud* POLLETI; DOPS, 2007).

O dicionário de língua portuguesa, de autoria de Ferreira (2002), conhecido como Novo Aurélio, diz que, na Física, resiliência "é a propriedade pela qual a energia armazenada em um corpo deformado é devolvida quando cessa a tensão causadora duma deformação elástica". No sentido figurado, o mesmo dicionário aponta o termo como "resistência ao choque".

Outras definições para o termo resiliência podem ser vistas, entre elas, a que consta no dicionário de língua inglesa, Longman Dictionary of Contemporary English (1995), que aponta duas definições: a primeira, a "habilidade de voltar rapidamente para o seu usual estado de saúde ou de espírito depois de passar por doenças, dificuldades etc.: resiliência de caráter". A segunda explicação para o termo, encontrada no mesmo dicionário, afirma que resiliência "é a habilidade de uma substância retornar à sua forma original quando a pressão é removida: flexibilidade".

Podemos perceber que os dicionários apontam para conceitos semelhantes e, ao mesmo tempo, divergentes. No de português, a referência é feita apenas à resiliência de materiais e, mesmo no sentido figurado, nada é especificamente claro para a compreensão

do que seja a resiliência quando se trata de pessoas. Já o dicionário de inglês confirma a prioridade ou maior familiaridade para o uso do termo em fenômenos humanos, apontando, em primeiro plano, a definição nesse sentido.

A resiliência pode ser definida também a partir da compreensão das consequências da exposição de adultos e crianças a fatores de risco: alguns podem desenvolver problemas, outros podem superar as adversidades, adaptando-se ao contexto (GARMEZY, 1996, apud CECCONELLO; KOLLER, 2000),

Melillo et al (2005) evidenciam que nem todas as pessoas submetidas a situações de risco têm doenças ou sofrimentos de diversos tipos. Ao contrário, superam a situação e saem fortalecidas dela. Atualmente, essa situação é chamada de resiliência e é entendida como “a capacidade do ser humano de enfrentar as adversidades da vida, superá-las e ser transformado positivamente por elas” (MUNIST et al, 1998, apud MELILLO 2005).

A resiliência é um processo, um caminho a seguir, no qual o indivíduo é levado pelas correntes da vida a conseguir ou não vencer as adversidades, a partir dos mecanismos gerados por ele mesmo ou pela sociedade em que está inserido. Isso significa que a resiliência implica uma abordagem universal da saúde, que é um recurso a ser cultivado e obtido por todas as pessoas e está relacionada com a adaptação do indivíduo ao seu contexto (BARRETO, 2008).

Aplicado na vida humana e animal, o termo resiliência representa a capacidade de resistência a condições duríssimas e persistentes e, dessa forma, dizem respeito à capacidade de pessoas, grupos ou comunidades resistirem às adversidades e utilizá-las em seus processos de desenvolvimento pessoal e crescimento social (ANTUNES, 2007).

A resiliência apresenta as seguintes características: valoriza a experiência pessoal; promove a interação entre o indivíduo e seu ambiente; não substitui as políticas públicas/sociais, mas as inspira e até mesmo as reorienta; senso de humor, como forma de transformar o trágico em lúdico, exigindo um espírito construtivo; encoraja e estimula a capacidade de aprendizado das pessoas e valoriza a competência de indivíduos, famílias e comunidades (BARRETO, 2008).

O conceito de resiliência permite saber que é possível viver com dignidade e encarar de outras formas a evolução do ser humano. Ainda que tenhamos sofrido violência,

maus-tratos e humilhações durante nossa infância, podemos nos tornar pais, mães e adultos amorosos e viver plenamente, superando e transformando as dificuldades do cotidiano.

O termo resiliência é definido como a capacidade de se renascer da adversidade fortalecido e com mais recursos. É um processo ativo de resistência, reestruturação e crescimento em resposta à crise e ao desafio. Esse fato é percebido no conceito de Walsh (2005). A capacidade de superar os golpes do destino ultrajante desafia a sabedoria convencional da nossa cultura - de que o trauma precoce ou grave não pode ser desfeito; de que a adversidade sempre prejudica as pessoas, mais cedo ou mais tarde, e de que os filhos de famílias perturbadas ou “destruídas” estão condenados.

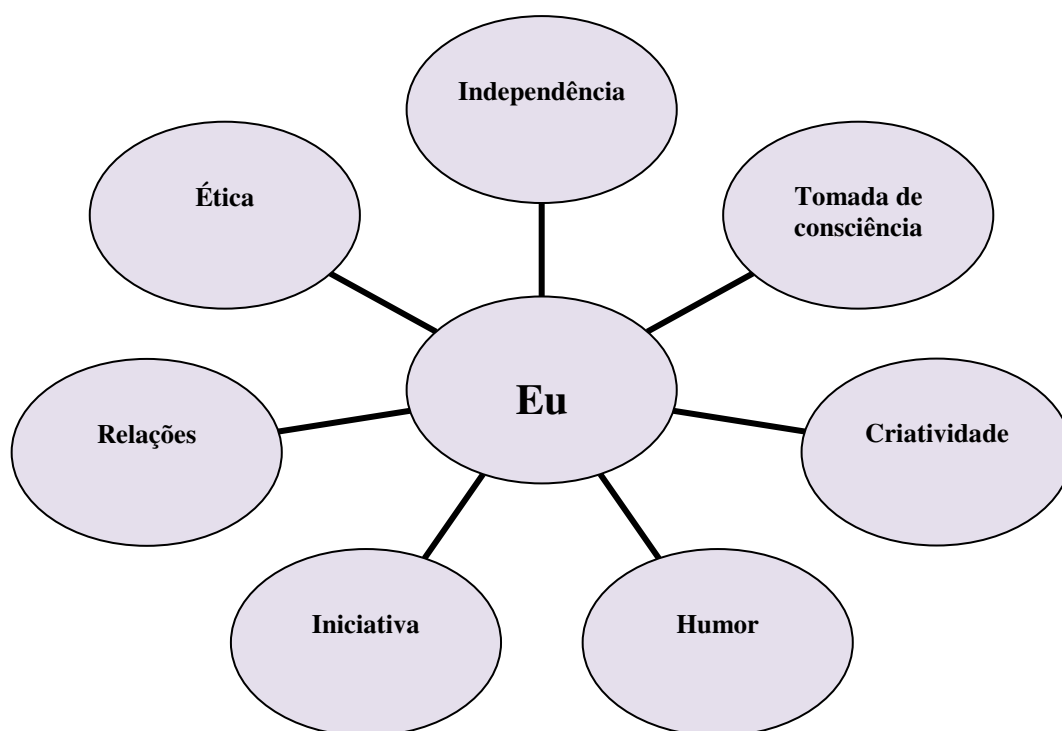
De acordo com o conceito anterior, percebemos que a resiliência engloba mais do que apenas sobreviver, atravessar ou fugir de uma provocação angustiante, porquanto, por meio dela, as pessoas podem curar-se de feridas dolorosas, assumir suas vidas e seguir em frente para viver e amar plenamente.

Junqueira e Deslandes (2003) afirmam que [...] o conceito de resiliência traduz a possibilidade de superação num sentido dialético, isto é, representando um novo olhar, uma ressignificação do problema, mas que não o elimina, pois constitui parte da história do sujeito. O caráter contextual e histórico da resiliência se expressa tanto do ponto de vista biográfico quanto do conjunto de interações dadas numa cultura determinada. Os autores refletem que essa afirmação faz eco com os resultados encontrados em outras pesquisas, em que se chegou à definição do conceito como um processo de construção, de compartilhamento e de ressignificação de experiências, tendo como eixo o sentido da vida.

Vários autores estrangeiros, principalmente dos Estados Unidos e do Reino Unido, têm desenvolvido pesquisas sobre resiliência. A maioria dos estudos tem por objetivo estudar a criança ou o adolescente, numa perspectiva individualista, que foca traços e disposições pessoais. Ilustrativa dessa tendência é a definição adotada pelo Projeto Internacional de Resiliência, coordenado por Edith Grotberg e apoiado pela Bernard van Leer Foundation: "Resiliência é uma capacidade universal, que permite que uma pessoa, grupo ou comunidade previna, minimize ou supere os efeitos nocivos das adversidades" (GROTBERG, 1995 apud MELILLO, 2005).

Stefan e Vanistendael (2000 apud POLETTI; DOPS, 2007) postulam que os fatores de resiliência são diversos e repousam sobre elementos como: 1) Redes de ajuda social, e o centro dessas redes é a aceitação incondicional da criança como pessoa; 2) A capacidade de encontrar um sentido para a vida, aspecto ligado à vida espiritual e à religião; 3) Aptidões e sentimentos de controlar (pelo menos um pouco) a sua vida; 4) Amor próprio; 5) Senso de humor. Para esses autores, o fenômeno da resiliência não é nem absoluto nem estável, portanto, deve ser encorajado o tempo inteiro.

Steven e Sybil Wolin, pesquisadores americanos, construíram uma mandala para que possamos lembrar os sete aspectos fundamentais da resiliência, a saber:



Fonte: POLETTI, Rosete; DOBBS, Barbara. A Resiliência – A arte de dar a volta por cima, 2007 (p.38)

Independência – baseia-se na capacidade de estabelecer limites entre si mesmo e as pessoas próximas, distanciar-se daquelas que nos manipulam e romper as relações de má qualidade;

Tomada de consciência - a capacidade de identificar os problemas e suas raízes e procurar soluções para si mesmo e para os outros, permanecendo sensível aos sinais fornecidos pelas pessoas que se encontram ao redor;

Criatividade - permite pensar de forma diferente dos outros e encontrar refúgio num mundo imaginário, que possibilita também que o indivíduo se esqueça do sofrimento interior e exprima positivamente suas emoções;

Humor – tem o objetivo de diminuir a tensão interior e desvendar o lado cômico da tragédia;

Iniciativa - permite que o indivíduo se controle e controle seu ambiente, tendo prazer ao realizar atividades construtivas;

Relações - a capacidade de desenvolver interação com o outro e escolher parceiros com boa saúde mental;

Ética – é um guia da ação, pois sabemos o que é bom e o que é mau e aceitamos correr o risco de viver com base nesses valores. A ética permite também desenvolver a ajuda mútua e a compaixão.

Segal (1986 *apud* POLETTI; DOPS, 2007), ao longo de suas pesquisas, encontrou estas cinco características de resiliência para a pessoa adulta:

1. A comunicação, que representa a possibilidade de elo e de troca com os outros. É através da comunicação que os encorajamentos podem ser dados e recebidos, e a pessoa pode se aliviar dos pensamentos mais pesados;

2. A capacidade de assumir a responsabilidade pela própria vida - quando passamos por uma grande provocação, vemos a necessidade de recolocar tudo em ordem, regularizar a vida e retomar o controle, aos poucos, sobre as circunstâncias, ou seja, tomar a iniciativa de modificar o que pode ser modificado e fazer nascer a ordem a partir do caos;

3. Ter a consciência limpa - quando as adversidades acontecem, fica muito difícil manter uma boa consciência, então, devemos ter a capacidade de não ceder à culpabilização, manter a consciência limpa, aceitar as nossas responsabilidades, reconhecer os nossos erros e consertá-los, se for possível, e enxergar onde termina essa responsabilidade pessoal;

4. As convicções diferem de pessoa para pessoa, mas são sempre o motor que nos permite avançar e suportar as situações de crise e de sofrimento. Para muitas pessoas, as

convicções religiosas são as que nos mantêm fortes, pois a fé é a luz que guia o ser humano na obscuridade do sofrimento;

5. A compaixão é o que nos permite estar envolvidos pelo outro, considerando-o tão importante quanto a nós mesmos. Isso quer dizer que se compadecer é sofrer junto com quem está sofrendo, é permitir se sentir bem consigo mesmo, superar-se e lutar contra o desespero.

Como vimos, o que condiz com o conceito de resiliência são a compreensão e o conhecimento empírico dos fatores que protegem o sujeito dos efeitos nocivos provenientes das más condições do ambiente humano e social que o rodeiam, bem como a criação de métodos práticos de promoção, que assegurem um desenvolvimento favorável para prevenir o surgimento de doenças físicas e/ou mentais.

2. 3 Um passeio pela história das políticas de saúde da mulher

Na década de 1970, a ausência de serviços públicos de assistência à saúde e a falta de saneamento fizeram com que as mulheres se unissem, formando um grupo organizado, composto por donas de casa, faxineiras e mães que buscaram as autoridades para reivindicar melhorias. Junto com profissionais de saúde, essas mulheres passaram a delinear a proposta de uma política de saúde (TELES, 1999). Mas foi a partir dessas lutas que, embora tenham sofrido ameaças com intimidações policiais, falta de apoio dos maridos e promessas, surgiram os primeiros postos de saúde nos bairros, que ofereciam atendimento à gestante e à criança.

As mulheres não se acomodaram com essas conquistas e continuaram na luta por mais acesso a serviços de saúde, como o direito a métodos contraceptivos e a uma sexualidade livre, embora tenham encontrado na igreja a resistência para discutir questões relativas à sexualidade. Surgiam tentativas de desvincular as discussões para questões também relevantes, como os altos preços de vida, os baixos salários e as condições de trabalho. Outros argumentos também foram utilizados, como afirma Teles (1999, p. 147):

“Para que falar de sexualidade se o povo não tem onde morar e o que comer?” A igreja não percebia que a defesa da liberdade do corpo se opõe ao autoritarismo e se integra na luta por melhores condições de vida e de trabalho.

No Brasil, a atenção à saúde da mulher foi incorporada às políticas públicas na segunda década do Século XX, através da implantação do Programa Materno-infantil – PMI – em 1973. Foi a partir da década de 1980 em que se observou, no âmbito nacional, um crescente sentimento de democratização do país, com a organização de diversos movimentos sociais, inclusive, o movimento feminista, quando as mulheres passam a atuar como sujeitos ativos, expondo suas reivindicações.

Em 1983, foi implantado o Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher - PAISM, que estabelecia, em suas linhas de ação, um modelo assistencial centrado na integralidade, na equidade e no atendimento de melhor qualidade. Em sua formulação, buscava-se superar a perspectiva materno-infantil hegemônica, na atenção à saúde, ao mesmo tempo em que sofria influência do ideário do movimento pela democratização da saúde e pela reforma sanitária brasileira (FORMIGA FILHO, 1999).

Definido pela Constituição Brasileira como uma estratégia de assistência à população feminina, o PAISM, apesar de ainda não estar efetivamente implantado, trouxe um avanço em relação às mudanças e às contribuições significativas que ocorrem no processo de construção de atenção à saúde da mulher, uma vez que uma nova consciência de cuidar passa pela preocupação com a sua saúde de maneira integral. Assim, todas as mulheres devem ter acesso a cuidados médicos básicos, dirigidos à prevenção, à detecção precoce de doenças, ao tratamento, à reabilitação de doenças e aos problemas de saúde a que estão expostas (DIAS, 2002).

As mulheres representam 51,2% da população brasileira, constituindo, aproximadamente, 89 milhões, das quais 42,7% constituem a População Economicamente Ativa – PEA, e representam, ainda, as principais usuárias do Sistema Único de Saúde (BRASIL, 2004). Dessa maneira, faz-se necessário que se estabeleçam políticas públicas que possam fortalecer a mulher como sujeito coletivo, por meio de uma assistência integral e humanizada.

No Relatório sobre a Situação da População Mundial (2002 apud BRASIL, 2004), consta que "o número de mulheres pobres é superior ao de homens, que a carga horária de trabalho das mulheres é maior e pelo menos metade está em atividades não remuneradas". Essa desigualdade e a sobrecarga de trabalho acarretam prejuízos e agravos à saúde física e mental das mulheres (BRASIL, 2004). Entende-se, portanto, que o processo saúde-doença é determinado pelas desigualdades sociais, econômicas e culturais e que populações que estão à margem da pobreza, expostas a precárias condições de vida, são mais vulneráveis ao adoecimento. Assim, as políticas de saúde devem levar em consideração o universo pluralizado da mulher, rompendo a visão reducionista do papel social e da discriminação, fruto de uma construção histórica, cultural e política.

As mulheres ganham menos que os homens em todos os estados brasileiros e em todos os níveis de escolaridade. A desigualdade salarial aumenta, conforme a remuneração. A proporção de homens que ganham mais de cinco salários mínimos é de 15,5%, e a das mulheres é de 9,2%. Vale salientar que mais de 70% das mulheres que trabalham recebem até dois salários mínimos (IBGE, 2005).

A jornada de trabalho das mulheres ficou mais extensa com sua entrada no mercado de trabalho, pois ela passou a acumular 44 horas semanais de serviços externos e 30 horas, em média, com as atividades domésticas, o que acarreta em 75 horas de trabalho (PASTORE, 2002).


O trabalho doméstico realizado pela mulher não é compartilhado por outros membros da família e é exatamente na terceira idade que, em vez de usufruir os benefícios da aposentadoria, ela tem que disponibilizar a sua renda para ajudar no sustento dos filhos, dos netos e, até mesmo, dos bisnetos. Disponibiliza além de sua renda e de seu tempo tarefas domésticas, o que pode acarretar em problemas de saúde e isolamento do convívio social (BUSCHER, 2002).

A cultura dominante foi outro aspecto que reforçou a vulnerabilidade feminina (MILLER, 2006), porquanto vê as mulheres como volúveis e sensíveis demais para fazerem um trabalho direito. Mas, apesar de serem vistas como fracas, inferiores e dependentes, elas não podem encarar a vulnerabilidade como um defeito que deve ser escondido, mas como uma força a servir de exemplo para a humanidade, pois a capacidade

de demonstrar sentimento e emoções é um marco de coragem do universo feminino. Há mulheres que se esforçam para se manter fortes, sem admitir sua vulnerabilidade, o que resulta no não desenvolvimento de sua característica resiliente, e ela passa a ser vista como uma “heroína durona”.

Quando a mulher não admite sua vulnerabilidade, sensibilidade ou fragilidade, acaba saindo mais ferida de uma situação difícil. Por essa razão, sofrer um pouco pode ser uma estratégia para se sentir mais forte (MILLER, 2006).

A busca pela igualdade de direitos, na concepção feminista, é uma luta ideológica sustentada por princípios, que não convergem para o conceito de resiliência. Então, a TC surge como um espaço de fala e de partilha, onde a história de um pode suscitar lembranças e lutas pela necessidade do outro. Isso significa que, através do relato de um, o outro poder enxergar caminhos que despertem sua capacidade de superação, logo, sua característica resiliente.



*3 CAMINHO
METODOLÓGICO*

3.1 História Oral Temática

Na busca de conhecer as experiências, características e fontes de força das mulheres resilientes, optei por utilizar a História Oral (HO), por ser uma metodologia que trabalha com histórias do cotidiano.

A História Oral 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. Nessa perspectiva, evidencia que a história dos cidadãos comuns é trilhada em uma rotina explicada na lógica da vida coletiva de gerações que vivem no presente (BOM MEIHY, 2005).

Alberti (2007 p. 18) define a HO como um método de pesquisa (histórica, antropológica, sociológica etc.) que privilegia a realização de entrevistas com pessoas que participaram de acontecimentos, conjunturas, visões de mundo ou os testemunharam, como forma de se aproximar do objeto de estudo.

Bom Meihy (2005) classifica a HO em três modalidades: História Oral de Vida, Tradição Oral e História Oral Temática. A HO tem como base de sua existência o depoimento gravado. Assim, as três modalidades dependem de entrevistas com indivíduos que tenham boas condições mentais e dão seu depoimento, voluntariamente, independente de benefícios (BOM MEIHY, 2005).

Escolhemos a História Oral temática como um caminho de valorização da história do passado de nossas colaboradoras, mas que se mantém viva no presente. Essa é uma interface da história oral que, segundo Bom Meihy (2005), é um processo sistêmico de uso de depoimentos vertidos do oral para o escrito, em que são recolhidos testemunhos e analisados os processos sociais, favorecendo os estudos de identidade e de memória cultural.

A História Oral Temática é definida como um processo sistêmico de uso de depoimentos, vertidos do oral para o escrito, onde são recolhidos testemunhos e analisados

os processos sociais favorecendo os estudos de identidade e memória cultural (BOM MEIRY, 2005).

Segundo Bom Meiry (2005 p. 162), a História Oral Temática “[...] é a que mais se aproxima das soluções comuns e tradicionais de apresentação dos trabalhos analíticos em diferentes áreas do conhecimento acadêmico” e, partindo de um assunto específico e preestabelecido, compromete-se com o esclarecimento ou a opinião do entrevistador sobre algum evento definido, na perspectiva do desvelar determinado fenômeno escolhido para estudo.

A presença do passado no presente imediato das pessoas é a razão de ser da história oral, que não só oferece mudanças do conceito de história como também garante sentido social à vida de depoentes e de leitores, que passam a entender a sequência histórica e a se sentirem parte do contexto em que vivem (BOM MEIRY, 2005 p. 19).

Entendemos que a história é um acontecimento vivenciado por pessoas comuns, com sentimentos, idealizações, qualidades e defeitos, e essa humanização da vida social garante que todos sejam personagens históricos, e os fatos do cotidiano fazem garantir a lógica da vida coletiva.

As entrevistadas são definidas como colaboradoras, por achar que o trabalho da entrevista é algo que demanda dois lados pessoais e humanos (BOM MEIRY, 2005). Para o autor, o termo “colaborador” é importante na definição do relacionamento entre o entrevistador e o entrevistado, ou seja, é fundamental por estabelecer uma relação de compromisso entre as partes.

Dias (2002) define colaborador como sendo o nome do entrevistado, que tem um papel ativo na história e deixa de ser mero informante, ator ou objeto de pesquisa, e estabelece uma relação de compromisso entre as partes, sendo, portanto, sujeito da pesquisa.

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. Inicialmente, o projeto de estudo foi submetido a uma pré-banca, que sugeriu algumas alterações, e ao Colegiado do Programa de Pós-graduação em Enfermagem, da Universidade Federal da Paraíba, após cuja aprovação foi encaminhado à Comissão de

Ética e Pesquisa do Centro de Ciências da Saúde da referida Universidade para sua apreciação e aprovação, tendo sido aprovado por unanimidade na 3ª Reunião Ordinária, sob o nº 0095(ANEXO A).

Para elaboração do material empírico, empreguei a entrevista e o caderno de campo. Bom Meiry (2005) afirma que 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 trabalho. Diante dessa afirmação, podemos dizer que o material empírico foi analisado por duas fontes: a primeira, chamada de primária, que foram as entrevistas com as colaboradoras; e a secundária foram os registros do caderno de campo.

De acordo com Bom Meiry (2005), na História Oral, é necessário deixar bem definidas, na pesquisa, todas as etapas que compõem o projeto: tema, justificativa, definição de colônia, formação de rede, entrevista, transcrição, textualização, conferência, uso e arquivamento.

Este estudo foi direcionado de acordo com os pressupostos teóricos de Bom Meiry (2005), pelas perguntas de corte:

- a) Como foi que você chegou a esse lugar, no Parque do Sol?
- b) Que situações marcantes você vivenciou desde que veio morar aqui?
- c) Como você enfrenta/supera essas situações?
- d) Ao vivenciar essas situações de sofrimento, você consegue identificar de onde vem a sua força/estratégias para enfrentá-las?
- e) Que lições você tem aprendido com essas experiências?
- f) Como a TC tem contribuído para você perceber essa força interior que ajuda no enfrentamento das situações de sofrimento em sua vida?

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 ações da TC, 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 pessoas. A colônia “*é sempre o grupo amplo, da qual a rede é a espécie ou parte menor*” (BOM MEIHY, 2005 p.177).

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 sempre o ponto zero, e esta deverá orientar a formação das demais redes*” (BOM MEYRY; HOLANDA, 2007 p. 54).

A rede foi formada, inicialmente, por nove 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. Portanto nossa rede foi formada por sete mulheres, que apresentavam maior envolvimento e participação nas rodas/encontros de Terapia Comunitária.

As colaboradoras foram sete mulheres, pertencentes à faixa etária de 34 a 68 anos: quatro solteiras, mas vivendo com companheiros estáveis, três autônomas e quatro evangélicas. Tais características auxiliaram no entendimento de suas falas e na identificação de suas características resilientes.

Após a definição da rede, foram realizadas as entrevistas que, segundo Bom Meihy (2005), constam de 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 ASOLVAG, onde foram convidadas todas as mulheres que frequentavam as rodas de TC, apresentei o projeto de pesquisa, mostrando sua finalidade, e procedi ao agendamento das entrevistas, de acordo com a disponibilidade das colaboradoras, e defini 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 Terapia Comunitária, desde o início, que ocorreu em fevereiro de 2007, e por ser a atual presidente da Associação e conhecedora da história de todas as participantes da área.

Na entrevista, foi explicado que seriam utilizados um gravador e um guia contendo as perguntas de corte (Apêndice A), apresentado o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (Apêndice B) e solicitada a assinatura das entrevistadas. 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, no momento da pré-entrevista, tendo ocorrido em sua maioria nas residências das colaboradoras, local onde elas se sentiam tranquilas para resgatar suas histórias. Ao término, fiz anotações, no caderno de campo, com o objetivo de melhor compreender o momento e as emoções que emergiram durante os relatos.

No início da entrevista propriamente dita, comuniquei às colaboradoras que poderia desligar o gravador, no momento em que desejassem interromper a narrativa, que o material passaria, posteriormente, por uma conferência e que elas poderiam ou não autorizar sua utilização para confecção do trabalho e de publicações que surgissem.

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

Após essa etapa, transformei o material oral em escrito. O texto, para cuja elaboração empreguei as etapas de Bom Meihy, deve ser disponibilizado ao público.

Durante a etapa da **transcrição**, o material empírico foi ouvido várias vezes; suprimi alguns vícios de linguagem, palavras repetidas, desvios gramaticais e mantive alguns para que as colaboradoras conseguissem se identificar.

Terminada essa etapa, procedi à **textualização**, em que suprimi as perguntas de corte e iniciei a construção do tom vital, que, segundo Bom Meihy (2005), é a frase que serve de epígrafe para a leitura das entrevistas. Nessa etapa, houve a fusão das respostas.

A **transcrição** foi a fase em que fiz interferências para transcriar o material textualizado para a realização das conferências, muitas das quais foram trazidas do caderno de campo, e contribuíram 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 estive ausente uma das colaboradoras, que entrevistei, posteriormente, em sua casa, na presença de uma testemunha. Essa etapa foi seguida de muita emoção, visto que todas as colaboradoras ficaram alegres por terem lido e escutado sua história de vida e por terem sido informadas de que, a partir deste estudo, suas vidas teriam outro significado, pois passaram a entender que suas lutas para sobreviver a situações difíceis até o momento valiam como incentivo para outras mulheres superarem o sofrimento ocasionado pelas dificuldades por que passam na vida.

Todas solicitaram uma cópia para que pudessem mostrar aos familiares e a amigos chegados como eram importantes e quão bonitas eram suas vidas. Nesse momento, todas elas reafirmaram querer a utilização de seu nome civil e sua foto ao lado da entrevista.

Após revisão do texto, foi solicitada a assinatura da carta de cessão (Apêndice C) que, segundo Bom Meihy (2005), “é um documento fundamental para definir a legalidade do uso da entrevista”, que é registrado em cartório por utilizar o nome e a imagem das mulheres, garantindo assim qualquer constrangimento que possa surgir de qualquer uma das partes interessadas.

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: ou a força construída com a vida, os recursos do imaginário no processo resiliente e a TC como espaço de partilha e despertar da resiliência.

Nas narrativas e nos tons vitais, foram encontrados elementos que caracterizavam a capacidade de resiliência de cada mulher, identificada pela capacidade humana de enfrentar, controlar, fortificar e/ou transformar a realidade através, principalmente, da partilha de experiências.

Este estudo foi realizado no Loteamento Parque do Sol, situado no Vale do Gramame, na cidade de João Pessoa – PB, com mulheres que participam das rodas de TC. Nessa comunidade, realizavam-se rodas/encontros de TC quinzenalmente, há mais de dois anos, e existia um vínculo significativo com a comunidade, que sempre participava das atividades desenvolvidas pela Associação de Moradores do Vale do Gramame – ASOLVAG.

O loteamento fica na zona sul da cidade e faz divisa com o Bairro Valentina de Figueiredo, ao norte; a leste, com o Bairro Monsenhor Magno; e, ao sul e a oeste, com o Vale do Gramame. O local onde hoje se situa o loteamento era uma grande Fazenda, conhecida por Ceagro, que passou por uma divisão em sua área, e uma das partes deu origem ao Loteamento Parque do Sol. Esse nome se deve ao fato de ficar entre o Parque Cowboy e a praia do Sol e por se ver o por do sol de qualquer parte desse lugar.

A área começou a ser habitada, aproximadamente, há 13 anos. O que atraiu a venda dos lotes foi a isenção de comprovação de renda para adquiri-los. Atualmente, vem se expandindo e apresentando cerca de 3.000 moradores. Segundo informações das primeiras moradoras, o Loteamento foi criado a partir da divisão de uma fazenda; seus lotes eram vendidos sem a exigência de comprovação de renda a um preço acessível, fato esse que levou diversas pessoas a procurarem adquirir um lote para construir suas residências.

A área preserva, até os dias atuais, características do início de seu povoamento, inclusive com a presença dos primeiros residentes, que contaram a história de sua ocupação e das lutas travadas para conseguir a aquisição de equipamentos de infraestrutura básica, como a luta pelo abastecimento d'água, conseguido ano passado, o transporte público e melhorias de pavimentação das principais ruas.

A comunidade tem déficit de recursos sociais. Em seu território, há duas igrejas, sendo uma evangélica e outra católica; uma associação de moradores, grupos de crianças e jovens e o grupo da TC, que funciona quinzenalmente na sede da associação.

A comunidade é cultiva hábitos de respeito ao meio ambiente. Isso foi constatado quando percorremos todo o território e vimos muito pouco lixo a céu aberto, bem como o zelo e a preocupação em preservar o verde ainda restante e os valores culturais.

Os encontros de Terapia Comunitária ocorreram na sede da associação, com um público médio de 20 participantes, e são espaços que auxiliaram no despertar das características resilientes das mulheres, objeto deste estudo.



*4 Conhecendo as
Experiências*

Neste capítulo, foi revelada a história de cada colaboradora que participou, de maneira decisiva, da elaboração deste estudo, tornando-se seu ator principal. Elas preferiram ser identificadas pelos seus verdadeiros nomes e pela sua imagem e afirmaram que as histórias eram suas e tinham um significado importante na memória, pois as deixariam contadas para o presente e o futuro.

De cada relato da história dessas mulheres, destaquei o tom vital e, antes de adentrar nas histórias de vida, procurei contextualizar sua realidade, caracterizar a sua trajetória de vida, para identificar suas características pessoais, seus hábitos cotidianos, ou seja, conhecer sua história de vida, sua experiência resiliente.

Conceição – Ceixa



Pernambucana de nascença, mas paraibana de coração, descendente de índio com orgulho da sua origem. Usa o teatro para passar lições de força e coragem para as mulheres, principalmente em situações de sofrimento. Apesar das grandes perdas, não se perdeu com elas, hoje sabe ganhar, tendo encontrado esse ganho em suas raízes, no apoio dos amigos e da comunidade. Foi nesses ganhos que a conheci.

Ela preferiu ser entrevistada na sede da Associação, porquanto ali se sente em casa. A entrevista aconteceu em um final de tarde, num clima de muita emoção.

Participante ativa e grande divulgadora da Terapia Comunitária por onde passa, Conceição faz questão de dizer que foi nesses encontros em que se sentiu fortalecida para enfrentar a perda do filho e que isso foi seu grande remédio.. Atualmente, exerce a função de presidente da Associação de Moradores do Vale do Gramame - Parque do Sol. Sonha com mais melhorias para a comunidade e com o seu desenvolvimento.

Orgulhosa de seus 52 anos de idade, afirma, com veemência, que sua grande força para viver e acreditar na vida está no trabalho e nas pessoas da comunidade. Ela afirma que, quando se sente triste, lembra-se da música da Terapia Comunitária, que diz: “To balançando, mas não vou cair...”

Tom vital: Sou uma mulher de força e de muita fé em Deus e nas minhas raízes (...)

Eu morava em Mangabeira [...] devido a problemas financeiros e com um dinheiro de herança da morte de meu pai, comprei esse terrenos aqui do Parque do Sol, através de uma grande amiga que me repassou pelo mesmo preço da imobiliária responsável. Faz 10 anos que resido aqui. Quando vim morar aqui meu filho não quis vir comigo, pois o local era muito esquisito e quase não tinha moradores, mas foi aqui onde meu marido colocou sua oficina mecânica e como ele diz os clientes vieram atrás, pois quem é bom os clientes vêm atrás e graças a Deus não falta serviço.

A minha vinda para cá, foi muito difícil, pois tive que deixar meu filho com minha irmã [...], mas devido as dificuldade que estava passando e a oportunidade de ter meu canto, tive

que fazer essa escolha, [...]. Minha grande decepção foi a morte do meu filho que foi assassinado em Mangabeira, ele estava andando com umas “peças” que não eram boas amigas, eu não gostava. Na terça-feira de carnaval o deixei e vim embora pra casa, passei o carnaval com ele, era como se fosse uma despedida porque a gente ficou muito junto e teve aquele momento de despedida, [...] a gente fez um encontro assim de Deus mesmo, naquele momento eu não entendi a mensagem. Quando foram umas 11 horas da noite, chegou um amigo dele lá em casa, chamando meu marido e foi quando ele disse que tinham matado Kauê com um tiro no tórax, lá em Mangabeira IV [...] o mundo caiu pra mim. Fiquei muito perturbada, [...] 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.

Outra coisa muito importante que me deu força foi ter amigos aqui na terapia comunitária, eu participava na associação, foi a terapia que me fez sair de casa porque ficava chorando e quando começou a terapia meu amigo Henrique me convidou e eu vim, também teve a comunidade que foi muito importante pra mim, o trabalho da associação, o trabalho que faço de violência contra a mulher com o teatro, acho que esses trabalhos me ajudaram a superar. Outro fator foi em um dos encontros quando me perguntaram se eu tinha outro filho e se alguma vez tinha parado para ver como ele estava se sentindo, aí pude parar e perceber que estava deixando meu filho Yuri esquecido e tinha que reagir também por ele.

Eu me sinto muito bem quando estou ajudando as pessoas, de correr atrás, de procurar ajudar o ser humano. O que me faz feliz é ajudar o próximo, acho que ajudar a comunidade é o que me conforta.

Quando passo por situações difíceis sempre digo sou filha de índio e tem uns rituais indígenas que eu gosto muito, um é ficar no quintal de noite olhando a lua e meditando e essa força vem da minha avó, [...] uma mulher que trabalhou muito no mato e na plantação, [...] a gente não tinha o que comer, comia o que tirava da terra e lembro-me de meu avô contando aquelas histórias de “trancoso”, [...] sentado no terreiro, onde eu olhava pra minha avó que não tinha nada e era feliz e acho que essa força vem dela, da minha família de raízes, uma coisa forte para mim.

Todas as vezes que eu estou triste eu vou lá pro quintal e fico olhando a lua e dizendo que amanhã vai ser melhor, acredito também em Deus, tenho muita fé em Nossa Senhora da Conceição que tem me ajudado muito.

Tenho tirado muitas lições para minha vida, mas a lição que tive com toda essa história é olhar e saber assim que não só sou eu, que não aconteceu só comigo, tem várias pessoas que também perderam seus filhos, e estão aí em pé, por isso tem uma coisa que gosto muito na terapia que é a música “to balançando mais não vou cair”, essa música ficou na minha mente, então toda vez que fico triste vou lá e digo to balançando mais não vou cair, mas não vou cair mesmo [...].

É por isso que falo que a terapia tem contribuído para minha vida, lá é onde escuto os depoimentos das pessoas, vejo como são importantes, que não estou só, a exemplo de muitas histórias, vejo outras pessoas independentes que estão vivendo e me fizeram entender que não estava sofrendo sozinha, que tinha outros sofrimentos mais fortes do que o meu. A terapia contribuiu muito porque é um lugar que todo dia marcado a gente essa lá, se reúne, conversa e fala.

Foi nesses encontros que vi que tinham amigas minhas que estavam lá pra me dar força, pra segurar na minha mão, pra saber que não vou cair [...]. 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. [...] Acho que se não fosse todos esses objetivos não estaria de pé, se não fosse essa correria toda, atrás de coisas para minha vida.

Hoje tenho 52 anos, tenho muito orgulho da minha idade, pois venho com uma carga de sofrimento muito grande e venho sendo forte superando tudo, sempre com muita fé e esperança, principalmente os sofrimentos menores, só não queria que ninguém passasse pela perda de um filho, porque a dor de perder um filho é uma dor muito forte, mas o que me dá força pra viver e acreditar são a comunidade e o trabalho que faço junto a eles.

Mariza



Uma das primeiras moradoras da comunidade. As perdas financeiras foi que a trouxe para essa comunidade, tendo como uma de suas vitórias foi ser eleita como primeira líder comunitária do bairro, sem nunca ter sido, mas enfrentou a missão que, até hoje, assume como vice-presidente da Associação de Moradores.

Treze anos já se passaram dessa história, e Mariza continua lutando pelos interesses da comunidade, sempre dizendo que “ainda falta muito apesar de já ter conseguido tantas coisas”.

A entrevista aconteceu em sua residência, com uma linda vista da área e junto dos seus belos trabalhos de artesã, profissão por meio da qual ajuda nos sustentos da casa, pois não é fácil viver com menos de um salário, razão por que precisa fazer milagres, afirma.

Mulher de fé, que faz de sua casa sua igreja, onde se ajoelha no chão e pede ajuda a Deus para enfrentar as situações difíceis. Diz ter muita coisa guardada no cantinho da alma, mas que não quer ressuscitar, prefere deixar “guardadinho”.

Sua força para enfrentar os problemas vem da mãe, uma negra de luta. Mariza tem orgulho de dizer que a comunidade e suas ruas receberam nomes de pessoas queridas e conhecidas, como uma forma de homenageá-las. Uma delas foi sua mãe, Maria José Alves. A fé em Deus, a quem ela recorre nos momentos difíceis, é também um meio de superar as dificuldades.

A Terapia Comunitária é, para essa colaboradora e sua comunidade, um apoio, pois refere que é na história do outro que vê os seus são tão pequenos e se sente importante, por isso se lembra da frase: “Ninguém atira pedras em árvore que não dá fruto.” Por isso sente que sua árvore está com muitos frutos.

Tom vital: (...) sou perseverante, Deus é a luz da minha vida, essa força me empurra pra frente... sempre (...)

Eu vim morar no Parque do Sol há mais ou menos treze anos, quando começou o loteamento [...] vi esse terreno, que era o mais barato e não exigia comprovante de renda para

comprar, apenas a entrada e dividia em varias prestações, comprei e comecei a construir minha casa, não essa que moro hoje, pois tive que trocar por [...] não ter tido condições de terminar, estava faltando o reboco, o piso [...] e como essa estava quase toda pronta fiz a troca. [...] fui à terceira moradora [...] era tudo mato, mas parecia uma fazenda, com gado, cavalo me via em uma fazenda sem ser dona dela, era um local muito bonito, hoje cresceu muito chega a ter quase 3.000 hab.

Foi aqui que comecei a fazer trabalhos comunitários, com a chegada de novos moradores vimos à necessidade de infra-estrutura, pois não tínhamos as mínimas condições, [...] faltava o ônibus, a coleta do lixo, a iluminação [...], uma coisa boa é que você não ver lixo nos terrenos, os moradores respeitam isso, são poucos os que cometem crime ambiental aqui na área.

Começamos a nos reunir e os moradores me elegeram como líder comunitária acha que porque eu trabalhava em casa, mas não queria, 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. Batalhamos muito para fazer de nossa área o que ela é hoje. Junto com a ASSOVAG veio os trabalhos com a prefeitura e hoje a nós também temos a Terapia Comunitária, que tem feito um trabalho muito bonito aqui com a comunidade.

Desde que vim morar aqui tive várias situações difíceis [...], principalmente a questão financeira, uma que muito me doeu foi ter que se desfazer da minha casa, trocar por outra devida não ter dinheiro para rebocar, colocar piso [...] mas sou feliz em ver que quem comprou essa terminando ela. Graças a Deus não tivemos problemas de saúde, porque todos os problemas materiais nós superamos, mas a saúde é difícil, 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.

Uma das situações que me desgostou muito foi o fato de ser líder comunitária, a gente trabalha muito, as pessoas cobram muito e eu cheguei ao ponto de dizer que não queria mais, [...] as pessoas tratam como se ganhássemos dinheiro, e isso me desgostou muito, a ponto de querer abandonar todo o trabalho comunitário, só não abandonei porque tive a força das pessoas na terapia.

Eu sou separada, vivo sem meu marido já tem uns 17 anos, fiquei com meus três filhos, tenho um menino que tem problemas, uma neta que mora comigo e a minha renda é menos de um salário mínimo, [...] e foi isso que me fez desfazer de minha casa, pra comprar uma de menor valor, mas que estava pelo menos rebocada. E isso marcou minha vida, porque a gente que vencer aquela fase e não consegue, [...] as outras dificuldades vieram no início e eu quero deixar bem guardadinho lá, não quero mexer, quero deixar bem enterradinho. 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 sofremos mas conseguimos esquecer um pouquinho a dor do sofrimento e das dificuldades financeiras.

Quando passo por situações difíceis peço força a Deus, Ele é o único, não tenho de onde buscar, para onde correr, mas vejo dentro de mim uma vontade de lutar. Eu tenho pedido força a Deus e vibrando, somando, dividindo o pouquinho que tenho e assim vai à minha vida [...], já cheguei ao ponto de dizer assim Senhor, meu Deus eu vou explodir, [...], uma revolta, em outras horas um sentimento de incompetência, às vezes me sinto um pouco incompetente de não poder realizar uma coisa ou outra me sinto pra baixo, aí digo Senhor só Tu, me dá ajuda, acho que a minha fé é tão grande nisso, que encontro saída para o meu pedido [...], encontro caminho, esperança, encontro paz.

Muitas vezes, cheguei ao ponto de dizer “senhor, me segura, pelo amor de Deus que não estou aguentando” e com um pouquinho me sinto bem aliviada, acho que vem muito de dentro da gente, de querer tirar aquilo ali e superar de alguma maneira [...] outra é 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, a gente tem que sentar pegar nosso pequeno grupinho, discutir um monte de problemas pra chegar junto a uma solução. Por isso digo sempre a gente tem que ter fé em Deus, mas também temos que fazer a nossa parte, é preciso correr atrás.

As minhas experiências de vida vêm de minhas raízes, a minha mãe era uma negra de fibra morreu batalhando, morreu lutando. Hoje tem aqui uma rua com o nome dela, Rua Maria José Alves, ela era funcionária pública [...] o nome de nossas ruas são homenagem as nossas pessoas e não a políticos [...].

A lição que eu tenho tirado até agora é nunca desistir, ir sempre em frente, quando faltar força pedir a Deus que Ele dar, ou seja, é a força espiritual [...] não sou de viver dentro da Igreja, mais sou de botar meu joelho no chão e conversar com Deus dentro da minha casa, faço da minha casa a minha igreja e acho que Ele nunca me faltou, [...] o que falo Ele vem e me socorre.

A Terapia tem contribuído muito, a gente escuta muitas historias, experiências diferentes e acho que diante de tudo, vejo que o meu sofrimento se torna pequenininho, então me sinto importante, [...] já acompanhamos tantos casos dentro da terapia de chorar, de ver aquela pessoa ali contando aquele sofrimento pra gente, ai me sinto grandiosa, porque vejo que não estou sozinha e se a pessoa pode superar então eu também posso.

Esses exemplos vêm me ajudando a superar [...], principalmente as perseguições daqueles que queriam ser líder comunitário e tem um ditado “ninguém joga pedras em arvore que não dar fruto” acho que a minha arvore tem alguns frutinhas e a terapia me deu força para continuar, por isso ainda estou até agora com a companheira Ceíça.

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.

A terapia tem me feito ver o apoio das pessoas, isso me faz sentir-se realizada, satisfaz meu ego, pois meu pessoal essa satisfeito.

Sueli



Uma bela e jovem morena, cabeleireira e, como diz, “mulher de mil e uma utilidades”. Quem a vê não imagina como já passou por tantas situações difíceis. Moradora da Comunidade do Parque do Sol há mais de 13 anos, veio de família humilde. Seu sorriso largo cativa a todos. Desde muito jovem, sofreu muito, mas nunca perdeu a esperança e a alegria de viver. É evangélica fervorosa, mas acredita muito em si mesma para enfrentar as adversidades da vida. Sua alegria é o fato de o marido e a mãe terem “aceitado a Jesus”.

Sueli representa a mulher guerreira. Quando a conheci, era muito tímida, mal abria a boca, mas, com o tempo, nas rodas da Terapia Comunitária, foi mudando, ficando falante. Perdeu o medo de falar, como ela mesma diz, e, hoje, em qualquer lugar, pronuncia-se para expressar seu ponto de vista.

A entrevista com ela aconteceu em sua residência, onde estavam o marido, os filhos e uma amiga. Preparou o ambiente, dando tarefas para os filhos fazerem, a fim de que não atrapalhassem a conversa. Sentadas em sua sala, fomos conversando. A entrevista aconteceu com muitas pausas, regada de muitas emoções, pois nossa colaboradora é muito emotiva.

Escutá-la é viajar numa luta de superação de uma pessoa jovem, mas muito determinada, que luta pelo que quer e não tem medo de enfrentar os desafios, “mete a cara” em tudo, o que importa é saber o que quer para sua vida. Por isso, não falta às rodas de terapia, para onde sempre leva os filhos, até o mais novo, dormindo em seus braços. Sueli sempre está atenta a tudo, e quando conta suas experiências de vida, tem sempre uma palavra de Deus em sua fala.

Tom vital: (...) me vejo como uma mulher guerreira, determinada (...) não sou de desistir dos meus sonhos.

Quando vim morar aqui estava passando por um momento muito difícil de minha vida, morava com minha sogra que não se dava muito bem comigo, foi quando vi na televisão uma propaganda desse terreno aqui, disse a Marcelo, vamos comprar um terreno, [...] já fazem mais de 13 anos, fui à terceira ou quarta moradora dessa área aqui de cima. No início foi muito difícil, não

tinha água, energia era um ponto aqui e outro lá, não tinha nada, esse loteamento era só mato e todo dia a gente matava uma cobra.

Já passei por muitos sofrimentos [...], pois me casei grávida com 17 anos e morava com a minha sogra, na época meu marido estava desempregado e 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, pedia para os clientes deixarem os esmaltes, pois estava começando [...] e 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, estava sem saber fazer, mas Ele me deu a força para chegar até ali e também teve uma amiga que logo depois me deu a oportunidade de trabalhar no salão dela onde fiquei por quatro anos.

Hoje tenho meu salão onde faço unhas, corto cabelo, é uma profissão que amo muito e meu marido sempre diz assim essa mulher é muito guerreira, quando quer as coisas vai em frente e assim vou superando as dificuldades, pois a gente nunca deve baixar a cabeça para as dificuldades.

Uma situação muito difícil que passei depois que morava aqui foi o assalto na minha casa, levaram muitas coisas, os bem que a gente tinha aqui, sofri muito, quando olhava pra janela por onde o ladrão entrou, pensava que ia ficar com depressão, mas como sou evangélica, fui para a igreja pra poder aguentar o que estava passando naquele momento [...] meu esposo queria que a gente fosse passar um tempo fora, pois eu chorava muito e via a hora cair numa depressão, mas sempre dizia que Deus falou pra mim que o que me levaram Ele iria me dar em dobro, foi à única coisa que me marcou aqui foi esse assalto, meu sofrimento foi ver minhas coisas serem levada por outras pessoas.

Já sofri muito com meu pai que era alcoólatra, ele batia muito na minha mãe e no meu irmão [...] tive que trabalhar desde os 14 anos, trabalhava eu e minha irmã, mas quando chegava ao final do mês, meu pai pegava todo o dinheiro da gente, eu trabalhava de domingo a domingo, até sábado no comercio e no domingo ia pra feira de Oitizeiro vender roupa, tinha que ir a pé, porque até o dinheiro da passagem ele tomava.

Para enfrentar todos os sofrimentos meto a cara, sou de frente mesmo, não quero saber o que vai acontecer, o que quero é vencer, [...] fico às vezes pensando como é que consigo vencer as coisas?

Nesse momento estou trabalhando numa Kombi escolar com meu marido, ela só vive quebrando, quebra aqui, quebra “acolar”, quebra mais do que funciona. Meu esposo fica querendo perder a paciência, mas falo tenha paciência, pois Deus proverá, [...] vamos ver até onde Deus quer, porque porta que Deus abre homem não pode fechar [...].

Sempre busco forças através das palavras amigas de algumas pessoas que dizem tenha calma, vou ganhando mais força pra poder entender o que ta acontecendo, é em um ombro amigo onde me sinto confortada, meu esposo também, uma pessoa que sempre me põem para cima, pra poder enfrentar os obstáculos da minha vida.

Dentro de mim sou uma guerreira, pode ter certeza, sou mil e uma utilidade, emotiva, por tudo eu choro [...].

Lembro que quando comecei a fazer o curso de cabeleireira meu esposo era contra, porque fazia unha nos domicílios, onde ia buscar dinheiro para fazer a feira, pois no momento ele tava desempregado. Hoje trabalho nos finais de semana em casa, pois tive que fechar o salão lá em baixo e atendo agora em casa, pena que não tenho um ponto certo, pois o pessoal gosta de meu trabalho e minha clientela é grande.

Fico feliz quando aparece oportunidade de trabalhar na associação, dando curso de cabeleireira e manicure para pessoas da comunidade e assim vou levando essa profissão pra onde for. Amo essa profissão de verdade, nunca estou cansada quando alguém bate a minha porta para cortar um cabelo ou fazer uma unha.

Há um mês, passei por uma situação difícil, a gente tava fazendo transporte para o Colinas do Sul, e a Kombi bateu o motor, o mecânico fez o serviço do motor e com 15 dias foi a mesma coisa, aí Marcelo disse Sueli vou deixar pra lá, porque hoje mesmo não tenho nem o dinheiro de botar combustível, falei para ele não te preocupas porque se você não tiver vou pedir empresado para uma amiga foi quando ele disse você diz isso com uma confiança, aí falei é porque o Deus que sirvo é fiel e verdadeiro, só basta pedir que ele dar. Digo sempre a meu esposo se tem uma barreira, a gente passa por uma barreira tem outra a gente derruba e assim vai vencendo na vida as batalhas [...].

É difícil encontrar pessoas para ajudar a derrubar as barreiras, mas para colocá-las em nosso caminho é fácil, hoje se vive num mundo cheio de malícias, não se conhece quem é quem [...].

As minhas forças para enfrentar as dificuldades vêm de dentro de mim, gosto de escutar e ajudar aos outros, sempre digo a gente tem que ajudar quem essa precisando do conselho amigo, pois muitas vezes uma palavrinha que você dar melhora seu animo e o das pessoas, sempre busco passar coisa positiva as pessoas e assim vai o meu dia a dia.

Eu sempre venço as batalhas difíceis, mas para vencer sempre leio a bíblia para buscar a palavra, porque lendo a bíblia estou me regenerando e é onde vou buscar a força que essa faltando, é nas minhas orações, peço oração por todo mundo e assim vou vencendo, a cada dia que leio minha bíblia me sinto mais forte.

Eu pensava que tinha uma história de vida tão boba, mas agora vi que cada um tem uma historia de vida diferente, tem pessoas que na primeira barreira que acontece desiste, eu não. Quanto mais difícil está o caso, mas tento reverter, sou assim [...] para me derrubar é muito difícil.

Eu sou mãe fora, sou mãe dentro de casa, sou esposa, sou tudo, muita coisa para uma pessoa só, às vezes fico pensando assim como é que eu consigo meu Deus, fazer tudo isso, sei não, às vezes fico estudando a minha pessoa. Paro para ver dentro de mim como consigo vencer tanta coisa.

Dessas situações de sofrimento, venho tirando algumas lições para minha vida, 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.

As experiências que tiro é que se não tivesse acontecido tanta coisa na minha vida, não seria quem sou hoje, porque a gente tem que passar por momentos difíceis pra poder vencer. O que passei na casa da minha sogra, se tivesse me acomodado até hoje não teria minha casa, porque tinha a casa dela pra morar, se também não tivesse dito a meu esposo que ia ser manicure, se não botasse a cara, hoje seria só uma mulher pra comer e dormir, o que quero fazer, faço, só basta botar na cabeça.

A terapia comunitária foi muito importante pra mim, pois sou tímida e antes era mais ainda, não conseguia falar no meio de muita gente, quando alguém falava comigo começava logo a me desmanchar em choro, e foi nela que consegui fazer novas amizades.

Na TC tem muitos exemplos de vida, às vezes a gente pensa que temos problemas, mas tem gente que tem um mais difícil do que o nosso. Foi na Terapia que pude enxergar e saber que o que

passsei foi exemplo de vida, e foi lá que escutei o grande valor e admiração que minha sogra tem por mim, foi na TC que ela disse coisas que nunca tinha me dito [...].

Hoje sou mais determinada, digo assim, se as pessoas me procuram vou, porque sei conversar e vou levar uma palavra amiga, quando digo aquilo vai ser meu, consigo, temos que ter determinação pra tudo que você for fazer e não dizer será? Tem que dizer assim vai dar certo, tem que ser assim determinada, não ficar pensando duas vezes tem que pensar só uma.

Eu gostaria de falar que agora é só benção, passou os momentos ruins e agora vêm os momentos bons, porque aqui no Parque do Sol tem muita gente boa, sou muito conhecida, vai fazer um ano que meu marido aceitou Jesus, pra mim foi à melhor coisa, tenho dois filhos e em breve vou fazer meu casamento na igreja e convidar todos.

Eunice



Eunice é uma senhora de 68 anos, mas parece uma menina, sempre sorrindo dos problemas da vida e brincando como criança. Vive procurando o que fazer: faz rapel, trilha e gosta de acampar – esse é o seu principal lazer. No meio dos jovens, sente-se forte e poderosa, pois não deixa ninguém ganhar nas competições.

A entrevista aconteceu em sua nova casa, construída pela Prefeitura, depois de muita luta e de várias viagens. Sentamos à mesa, coberta por uma linda toalha vermelha bordada por ela, que sente orgulho de ser uma boa costureira. Foi contando suas histórias e como fez para superar tantos sofrimentos.

Foi morar na comunidade há cerca de sete anos. Ali se sente feliz e realizada, pois conseguiu um lugar para morar e vive como quer. A preocupação com os filhos é aparente em sua fala - se pudesse assumia o sofrimento deles. Mas é consciente de que cada um tem que lutar pela sua vida. Por isso, quando alguém de sua família está passando por alguma situação difícil, convida para participar da Terapia Comunitária, onde as pessoas podem expressar suas dificuldades para não sofrerem sozinhas.

Quando participa das rodas de terapia, sempre tem algum “causo” para contar e fala de suas experiências como uma grande vitoriosa, lembrando que pode falar do que está sentindo para não adoecer.

Escutá-la narrar suas aventuras nos fez entender o que é luta e superação, pois tem coragem em tudo o que faz, inclusive, em relação às aventuras. Assim, fomos viajando através de suas histórias relatadas abaixo e descobrindo quais as suas características resilientes.

Tom vital: quando passo por uma dificuldade, jogo tudo pro alto, sempre falo do que estou sentindo (...)

Eu estava morando em São Paulo e vim visitar uma filha em Recife-PE e meu filho aqui. Quando cheguei gostei muito daqui e disse que ia comprar um terreno, fui procurando e achei esse. Daí, não quis mais voltar para São Paulo e foi dessa maneira que vim morar aqui em 2002. No início fui morar com meu filho, depois aluguei uma casinha para costurar, ficar à vontade, e deixar meu filho à vontade, porque a gente só morava em uma casa com dois cômodos, era muito apertado, com muita gente.

Um dia tinha um homem construindo uma casinha, [...] e soube que era pela prefeitura fui lá e perguntei como era para a prefeitura construir, [...] Me mandaram lá perto do antigo DETRAN, onde era o lugar de se inscrever, [...] disseram que não estava tendo inscrição no momento, mais pegaram meus documentos e pediu para voltar em Janeiro para poder realizar minha inscrição, isso foi em 2007, mas depois apareceu uma pessoa da prefeitura aqui no bairro perguntando por mim e as pessoas informaram onde eu morava e ele veio fazer minha inscrição [...] dizendo que tinham sido sorteadas 200 casas e quem sabe a minha não seria uma, depois de mais ou menos dois anos, já estava desistindo [...], penei em fazer um empréstimo para construir, pois não aguentava pagar aluguel [...] foi quando coloquei essa minha situação na terapia e todo mundo dizia que não devia desistir, [...] fiquei pensando e conversando com Deus: vou fazer um empréstimo, comprar material, ficar devendo no depósito, ter que pagar pedreiro, ficar pagando aluguel enquanto constrói meu salário não vai dar, pois só ganho um salário mínimo. Nesse período foi quando chegou o engenheiro das casas da prefeitura: dizendo que tinha vindo para que mostrasse onde era meu terreno para poder construir, o levei aqui e fui logo dizendo como queria que ela ficasse a sua localização no terreno para depois poder construir mais um pouco, fazer, um quartinho pra costurar, continuar a ensinar corte e costura. E assim consegui minha casa.

Eu passei por um sofrimento, que quase me desesperei, com uma filha que está em São Paulo, minha caçula, quis deixar tudo, jogar tudo pro alto e ir embora acudir ela, que está com dois tumores na cabeça e estavam achando que era câncer, fiquei desesperada e disse meu Deus, a vida é assim cheia de desafios, ta em Tuas mãos, seja o que Tu quiseres, chorei bastante, [...] mas aí veio a notícias que ela estava melhor e não era a tal doença, mas se Deus quiser no final do ano vou ficar uns dias com ela.

Outra dificuldade foi à separação da minha filha com o marido, aquela que participava da terapia, [...] ela não queria voltar para morar no Recife, isso me angustiou muito, sem eu saber o que fazer, ela pediu a separação, o desquite [...] e não tinha como sustentá-la. Foi quando ele veio, implorou para ela voltar como a mesma não quis ir ele jogou tudo pro alto e vieram embora, hoje eles estão juntos e trabalhando. Isso foi uma angústia muito grande, eu ganhando muito pouco, meu salário sendo muito pouco [...] para eu sustentar ela, as duas filhas, a mim, aluguel, água, foi muito sufoco, muito aperseio, mas graças a Deus, venci.

Eu enfrento as situações difíceis entregando tudo nas mãos de Deus, jogando tudo para o alto, e andando, saindo de um canto pra outro para espalhar. E também com aquelas pessoas que eu mais gosto, eu desabafo, converso, eu enfrento dessa maneira, pois se eu for pensar mesmo, vou parar no hospital, devido ter problema de pressão. E não é qualquer pessoa que eu converso, tem as pessoas certas. Vou trabalhando, cuidando na vida, sendo feliz [...]

Quando passo por situação difícil a minha força eu tiro de quando meu esposo me largou, eu queria beber, nunca bebi na vida, mas o povo diz que bebendo a gente esquece as coisas [...] peguei na mão da minha filha menor e fui para o bar, chorando, pois tinha oito filhos para criar, doente e sem saber como eu ia ficar, me desesperei e fui para o bar mandei colocar um copo de pinga, chorando e imaginando meu Deus, quando sair daqui, vou sair bebada, já perdi meu marido, vou perder meus filhos, minha dignidade, vou me embebedar, cair pela rua, perder até meus amigos e minhas amigas que podem me ajudar, então não vou mais beber, perguntei ao homem o senhor não se importa que eu jogue essa pinga fora? E ele falou que não porque eu já tinha pagado mesmo e perguntou se eu estava passando por uma dificuldade muito grande, disse nem queira saber e fui embora entregando nas mãos de Deus, estou aqui até hoje.

Quando passo por uma situação difícil, relembro dessa história. Essa força vem de Deus, de mais ninguém, porque não teve ninguém no mundo que me conformasse, um e outro davam conselho, mas eu achava que nada ia me servir e tinha vontade de morrer.

A minha força só vem de Deus, não consigo achar outra coisa. Quando penso em uma situação péssima, sinto aquela força dizendo dentro de mim não pense nisso, então se não é o Diabo é Deus que me socorre imediatamente [...], me sinto como uma criança saio com os jovens, essa força vem da minha natureza, quando passo por um sofrimento lembro-me disso, e me sinto feliz, mas fico perguntando por que as pessoas não são felizes? [...] quando vejo uma pessoa infeliz começo a orar por ela, porque ver gente feliz é bom [...].

Quando passo por uma dificuldade jogo tudo para o alto, fico como uma adolescente [...] o que estou sentindo eu digo! Quem me ensinou foi um médico. Fico pensando quando uma pessoa essa sofrendo, meu Deus porque essa pessoa não é feliz, nós temos que ser felizes nessa vida.

A lição que tiro é que aprendi muito sofrendo, porque creio que se não tivesse sofrido, quando fiquei com esse monte de filho, eu tinha me desesperado, não tinha procurado um meio de resolver os problemas, pois no desespero, a pessoa não pensa no que vai fazer, quer fazer daquele jeito. Então, já sofri muito, tive uma boa lição desse sofrimento.

O que mais aprendei foi ter mais responsabilidades depois de uma situação de sofrimento [...], as pessoas não sabe como é minha vida [...]. Não gosto de comer só nem de dormir, são duas coisas que não gosto em minha vida, essa situação me tira o paladar, acho que é costume que botei em mim, fico chamando as pessoas na rua quando passam para comer comigo [...]

A terapia contribuiu muito com aquela força que me deram, acharam que eu tinha garra, aí me deu mais força de viver, me senti mais poderosa para poder vencer. Acharam alguma coisa e me deram a maior força, aquele calor humano, acharam não sei o que, mas me deu força pra vencer as barreiras fortes e vencer na vida.

O apoio que me deram um aperto de mão, uma abraço sincero [...] gostei muito [...] não sei como foi que a terapia me deu essa força, mas acho que foi indo para lá e se eu não fosse não iria falar nada e não ia ver que era verdade o que a terapia estava fazendo, [...] 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 uma mulher faz que outra não seja capaz de fazer ai vou enxergando dentro de mim que posso fazer, que sou capaz como todas as outras, vou atrás sem esperar por ninguém e entregando a Deus e lutando, correndo atrás e vou indo, como eu estou hoje e sendo muito feliz.

Hoje vi que minha historia de vida é bonita e mais de que nunca digo tudo que quero, falo mesmo, na terapia me disseram isso e agora é que faço, eu tenho coragem pra mais do que falar, essa força vem de dentro de mim mesmo, se alguém ficar com raiva depois passa, mas eu tenho mesmo é que falar.

Quitéria



Quitéria é uma mulher “pequenina”, mas, quando fala, parece gigante. Veio de Princesa Isabel, cidade do interior paraibano, diretamente para o Parque do Sol, depois de ter ficado doente do coração e se tratado na capital paulista, onde foi curada por sua fé. Não sabe explicar o porquê de ter escolhido morar aqui, acha que é porque o lugar é parecido com o campo, onde tem espaço para plantar e colher.

Evangélica fervorosa, ela serve a todos através da igreja e da associação, por isso é sempre procurada juntamente com seu esposo, Elias, para apoiar as lutas da comunidade. Todos os têm como verdadeiros líderes. Não sabemos se é por causa da idade, da experiência ou pela história de luta.

A entrevista ocorreu em sua “humilde residência”, como ela se refere à sua casa, que fica vizinha à associação. É um espaço de muito calor humano, e em cujo terraço, espaçoso e muito ventilado, seu Elias fazia consertos no telhado. Assim, fomos escutando suas histórias.

Carrega marcas na pele e na mente de muito sofrimento, pois foi explorada, humilhada e agredida, durante a infância e a adolescência. Não conheceu os verdadeiros pais, por isso é uma grande mãe e valoriza muito a família. Faz grandes elogios ao esposo, dizendo que ele é um pai, uma mãe, um verdadeiro companheiro, que a livrou de todo o sofrimento e das “pragas” lançadas pelos seus criadores, de que nunca iria ser ninguém na vida. Sua fé a encoraja e é em Deus e na sua “criança” que vai buscar força para superar as dificuldades da vida.

Lembra que foi na Terapia Comunitária e viu como era uma mulher forte. Foi recordando suas histórias, porque acredita que, contando, poderia ajudar muito as pessoas, sem precisar dar conselhos. Os abraços, no final da terapia, fazem com que se sinta amada e importante. Esta é, então, sua história de resiliência.

Tom vital: Já passei por muitas histórias de sofrimento [...] Hoje vejo como sou forte (...) com fé em Deus consegui ser o que sou hoje.

Eu vim morar aqui a partir de uma filha que saiu de casa aos nove anos, para morar com outra família que criou e deu pra ela o estudo, depois ela arrumou um casamento e foi preciso a gente assinar, porque ela era menor de idade, ela casou com esse rapaz e ficaram morando num povoado, desses de gente pobre, morava numa garagem apertada. Eu disse a Elias vou visitar nossa filha, deixa que a família onde ela morava tinha prometido tudo a ela, mas não deram nada (...) vi minha filha passando por necessidade e não sabia como ajudar, pois na época não era aposentada, fiquei perguntando: meu Deus que é que eu faço com esse povo que não tem nem o que comer o menino chorava de dia e de noite com fome e sabe o que ela fazia, era crente, ela orava e pedia a Deus e cantava ela não murmurava, ela só fazia cantar e quando era a tarde vinha aquele povo que era mais chegado a ela na igreja e trazia arroz, leite e até a massa de fazer mingau para o menino (...) mas ela não mostrava que estava triste, não reclamava, ficava alegre ai eu fiquei observando a vida dela deixa que passei uns tempos com ela e fui embora para casa.

Quando cheguei lá em Princesa fui contando para Elias como é que era a situação muito difícil que eles estavam passando (...), nós ajudamos a construir a casinha que hoje ela mora, com o dinheiro da roça, Hoje eles estão bem moram em Mangabeira, ele é pastor. Por isso é que digo, quem tem fé em Deus não perde a esperança nunca, ai é que aumenta minha fé.

Mas, eu sempre tive vontade de ir embora, sempre pedi a Deus dizendo que tinha vontade de sair de Princesa porque não tinha movimento de nada, não tinha estrutura era tudo muito devagar, eu dizia que só queria morar num lugar onde eu visse movimento, que me sentisse feliz, eu sempre pedindo a Deus ai eu disse Elias vamos embora desse lugar era uma desavença muito grande, Elias era metido à valente, gostava muito de brigar e eu sempre me sentia mal, foi quando eu cai doente do coração e fui para São Paulo, para fazer um tratamento na casa de meu filho, pra fazer um tratamento, deixa que eu tava com uma veia “entupida” e tinha que entrar em tratamento serio, mas escutando a palavra de Deus na rádio vi que ia ser curada (...) era bem magrinha, se fosse contar o que já passei na vida você não ia nem acreditar e também não quero nem me lembrar (...). quando voltei de São Paulo vim morar aqui porque Deus nos enviou, saímos de lá do dia para noite, sempre tive vontade de deixar Princesa, porque achava que não tava dando mais certo pra mim, queria trazer a família para vir morar aqui e sempre pedia a Deus que me tirasse daquele lugar, não estava gostando de morar ali, tava muito cansada, (...) só tinha o trabalho na roça que era de onde tirávamos nosso sustento, e trabalhava demais. (...) ainda hoje o povo pergunta por que saímos de lá correndo, se foi porque eu fiquei devendo ou porque enriquei.

Como eu vim parar aqui no Parque do Sol, foi através de um filho que comprou um chão e mandou Elias fazer uma casa, pois nós estávamos pagando aluguel de uma casa e construímos uma casinha, onde hoje minha nora mora, não existia a parte de cima, só a parte de baixo, mas me sentia mais feliz do que quando morava em Princesa que era a minha casa e hoje estou morando no que é dos outros, mas sai de lá com destino de nunca mais voltar. Só sei que conseguimos comprar nossa casa, através do trabalho meu, de Elias e com a ajuda do meu genro. Isso se deu através de um servo de Deus é pastor e nos ofereceu essa casa para que comprássemos e que poderíamos ir pagando aos poucos. Ela pertence a minha filha que é doente da cabeça, pois também foi com a ajuda dela, que tinha uma casa em Princesa e vendemos para ajudar na compra dessa, mas quando eu morrer vai ficar para ela, todo mundo já sabe.

Eu ainda fico sonhando como foi que vim parar aqui, toda hora fico me perguntando como foi que vim parar aqui? Acho que é porque tinha a filha que morava aqui e disse mãe mora aqui que é um lugar bom para senhora e pro pai, porque ele gosta de trabalhar e plantar e aqui dar certo, então eu acho que foi assim, apesar de que quando eu vim morar aqui não tinha nada nesse lugar não, só tinha poucas casas aqui, tinha umas lá em cima e aqui era só essa e mais três e Deus escolheu essa casa e até agora fico me perguntando como foi isso, Elia se agradou daqui e até hoje vivemos aqui, fico perguntando o que foi que achei bonito, pois lama, muriçoca e bicho de toda qualidade era só onde tinha, mas acho que é porque faz lembrar-se de minha terra, sinto muitas saudades de lá mais não quero nunca mais voltar, não sinto vontade de voltar para lá.

Na minha vida em Princesa, passei por muito sofrimento, aqui também vivi situações muito difíceis, já fui roubada, tinha feito um empréstimo no Banco do Nordeste pra pagar umas contas que tinha lá do sertão, umas estacas e uns arames, deixa que o “cabra” sentou perto de Elias no ônibus e levou todo o dinheiro. Chorava feito uma louca e me perguntava: e agora o que nós vamos fazer sem feira, sem nada, (...) mas deixa que com uns dias Deus abriu a porta e mandou feira pra nós, as coisas foram melhorando, acho que aqui eu não passei por muitas coisas difíceis, mas no sertão passei por coisas bem piores.

Outro sofrimento foi com uma filha, a que essa no CAPS, ela saiu lá de minha cidade algemada, amarrada jurando que ia me matar, passei por muito sofrimento, ela fazia desordem, fazia as fezes e jogava na casa dos outro, os vizinhos diziam que não era de nada, que não mandava na minha filha, sofri muito com isso (...). Ela não me queria ver junto de suas filhas, sofri muito, mas depois ela passou a tomar os remédios e fazer tratamento no CAPS do Valentina, foi acalmado e melhorou a situação esse foi o meu maior sofrimento depois que vim morar aqui, por outros não passei.

Para enfrentar as situações difíceis eu não faço nada, só oro, entrego a Deus, pois se Deus é por nós quem será contra nós? (...) Peço força a Ele e o que vem lá de dentro é resposta de Deus, dizendo que é para me “aquietar”, não se aperreasse porque Deus essa comigo, Ele é vivo, não é morto e creio Nele que é tudo em minha vida.

Eu enfrento os problemas confiando em Deus, isso me renova, sinto-me pegando em Sua mão. Teve um tempo que não andava e hoje estou aqui andando, isso aconteceu quando pedi a Deus que me ungesse com o olho Dele, foi na oração, pois se nós conversar com Ele, nós o vê. Porque o Deus que nós confiamos nos capacita e se a gente pedir, Ele ouve, para isso precisamos confira com fé, pois a pessoa que confia em Deus consegue tudo, Ele faz maravilhas em nossas vidas e tem o poder de curar. Ele é o maior (...). Ele tem autoridade divina e é forte. Creio que Ele tudo pode (...) o homem da terra não tem poder de fazer isso sozinho, confio em Deus, mas sei que Ele mandou médico, por isso se temos um problema serio temos que ir ao medico fazer tratamento.

Quando passo pro situações difíceis busco por nas mãos de Deus, se ajoelhar e orar, entregar a Ele tendo fé e acreditando que Ele tudo pode.

Já passei por muitas coisas difíceis, quando era criança, não tinha pai nem mãe, fui queimada, tinha muito bicho nos pés. Fui muito maltratada pela família que me criou, me lembro dos sofrimentos que me fizeram passar, mas não os odiei, entreguei nas mãos de Deus.

Quando passo por situações de muito sofrimento me lembro das historia quando era criança e me sinto renovada. A mulher que me criou era bruta demais, me botava na casa dos filhos para criar os netos dela, dormia por lá e os próprios filhos dela queriam me estuprar, mas fui muito ativa, não deixava eles chegarem perto de mim, dormia no chão, enrolada, não usava calcinha, quando menstruava botava um pano enrolado nas pernas, não sabia o que era menstruação, só vim saber o que era depois que vim entrar em um banheiro para tomar banho com os netos da família que fui criada, sempre dizia e acreditava que tava sangrando devido ter sido mordida por um “chamichic”. Hoje quando conto esses caso de minha vida pra minhas netas e filhas, elas bolam de rir.

Não possuía chinelas e as roupas que eles me davam era assim, compravam aqueles panos vermelho chamado linho, daquele grosso, cortava do tamanho do pescoço, botava a cabeça, ajeitava as mangas, anoitecia e amanhecia com essa roupa, era tratada como uma escrava tinha que limpar privada, acordar de duas ou três horas da manhã para ralar milho para os trabalhadores, numa máquina grande, como era pequena subia num banquinho e ficava lá, contando caroço por caroço, e se não me levantasse logo levava “peia” no chicote, aqueles de quatro pernas, me chamavam dizendo: ”levanta nega sem vergonha”, e me levantava chorando, mas escutava: “se

“você chorar muito vou bater em você”. Ia trabalhar com as lágrimas descendo, e não era para ficar resmungando, porque se resmungasse a “pisa” era maior, só terminava a tarefa quando tirasse toda a massa, o “xerêm”, pra poder cozinhar.

Tudo isso vem na minha memória quando passo por uma situação difícil ou quando vejo alguém dizendo que ta sofrendo (...) ai digo, você não sabe o que é sofrimento. Falo para os de casa (...) quando falo, encho os olhos d’água, por pensar no que passei, ai eles dizem “é verdade vó?”, ai eu digo “é verdade sim!”. Ai vem àquela dor por dentro, me lembrando do que já passei, mas hoje agradeço a meu Deus estou na minha casa, e tenho muito valor e não foi como eles disseram: que minha mãe era “puta”, que não soube ser mãe, me deu novinha, com três meses nos coeiros e que também não teria valor, pois filha de puta não tinha valor. Diziam: “essa saí vai ser a pior puta”, e hoje só posso agradecer a Deus, porque sou uma boa dona-de-casa, diziam que não ia ser dona-de-casa, que era preguiçosa, consegui criar meus filhos, batalhando, lavando roupa de ganho, para criá-los, mas consegui e quando estou sofrendo a minha menina vem de dentro e com certeza me dá força, pois lembro que consegui ser diferente do que disseram que eu seria.

As lições que eu tiro é que não tenho de deixar de acreditar em Deus, sempre dei bons conselhos as minhas netas e minhas filhas. Graças a Deus as minhas filhas nunca me deram trabalho, mas sempre quando vão fazer alguma coisa, digo que tenham cuidado na vida porque a vida da gente não é tão doce (...) quando vocês estiverem trabalhando tenha cuidado e respeitem os mais velhos e aos mais novos, não peguem nada de ninguém é a lei, se vocês verem alguma coisa deixe lá, não peguem para não se sujar. Mas graças a Deus nunca recebi má notícia, sobre essas coisas dos meus filhos. Sempre ensino: andem direito, saibam respeitar todo mundo. Eu criei meus filhos desse jeito, pois fui criada para não pegar nada de ninguém.

As principais lições que tiro do sofrimento é: ter amor ao meu marido, aos meus filhos. Meu marido é meu pai e minha mãe, acima de tudo. Aprendi com ele e vou morrer com ele, por isso nós sempre estamos juntos, como você vê nas reuniões.

A terapia tem contribuído muito, tem coisas que a gente não pode contar para todo mundo, mas na terapia falamos e nem percebemos (...). Lá a gente fica recordando, tudo que já passou principalmente os sofrimentos, vi que contando a minha historia estou ajudando as outras pessoas.

A Terapia tem me ajudado a ver que eu sou uma mulher forte. Ela tem me mostrado muita coisa. Nos encontros eu aprendi a amar as pessoas, ajudar as pessoas dá conselho não presta se desse conselho e o povo acreditasse era muito bom, mas o povo não toma e obedece aos conselhos, mas também se tudo que saísse da nossa boca fosse verdade era muito bom (...). Lá vi como é bom ter amizade com as pessoas, ter amor, compreensão. Eu me vi melhor com as palavras que as pessoas falavam.

Uma coisa que me chamou muito a atenção foi quando vi aquele caso do menino que tava com problema daquela doença de cair e quando fizeram aquela apresentação do mesmo jeito do problema de cabeça que ele tinha, fiquei com pena e imaginando se fosse comigo, na minha família, como é que ia reagir? Naquelas reuniões me sinto feliz, com mais força, coragem para enfrentar as lutas e vencer, batalhar (...). Ela tem contribuído muito, graças a Deus estou aqui.

A gente nunca tinha participado dessa parte e nos ensinaram muita coisa para a gente, pela palavra, e não tiver nada para falar, fica calado, só ouvindo. Acho importante porque ela traz alegria pra gente, pra nossa família se sentir feliz. Você tem vontade de ter mais saúde e paz.

Eu recomendo a TC, falo que todos têm direito de participar, para ver como é bom o movimento, ser respeitado, considerado, porque as pessoas são abraçadas pelo pessoal da comunidade e as pessoas pra quem falo diz: E é? Ai eu: é. Aqueles abraços são bons demais,

gostosos, a gente se sente abraçado, bem recebido e querido. Quando eu vou para igreja eu também me sinto feliz... Porque a gente não se sentiria feliz?

Dalva



Pernambucana de Itambé, Dalva passou a morar na comunidade por ser o lugar mais barato, quando se mudou a chamado de sua irmã. Sofredora e vítima de violência doméstica por muito tempo, é uma mãe dedicada que, para proteger os filhos, passou muito tempo em silêncio, para não destruir seu lar. Hoje, no entanto, ganhou força e é outra pessoa.

Tímida, fala pouco, mas é grande observadora. Nas rodas de terapia, sempre cabisbaixa, tinha um olhar distante, mas demonstrando estar presente de fato no encontro. Paciência é sua palavra, disse que já aguentou muita coisa na vida pelos filhos, mas, hoje, não deixa que ninguém a maltrate ou humilhe.

A entrevista com Dalva aconteceu em sua casa, em um dia de folga, na presença da mãe, que ficava sempre balançando a cabeça, como se concordasse com tudo que a filha ia contando. Sentada em uma cadeira, estava de cabeça baixa, com o olhar de quem está mergulhando em sua história de vida. Foi falando de suas experiências, de vencer as dificuldades e de onde vinha sua força para enfrentar as adversidades impostas.

Orgulha-se de dizer que foi na Terapia Comunitária, escutando as histórias ali contadas, que foi encontrando, dentro de si mesma, a força para sair de tanto sofrimento, pois chegou à conclusão de que isso dependia muito mais dela mesma do que dos outros.

Tom vital: (...) hoje, depois de tudo que passei, descobri dentro de mim outra mulher, uma mulher guerreira (...)

Antes de eu vir morar aqui, eu morava em Itambé e vim a chamado de minha irmã [...], vim para cá por ser o lugar mais barato que encontrei na época [...], era tudo mato pouca gente mais hoje essa bem diferente tem bem mais gente [...] e casas e quase nenhum mato. [...] Fui construindo minha casa e hoje estou aqui [...]

Já passei por muitas coisas ruins em minha vida [...], já apanhei do meu marido [...], 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 denúncia contra ele na delegacia da mulher, depois disso, ele melhorou muito [...].

Em muitas situações enfrento os problemas tendo paciência, fazendo que não esteja vendo nada, [...] tentando levar a vida, sem desistir, não posso deixar os problemas de lado [...], tenho que enfrentar de frente, seja lá como for, mas não desistindo de minha vida porque a esperança é a última que morre [...], mesmo porque quando a gente tem filho não pode sair assim fazendo tudo [...], às vezes pelos filhos [...] a gente arruma força, pois não quer ver tudo sendo destruído e não há vida sem fé e esperança [...].

Sei que minha força [...] vem de mim mesmo, do coração, aí meu Deus eu não sei não [...], e também quando [...] tava assistindo a terapia aí na associação, onde vi as pessoas conversando, falando dos seus problemas, do seu sofrimento me ajudou a encontrar força também, mas muita coisa depende única e exclusivamente da gente, [...] mas muitas coisas vi na terapia escutando [...] lá a gente tem muita força [...].

Eu sei que, primeiramente, minha força vem de Deus, vem do meu coração, [...] sei que eu também tenho coragem pelos meus filhos, por eles tenho que fazer muita coisa, mas principalmente minha força, vem do meu coração, de dentro de mim.

De todo sofrimento que já passei uma lição muito significativa para mim é que eu 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 [...].

Outra lição que fica disso tudo é coragem que tenho de enfrentar tudo, não tenho mais medo nem vergonha. Aprendi a não mais levar desaforo para casa, seja lá o que for não deixo mais acontecer na minha vida [...] enfrento, pois tenho que me dar valor [...]. Nós somos gente, um ser humano não tem mais que ficar com medo, tem coisas que só você pode fazer ninguém mais pode fazer por você, por isso [...] tem que ter muita coragem, coragem mesmo, tem muita coisa que acontece e você fica aguentando dentro de casa, muitas vezes a gente via muitas mulheres morrerem, mas hoje em dia as coisas estão melhores pra gente, se depois de denunciar não quiser mais voltar pra casa eles tem até lugar pra gente ficar. [...] E a força pra denunciar, vem na hora, à gente passa a ver que não fez nada de errado, acredita em nós mesmo [...].

Na Terapia, escutando as histórias de sofrimento dos outros fui criando força e coragem, pois entendi que não fiz nada de errado, assim descobri que precisava acreditar mais em mim.

Hoje tenho certeza, a terapia me ajudou muito a ver essas coisas [...] aquelas conversas, onde todo mundo falava de seus problemas, das suas preocupações, isso vai dando força e a gente entende que cada um pode resolver suas coisas, a gente se sente capaz, com força para enfrentar.

Quando percebi minha força me senti mais corajosa, mais segura, sentindo-me uma guerreira depois de tudo que eu já passei [...] eu não deixo mais ninguém se desfazer de minha pessoa, hoje em dia eu estudo, tenho muita coisa para fazer, trabalho e vi essa outra pessoa dentro de mim, descobri que existia outra mulher [...].

Gostaria de deixar uma mensagem para as mulheres que sofrem violência: [...] não abaixe a cabeça, pois hoje em dia tem essa nova lei Maria da Penha que nos ajuda muito [...] não deixe que ninguém se desfaça de sua pessoa, tenha coragem como eu tive [...] vá lá e denuncie [...].

Você que está sofrendo nunca abaixe a cabeça para seus problemas, não desista de seus sonhos, tenha coragem e veja que a força está dentro de você [...] não sofra mais calada, pois tem hora que a gente não aguenta mais e vai e enfrenta [...].

Cida



Mulher trabalhadora, auxiliar de serviço, Cida vive feliz porque onde mora pode deixar os filhos e encontrá-los bem quando volta, depois de um longo dia de trabalho e da escola que frequenta à noite. Foi cursar o técnico de enfermagem para poder melhorar de vida e ajudar aos outros, disse que escutando os problemas dos outros viu que sendo “enfermeira”, como via no hospital poderia ajudar a quem estivesse doente.

A palavra que define essa mulher é determinação de vencer, superar as tristezas e ajudar a quem dela precisar.

Nosso encontro aconteceu em sua casa, numa noite de lua cheia, em um momento de folga do trabalho e da escola. Chegamos a sua residência através da amiga Ceíça e seguimos conversando num clima de muita confiança e amizade.

Hoje vive sozinha com os filhos, mas encontrou nos amigos a companhia que faltava no marido. Ao falar que havia voltado a estudar e que, com muita luta, vai ser uma grande técnica de Enfermagem, mostra o quão determinada é.

Mostra-se triste por não poder estar participando dos encontros da terapia, mas afirma que foi nessas reuniões onde encontrou força para voltar a estudar e crescer na vida. Eis, a seguir, a história de Cida.

Tom vital: Superei, aprendi a ser mais eu [...] me sinto vitoriosa (...) tudo que quero consigo realizar.

Desde que vim de Cubati, sertão da Paraíba, sempre pedi a Deus que me mostrasse onde deveria comprar meu lugar para morar, investir meu dinheiro, que fosse um lugar onde eu pudesse sair de casa e deixar meus filhos em paz, porque eu saio para trabalhar logo cedo e só volto à noite e sempre me preocupei muito com isso [...]. As pessoas sempre me diziam veja bem onde você vai comprar a sua casa e eu sempre pedi muito a Deus, foi quando minha filha falou que tinha visto essa casa para comprar, ela comprou na quarta-feira e eu só vim ver no sábado, vim ver gostei e

graças a Deus, já faz cinco anos que saio de casa e quando chego estar tudo em paz, graças a Deus, alcancei essa graça de conseguir minha casa e num lugar certo que queria.

Já tive muitos sofrimentos e um foi com meu esposo [...] teve uma época que ele se distanciou muito de mim e me senti muito sozinha e não é falta de uma companhia [...] porque um esposo não é só um marido, é um companheiro, passava por problemas e quando chegava a casa não encontrava essa pessoa pra conversar, tinha meus filhos, mas ele me fazia muita falta sabe, passei por um momento de muita tristeza, mas graças a Deus superei.

A tristeza era chegar a casa e me sentir muito só, sem apoio, dizia sempre assim meu Deus estou morando num lugar que me sinto muito isolada, meus filhos saiam e ficava só, sentindo a falta de meu esposo, [...] pensei muito em sair daqui, mas depois pensei isso não é a solução, deixar as minhas coisas ir para outro lugar, foi quando falei que não ia embora e resolvi ficar aqui.

Sou uma pessoa que rezo muito, me apego muito com Deus, não sou de desesperar, sair, dizer vou passear me divertir, queria muito fazer isso, mas não sei fazer, fico quietinha calada, se tiver alguma amiga que saiba da historia posso até conversar com ela. Mas geralmente enfrento meus sofrimentos sozinha [...] mas também fico sempre pedindo a Deus em todo momento que ele me mostre como resolver e Ele mostra. Se tiver uma amiga que possa falar ai falo, se não fico na minha, em casa mesmo.

Quando passo pro situações de sofrimento vejo que minha força, vem da força de Deus, é Ele mesmo que me dar, pois sempre digo meu Deus você vai me mostrar uma luz. [...] 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, mas essa palavra aparece e sei que é enviada por Deus.

Outra coisa é que eu tenho coragem, de ir atrás, procurar, de chegar a algum determinado lugar e dizer assim, estou passando por isso e até peço ajuda se for possível, tenho coragem de fazer qualquer coisa, não de me desesperar, tenho coragem de ir atrás, procurar [...].

Eu já passei por muitas dificuldades e graças a Deus, mesmo com todas essas dificuldades nunca voltei, não regredi, só fiz aumentar, porque no inicio 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 [...] E graças a Deus não tenho o que dizer, hoje fui derrotada naquilo e não vou me levantar mais, passo por dificuldades, mas levanto [...].

As principais lições é de 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 assim tenho muitas vitórias, porque tudo que vou fazer eu consigo.

Eu aprendi a ser mais eu, lutar e ter um proveito. Sou vencedora, graças a Deus saio ganhando, vitoriosa de qualquer forma, nunca fui derrotada, tem aquele ditado que diz: depois das derrotas vem às vitórias. Por isso quando estou passando por algum sofrimento, sei que posso passar 1, 2, 3 dias, mas sei que vou ter uma vitória, sei que só tenho uma coisa a ganhar, não me sinto derrotadas, mesmo com essas coisas que me acontecem, me sinto vitoriosa.

Essa força vem de Deus primeiramente e depois de mim mesmo. Sempre confiei em mim mesmo, sou uma pessoa forte, vou conseguir, vou lutar, estou passando por isso hoje, mas amanhã

vou vencer e graças a Deus até aqui eu só tenho vitórias, eu não me sinto uma pessoa derrotada eu me sinto uma pessoa vitoriosa.

Demorei muito a participar dos encontros da terapia, era uma pessoa muito distante, que não dava valor a esse meu bairro, dizia que ele não tinha nada para se aproveitar, mas tinha o sossego, a paz em ter que sair de casa e quando voltar encontrar tudo, mas socialmente eu achava que aqui não tinha nada, mas depois que passei a frequentar a associação, vi que nós temos muitas coisas interessantes na nossa comunidade inclusive a terapia, porque essa me passou a união de todo mundo, todos colocam seus sentimentos em pratica, é um encontro onde a gente pode ouvir, falar, cada um de seus sentimentos. Eu já sabia que tinha força, mas na terapia vi que tinha muito mais, vi que tinha pessoas com problemas piores do que o meu, só que a gente pode superar, acreditando podemos conseguir coisas melhores.

A terapia me ajudou muito, nem conhecia o que era, mas no momento que passei a frequentar, vi que [...] continuo forte [...]. Sabia que tinha esse meu lado de acreditar em mim, mas a terapia ajudou a ver que, antes pensava que só eu tinha problemas, só eu sofria e na terapia vi que tem outras pessoas que sofrem também, uma com esposo, outras com filhos e outras coisas, então lá eu descobri, vi lá que tem pessoas que passam por mais sofrimentos que eu e isso reforçou muito mais em mim que eu sou uma vitoriosa.

Eu recomendo a terapia para as pessoas e digo o que é que você pode falar, pode se expressar lá o que der e o que não, acho que fiz o que é certo, comecei isso por aqui por casa, porque acho assim se fui à terapia e me senti bem lá com certeza cheguei aqui com o animo bem feliz, porque fui e gostei e quando você vai num canto que você gostou você procurar passar, dizendo fulano lá naquele canto é assim, assim e assim e se você não gostou você vai dizer também, olhe nem vá que aquilo não presta, então é isso e quando cheguei a casa passei para as minhas filhas e já foi uma e também quando converso com alguém e toco no assunto da terapia vou passar que lá tem coisas boas, pois quando você conversa, quando você discute só tem a ganhar, acho que não tem nada a perder.

Eu quero falar dos meus estudos, pois deixei de estudar muito jovem, abandonei tudo, só que depois senti a necessidade de estudar, então tinha necessidade e não tinha coragem de enfrentar. Essa coragem veio depois de estar morando tão longe, aqui no Valentina, e mesmo que antes eu morava vizinha a uma escola eu não tinha coragem. Teve um dia que eu disse a uma colega que ia voltar a estudar e me matriculei e estou aqui contando a historia e terminando meus estudos e depois vai vir à grande vitória que é conseguir meu emprego.

Engraçado foi na terapia que eu comecei a ter mais coragem, e vi aquele povo lá falando e disse assim meu Deus tenho que fazer alguma coisa e foi ai que senti que precisava voltar a estudar para poder falar, porque via lá todo mundo falando e eu com vergonha, vi que precisava ter algo mais para poder falar, conversar e foi assim que veio aquela coragem, mesmo tão distante, chegando em casa tão tarde e tendo trabalhado tanto o dia todo, passei a me ver mais, pois era uma pessoa só de casa para o trabalho e quando comecei a participar me achei uma pessoa importante, pois quando vem alguma pessoa na sua casa e lhe convida, me senti importante em ter alguma pessoa que veio na minha casa e me fez um convite, pois se ninguém lhe procura você não é importante, mas foi lá que vi como era boa, como ganhei amigos que se preocupam comigo, como as pessoas lembram de mim.

Hoje devido ao curso a noite não estou indo, mas já disse quando terminar vou voltar a frequentar e me sentir bem chique (risos)



*5 DISCUTINDO AS
HISTÓRIAS*

Este capítulo foi construído a partir da análise das histórias narradas pelas colaboradoras, por meio das quais, procurei responder aos objetivos propostos e promover discussões com base nas literaturas pertinentes. O material empírico me levou a formular três eixos extraídos das falas, dos gestos e dos significados das histórias de superação das adversidades enfrentadas por essas mulheres.

5.1 Terapia Comunitária: espaço de partilha e despertar da resiliência

Determinação, coragem e autoconfiança são fatores decisivos para o sucesso. Se estamos possuídos por uma inabalável determinação, conseguiremos superá-los.

Dalai Lama

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.

Vasconcelos (2003) define empoderamento 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 dominação. Esse fato é evidenciado na fala de Dalva:

Para GUIMARÃES (2006), o conceito de “*empowerment*” evoca a ideia 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 coletivas. 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 inseridos (CARVALHO, 2004).

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 associações (MACEDO FILHO; REGINO, 2006).

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:

[...] 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)

As mulheres vêm assumindo um papel de provedoras e de chefas de família, sobretudo por deterem em suas mãos o poder aquisitivo e contribuir efetivamente para o orçamento doméstico (MACEDO FILHO; REGINO, 2006).

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

Portanto, 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 comum (MACIVER; PAGE, 1973 p. 122).

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” (MACIVER; PAGE, 1973).

Barreto (2008 p. 25) relata que a Terapia Comunitária 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 caminho. 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 [...].

As falas das colaboradoras desta pesquisa denotam 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.

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 existência (MASTEN, 2001).

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 [...]

Para Holanda, Dias e Ferreira Filha (2007), o despertar da resiliência na TC contribui para o empoderamento, já que torna seus participantes capazes de suscitar suas habilidades e recursos para ganhar poder sobre sua vida, elevando sua autoconfiança.

Segundo Barreto (2008), 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 ancestrais. Nessa perspectiva é que vimos a 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 de Terapia Comunitária proporcionam para essas mulheres o despertar de possibilidades de mudanças. Nessa comunidade, parece haver 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 ações (HOLANDA, 2006).

As falas das colaboradoras deste estudo 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.

A comunicação foi uma característica resiliente apontada dentro da Terapia Comunitária e vista como 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 esse elo com os outros.

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. Para Barreto (2008, p. 222), 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.

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 mesmo (POLETTI; DOBBS, 2007, p. 60).

A resiliência é uma capacidade humana fundamental. Todos os indivíduos têm o poder de se transformar e de transformar sua realidade com a condição de encontrar, em si mesmo e ao redor de si mesmo, 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:

[...] aquelas pessoas que eu mais gosto, eu desabafo, converso [...]
(Eunice)

[...] 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 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. Para Barreto (2008, p. 229), 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 verbal. 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. Ribeiro (2002) afirma que a palavra representa apenas 7,0% da capacidade de influência entre as pessoas, enquanto a postura corporal representa mais de 50% de influência na comunicação. 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 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.

Para Walsh (2005), 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 resiliência., 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 [...]

Walsh (2005) define o termo comunicação 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 relacionamento.

Para Barreto (2008), procurando problematizar o contexto, somos capazes de transformar o caos e superar a crise. Portanto, o nosso crescimento vem quando questionamos nossos modelos, deciframos os símbolos e os significados 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.

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. Segundo Barreto (2008 p. 40), “são semelhantes ao trabalho da aranha, que tece teias invisíveis, porém fortíssimas.”

5.2 Os recursos do imaginário no processo resiliente

Não se desespere não, nem pare de sonhar. Nunca se entregue, nasça sempre com as manhãs... Deixe a luz do sol brilhar no céu do seu olhar! Fé na vida. Fé no homem, fé no que virá! nós podemos tudo, Nós podemos mais Vamos lá fazer o que será [...]

Gonzaguinha (Não pare de sonhar).

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 androcêntrico (CALADO, 2006). O mesmo autor refere que, de acordo com o pensamento blochiano, “a compreensão do sonho acordado, com o impulso de si adiante, da consciência antecipante, da qual o sonhador se utiliza para retirar a máscara da situação presente e a dimensão filosófica da esperança, é o otimismo necessário para orientar o processo do devenir e a esperança no futuro desejado” (p.98).

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

Segundo Walsh (2005 p. 44), os sistemas de crenças abrangem amplamente valores, convicções, atitudes, tendências e suposições, que se misturam para formar um conjunto de premissas básicas que desencadeiam reações emocionais, informam decisões e guiam ações, ou seja, nossas crenças tanto podem facilitar quanto restringir nossas ações, e suas consequências podem reforçar ou alterar nossas crenças, que dependem de nossas dificuldades.

Para Wright et al (1996, apud WALSH 2005), existem dois tipos de crença: as facilitadoras, que aumentam as opções para a resolução de problemas, para a cura e o crescimento, e as restritivas, que perpetuam os problemas e restringem as opções de superação.

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 outro (BARRETO, 2008).

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 minas 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 crença em si mesmo possibilita o olhar interior, em que podemos perceber que o Deus que buscamos fora está dentro de nós mesmos, tornando-nos mais independentes de uma força externa e acreditando na força interior. Como diz Chardin (1993), a natureza do poder interior é tão impalpável que, fora dele, pôde edificar-se toda a Mecânica. Isso evidencia a dificuldade que o ser humano preserva para agrupar o espírito da matéria, que pode ser reflexo das doutrinas religiosas.

A maior parte de nossas crenças fundamentais baseia-se na religião e na espiritualidade. Para Walsh (2005), as religiões são sistemas de crenças organizados, incluindo valores morais compartilhados e institucionalizados, crenças em Deus e envolvimento com uma comunidade religiosa.

Na fala de Quitéria, vimos a 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.

[...] 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 [...] (Quitéria)

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”. De acordo com Barreto (2008, p. 109), “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” (BARRETO, 2008 p.113).

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (BRASIL, 2000), a população brasileira é majoritariamente cristã (89%), com uma grande diversidade religiosa, mas com predomínio de católicos, o que é explicado pela herança da colonização, em que, até a constituição Republicana de 1891, a religião católica era a oficial e só após a promulgação da constituição é que se instituiu o Estado laico.

O Brasil é considerado o país com o maior número de católicos nominais. Segundo dados do IBGE (BRASIL, 2000), 73,8% da população declarou ser católico; o protestantismo foi o segundo maior segmento religioso, ou seja, 15,4% declararam-se ser protestantes, e 7,4%, sem religião (ateus, agnósticos ou acreditam em um Deus sem estar filiado a alguma religião específica). O Espiritismo vem sendo a religião que mais vem crescendo em nosso país nos últimos tempos. Portanto, o Brasil vem sendo considerado o país com o maior número de espíritas, seguido pelos protestantes.

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. Paiva (1999) afirma que a conversão religiosa é geralmente associada a uma crise e/ou acompanhada de stress emocional. 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)

[...] 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 aí 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. Segundo Wilber (1992), “o verdadeiro crente projetou suas dúvidas nos outros e está por demais ocupado, tentando convertê-los a prestar atenção ao próprio estado interior”.

Ao falar em fé na vida, fé no outro, fé em um novo dia, fico convicta de que há uma verdade, não uma convicção prisioneira, mas que demonstra que é preciso seguir acreditando, confiando em algo ou alguém. Assim, a fé pode se manifestar de várias maneiras, estar vinculada a questões emocionais e motivos pessoais e existir sem uma razão definida.

Segundo Reikdal e Maftum (2006), a fé é apontada como uma força que auxilia no enfrentamento dos problemas, das dificuldades, nos momentos de crise e de tensões da vida. Essa concepção nos remete a entender a fé como um alento para se enfrentarem os sofrimentos próprios da vida, contribuindo significativamente para a qualidade de vida das pessoas.

A fé, a crença em Deus, para inúmeros indivíduos, muitas vezes, pode ser considerada como o único caminho para a resolução dos problemas e dos sofrimentos do cotidiano do ser humano, como se percebe nas falas de algumas colaboradoras:

[...] enfrento meus sofrimentos sozinha [...] mas também fico sempre pedindo a Deus em todo momento que ele me mostre como resolver e Ele mostra [...] (Cida)

Quando passo por situações difíceis peço força a Deus, Ele é o único, não tenho de onde buscar, para onde correr, mas vejo dentro de mim uma vontade de lutar [...] (Mariza)

[...] para enfrentar as situações difíceis eu não faço nada, só oro, entrego a Deus, pois se Deus é por nós quem será contra nós? [...]. Peço força a Ele e o que vem lá de dentro é resposta de Deus, dizendo que é para me “acquietar”, não se aperreasse porque Deus essa comigo [...] (Quitéria)

Levin (2001) concebe que a fé atua na saúde física e mental das pessoas, ocasionando benefícios ao propiciar esperança, otimismo e expectativas positivas. Como produz esperança e estimula o comportamento do indivíduo, a fé é um atalho para o equilíbrio emocional e para o bem-estar em geral.

De acordo com Ferreira (2002), a fé tem diversos significados, entre eles, o de que é um conjunto de dogmas e doutrinas que constituem um culto à crença religiosa, à confiança, entre outras, como mostram estas falas:

[...] mas falo tenha paciência, pois Deus proverá, [...] vamos ver até onde Deus quer, porque porta que Deus abre homem não pode fechar [...] (Sueli)

[...] a pessoa que confia em Deus consegue tudo, Ele faz maravilhas em nossas vidas e tem o poder de curar. Ele é o maior [...]. Ele tem autoridade divina e é forte [...] (Quitéria)

Eu enfrento as situações difíceis entregando tudo nas mãos de Deus, jogando tudo para o alto, e andando, saindo de um canto pra outro para espaiar [...] (Eunice)

Os depoimentos das colaboradoras mostram como a fé em Deus tem sido elemento de força e providência ao longo da vida. Essa fé surge como um mecanismo utilizado para acreditar que algo pode ser resolvido se houver esperança.

Neste estudo, os depoimentos dessas mulheres falam de esperança, de uma vida melhor; um sentimento vivo. De acordo com o teólogo alemão, Jurgen Moltman, citado por Melo (2009), a esperança cristã é sempre operante, porque mobiliza o ser humano “crente” a atualizar no tempo a presença do esperado. 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)

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.

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.

A religiosidade destaca-se como um fator que pode proteger o indivíduo diante de situações de adversidades. Trata-se de uma circunstância em que a individualidade e a humanidade são violentamente atingidas, razão por que a religião vem como uma contribuição para se manter a autocoessão, a autocontinuidade e a autoestima (BARLACH, 2005).

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. Barreto (2008 p. 171) afirma que o indivíduo “consegue proteger sua integridade, mesmo sob forte pressão, e constrói uma vida digna apesar das circunstancias difíceis”. 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.

Para Barreto (2008 p. 129), “a espiritualidade pode ser um grande recurso para nos confortar nos momentos de crise. É sempre mais fácil atravessarmos os precipícios quando

estamos confortados pela fé em Deus”. O autor afirma, ainda, que a espiritualidade emerge como um escudo protetor da existência, dando um sentido profundo e atribuindo um grande valor à vida.

Oliveira (1994 apud MUNIZ, 2005) afirma que a espiritualidade, a fé e as crenças dão força necessária para a pessoa cuidar de si e se sentir capaz, solidária na luta pela vida. Acrescenta que a espiritualidade dá significado e sustentação à vida das pessoas. Tais valores e crenças podem mobilizar energias e iniciativas positivas com potencial ilimitado para melhorar a qualidade de vida.

Segundo Dias; Sá et all (2005), 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 saúde, 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 [...]

Segundo Maugans (1996, apud SAAD; MASIERO; BATTISTELLA, 2001), um sistema de crenças pode ser definido como espiritualidade, quando enfoca elementos inatingíveis, que transmitam 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 Griffith & Griffith (1998 apud WALSH, 2005 p. 67) entendem a espiritualidade como

aquilo que envolve a pessoa com tudo que existe”, ou seja, compreende um investimento ativo em valores internos que promovem um senso de significado, integridade interior e conexão com o outro, podendo englobar a crença em uma condição fundamental ou em um conjunto de valores em prol dos quais nos empenhamos; a crença em um poder supremo; ou a crença em uma unidade holística com a comunidade humana, a natureza e o universo. Pode também incluir experiências divinas, que são sagradas ou místicas e difíceis de explicar na linguagem e nas imagens comuns.

Vasconcelos (2006) deixa claro que entender a espiritualidade é uma dimensão importante para cuidar e para compreender as formas de se enfrentarem os problemas nas práticas cotidianas das comunidades, como afirma Mariza:

[...] a gente tem que sentar pegar nosso pequeno grupinho, discutir um monte de problemas pra chegar junto a uma solução [...]

Ao me referir à espiritualidade, falo do conjunto de todas as emoções e convicções de natureza não material, com a suposição de que há mais no viver do que pode ser percebido ou compreendido, remetendo a questões como o significado e o sentido de vida, não nos limitando a qualquer tipo específico de crença ou prática religiosa. É uma maneira de experimentar o mundo, de viver, de interagir com outras pessoas (VOLCAN, SOUSA, MARI, HORTA, 2003). Já a religiosidade é a extensão através da qual um indivíduo acredita em uma religião, segue-a e pratica-a. Está relacionada a um sistema de adoração e doutrina específica, que é partilhada por um grupo (FLECK, BORGES, BOLOGNESI, ROCHA, 2003).

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 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. Walsh (2005) afirma que a confiança é essencial para a comunicação aberta, o entendimento mútuo e a resolução dos problemas.

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-lo (CYRULNIK, 2009).

Dias (2002) afirma que, quando o ser humano é capaz de desenvolver uma relação saudável e equilibrada com o divino, com tudo aquilo em que acredita, também é capaz de viver a vida como um ser humano que se esforça para ser alguém melhor, mais amoroso, ético e respeitoso. Isso contribui para que compreendamos que somos seres divinos em uma experiência terrena. Sendo assim, o ser humano se utiliza mais fortemente de sua capacidade resiliente e tem clareza da sua condição de ser inacabado (parafraseando FREIRE, 2005).

De acordo com Boff (2006), a partir da experiência espiritual, não há só coisas e fatos, mas começam a existir a propagação das coisas e o sentido que vem dos fatos, um sentido para os acontecimentos, e a vida passa a ser uma oportunidade para o indivíduo crescer, aceitar seus cansaços, seus limites, o envelhecimento e a finitude, conforme expressam estas falas:

[...] a lição que tive com toda essa história é olhar e saber assim que não só sou eu, que não aconteceu só comigo [...] (Conceição)

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

[...] se não tivesse sofrido, quando fiquei com esse monte de filho, eu tinha me desesperado, não tinha procurado um meio de resolver os problemas [...] (Eunice)

[...] hoje sou mais determinada, digo assim se as pessoas me procuram vou, porque sei conversar e vou levar uma palavra amiga, quando digo aquilo vai ser meu, eu consigo, temos que ter determinação pra tudo [...]
(Sueli)

O conceito de resiliência permite que se olhem de outra forma os indivíduos que vivem tragédias e os que começam a vida numa infância moribunda. Por isso, é preciso apoiá-las com inteligência, humildade e compaixão. A recorrência das situações de resiliência prova que é possível vencer, mesmo estando no centro da adversidade. Isso significa que existem possibilidades de modificar nossa vida, quebrar as tragédias transgeracionais e mudar os elementos da cena prescrita pelo ambiente (POLETTI; DOBBS (2007). Essa assertiva é comprovada na fala de Quitéria:

[...] mas hoje agradeço a meu Deus estou na minha casa, e tenho muito valor e não foi como eles disseram: que [...] eu não teria valor, [...] e hoje eu só posso agradecer [...], porque sou uma boa dona-de-casa, [...] consegui criar meus filhos, batalhando, lavando roupa de ganho, para criá-los [...]

Ainda para Boff (2006), 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 cotidiano.

[...] 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)

5.3 Resiliência: a força construída com a vida

Desenvolver força, coragem e paz interior demanda tempo. Não espere resultados rápidos e imediatos, sob o pretexto de que decidiu mudar. Cada ação que você executa permite que essa decisão se torne efetiva dentro de seu coração.

Dalai Lama

Neste item, abordaremos as características resilientes que mais surgiram no estudo e que são importantes para retratar as histórias corajosas de mulheres que trilharam caminhos diversos para superar seus problemas. Essas histórias poderão auxiliar outras pessoas a superarem os momentos ruins e saírem mais fortes deles.

A percepção da força que temos dentro de nós surge quando passamos a tomar consciência do nosso próprio eu. Morin (2007) 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 o futuro, 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 [...], 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 denúncia 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 sejas 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...”*. Barreto (2008) afirma que 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.

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 resiliente (RIECKEN, 2006).

[...] 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 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)

[...] acho que esses trabalhos me ajudaram a superar. [...] me perguntaram se eu tinha outro filho e se alguma vez tinha parado para ver como ele estava se sentindo, ai puder parar e perceber que estava deixando meu filho Yuri esquecido e tinha que reagir também por ele. (Conceição)

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, como podemos observar nos depoimentos seguintes:

A lição que tiro é que aprendi muito sofrendo, porque creio que se não tivesse sofrido, quando fiquei com esse monte de filho, eu tinha me desesperado, não tinha procurado um meio de resolver os problemas [...] (Eunice)

[...] nunca abaixe a cabeça para seus problemas, não desista de seus sonhos, tenha coragem e veja que a força está dentro de você [...] não sofra mais calada, pois tem hora que a gente não aguenta mais e vai e enfrenta [...]. (Dalva)

Se a esperança se conserva forte, ela se purifica sem se desviar e é capaz de tornar o ser humano indestrutível, pois a alma humana abraça tudo, inclusive, o “alem de” que ainda não existe. Existem três elementos que estão na origem de toda ideia utópica: “o alem de, ou o futuro idealizado; a esperança, com a força que torna possível a chegada a esse lugar ainda inexistente, e a fé no ser humano, a alma humana” (BLOCH, 1977 p. 331 apud CALADO, 2006).

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 incontroláveis que povoam sua mente mesmo que inconsciente e involuntariamente (CYRULNIK, 2009). Essa é uma característica que surge muito nas falas das colaboradoras:

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

[...] Esses exemplos vêm me ajudando a superar [...], principalmente as perseguições daqueles que queriam ser líder comunitário e tem um ditado “ninguém joga pedras em arvore que não dar fruto” acho que a minha arvore tem alguns frutinhas e a terapia me deu força para continuar, por isso ainda estou até agora com a companheira Ceíça. (Mariza)

[...] Acho que se não fosse todos esses objetivos não estaria de pé, se não fosse essa correria toda, atrás de coisas para minha vida. (Conceição)

Nietzsche (2006 p. 83) afirma que “Ser moral, de bons costumes, ético significa ser obediente a uma lei ou a uma tradição instituída a muito. Que se submeta a ela com esforço ou de bom grado, isso é totalmente indiferente; basta que o faça.”

Diante dessa afirmação, vimos que as mulheres trazem dentro de si um princípio moral e ético, capaz de auxiliá-las no enfrentamento dos problemas que surgem no dia a dia, de forma a se unirem numa construção de elos de amizade e solidariedade, formando uma rede de apoio, cujo espaço de troca é a associação de moradores.

[...] 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. Batalhamos muito para fazer de nossa área o que ela é hoje. Junto com a ASSOVAG veio os trabalhos com a prefeitura e hoje a nós também temos a Terapia Comunitária, que tem feito um trabalho muito bonito aqui com a comunidade. (Mariza)

Naquelas reuniões me sinto feliz, com mais força, coragem para enfrentar as lutas e vencer, batalhar [...]. Ela tem contribuído muito [...] (Quitéria)

A participação em algum movimento social é um processo dinâmico que envolve no ser humano a conquista de um objetivo. É nesse momento em que se inicia a formação

de uma rede de apoio social, conforme Barreto (2008, p. 153): “As Terapias Comunitárias são importantes espaços de participação, pois oferecem ao indivíduo a oportunidade de ouvir e ser ouvido, de refletir e de agir.” Portanto, podemos aprender com a história do outro, extrair das suas experiências soluções para nossos próprios problemas, razão por que precisamos ter um modo sustentável de viver e desenvolver uma ética do cuidado e da benevolência conosco e com a comunidade de vida de cada ser na natureza, a qual pode nos remeter à tomada de consciência sobre nós mesmos, utilizando o humor e a criatividade (BOFF, 2004).

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. De acordo com Freud (1969 p. 212, apud HONRICH, 2008 p. 226),

O humor é um meio de obter prazer apesar dos afetos dolorosos que interferem com ele; atua como um substitutivo para a geração destes afetos, coloca-se no lugar deles. As condições para seu aparecimento são fornecidas se existe uma situação na qual, de acordo com nossos hábitos usuais, deveríamos ser tentados a liberar um afeto penoso, e então operam sobre esse, motivo que suprimem *in status nascendi*.

O humor é um dom raro e precioso, e muitos sequer conseguem vê-lo dentro de si quando estão passando por um momento difícil. Muitas vezes, surge da comparação dos

extremos, de um ser que cresce e de um ser que se aprisiona e se vitimiza, podendo surgir como uma possibilidade de mecanismo para modificar a forma de reagir à dor e é, muitas vezes, despertado nas rodas de terapia.

Os seres humanos resilientes são mais livres, mais bem humorados e dotados de grande disposição, como afirma Riecken (2006 p. 220): “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 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 deparamos.

A resiliência é uma resposta criativa diante da crise, uma base para a promoção do bem-estar. Barlach (2005, p. 102) afirma que “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”. 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 sofremos mas conseguimos esquecer um pouquinho a dor do sofrimento [...].

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 já dentro do quadro de determinada cultura.

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.



6 CONSIDERAÇÕES

FINAIS

“A dor é inevitável. O sofrimento é opcional”

Carlos Drummond de Andrade

A frase de Drummond nos conduz a refletir que, muitas vezes, parece não ser possível evitar os problemas. No entanto, é possível utilizar a dor e o sofrimento também como fontes de transformação e de desenvolvimento pessoal e profissional.

Iniciei este estudo sobre terapia comunitária e resiliência: história de mulheres, com o intuito de conhecer as experiências de vida das mulheres da comunidade Parque do Sol, histórias de superação antes já reveladas e mesmo despertadas nas rodas de TC. Nessa trajetória, elas foram percebendo sua capacidade resiliente, sua coragem para o enfrentamento e superação de diversas situações de sofrimento, não se deixaram abater e mostraram ser mulheres valentes, capazes de atitudes generosas, solidárias, voltadas para o crescimento pessoal e para a luta coletiva. Os caminhos trilhados para alcançar tal compreensão me impulsionam a revisitar minha própria história de vida e ter mais clareza de minha capacidade resiliente.

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.

Nas experiências de vida das mulheres do Parque do Sol - colaboradoras deste estudo - tive a oportunidade de exercitar minha capacidade resiliente, que foi despertada nas rodas de terapia, ao longo dos dois últimos anos em que estive convivendo com essa comunidade tão desprovida de recursos sociais, mas que é formada por mulheres batalhadoras e corajosas, que lutam por melhoria das condições de vida da população da área. Foi visto que o trabalho comunitário, voluntário, surge como uma contribuição para que ser humano sinta-se útil e avaliado. Muitos elementos na vida comunitária ajudam ao desenvolvimento da resiliência, fato que explica a tomada de consciência como uma maneira de sair-se do processo de vitimização e partir para superação das adversidades.

Trilhar caminhos, construir trajetórias e explorar possibilidades de chegar próximo das emoções que, em muitas circunstâncias, dispensavam palavras – é saber que, muitas vezes, as palavras foram feitas para deixar fluírem as emoções – foi uma forma de compor o cenário de pesquisa, que resultou neste trabalho, construído com a participação e o carinho de cada colaboradora - a história é uma volta no tempo que se materializa.

O estudo foi marcado pelo despertar de emoções que, não raras vezes, dispensaram palavras. Assim, fui construindo o cenário da pesquisa, que resultou neste trabalho, que contou com a participação e o carinho de cada colaboradora. A escolha da História Oral foi importante por ser uma metodologia que respeita as diferenças entre os sujeitos e facilita a compreensão das identidades e dos processos de narrativas construídas por cada participante da pesquisa.

Neste estudo, o material empírico foi construído por meio de entrevistas, que documentavam as histórias de sofrimentos e superação vivenciados por mulheres que se encontraram e vêm construindo uma nova identidade para a comunidade, através da busca incessante de melhorias da sua qualidade de vida, dando passos firmes para a construção de uma rede de apoio social. A simples escuta do entrevistador é interpretada como uma forma de apoio, especialmente quando ela promove uma reflexão sobre um tema tão importante na história de vida do entrevistado, bem como a revelação de muitas feridas que se transformaram em perolas.

A Terapia Comunitária Sistêmica 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 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, 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, tomada de consciência, convicção religiosa, através da fé, a capacidade de assumir responsabilidade pela própria vida e a esperanças 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, percebi 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.

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

Verificamos 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.

Espero, 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.



REFERÊNCIAS

ALBERTI, Verena. Manual de História Oral. 3 ed. Rio de Janeiro: Editora FGV, 2005. 236 p.

ANTUNES, Celso. Resiliência: a construção de uma nova pedagogia para uma escola pública de qualidade. 4 ed. Petrópolis, Rio de Janeiro: Vozes, 2007.

BARLACH, L. O que é resiliência humana? Uma contribuição pra construção do conceito. Dissertação (Mestrado) Instituto de Biologia da Universidade de São Paulo, 2005. Disponível em: <http://www.teses.usp.br>. Acesso em 20 de dezembro de 2009.

BARRETO, A. Terapia Comunitária passo a passo. Fortaleza: Gráfica LCR, 2005.

_____ Terapia Comunitária passo a passo. Fortaleza: Gráfica LCR, 2008.

BAUMAN, Zygmunt; DENTZIEN, Plínio (tradutor). Comunidade: a busca por segurança no mundo atual. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Políticas Nacionais de Atenção Integral à Saúde da Mulher: Plano de ação 2004-2007. 1 ed. Brasília, DF, 2004.

_____ Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Políticas Nacionais de Atenção Integral à Saúde da Mulher: princípios e diretrizes. 1 ed. Brasília, DF, 2004b.

_____ Presidência da República. Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres. Plano Nacional de Políticas para as Mulheres. Brasília, DF, 2004.

_____. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Comissão de Ética em Pesquisa – CONEP. Resolução nº 196/96. Dispõe sobre pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília, DF, 1996.

BRASIL, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. *População residente, por sexo e situação do domicílio, segundo a religião*, Censo Demográfico 2000 Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2000/primeiros_resultados_amostra/tabela_regioes.shtm. acesso em: 20/10/2009.

BOFF, L. *Espiritualidade: um caminho de transformação*. Rio de Janeiro: Sextante, 2006.

_____. *O despertar da águia: o dia-bólico e o sim-bólico na construção da realidade*. 20. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2004.

BOM MEIRY, José Carlos Sebe. *Manual de História Oral*. São Paulo: Loyola, 5ª ed., 2005.

BOM MEIRY, José Carlos Sebe; HOLANDA, Fabíola. *História Oral: como fazer, como pensar*. São Paulo: Contexto, 2007.

BUCHER, J. S. N. A mulher e o trabalho. *Revista Promoção da Saúde*, v. 3, n. 6, p. 14-16, 2002.

CALADO, L. E. F. *A cidade das damas: a construção da memória feminina no imaginário utópico de Chistine de Pizam*. Tese (Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Letras) Universidade Federal de Pernambuco, 2006. 368 p.

CAPRA, F. O Ponto de Mutação. São Paulo: Cultrix, 2001.

CARMELLO, Eduardo. Resiliência: a transformação como ferramenta para construir empresas de valor. São Paulo: Editora Gente, 2008.

_____. A competência Resiliência: Administrando situações adversas e de alta pressão. Disponível em: <<http://www.entheusiasmos.com.br/>>. Acesso em 10 de Ago, 2006.

CARVALHO, S. R. Os múltiplos sentidos da categoria “empowerment” no projeto de Promoção à Saúde. Caderno de Saúde Pública, Rio de Janeiro, RJ, vol. 20 n. 4, p.1088-1095, jul/ago, 2004.

CECCONELLO, A. M.; KOLLER, S. H. Competência Social e Empatia. Estudos de Psicologia, v.5, n.1, 2000.

CHARDIN, Pierre Teilhard. O Fenômeno Humano. São Paulo: editora Cultrix, 1993.

CYRULNIK, Boris. Autobiografia de um espantalho: História de resiliência: o retorno á vida. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2009.

DIAS, M. D. Mãos que acolhem vidas: as parteiras tradicionais no cuidado durante o nascimento em uma comunidade nordestina. 2002. 204f. Tese (Doutorado em Enfermagem). Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2002.

DIAS, M. D.; SÁ, Lenilde Duarte de; STORNI, Maria Otília Talles; MUNIZ, Concília Cléria Ferreira. Identificando elementos na relação entre fé e cura. *Temas em Saúde (João Pessoa)*, v. 1, p. 18-23, 2005

FERREIRA, A. B. de H. *Novo Aurélio: o dicionário do Século XXI*. São Paulo: Nova Fronteira, 2002.

FERREIRA FILHA, Maria de Oliveira; DIAS, Maria Djair et al. *A Terapia Comunitária no contexto do Sistema Único de Saúde - SUS. Projeto de Pesquisa do Programa de Pós-graduação de Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba, vinculado à linha de pesquisa: Políticas e Práticas em Saúde e Enfermagem. (material mimeografado)*, 2009.

FLECK, M. P. A.; BORGES, Z; BOLOGNESI, G.; ROCHA, N. S. da. Desenvolvimento do WHOQOL, módulo espiritualidade, religiosidade e crenças pessoais. *Revista de Saúde Pública*, 37(4), 446-455, 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v37n4/16779.pdf>. Acesso em: 07/10/2009.

FORMIGA FILHO, J.F.N. Políticas de saúde reprodutiva no Brasil: uma análise do PAISM. In: GALVÃO, L.; DIAZ, J. (Org.) *Saúde sexual e reprodutiva no Brasil*. São Paulo: Hucitec, 1999.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. 31 ed. São Paulo: Paz e Terra, 2005.

_____. *Pedagogia do oprimido*. 41 ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2005.

GRANDESSO, M. A. Terapia Comunitária: uma prática pós-moderna crítica – considerações teórico-epistemológicas. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE TERAPIA COMUNITÁRIA, 2005, Fortaleza. Anais... Fortaleza: Abratecom, 2005. p. 44 – 45. Mesa-redonda.

GUIMARÃES, Fernanda Jorge. Repercussões da terapia Comunitária no cotidiano de seus participantes. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2006.

HOLANDA, Viviane Rolim. A contribuição da Terapia Comunitária para o enfrentamento das inquietações das gestantes. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2006.

HOLANDA V. R; DIAS M. D, FERREIRA FILHA M. O. Contribuições da terapia comunitária para o enfrentamento das inquietações de gestantes. Rev. Eletr. Enf. [Internet] 2007; 9(1): 79-92. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v9/n1/v9n1a06.htm>. Acesso em: Setembro de 2009.

HOMRICH, A. C. B. O conceito de superego na teoria freudiana. Tese (Doutorado – Programa de Pós-Graduação em Psicologia). Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 2008. Disponível em: <http://www.teses.usp.br>. Acesso em: novembro de 2009.

HOUAISS. Significado do termo Terapia. Disponível em: <<http://www.dicionarioinformal.com.br/>>. Acesso em: 28/02/2008

JUNQUEIRA, M. F. P; DESLANDES, S. F. Resiliência e maus-tratos à criança. Cad. Saúde Pública, v.9, n.1, p.227- 235, 2003.

LEVIN, J. Deus, Fé e Saúde. São Paulo: Pensamento Cultrix Ltda, 2003.

LIMA, G. M. B. de. Mulheres presidiárias: sobreviventes de um mundo de sofrimento, desassistência e privações. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2005.

Longman Dictionary of Contemporary English 3ª ed. Longman Dictionaries, 1995.

MACEDO FILHO, R.; REGINO, F. A. O empoderamento das mulheres do sertão: uma experiência de associativismo e desenvolvimento rural. 10 p., 2006. Disponível em <http://www.alasru.org/cdalasru2006/01%20GT%20Renato%20Macedo%20Filho,%20Fabiane%20Alves%20Regino.pdf>. Acesso em 25/10/2009.

MACIVER, R.M; PAGE, Charles. Comunidade e sociedade como níveis de organização social. In: FERNANDES, Florestan (Org.). Comunidade e sociedade. São Paulo: Nacional, 1973. v.1, p.117-131

MARQUES, L. F. (2000). A saúde e o bem-estar espiritual em adultos porto-alegrenses. Tese de Doutorado publicada, Programa de Pós-graduação em Psicologia, Faculdade de Psicologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.

MASTEN, A. S. Ordinary Magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56, 227-238, 2001.

MELILLO, Aldo; OJEDA, Elbio Néstor Suárez e colaboradores. Resiliência: descobrindo as próprias fortalezas. Porto Alegre: Artmed, 2005

MELLO, L.G de. Antropologia Cultural: Iniciação, Teorias e Temas. 5 ed. Petrópolis: Vozes, 1991.

MENONI, Teresa; KLASSE, Eloisa. Construyendo Alternativas al Dolor: Reflexiones sobre la resiliencia. Montevideo: Psicolibros, 2008.

MILLER, Beth. A mulher vulnerável: 12 qualidades para desenvolver a resiliência. 1ª Ed. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2006.

MORIN, Edgar. Introdução ao pensamento complexo. 3 ed. Porto Alegre: Sulina, 2007. 120 p.

MUNIZ, C. C. F. A fé no processo de cura: histórias de vida. 2005. 138f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem). Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2005.

PAIVA, G. J. Imaginário, simbólico e sincrético: Aspectos psicológicos da filiação a novas religiões japonesas. Psicologia: Reflexão e Crítica, 1999.

PASTORE, J. A mulher dos anos 2000. Revista Promoção da Saúde, v. 3, n. 6 p. 8-10, 2002.

PINHEIRO, D. P. N. A Resiliência em discussão. *Revista Psicologia em Estudo*, 9, 67-75. 2004.

POLETTI, Rosete; DOBBS, Barbara. A Resiliência: a arte de dar a volta por cima. Petrópolis: Editora Vozes, 2007.

RABELO, Patrícia Moreira; CALDAS, Arnaldo de França. As filhas de Eva – Violência do gênero. Recife: EDUPE, 2006

REIKDAL, A. R.; MAFTUM, M. A. O cuidado com a saúde mental da equipe de enfermagem do PSF de uma unidade de saúde. Nursing. São Paulo, v. 98, n.8, p. 925-930, jul. 2006.

RIBEIRO, L. Comunicação global: o poder da influência. Belo Horizonte: Leitura, 2002.

RIECKEN, Cláudia. SobreViver: os 12 pontos da resiliência e a personalidade dos sobreviventes. São Paulo: Saraiva, 2006.

RINGER, Robert. Ação: Nada Acontece Até que Algo se Mova. São Paulo: Ed. Best Seller Ltda, 2007.

SAAD, Marcelo; MASIERO, Danilo; BATTISTELLA, Linamara Rizzo. Espiritualidade baseada em evidências. Revista Acta Fisiátrica 8(3): 107-112, 2001. Disponível em: <http://www.actafisiatrica.org.br/v1/frmMostraArtigo.aspx?artigo=108>. Acesso em 08/10/2009.

SANTOS, Boaventura de Sousa. A construção multicultural da igualdade e da diferença. Oficina n 135 (mimeografado), 1999.

SILVA, F. Aos colaboradores resilientes. Disponível em: <http://jn2.sapo.pt/seccoes/mensagem.asp?>. Acesso em: 08 de agosto de 2008.

TELES, Maria Amélia de Almeida. Breve história do feminismo no Brasil. São Paulo: Brasiliense, 1999.

VASCONCELOS, Eduardo Mourão. O poder que brota da dor e da opressão: empowerment, sua história, teorias e estratégias. São Paulo: Paulus, 2003.

VASCONCELOS, Eymard Mourão. A espiritualidade no trabalho em saúde. São Paulo: Hucitec, 2006.

VOLCAN, S. M. A.; SOUSA, P. L.; MARI, J. J.; HORTA, B. L. (2003). Relação entre bem-estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores: estudo transversal. *Revista de Saúde Pública*, 37(4), 440-445. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v37n4/16778.pdf>. Acesso em: 07/10/2009.

WALSH, Froma. Fortalecendo a resiliência familiar. São Paulo: Roca, 2005.

WATZLAWICK, P. et al. Pragmática da comunicação humana: um estudo dos padrões, patologias e paradoxos da interação. Trad. Álvaro Cabral. São Paulo: Cultrix, 1967.

WILMER, Ken. Um Deus Social. São Paulo: CULTRIX, 1992

YUNES, M. A. M. e SZYMANSKI, H. Resiliência: noção, conceitos afins e considerações críticas. In: TAVARES, J. (org.). Resiliência e Educação. São Paulo: Cortez, 2001.



APÊNDICE

APÊNDICE A

FICHA TÉCNICA

I – Identificação:

Nome: _____

Local e data de nascimento: _____

Endereço: _____

Bairro: _____ Cidade: _____ CEP: _____

Telefone: _____

Identidade: _____

Ocupação: _____

Data e local da entrevista: _____

Perguntas Norteadoras:

- a) Como foi que você chegou a esse lugar?
- b) Que situações marcantes você vivenciou desde que veio morar aqui?
- c) Como você enfrenta/supera essas situações?
- d) Ao vivenciar essas situações de sofrimento, você consegue identificar de onde vem à sua força/estratégias para o enfrentamento?
- e) Que lições você tem aprendido com essas experiências?
- f) Como a TC tem contribuído para você perceber essa força interior que ajuda no enfrentamento das situações de sofrimento em sua vida?

APÊNDICE B**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Prezado (a) senhor (a)

Esta pesquisa é sobre **Terapia Comunitária e Resiliência: história de mulheres** e está sendo desenvolvida pela mestrandia **Lucineide Alves Vieira Braga**, aluna do Programa de Pós-graduação em Enfermagem, da Universidade Federal da Paraíba, sob a orientação da Prof^a Dr^a Maria Djair Dias. Os objetivos do estudo: Conhecer as experiências resiliente de mulheres que frequentam as rodas de Terapia Comunitária e identificar as fontes de força utilizadas por elas no enfrentamento de situações de sofrimento.

A finalidade deste trabalho é contribuir para que as mulheres percebam sua capacidade de superação das adversidades - características resilientes, contribuindo para o aprofundamento de um termo tão novo para a saúde de nosso país, bem como ser norte para novas pesquisas.

Solicitamos a sua colaboração em participar de nossas entrevistas, que serão gravadas, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos da área de saúde e publicá-los em revista científica. Se os resultados forem publicados, seu nome será mantido em sigilo. Informamos, ainda, que esta pesquisa não oferece riscos previsíveis para a sua saúde.

Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, a senhora não é obrigada a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pela pesquisadora. Caso decida não participar do estudo, ou resolver, a qualquer momento, desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação nas relações das rodas de TC que realizamos.

Os pesquisadores se colocam a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecida e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para a publicação dos resultados. Estou ciente de que receberei uma cópia desse documento e a autorização das informações que prestei e autorizo ainda a publicação com meu nome civil nos resultados da pesquisa.

Assinatura do participante da pesquisa

Assinatura da testemunha



Espaço para

Impressão dactiloscópica

Assinatura do pesquisador – Contato: 9352-3280

APÊNDICE C

CARTA DE CESSÃO

João Pessoa, ____/____/____

Prezado (a) senhor (a):

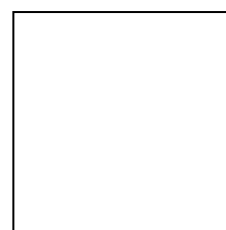
Eu, _____, estado civil _____, identidade _____, declaro, para os devidos fins, que cedo os direitos da minha entrevista, realizada no dia: ____/____/____ para a mestrandia Lucineide Alves Vieira Braga, a ser usada integralmente ou em partes, sem restrições de prazos e citações, desde a presente data. Da mesma forma, autorizo a sua audição e publicação, que está sob a guarda da referida aluna, bem como o uso de minha imagem e do meu nome civil completo ou em parte.

Declaro, ainda, que estou ciente dos objetivos do estudo, cujos objetivos são: Conhecer as experiências resiliente de mulheres que frequentam as rodas de Terapia Comunitária e identificar as fontes de força utilizadas por elas no enfrentamento de situações de sofrimento. Abdicando de direitos meus e de meus descendentes, subscrevo o presente.

Assinatura do pesquisador

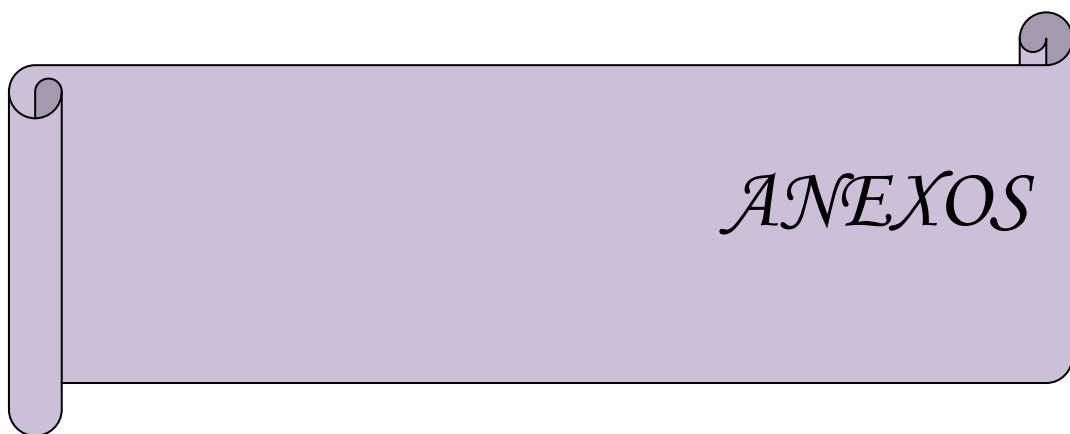
Assinatura do entrevistado

Assinatura da testemunha



Polegar direito

Endereço e telefone para contato da pesquisadora responsável: Lucineide Alves Vieira Braga- Rua: Alfredo Coutinho de Lira, 145 aptº 301 – Bairro dos Estados - (83) 3244-5667 e 8826-9805.



ANEXOS



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

CERTIDÃO

Certifico que o Comitê de Ética em Pesquisa, do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal da Paraíba – CEP/CCS aprovou por unanimidade na 3ª Reunião Ordinária, realizada no dia 29-04-09, o projeto de pesquisa da interessada Professora Lucineide Alves Vieira Braga, intitulado "TERAPIA COMUNITÁRIA E RESILIÊNCIA: HISTÓRIA DE MULHERES". Protocolo nº. 0095.

Outrossim, informo que a autorização para posterior publicação fica condicionada à apresentação do resumo do estudo proposto à apresentação do Comitê.


Eliane Marques D. de Souza
Coordenadora - CEP-CCS-UFPB

B813t Braga, Lucineide Alves Vieira.

Terapia comunitária e resiliência: história de mulheres / Lucineide Alves Vieira Braga. - João Pessoa, 2010.

129p.: il.

Orientadora: Maria Djair Dias.

Dissertação (mestrado UFPB/CCS)

Livros Grátis

(<http://www.livrosgratis.com.br>)

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)
[Baixar livros de Matemática](#)
[Baixar livros de Medicina](#)
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)
[Baixar livros de Meteorologia](#)
[Baixar Monografias e TCC](#)
[Baixar livros Multidisciplinar](#)
[Baixar livros de Música](#)
[Baixar livros de Psicologia](#)
[Baixar livros de Química](#)
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)
[Baixar livros de Serviço Social](#)
[Baixar livros de Sociologia](#)
[Baixar livros de Teologia](#)
[Baixar livros de Trabalho](#)
[Baixar livros de Turismo](#)