

# **APLICAÇÃO DA ESCALA DE RESILIÊNCIA EM ALUNOS DA EDUCAÇÃO BÁSICA**



**Manual do Professor**

APLICAÇÃO DA ESCALA DE RESILIÊNCIA EM ALUNOS DA  
EDUCAÇÃO BÁSICA

Manual do Professor

Iara Rosa da Silva  
Carlos Alberto Moreira dos Santos

APLICAÇÃO DA ESCALA DE RESILIÊNCIA EM ALUNOS DA  
EDUCAÇÃO BÁSICA

Manual do Professor

LORENA, SP  
EEL/USP  
2022

## APRESENTAÇÃO

Querido Professor,

Este manual para a Aplicação de Escala de Resiliência em alunos da Educação Básica é o produto de uma pesquisa realizada no Mestrado Profissional do Programa de Pós-Graduação em Projetos Educacionais de Ciências da Escola de Engenharia de Lorena da Universidade de São Paulo (PPGPE-EEL/USP) e deve ser utilizado em crianças e adolescentes de nove a dezoito anos.

Esperamos que o resultado desta aplicação possa auxiliá-lo como promotor de resiliência, sabendo que as adversidades são prováveis ao longo da vida. Araujo (2018) se antecipa na necessidade de promoção da resiliência ao revelar que é “(...) um potencial nos seres humanos em todas as culturas e em todos os tempos; é parte do processo evolutivo e pode ser promovida desde o nascimento. O ser humano tem capacidade de resiliência desde a hora em que nasce; com certeza, desde a concepção”.

O manual possui informações e diretrizes relevantes para a aplicação da escala, de forma que o professor e a escola possam direcionar o processo educativo para a formação de alunos resilientes que participem do processo coletivo de humanização. A chave para que a Educação cumpra seus objetivos fundamentais, como, por exemplo, formar pessoas livres e indivíduos responsáveis capazes de lidar de forma satisfatória com suas fragilidades e adversidades, está diretamente ligada à promoção da resiliência.

Iara Rosa da Silva

Carlos Alberto Moreira dos Santos

## INTRODUÇÃO

Os inúmeros desafios vivenciados pela humanidade se estabelecem e exigem do ser humano enfrentamento de conjunturas conflituais nos diferentes setores de sua vida. Isso solicita dele um comportamento apropriado para a superação das adversidades. É aguardado do indivíduo que ele seja capaz de responder de maneira coerente e real aos desafios e problemas que o mundo contemporâneo lhe oferece, reagindo com flexibilidade e disposição de recobrimento, desenvolvendo uma autêntica capacidade de oposição aos fracassos apresentados. Morin (2003, p. 34) lembra que “[...] uma nova consciência começa a surgir: o homem, confrontado de todos os lados às incertezas, é levado em nova aventura – é preciso aprender a enfrentar a incerteza, já que vivemos em uma época de mudanças, em que os valores são ambivalentes, em que tudo é ligado”.

Situações como superar adversidades, romper preconceitos, transportar barreiras, vencer limites, enfrentar desafios e desenvolver potencialidades são expressões relativas à noção de resiliência. Esse termo é plural, pois comporta inúmeras interpretações, tais como: fenômeno, capacidade, processo ou condição do indivíduo, que supera adversidades. De acordo com a literatura referente ao assunto, o conceito de resiliência tem sua origem no campo de estudo da Física.

Resiliência é uma abordagem teórica de um conceito extraído da física e muito usado pela engenharia e que representa a capacidade de um sistema em superar o distúrbio imposto por um fenômeno externo e inalterado. É a propriedade de retornar à forma original após ter sido submetido a uma deformação (ANTUNES, 2007, p. 13).

A Escala de Resiliência para Crianças e Adolescentes (ERCA), de Sandra Prince-Embury (PRINCE-EMBURY, 2007), um instrumento de análise do nível de resiliência para crianças, adolescentes e jovens, é capaz de identificar e quantificar as principais características pessoais de resiliência e/ou vulnerabilidade. Barbosa (2008) dedicou-se à tradução, adaptação e validação desse instrumento para a Língua Portuguesa do Brasil.

Este manual é fruto do estudo dos trabalhos acima e de sua ampliação, ocorrida por meio da dissertação desta autora (SILVA, 2022).

A ERCA é composta de três Subescalas, que contêm de 20 a 24 questões cada, e de dez parâmetros de avaliação pessoal, como mostra a Tabela 1 abaixo.

**Tabela 1** – Escala de Resiliência de Crianças e Adolescentes e seus critérios de avaliação.

Subescala	Número de questões	Parâmetro	Itens
1) Controle	20	i) Otimismo ii) Autoeficácia iii) Adaptabilidade	1, 2, 3, 4, 18, 19, 20 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 15, 16, 17
2) Capacidade de Relacionamento	24	i) Confiança ii) Apoio iii) Conforto iv) Tolerância	6, 7, 8, 9, 10, 23, 24 5, 18, 19, 20, 21, 22 1, 2, 3, 4 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17
3) Reatividade Emocional	20	i) Sensibilidade ii) Recuperação iii) Prejuízo	1, 2, 3, 4, 5, 6 10, 11, 12, 13 7, 8, 9, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20

Fonte: Adaptado de Barbosa (2008)

As opções de resposta para cada uma das questões são ordenadas em uma escala do tipo *Likert* de 5 pontos, a saber: 0 (nunca), 1 (raramente), 2 (às vezes), 3 (frequentemente) e 4 (quase sempre), para avaliar a força relativa de três aspectos da resiliência.

Segundo Barbosa (2008), as Subescalas são pontuadas da seguinte forma:

**1) Subescala de Controle:** Essa escala consiste em três áreas de conteúdo relacionadas: *i)* Otimismo, que consiste em uma atitude positiva sobre a vida e a própria competência; *ii)* Autoeficácia, que está associada ao desenvolvimento de atitudes para a resolução de problemas e à criação de estratégias; e *iii)* Adaptabilidade, que é demonstrada pela receptividade às críticas e à capacidade de aprender com os próprios erros. A pontuação desta Subescala varia de 0 a 80, sendo que altos valores indicam elevado índice de resiliência.

**2) Subescala de Capacidade de Relacionamento:** A configuração desta Subescala foi dividida em quatro áreas que favorecem a capacidade de relacionamento, a saber: *i)* Confiança, que se refere ao conforto com os outros, à habilidade de receber e aceitar o que é dado por outra pessoa; *ii)* Apoio, que está relacionado à crença de que, quando se lida com uma adversidade, existem pessoas a quem recorrer; *iii)* Conforto, que está ligado a aspectos de sociabilidade, à capacidade de conviver ou ficar na presença dos outros sem se sentir desconfortável ou ansioso; e *iv)* Tolerância, que é a habilidade de expressar suas ideias e pensamentos mesmo que sejam diferentes, tolerando as diferenças. Esta Subescala varia de 0 a 96 pontos, sendo que os valores mais altos indicam elevado índice de resiliência em termos de relacionamento. Pontuação média e acima da média nessa Subescala indica que a criança ou o jovem consegue lidar com relativa força com as experiências dessas áreas. A pontuação abaixo da média pode indicar o contrário.

**3) Subescala de Reatividade Emocional:** Essa Subescala consiste em três áreas de conteúdo relacionadas à: *i)* Sensibilidade ou ao limiar da reação e à intensidade da reação, ou seja, ao tempo que leva para se recuperar de uma perturbação emocional; *ii)* Recuperação, que tem a ver com a habilidade do indivíduo de voltar ao funcionamento

normal depois de uma forte reação emocional; e *iii*) Prejuízo é o grau em que a criança ou o jovem é capaz de manter um equilíbrio emocional quando perturbado. A pontuação desta Subescala varia de 0 a 80 pontos. Opostamente às Subescalas de Controle e Capacidade de Relacionamento, a pontuação baixa na Subescala de Reatividade Emocional é indicativa de resiliência e a pontuação alta aponta elevado índice de vulnerabilidade, uma vez que possui questões invertidas, com a finalidade também de validação do método.

### **PONTUAÇÃO DA ERCA:**

Segundo Prince-Embury (2008), a pontuação máxima para cada Subescala de Resiliência varia entre 80 a 96 pontos. Para a correção e verificação da pontuação total, os valores de cada subescala devem ser somados.

Na dissertação associada a este manual (SILVA, 2022), uma opção mais precisa para a definição do Índice de Resiliência é foi pelo cálculo da Média das médias das pontuações das 3 Subescalas (para detalhes veja a dissertação). São calculados dividindo-se cada pontuação total pela pontuação máxima ( $2 \cdot 80 + 86 = 256$ ) e multiplicando-se por 4.

A Tabela 2 mostra a classificação da pontuação total de cada uma das três Subescalas usando os critérios de Sandra Prince-Embury (2007) e da dissertação associada a este trabalho (SILVA, 2022).

**Tabela 2** – Classificação da pontuação das Subescalas ou médias das três segundo Prince-Embury e por esta autora.

<b>Classificação</b>	<b>Pontuação segundo Prince-Embury</b>	<b>Pontuação segundo esta autora</b>
<b>Alta</b>	$\geq 60$	$R > 3,10$
<b>Acima da média</b>	56 - 59	$2,85 \leq R \leq 3,10$
<b>Média</b>	46 - 55	$2,35 < R < 2,85$
<b>Abaixo da média</b>	41 - 45	$2,10 \leq R \leq 2,35$
<b>Baixa</b>	$\leq 40$	$R < 2,10$

Fonte: Adaptado de Barbosa (2008, p. 52) e baseado na dissertação de Silva (2022)

## **INSTRUÇÕES PARA A APLICAÇÃO:**

- Solicitar, antes da aplicação, a assinatura dos pais ou responsáveis do termo de consentimento livre e esclarecido;
- Entregar os formulários das 3 subescalas para cada aluno;
- Ler em voz alta o cabeçalho, dizendo que eles terão que preencher todas as informações que são pedidas. Em seguida, ler e explicar as instruções que estão logo abaixo do cabeçalho, ressaltando o que está em letra maiúscula (**NÃO HÁ RESPOSTAS CERTAS OU ERRADAS**);
- Ler a primeira questão e as opções de resposta em voz alta com os alunos, para exemplificar, dizendo que eles devem escolher apenas uma opção de resposta;
- Dizer que, no final da primeira página, existe uma legenda que explica melhor as opções de resposta. Ler e explicar que, se tiverem dúvidas sobre quanto seria “raramente, às vezes etc”, devem olhar a legenda.
- Insistir para que eles não deixem nenhuma questão em branco e não marquem duas opções na questão.

- Se tiver qualquer dúvida (se não entender alguma palavra, ou alguma questão etc), levantar o braço e chamar o aplicador para que este explique.
- Falar que todos devem responder individualmente, e os que terminarem antes devem ficar em silêncio para não atrapalharem os que não tiverem terminado.

Por fim, deve-se chamar atenção ao fato de que a dissertação da autora demonstrou que é possível fazer o uso simplificado da ERCA, procurando reduzir o dispêndio de recursos e de tempo de aplicação. Neste caso, aplique somente a tabela da Subescala 2 em todo o grupo de alunos e, após analisar os resultados, verifique quais são os alunos que estão com os mais baixos índices (recomenda-se selecionar os 20% com menores índices). A partir disso, pode-se iniciar os trabalhos de atendimento neste grupo visando atuar nas questões de resiliência e outros aspectos de ordem psicopedagógica, fazendo a aplicação das outras duas escalas somente nestes alunos, caso se entenda pertinente.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos resultados nos permite determinar os alunos que possuem baixa, alta e média resiliência diretamente. A partir desses dados, poderão ser aplicadas as Subescalas 1 e 3 nos alunos com o resultado de baixa resiliência para melhor avaliação dos mesmos.

Fazendo a aplicação das Subescalas de resiliência em duas etapas, haverá redução do tempo de preparação e custo para realização do levantamento inicial; redução para quase 1/3 do tempo de aplicação do teste nos alunos, reduzindo o estresse associado à aplicação; e redução do tempo de tabulação e análise dos dados.

## REFERÊNCIAS

ANTUNES, C. **Resiliência: a construção de uma nova pedagogia para uma escola pública de qualidade**. Fascículo 13. 4. Ed. Petrópolis: Vozes, 2007.

ARAÚJO, C. A. **História não é destino**. In: Puc, 2018. Disponível em: <https://www.pucsp.br/jung/download/Palestra-Dra-Ceres-revista.pdf>. Acesso em: 01 nov. 2019.

BARBOSA, R. J. **Tradução e validação da Escala de Resiliência para crianças e adolescentes de Sandra Prince-Embury**. 2007. 135 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2008. Disponível em: <https://tede2.pucsp.br/bitstream/handle/15844/1/Renata%20Jordani%20Barbosa.pdf>. Acesso em: 03 out. 2019.

MORIN, E. **Educar na era planetária: o pensamento complexo como método de aprendizagem no erro e na incerteza humana**. São Paulo: Cortez; Brasília: UNESCO, 2003.

PRINCE-EMBURY, S. Resiliency scales for children and adolescents: A profile of personal strengths. **Canadian journal of school psychology**. v. 22, n. 2, p. 255-261, dez. 2007. DOI: 10.1177/0829573507305520

SILVA, I. R. (Mestrado de Ciências) – Universidade de São Paulo. Lorena, p. 101. 2022.

## Anexo A

Nome: \_\_\_\_\_

Sexo: ( ) Masculino ( ) Feminino

Idade: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Série: \_\_\_\_\_

Aqui está uma lista de coisas que acontecem na vida da gente. Leia cada sentença cuidadosamente, e circule a resposta (nunca, raramente, frequentemente, quase sempre) que mais combina com você. **NÃO HÁ RESPOSTAS CERTAS OU ERRADAS.**

### Subescala 1

1. A vida é justa.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
2. Posso fazer coisas boas acontecerem.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
3. Consigo aquilo que preciso.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
4. Posso controlar aquilo que acontece comigo.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
5. Faço bem as coisas.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
6. Sou bom/boa em consertar as coisas.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
7. Sou bom/boa em entender as coisas.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
8. Tomo boas decisões.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
9. Consigo me adaptar quando há uma mudança de planos.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
10. Consigo superar os problemas na minha vida.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
11. Se tenho um problema, consigo resolvê-lo.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
12. Se tentar com empenho, isto faz a diferença.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
13. Se a princípio eu não obtiver sucesso, continuo tentando.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
14. Consigo pensar em mais de uma maneira para resolver um problema.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
15. Consigo aprender com os meus erros.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
16. Consigo pedir ajuda quando preciso.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
17. Consigo aceitar ajuda quando preciso.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
18. Eu penso que coisas boas acontecerão comigo.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
19. Eu penso que minha vida será feliz.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
20. Não importa o que aconteça, eu penso que as coisas darão certo.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre

LEGENDA:

**nunca** = nenhuma vez

**raramente** = uma vez no mês

**às vezes** = duas vezes ao mês

**frequentemente** = uma a duas vezes na semana

**quase sempre** = mais de duas vezes na semana

## Subescala 2

1. Consigo conhecer pessoas novas com facilidade.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
2. Consigo fazer amigos com facilidade.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
3. As pessoas gostam de mim.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
4. Me sinto calmo com as pessoas.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
5. Tenho um bom amigo.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
6. Gosto de pessoas.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
7. Passo tempo com meus amigos.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
8. Os outros me tratam bem.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
9. Consigo confiar nas pessoas.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
10. Deixo que as outras pessoas vejam meus sentimentos mais verdadeiros.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
11. Consigo calmamente dizer aos outros que não concordo com eles.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
12. Consigo me conciliar com os amigos depois de uma briga.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
13. Consigo desculpar meus pais se eles me chateiam.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
14. Se as pessoas me chateiam, consigo desculpá-las.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
15. Acredito que as pessoas me tratam de forma justa.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
16. Posso contar com as pessoas próximas para fazer a coisa certa.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
17. Posso tranquilamente dizer a um amigo que ele ou ela fez algo que me magoou.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
18. Se algo ruim ocorre, posso solicitar a ajuda de meus amigos.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
19. Se algo ruim ocorre, posso solicitar a ajuda de meus pais.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
20. Existem pessoas que me ajudarão se algo ruim ocorrer.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
21. Se me sinto magoado ou com raiva, existe alguém com quem eu posso conversar.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
22. Existem pessoas que me amam e se preocupam comigo.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
23. As pessoas sabem quem eu sou de verdade.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
24. As pessoas me aceitam pelo que realmente eu sou.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre

### Subescala 3

1. Fico triste facilmente.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
2. As pessoas dizem que é fácil me aborrecer.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
3. Eu revido quando alguém me aborrece.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
4. Eu fico realmente aborrecido quando as coisas não saem do meu jeito.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
5. Eu fico realmente aborrecido quando as pessoas não gostam de mim.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
6. Posso ficar tão aborrecido que chego a não aguentar.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
7. Fico tão aborrecido que perco o controle.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
8. Quando fico aborrecido, não penso com clareza.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
9. Quando fico aborrecido, reajo sem pensar..	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
10. Quando estou aborrecido, fico confuso.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
11. Quando fico aborrecido, permaneço assim por mais ou menos uma hora.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
12. Quando fico aborrecido, permaneço dessa forma por algumas horas.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
13. Quando fico aborrecido, permaneço assim por todo um dia.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
14. Quando fico aborrecido, permaneço assim por alguns dias.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
15. Quando estou aborrecido, cometo erros.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
16. Quando estou aborrecido, ajo de maneira errada.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
17. Quando fico aborrecido, me meto em encrencas.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
18. Quando fico aborrecido, faço coisas das quais me arrependo depois.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
19. Quando fico aborrecido, me firo fisicamente.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre
20. Quando fico aborrecido, machuco outras pessoas.	nunca	raramente	às vezes	frequentemente	quase sempre

