

## RESILIÊNCIA E TENDÊNCIA ACTUALIZANTE



Bertina Tomé

**Resumo:** Tanto a resiliência como a tendência actualizante reivindicam para si um papel fundamental no crescimento do indivíduo, ao longo do seu percurso vivencial.

Neste trabalho a autora começa por apresentar o sentido do conceito de resiliência, da sua origem metalúrgica às ciências humanas, referindo tanto o seu interesse na investigação como os mitos que à sua volta se têm tecido.

A tendência actualizante, como alicerce da Abordagem Centrada na Pessoa, surge inerente à própria vida, indispensável na expansão e maturação de potencialidades do indivíduo.

Finalmente, trata-se de situar os dois conceitos no quadro do desenvolvimento pessoal, descobrindo-lhes um papel muito próximo: a resiliência como potencialidade e a tendência actualizante como força motriz para a dinamizar mediante condições favoráveis.

**Palavras-chave:** Resiliência – Tendência Actualizante – Choque/Adversidade – Factores de Protecção – Factores de Risco – Desenvolvimento Pessoal

**Abstract:** Both resiliency and the actualizing tendency claim a major role in the growth of the individual, throughout the course of his life.

In this paper, the author begins by the meaning of the concept of resiliency, from its origin in metallurgy to the human sciences, referring both to its relevancy in the field of research as the myths that have been woven around it.

The actualizing tendency, as a foundation for the person-centered approach, is inherent to life itself. It is therefore indispensable to the expansion and the maturing of an individual's potentials.

Finally, this paper is about situating both concepts within the frame of personal development, unveiling a role that is very closed to both: resiliency as potential and actualizing tendency as the motive force to dinamize it, through favorable conditions.

**Key-words:** Resiliency – Actualizing Tendency – Shock/adversity – Protection Factors – Risk Factors – Personal Development

“Penso como as árvores se contorcem, agitam e curvam durante uma tempestade. Até o gelo sobre as árvores força os ramos a dobrar-se e a inclinar-se sobre a terra, mas raramente quebram. Assim que chega o tempo do gelo derreter, gradualmente, a sua resiliência liberta-os de novo.” (Ar-dath Rodale)

## A Resiliência

O conceito de resiliência tem vindo a suscitar um interesse crescente nas duas últimas décadas, no âmbito da investigação em ciências humanas, ao traduzir um novo olhar sobre o indivíduo face a situações de crise, de adversidade. Tem dado lugar a estudos em diversos meios socio-culturais, numa curiosidade e num interesse que os resultados parecem incrementar.

A sua origem, contudo, situa-se no meio metalúrgico. Relativo à física dos materiais, exprime a resistência destes ao choque. Caracteriza-se como “Capacidade de resistência ao choque de um material, definida e medida pela energia absorvida pela ruptura de uma amostra de secção unitária desse material.” (Dicionário Universal da Língua Portuguesa, 1995, p. 1239). Exemplificando, ao ser aplicada uma pancada sobre o material, nomeadamente o aço, este não cede não apresenta fractura, nem sequer se altera na sua forma. Aparentemente a sua estrutura manteve-se. No entanto, alguma alteração ocorreu, e é isso que a resiliência avalia: uma modificação mínima no material, de dimensão infinitésima, que lhe permitiu resistir, e que traduz robustez e flexibilidade no material.

Uma das raízes etimológicas possível – *resilio* – é uma palavra latina que significa retornar a um estado anterior. Em engenharia define-se como “a capacidade de um corpo físico recuperar o seu estado primitivo quando se interrompe a pressão exercida sobre ele.” [www.sesisp-resiliencia.com.br/resiliencia.htm](http://www.sesisp-resiliencia.com.br/resiliencia.htm)

## Sentido e aplicação nas ciências humanas

O termo passou a ser aplicado nas ciências humanas para designar uma capacidade reconhecida em algumas pessoas que, em situações de risco, acabavam por revelar-se capazes de ultrapassar a adversidade e construir um projecto de vida com sentido de utilidade, de valor e de realização pessoal. Não se desestruturavam ou submergiam em vivências perturbadas, pobres de significado ou mesmo marginais/desvian-

tes, como seria de esperar e sucedia na maioria dos casos. Parecia haver nelas, e continuando na origem metalúrgica deste conceito, “resistência ao choque”.

Manciaux (2000, p.1319) traz-nos duas definições do conceito:

“A resiliência é um fenómeno manifestado por sujeitos jovens que evoluem favoravelmente, apesar de terem experienciado uma forma de stress que, na população geral, é conhecida como contendo o risco sério de consequências desfavoráveis.” (Rutter)

“A resiliência é a capacidade de ser bem sucedido, de modo aceitável para a sociedade, apesar de um stress ou de uma adversidade que normalmente contem o risco grave de uma saída negativa.” (Vanistandael)

Ainda outra definição: “Resiliência é a capacidade humana de enfrentar, ultrapassar e ser fortalecido por experiências de adversidade.” (Grotberg, 1997, p.1)

Uma investigação clássica neste domínio é a de Emmy Werner. Psicóloga americana, desenvolveu um estudo longitudinal com 700 crianças nascidas em 1995, na ilha de Kawai, do arquipélago do Hawaí, durante trinta anos. Cerca de metade provinham de um meio económico precário sendo os progenitores, na sua maioria, cultivadores de cana do açúcar. Tal facto quase lhes assegurava a pobreza, pois esta indústria local vinha a decrescer desde a altura do seu nascimento. Não será de admirar que muitos deles tenham crescido em meios familiares dominados por grandes receios, inseguranças, onde o alcoolismo e a violência acabavam por estar muito presentes, ser quase um modo de vida. Como Werner terá referido “a teoria da vítima preveria que na altura em que essas crianças chegassem aos 20 anos, ter-se-iam simplesmente afundado num pântano de desemprego e crime. E foi o que sucedeu com a maioria. Ainda assim houve aquele número surpreendente, um terço, que nunca pareceu afundar-se de todo; foram bons alunos, iniciaram carreiras promissoras e – o mais importante – definiram-se como adultos capazes e competentes.” (Blum, 1998, p.5). Mediante este estudo, considerado o melhor estudo sobre resiliência em crianças, Werner acaba por ficar conhecida como a Mãe Resiliência (Garmezi, cit. D. Blum, 1998).

Quando surgiu, o estudo da resiliência ao nível humano teve um sentido muito inovador, constituindo uma autêntica lufada de ar fresco no âmbito das ciências sociais e da saúde. De lembrar que durante décadas o discurso académico insistira na observação da criança ferida, perturbada no seu processo de desenvolvimento, como criança perdida.

## Mitos e Factos

Contudo, a resiliência surge num terreno fértil em mitos, que é oportuno identificar e desenlear, para que o conceito não perca o seu interesse por se afigurar confuso ou pretensamente impregnado de representações idealizadas.

Num extremo, a convicção de um futuro inevitavelmente perturbado que pode assumir diferentes formas mergulha ainda as suas raízes na abordagem tradicional dos casos considerados de risco, em que a resiliência não parece ter lugar. No outro extremo encontramos o conceito de criança invulnerável, possuída de uma resiliência a toda a prova, de constituição de tal modo forte que não cede face ao stress ou à adversidade, quaisquer que sejam.

Assim, às crianças que vivem em condições adversas aparece, por vezes, associado um carácter negativo/fatalista que reduz à impossibilidade qualquer expectativa de mudança. Estão até identificados quatro mitos que, tradicionalmente enraizados na crença popular, enfatizam o peso dos factores perturbadores, limitando as hipóteses de crescimento. O Mito da Predeterminação afirma que as crianças não serão capazes de escapar aos ciclos de pobreza ou de falha que têm caracterizado as vidas dos pais, dos restantes familiares ou dos membros da comunidade. O Mito da Lesão Irreparável é contrariado pelos casos observados de crianças “em risco” que se vêm a tornar adultos saudáveis e bem sucedidos, o que chama a atenção para a necessidade de não assumir conclusões prematuras sobre o modo como a criança irá “desabrochar”. O potencial auto-regulador da juventude não é um fenómeno estático, pelo que não é possível determinar antecipadamente os parâmetros da sua vida. O Mito da Identidade existe e alerta-nos para o perigo de rotular e desistir de uma criança “em risco”. Tal como alguém terá referido: abuso foi aquilo que sofri, não é aquilo que sou. Finalmente, sobre o Mito de que, em última instância, Não Vale a Pena, importa lembrar que num ambiente facilitador as pessoas têm a capacidade para a mudança positiva e para o desenvolvimento de características de resiliência ao longo das suas vidas.

Por outro lado, as características da própria resiliência que, quando presente, possibilita ao indivíduo uma vivência bem sucedida, apesar das circunstâncias espinhosas por que teve de passar, o impacto que esse facto pode vir a ter no seu meio e mesmo expresso na comunicação social, são terreno propício à proclamação de “heróis”, dando um carácter misterioso, quase místico, ao processo em questão.

A este propósito, Sybil Wolin chama a atenção para o mito do “superkid”, que “caminha por entre as gotas da chuva, confronta qualquer desafio e emerge são e salvo, nunca experienciando um momento de dor”, veiculado num artigo de primeira página, sobre resiliência, denominado “Invincible Children”, nas revistas U.S. News e World Report (Wolin cit. D. Blum, 1998, p.2).

A resiliência não equivale, portanto, a uma vitória que acontece como que por encanto, nem apenas a um final bem sucedido como, por exemplo, a conclusão de um curso liceal com classificação elevada ou a resolução de perturbações alimentares ou de um quadro de alcoolismo. A resiliência é, sobretudo, e assim deve ser entendida, um processo que avança pelo acumular de pequenos sucessos que acontecem lado a lado com falhas, retrocessos, desapontamentos. Reveste um carácter de luta, marcado por dor e esforço. A própria “Mãe da Resiliência” chama a atenção para este processo dinâmico, que se traduz no facto de “ser capaz de cair sete vezes e levantar-se oito” (Werner cit. Paddock, s.d., p.2).

## Factores de Protecção

“A faculdade que um homem tem de cavar um buraco, de segregar uma concha, de tecer à sua volta uma frágil barreira de defesa, mesmo em circunstâncias aparentemente desesperadas, é um fenómeno admirável que deve ser estudado de perto”, escreveu primo Levi no seu livro “Si c’est un homme” (Manciaux, M., 2000, p.1319).

O momento de contacto com o risco é sensível e vital. O indivíduo dito resiliente desenvolveu mecanismos de protecção que reduzem a incidência do risco exercendo efeitos sobre o próprio risco ou alterando o facto de estar exposto ao risco ou de se expor ao risco. Reforçam a auto-estima e a eficácia pessoal, por intermédio de relacionamentos sólidos de suporte ou graças ao sucesso na realização de tarefas. São mecanismos que fazem nascer ocasiões de tipo positivo. A protecção reside na forma como se faz face às mudanças (Rutter 1990 cit. Tap e Vinay, 2000, p.139).

De facto, Rutter prefere chamar-lhes processos de protecção, e não factores, vincando assim a natureza dinâmica da resiliência. “A pesquisa não visa factores amplamente definidos mas, antes, mecanismos situacionais e de desenvolvimento envolvidos nos processos de protecção” (Rutter, 1987 cit. Benard, 1996, p.4).

Em 1993, Werner identificou, como factores de protecção, grupos de variáveis que se aproximam dos já em 1985 indicados por Garnezi:

- *Características do Indivíduo* que conduzem à utilização efectiva das suas aptidões pessoais (aptidões cognitivas, auto-estima, locus de controlo interno, competência social, responsabilidade precoce, etc.)

- *Características da Família*, que incluem estilos de educação parental que estimulam a competência e a auto-estima da criança (interacções positivas progenitor/criança, estrutura e regras do lar com qualidade, envolvimento do pai no cuidado da criança, educação da mãe, família inferior a cinco elementos, etc.)

- *Características do ambiente*, que incluem a presença de adultos e oportunidades de maiores transições na vida (relação positiva com um adulto, participação em actividades extracurriculares, envolvimento na igreja, experiências escolares positivas, assumir responsabilidades, abertura de oportunidades para remover ou sair de situações de alto risco).

A este propósito, vale a pena salientar o papel das chamadas figuras alternativas de identificação e de suporte afectivo, em caso de ausência ou de incapacidade dos pais. Anthony e Cohler (1987) verificaram que, apesar dos vários riscos, as crianças resilientes tinham, na sua maioria, a oportunidade de estabelecer uma ligação estreita com, pelo menos, uma pessoa que lhes proporcionasse um cuidado estável. Era alguém que “as aceitava incondicionalmente, independentemente das idiossincrasias temperamentais, da atracção física ou do nível intelectual.” (Anthony e Cohler, 1987, cit. Gabarino, *et al.*, 1992, p.107).

## Factores de Risco

O risco refere-se a variáveis que estão associadas ao desenvolvimento de desajustamento ou patologia no futuro.

Sameroff Siefer, Barocas, Zax, e Greenspan (Sameroff *et al.*, 1987, cit. Gabarino *et al.*, 1992)), estudaram o fenómeno do risco, que encontraram em factores tais como doença mental crónica da mãe, pobreza, falta de suporte social, família numerosa, interacção negativa precoce com os pais, elevada ansiedade parental, um baixo nível de educação parental e família monoparental. Concluíram também que aquilo que constituía um desafio ao desenvolvimento da criança podendo, de

facto, comprometê-lo, não era tanto um risco em si mesmo mas a acumulação de riscos.

Os factores de risco são numerosos e podem agrupar-se em três grandes áreas:

- *Individual* (comportamento anti-social, estatuto de minoria racial, experiências de vida ansiógenas, doença física).

- *Familiar* (patologia/doença parental, exposição a/vítima de violência, separação/ausência dos pais, stress de vida, família numerosa).

- *Social* (baixo estatuto socio-económico, violência na vizinhança, grupo desviante, má nutrição).

## A Tendência Actualizante

À medida que o modelo terapêutico de Rogers se foi definindo e adquirindo consistência, o conceito de tendência actualizante foi-se destacando como uma peça essencial da sua estrutura.

Numa das suas primeiras obras, “Counselling With Returned Servicemen”, em 1946, o conceito ainda não é referido mas são claramente esboçados os seus contornos. A sua leitura sugere uma força motriz presente em cada indivíduo, indispensável na compreensão do modelo. Este esforço em direcção à maturidade, a tendência para o crescimento, é a motivação subjacente à capacidade do cliente para resolver os seus próprios problemas durante um bom *counselling*. (Rogers, 1946).

Em 1980, Carl Rogers refere a tendência actualizante como fundamental ao modelo. “É o alicerce da abordagem centrada na pessoa.” (C. Rogers, 1983, p.41).

É uma força inata e presente em todos os seres humanos para desenvolver as suas potencialidades de modo que mantenham e valorizem o organismo que, quando livre para operar, conduz as pessoas à maturidade e ao crescimento. (Rogers e Stanford, 1984). Esta característica de universalidade pode, numa apreciação rápida do modelo, levantar dúvidas. Contudo, a tendência actualizante existe em todo o indivíduo, mesmo naquele em que, mercê de circunstâncias adversas, se vislumbra pouca humanidade. Rogers exemplifica lembrando clientes seus que, internados em hospitais estatais, tinham uma aparência/vivência muito empobrecida, distorcida. “Pode-se confiar que a tendência realizadora está presente nessas pessoas.” A expressão pessoal de que ainda eram capazes, longe de se tratar de gestos insignificantes ou amorfos, eram “uma tentativa desesperada de vida para existir.” (Rogers, 1983, p. 41).

## Resiliência e Tendência Actualizante no Desenvolvimento Pessoal

São dois conceitos emergentes de campos tão distintos quanto a metalurgia e a biologia, integrados em diferentes modelos de abordagem de abordagem terapêutica: a tendência actualizante num quadro teórico bem delimitado, o modelo da abordagem centrada na pessoa, a resiliência como conceito “agarrado” e aplicado por diversos autores em investigações diversas, sobretudo em populações consideradas de risco. Para os situar consideremos três coordenadas:

*Carácter inato:* a tendência actualizante nasce com o indivíduo. A resiliência será inata? A resposta afirmativa é comum em diversos autores.

*Constância:* A tendência actualizante permanece ininterruptamente no indivíduo enquanto ele viver. Enquanto capacidade manifesta, a resiliência tem um carácter flutuante. Pode se ser num contexto mas não noutra, numa época mas não noutra, o que associa o carácter resiliente a uma situação e a um tempo específicos. Combinando os dois construtos poder-se-á concluir que o indivíduo é sempre portador de tendência actualizante mas nem sempre é, ou se revela (se se considerar a resiliência inata) resiliente.

*Universalidade:* A tendência actualizante é universal, conforme foi definida por Rogers. Em 1994, Lifton caracterizou a resiliência como a capacidade humana de todos os indivíduos para transformar e mudar, independentemente dos riscos (Lifton, 1994, cit. Benard, 1997). Mas Werner identificou como resilientes apenas um terço dos indivíduos provenientes de meios socio-económicos perturbados. Outros estudos têm encontrado percentagens semelhantes que confirmam que a resiliência não é universal (Blum, 1998).

Por seu turno, E. Grotberg (1997) afirma, peremptoriamente, que a resiliência é uma capacidade humana universal. Haverá contradição nestas posições? Da leitura atenta de Grotberg ressalta a ideia de que, embora a designe como capacidade (*capacity*), configura-a, no seu carácter universal, como potencialidade. Defende que todas as pessoas têm capacidade para a resiliência mas que há que aprender a “tirá-la para fora”, o que sugere potencialidade – uma capacidade por emergir. Não colide, portanto, com outros estudos referidos, concluindo-se que enquanto potencialidade a resiliência é universal, enquanto capacidade só se encontra em alguns indivíduos.

O conceito de resiliência está indelevelmente associado à manutenção do desenvolvimento da pessoa e à promoção do seu crescimento.

O comportamento resiliente pode suceder em res-

posta à adversidade na forma de manutenção do desenvolvimento normal, apesar da adversidade, ou como um promotor de crescimento, para além do presente nível de funcionamento.” (Grotberg, 1997, p.2). Isto significa que sempre que para crescer for preciso e, sobretudo, for possível ultrapassar uma adversidade, aí acontece resiliência. Dir-se-á então, também, que a tendência actualizante teve condições para operar e assegurar o desenvolvimento, apesar de tudo. Isto é, às condições de vida adversas sobrepujaram-se, porque foi possível reuni-las, condições favoráveis à actualização da tendência actualizante que, por sua vez, garantiu o desenvolvimento e o crescimento pessoal.

É evidente a proximidade entre os factores propícios à expressão da tendência actualizante e da resiliência. Em 1979, já Bronfenbrenner referira como factor de resiliência o “amor incondicional de alguém” (cit. Grotberg, 1998, p.1), aproximando-se claramente da aceitação incondicional positiva enunciada por Rogers como atitude necessária e suficiente para promover crescimento numa relação de ajuda.

Bonnie Benard, investigadora americana que realizou um estudo longitudinal com 205 crianças de uma escola, agrupa em três categorias os factores de protecção em resiliência, incluindo na primeira as relações de ajuda (*caring relationships*), definidas como relações que contêm em si compreensão, respeito e interesse, e se fundamentam na escuta e no estabelecer de segurança e de confiança básica. (Benard, 1996).

Por seu turno, Rogers espera, como resultado da relação de ajuda, um maior nível de ajustamento no indivíduo, quadro que caracteriza pela presença de necessidades físicas que não sejam demasiado difíceis de satisfazer, trabalho digno que proporcione sentido de realização, amigos e familiares que vão ao encontro das necessidades do dar e receber afectivo e de resposta social e pela “capacidade para enfrentar os factos de uma realidade desagradável sem uma excessiva disrupção” (Rogers, 1946, p. 17), ou seja, a presença de resiliência no indivíduo.

Poder-se-á considerar, então, a resiliência como uma potencialidade? Há dados sugestivos a esse respeito. Na sua concepção rica da pessoa Rogers escreveu: “Os indivíduos possuem dentro de si vastos recursos para a auto-compreensão e para a modificação dos seus auto-conceitos, das suas atitudes, do seu comportamento autónomo. Esses recursos podem ser activados se houver um clima, passível de definição, de atitudes psicológicas facilitadoras.” (Rogers, 1983, p.38). Ele acreditava que qualquer pessoa continha em si potencialidades inatas para a saúde e o crescimento criativo muito embora nunca as tenha especifi-

cado. Esta “omissão” poderá ter servido o propósito de evitar que ao descriminá-las acabasse, involuntária mas inevitavelmente, por (de)limitar esse leque vasto de possibilidades que ele percebia em cada pessoa. Maddi aponta para aí ao considerar que, ao fazê-lo, Rogers poderia ter violado “o sentido intuitivo da liberdade humana”. (Maddi, 1996. cit. Pescitelli, s.d.).

A resiliência mostra-se impregnada do carácter de potencialidade em diferentes autores que se têm dedicado à investigação neste domínio. Grotberg (1997), que realizou um estudo de âmbito internacional, referiu-se à resiliência como presente em qualquer pessoa, indubitavelmente, como já referimos. O que haveria a fazer seria tirar esse recurso para fora, dar-lhe oportunidade de se expressar, movimento a que Rogers chamaria a actualização de uma potencialidade. Também Bonnie Benard, nos seus escritos sobre resiliência lembra a esse propósito, que “O potencial humano, apesar de nem sempre aparente, está sempre lá à espera de ser descoberto e convidado a ir para diante” (Purkey e Stanley, 1995, cit. Benard, 1997).

## Conclusão

Tudo aponta para um único processo de crescimento que se desenrola na relação. Mediante as condições favoráveis enunciadas por Rogers, e já conhecidas, a tendência actualizante dispõe de espaço para se expressar plenamente e a mudança acontece. Mais congruente, a pessoa torna-se menos defensiva e mais aberta à experiência. Quanto maior for o contacto que tenha com os seus verdadeiros recursos, mais capaz

será de se levantar face à adversidade e de assumir as rédeas da sua vida. Torna-se mais apta a relacionar-se e a enfrentar a adversidade. Mesmo em situação de sofrimento, o organismo move-se em direcção ao crescimento, na procura de soluções mais ajustadas às circunstâncias de que se vê rodeado.

Bonnie Benard afirmou que o desenvolvimento da resiliência não era outra coisa senão um desenvolvimento saudável que acontecia criando-se climas de solicitude, elevada expectativa e participação. Mais tarde, reiterou esta posição, ao afirmar que “O processo de resiliência é o processo de desenvolvimento humano saudável, de ir ao encontro de necessidades humanas básicas de atenção, de respeito, de desafio e estrutura e de um envolvimento, pertença e poder significativos (Benard e Marshall, 1997, p.1).

Longe de constituir um conceito em conflito com a tendência actualizante, a resiliência vem confirmar a possibilidade de actualizar potencialidades mediante condições favoráveis precisas. Como Benard concluiu, ao nível mais fundamental, a resiliência valida a investigação e a teoria sobre o desenvolvimento que tem claramente estabelecido o imperativo biológico para o crescimento e desenvolvimento que existe no organismo humano – que faz parte da nossa estrutura genética – e que se revela naturalmente na presença de certos atributos ambientais (Benard, 1996). Por outras palavras, a “descoberta” da resiliência prova a presença e a operacionalidade da tendência actualizante. De facto, “emana da crença fundamental na capacidade de toda a pessoa para uma transformação e uma mudança bem sucedidas.” (Benard e Marshall, 1997, p.1).

## Referências Bibliográficas

Benard, B. (1996): *From Research to Practice. The Foundation of the Resiliency Paradigm*. [www.resiliency.com/research.htm](http://www.resiliency.com/research.htm)

Benard, B. (1997): *Turning It Around for All Youth: From Risk to Resiliency*. <http://eric-web.tc.columbia.edu/digests/dig126.html>

Blum, D. (1998): *Finding strength: how to overcome anything*. In *Psychology Today* [www.findarticles.com/cf](http://www.findarticles.com/cf)

Dicionário Universal da Língua Portuguesa (1995): Lisboa: Texto Editora

Gabarino, J., Dubrow, N., Kostelny, K., Pardo, C. (1992): *Children In Danger – Coping With the Consequences of Community Violence*. São Francisco: Jossey-Bass Inc. Publishers

Grotberg, E. (1997): *The International Resilience Project: Findings from the Research and the Effectiveness of Interventions*. I B. Bain et al (Ed.) *Psychology and Education in the 21st Century* : Proceedings of the 54<sup>th</sup> Annual Convention of the International Council of Psychologists (pp. 118-128). Edmonton: ICPress

Grotberg, E. (1998): *The International Resilience Project* <http://ericps.crc.uiuc.edu/resnet/library/grotb98a.html>

Manciaux, M. (2000): *L'enfant et la résilience*. I *Bulletin des médecins suisses*, n° 24, pp. 1319-1322. Editores Medicorum Helveticonum

Paddock, D. (s.d.) : *Families With a Difference. Bent But Not Broken: Building Resilient Adoptive Families* [www.adopting.org/DeePaddock/html/bent.html](http://www.adopting.org/DeePaddock/html/bent.html)

Pescitelli, D. (s.d.): *Analysis-of-Carl-Rogers-Theory-of-Personality* [www.wyinja.com/personality/rogerssf.html](http://www.wyinja.com/personality/rogerssf.html)

Rogers, C., (1983): *Um Jeito de Ser*. S. Paulo: EPU

Rogers, C. (1983): *Tornar-se Pessoa*. Lisboa: Moraes Editores, 6<sup>a</sup> ed.

Rogers, C., Wallen, J. (1946): *Counselling with Returned Servicemen*. Nova Iorque e Londres: McGraw-Hill Book Company

Tap, P. & Vinay, A. (2000): *Dynamique des relations familiales et développement personnel de l'adolescence*, in J.P. Pourtois et H. Desmet, *Le parent éducateur*. Paris: PUF [www.sesisp-resiliencia.com.br/resiliencia.htm](http://www.sesisp-resiliencia.com.br/resiliencia.htm)