**A Roda de Conversa como Estratégia de troca e enfrentamento no âmbito da realidade estudantil na Universidade de Brasília (DF)**

RESUMO

Este artigo tem por objetivo abordar e posteriormente refletir a respeito da experiência de uma Roda de Conversa na Universidade de Brasília (DF) tendo como coordenador um facilitador terapeuta e como participantes ativos um grupo de 10-15 jovens. Foram ao total 5 encontros de duração de duas horas cada em um espaço aberto a comunidade e disponibilizado pela Universidade de Brasília. Neste contexto vivencial coletivo, o facilitador propunha reflexões e trocas de experiências sobre temas inerentes a realidade dos jovens universitários dependendo da necessidade e\ou urgência. Na roda de conversa foi possível detectar a aplicação dos princípios da roda de conversa: acolhimento, escuta ativa, silêncio e fala em 1ª pessoa e a importância de compartilhar experiências para fortalecer a identidade tanto da própria pessoa quanto de sua percepção de pertencimento a comunidade aprendendo a respeitar os referencias de cada um refletindo a concepção histórica e dialética do processo grupal de Lane e a definição de grupo elaborada por Pichon. O facilitador conduziu a roda de conversa seguindo o modelo de Roda de Terapia elaborado por Barreto que enfatiza a colocação para o grupo de sentimentos e emoções em relação a experiência de vida dos participantes dialogando desta maneira com o Modelo TCI-Terapia Comunitária Integrativa. No decorrer do processo foi importante detectar os acontecimentos, as falas, os gestos abertamente menos explícitos e “calados” mas não menos doloridos e recebidos com sofrimento reforçando assim o Princípio da Roda de conversa de Barreto trabalhado pelo facilitador. Toda sessão foi encerrada com um abraço entre alguns participantes valorizando nas sessões a importância em selar pacto de amizade tanto no processo quanto na construção de futuras amizades pensadas como rede de apoio para os participantes. O facilitador reforçou constantemente a ideia de pertencimento do grupo fortalecendo os laços indenitários, mantendo suas heranças culturais para equilibrar a homeostase do grupo voltando-se para uma visão sistêmica; enfatizando a concepção real dos acontecimentos e seu possível enfrentamento assim como sugerida por Roger.

Palavras-chaves: Roda de Conversa, Universidade, estudantes

Assim como em outros espaços acadêmicos no Brasil, atualmente está se percebendo a necessidade urgente de criar espaços abertos à comunidade estudantil com o intuito de incentivar a convivência e a troca de experiências entre os estudantes. O estado de agudo sofrimento no qual encontram-se uma parcela de universitários, torna-se um fato alarmante que deveria ser encarado com urgência tendo em vista as consequências acarretadas. Isolamento social, depressão, ideação suicida são algumas das consequências de experiências altamente estressantes vivenciados cotidianamente pelos estudantes no âmbito universitário.

Para Moretti apud Gomes (2018) a atual rotina de estudos é muito extenuante devido ao modo como entendemos o ensino. Em parte, em razão da cobrança excessiva pelos professores, mas que também encontra ressonância dentro do corpo estudantil, através da autocobrança dos universitários. Outro fator de preocupação identificado é o tempo curto para tarefas e os conteúdos extensos, somado à falta de coordenação pedagógica, dificultando-se assim o caminho do aprendizado.

Com o intuito de fazer uma reflexão sobre o assunto e tendo em vista as problemáticas inerentes ao contexto universitário na Unb, foi observado e comentado um ciclo de rodas de conversas entre um facilitador e um grupo de estudantes que vivenciavam situações desgastantes e portanto fragilizantes na rotina universitária.

Neste artigo é proposto assim o relato das experiências e, posteriormente sua possível reflexão (analise) à luz da teoria e da prática da terapia comunitária visando como recurso a roda de conversa.

**Registro das Experiências**

**Primeira Roda de Conversa**

O facilitador dos encontros apresentou o funcionamento e a origem das rodas de conversa, falou das etapas do processo e dos requisitos para que a roda como grupo acontecesse: acolhimento, escuta ativa, silêncio e fala em 1ª pessoa e explicou a importância de se discutir juntos a questão do sofrimento na universidade. Segundo suas palavras, isto é importante para entender que compartilhar experiências fortalece a identidade tanto da própria pessoa quanto de sua percepção de pertencimento a comunidade aprendendo a respeitar os referencias de cada um.

O facilitador começou a roda de conversa pedindo que quem se sentisse a vontade, colocasse para o grupo seu sentimento em relação a sua experiência de vida na universidade. Um participante pediu a palavra e colocou sua mágoa em relação ao comportamento de alguns professores em sala de aula. Relatou uma experiência que ele definiu humilhante e que deixou marcas no seu trajeto acadêmico. Segundo ele existe um abuso de poder por parte de certos docentes que se aproveitariam de sua posição para ter um comportamento não ético. Outra participante relatou sua experiência onde a professora rasgou seu trabalho na frente da turma acarretando assim problemas com sua autoestima colocando em dúvida suas capacidades de pesquisadora. A terceira experiência relatada foi de um participante que sofreu com o preconceito do docente por ele ser homossexual. O docente fez uma piada (que o próprio declarou “inocente, feita só para descontrair”) chamando o participante de “mocinha delicada”.

Outros episódios foram relatados por mais um membro do grupo: acontecimentos, falas, gestos abertamente menos explícitos (“calados”) mas não menos doloridos e recebidos com sofrimento. Uma participante colocou que a dor maior é perceber que entra ano sai ano nada muda e que muitos professores continuam “impunidos”. O grupo, assim concordou que o assédio (mais ou menos explicito) por parte de alguns professores contribui para a desistência de vários alunos do curso.

O facilitador perguntou para o grupo o que poderia ser mudado para que houvesse uma convivência mais respeitosa no âmbito da universidade. Um participante disse que deveria ser cultivado o respeito como valor principal,

Outra participante falou que deveriam ser feitas campanhas e mais encontros entre alunos e seria importante promover rodas de conversa entre alunos e professores. Muitos concordaram com as ideias propostas embora quatro disseram que isto não iria acontecer se não tivesse um desejo por ambas as partes (alunos e professores).

A sessão foi encerrada com o facilitador pedindo para fazer um círculo e perguntando o que cada um estava levando consigo. Um participante falou união; outra, respeito; outro, sentir que não estava sozinho. A sessão foi encerrada com um abraço.

**Segunda roda de conversa**

Neste segundo encontro estavam presentes 9 participantes e o facilitador abriu a sessão qual espaço de escuta ativa em um círculo onde os participantes foram convidados a se sentir a vontade e a compartilhar sentimentos em relação à sua experiência de vida na universidade. Uma participante relatou o caso de uma estudante sua conhecida que se suicidou na universidade enfatizando com muita angustia o alto grau de sofrimento vivenciado pelos estudantes. O facilitador indagou a respeito dos sentimentos que as dificuldades na universidade trazem e acarretam. Um participante pediu a palavra e comentou o fato de sentir a pressão das cobranças no desempenho acadêmico. Entrega de trabalhos, avaliações, prazos para conseguir e manter bolsas de estudo, vagas de estágio, seriam, segundo ele, motivos de estresse profundo. Uma participante colocou a questão da competição acirrada entre estudantes para conseguir atingir metas. Relatou sua experiência de quando entrou em depressão por não ter conseguido entrar no mestrado no prazo certo. Os pais dela cobravam muito e para ela foi como se tivesse decepcionado sua família. Um participante colocou que começou a tomar um remédio para controlar a ansiedade depois que perdeu a bolsa de pesquisa mas que agora estava melhor e que achava importante colocar para o grupo estes problemas porque segundo ela, era difícil sentir união entre os alunos.

Outro participante colocou que para ele o maior desafio era morar em outra cidade longe da família e ter que lidar com a solidão longe de casa. O facilitador indagou sobre a questão da(s) amizade(s) no âmbito universitário. E um participante colocou que muitos colegas sofriam por não conseguir fazer amigos a não ser pela internet nas redes sociais. Outros participantes disseram que eles tinham amigos de velha data e também que conseguiram ter bons amizade entre os colegas de faculdade. Eles achavam que era muito bom ter interesse em comum e que para eles a amizade era o maior suporte para quem está longe da família.

No final da sessão o facilitador convidou os participantes a ficar de pé no círculo e a praticar três respirações profundas. Após as respirações pediu que cada participantes fechasse os olhos durante um minuto e pensasse no que ia levar pra casa naquele dia. A sessão foi encerrada com um abraços entre alguns participantes (*importância em selar pacto de amizade*). Percebeu-se que as pessoas estavam mais relaxadas e a vontade e saíram no final conversando entre eles.

**Terceira Roda de Conversa**

O facilitador pediu para os participantes fazer um círculo e cada um se posicionou a vontade. Percebeu-se que os participantes se sentiam mais a vontade, agora se cumprimentavam e conversavam mais antes da roda de conversa. O facilitador convidou o grupo a colocar seus sentimentos e experiências na roda. Uma participante colocou que o clima estava bom na roda e que ela estava gostando de ver que é possível ter uma conversa franca sobre certos assuntos que na universidade não são conversados. Uma participante colocou que o que sentia falta era de ter amigos na turma e que gostaria de ter um grupo para conversar. Durante alguns minutos ninguém falou mais. O facilitador perguntou ao grupo se gostaria de colocar mais alguma contribuição sobre o tema proposto. Um participante colocou que ele sentia falta de um lugar onde pudesse ser ajudado profissionalmente, onde poderia ser atendido por psicólogos. Outra participante relatou que já tinha ido na faculdade de psicologia onde a encaminharam para marcar um atendimento mas que a fila de espera era de três a quatro meses. Uma outra participante relatou uma experiência parecida e frisou que faz muita falta um atendimento especializado na universidade acessível. Ela diz acreditar que seria importante para prevenir e conscientizar a comunidade dos estudantes. Muitos concordaram e não entendiam como um serviço tão caro e importante era tão pouco acessível na universidade. O facilitador disponibilizou alguns contatos de grupos terapêuticos que ofereciam rodas de conversa de graça em Brasília.

Um participante pediu a palavra e frisou que segundo ele as rodas de conversa poderiam ser desde o começo um momento fundamental na melhora da pessoa e que o profissional (psicólogo) não é garantia de que o processo tenha sucesso, para ele o grupo fortalece muito mais a identidade coletiva.

Uma participante colocou que segundo ela o psicólogo tem o dever de garantir a melhora do paciente já que estudou, trabalha e recebe para isso (*cobrança papel social*). Outro participante disse que sua experiência com terapia individual não tinha sido boa porque não tinha “rolado a energia necessária”

O facilitador perguntou para o grupo se concordavam com o fato de que o profissional tinha responsabilidade no “sucesso” da terapia. Um participante falou que a responsabilidade era tanto do profissional quanto do paciente e que segundo ele era importante também que o paciente não idealizasse o profissional porque a final “somos todos humanos”. (*Princípio da homeostase – teoria sistêmica; visão ideal X visão real; Idealização na terapia)*

A sessão foi encerrada em círculo com um abraço seguido de um lanche coletivo trazido por alguns alunos e pelo facilitador. Nesta ocasião a comida foi comentada positivamente (especialmente a torta de sardinha feita por um participante) e serviu para relaxar o grupo.

**Quarta Roda de Conversa**

Alguns participantes do grupo avisaram que chegariam mais tarde no encontro que começou assim com oito estudantes (*manutenção da coesão do grupo*). O facilitador abriu a sessão convidando os participantes a partilhar seus sentimentos de conquista e de dor. Um participante trouxe uma colega de curso que se apresentou para o grupo agradecendo pela oportunidade e elogiando a iniciativa. Segundo ela todo departamento na universidade deveria ter rodas de conversa para fortalecer a amizade e a cumplicidade entre os alunos.

Um estudante após ter cumprimentado a nova componente da roda (*confirmação de aceitação do novo elemento na roda*) pediu a palavra e começou a contar que no domingo anterior ficou com uma profunda sensação de ansiedade e que não teve ânimo para sair de casa. Contou que chorou muito, o dia inteiro e que achava que estava entrando em depressão. Ficou deitado sem querer fazer nada e assim ficou. Relatou isso muito emocionado para o grupo. O facilitador pediu que, se ele se sentisse confortável colocasse mais sobre este sentimento de impotência e desânimo. O estudante colocou que toda vez que navegava no *facebook* ou em outras redes sociais começava a sentir subir dentro dele uma sensação de ansiedade que aumentava conforme ao tempo de acesso. (*ameaça do pséudo-grupo ameaçados*). Na verdade, o que o estava angustiando era a situação política do País e como era explorada nas redes sociais. O participante sentia-se impotente perante a corrupção e achava que nunca a situação iria mudar independentemente do ganhador das eleições.

Uma estudante pediu a palavra e reforçou a questão da impotência e do desânimo em relação ao futuro do País e que também sentia medo a respeito do desenrolar da questão política. Ela tinha deixado de acessar o *facebook* e que estava seriamente pensando de sair da rede social porque o que era divulgado muitas vezes eram *fake News* (notícias falsas). Ela relatou que alguns colegas de faculdade já tinham saído. Ela falou pro colega que segundo ela, ele deveria sair também. (*afastamento do grupo ameaçador desleal*). O facilitador pediu posteriormente a palavras e colocou a importância de se ter amigos ou pessoas nas quais pode-se confiar (necessidade da Rede de Apoio) principalmente nos momentos difíceis. Ter uma pessoa (ou mais) que possa nos acolher e nos ouvir já ajuda a mitigar a sensação de solidão e impotência perante certas situações aparentemente sem solução e fortalecendo a amizade *(pertencimento grupo fortalecendo laços, mantendo heranças para manter a homeostase*). Ele colocou a importância de frequentar o grupo da roda de conversa para poder sentir que “não estava sozinho” e que este (a roda) era um espaço de acolhimento.

O facilitador encerrou o encontro com uma roda e um abraço. Os participantes trouxeram suco e bolachas para lanchar coletivamente. Assim se encerrou o quarto encontro.

**Quinta Roda de Conversa**

O facilitador começou a roda perguntando para os participantes sobre a semana e uma participante pediu a palavra e colocou que nesta roda gostaria de colocar “coisas boas” que pudessem inspirar o grupo (*elementos positivos*) já que as redes sociais estavam trazendo tanta angustia (*elementos negativos – na busca para voltar a homeostase)*

Assim ele contou que tinha começado dança do ventre e que estava gostando muito. Ela gostava da cultura e comida árabe. Um participante falou que ele gostava também da comida árabe e que tinha ido comer *falafel* e *babaganhush* porque eram comidas que ele gostava. O colega de roda pediu a palavra e colocou que não gostava muito mas que que gostava de arroz e feijão e outra participante deu uma dica de uma ótimo lugar na faculdade para comer “brasileiro” sem gastar muito. Um participante deu uma receita para massa de *cuscus*, receita que era da avó nordestina (manutenção das tradições e heranças familiares) e disse que falar de comida era muito bom e relaxava. Outro estudante comentou que para ele a comida representava a casa dele e sua região e que Brasília parecia não ter umas comidas típicas (comida como identidade cultural). Uma participante comentou a respeito de um programa de televisão sobre competição gastronômica e de como ela gostava de noite depois do trabalho de assistir. Era bacana porque já tinha aprendido a fazer algumas receitas e gostava de experimentar. Ela falou que a próxima roda iria trazer um prato que tinha apreendido e que achava que o grupo iria gostar (manutenção do assunto-conforto). O facilitador pediu a palavra e comentou a importância de se ter uma atividade que dê prazer como cozinhar, por exemplo. Ressaltou a necessidade de cultivar interesses que nos fizessem sentir bem e sentir útil como cozinhar para outras pessoas (*estratégia de fortalecimento do grupo*).

O facilitador encerrou a roda em círculo agradecendo pela presença e participação de todos. O encontro terminou com um abraço coletivo.

**Reflexão sobre as rodas de Conversa**

À luz dos fatos observados, durante as rodas de conversa, o facilitador tentou seguir as seis etapas sugeridas pela terapia comunitária integrativa: acolhimento, escolha do tema, contextualização, problematização, encerramento com exceção da aplicação da etapa da apreciação reservada à troca final de ideias entre terapeutas. A roda de conversa foi pensada no molde da roda de terapia que seria um espaço comunitário onde se foca o sofrimento e não a doença e onde se procura partilhar experiências de vida e sabedoria de forma horizontal e circular (BARRETO apud COSTA, 2012) Assim como preconiza Barreto em sua terapia comunitária, a roda de conversa observada se propunha acolher o que as pessoas tinham em comum, como sofrimento, exclusão, preconceito, preocupação, integrando as experiências e vivencias de cada um, unindo as forças da comunidade em busca de soluções e superação das dificuldades.

Outra abordagem que foi identificada na roda de conversa foi a concepção histórica e dialética do processo grupal de Lane (apud COSTA, 2012) onde o sujeito é analisado a partir da sua participação social contextual, da sua agregação específica, da sua socialização das diferenças (ALEXANDRE, 2002), da (r)estabilização de equilíbrio psíquico e da sistematização. Foi também observado que entre as dinâmicas inerentes ao processo da roda de conversa, o facilitador trabalhou com o princípio da homeostase (equilíbrio psíquico) entre eixo horizontal e vertical (apud COSTA, 2012). O facilitador também tentou trabalhar com a ideia de Roger de visão ideal e visão real dos acontecimentos e das cobranças inerentes a universidade.

No contexto da Universidade de Brasília, o movimento do grupo ocorreu de forma flexível e respeitosa ressaltando a escuta ativa e o enaltecer da cultura individual e grupal e enfatizando a criação de laços entre os participantes. O facilitador estimulou a coesão do grupo e a busca do equilíbrio em situações de sofrimento repetindo rituais de grupo na prática de acolhimento. Percebeu-se que, sendo os temas das rodas escolhidos pelos próprios alunos, houve uma participação ativa e consequentemente uma maior motivação por parte dos participantes. O facilitador manteve uma posição de liderança horizontal, revezando o poder decisório com o grupo e abrindo e fechando o espaço de expressão grupal de maneira respeitosa incentivando a comunicação entre os participantes e a dinâmica de um relacionamento empático entre os membros. Não foram detectadas dinâmicas específicas voltadas para a inovação mas o facilitador se manteve aberto as mudanças propostas. O grupo por sua vez, não focou especificamente na proposição inovadora mas mostrou um envolvimento mais intenso em exteriorizar e compartilhar os temas propostos.

Na roda de conversa foi possível detectar a aplicação dos princípios da roda de conversa quais: acolhimento, escuta ativa, silêncio e fala em 1ª pessoa e a importância de compartilhar experiências para fortalecer a identidade tanto da própria pessoa quanto de sua percepção de pertencimento a comunidade aprendendo a respeitar os referencias de cada um refletindo a concepção histórica e dialética do processo grupal de Lane e a definição de grupo elaborada por Pichon.

O facilitador conduziu a roda de conversa seguindo o modelo de Roda de Terapia elaborado por Barreto. Este modelo enfatiza a colocação para o grupo de sentimentos e emoções em relação a experiência de vida dos participantes dialogando desta maneira com o Modelo TCI-Terapia Comunitária Integrativa.

No decorrer do processo foi importante detectar os acontecimentos, as falas, os gestos abertamente menos explícitos e “calados” mas não menos doloridos e recebidos com sofrimento reforçando assim o Princípio da Roda de conversa de Barreto trabalhado pelo facilitador.

Toda sessão foi encerrada com um abraços entre alguns participantes valorizando nas sessões a importância em selar pactos de amizade tanto no processo quanto na construção de futuras amizades pensadas como rede de apoio para os participantes.

O facilitador reforçou constantemente a ideia de pertencimento do grupo fortalecendo os laços indenitários, mantendo suas heranças culturais para equilibrar a homeostase do grupo voltando-se para uma visão sistêmica; enfatizando a concepção real dos acontecimentos e seus possíveis enfrentamentos assim como sugerida por Roger.

À luz dos fatos observados notou-se, assim uma participação constante por parte dos estudantes acontecendo pouca rotatividade e “quebras” no processo de roda de conversa. No que diz respeito a sequência de assuntos apresentados houve uma concatenação lógica, embora esporadicamente observou-se a introdução de assuntos diferentes (mas nunca totalmente fora do contexto).

Percebeu-se também que o feedback do terapeuta não sempre era verbalizado deixando a discussão sem fechamento estimulando confusão de papeis e insegurança nos participantes. O facilitador manteve uma postura constante de respeito e acolhimento mas percebeu-se observando a resposta dos participantes, a falta de uma condução mais firme e de fechamentos mais objetivos. Observou-se também a repetição de dinâmicas do ritual como estratégias de reforço grupal para reforçar os laços de pertencimento. A valorização da cultura e das raízes dos participantes foi uma das estratégias mais eficazes (exemplo a valorização da cultura alimentar de cada participante) instaurando um clima mais descontraído e acomunando os participantes. A introdução de rituais estratégicos pontuais e contextualizados (exemplo o do compartilhar a comida) foi essencial para a boa manutenção do grupo e de sua homeostase psíquica.

**RFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Alexandre, M. **Breve descrição sobre processos grupais**. v. 7 n. 19 UFRJ, Rio de Janeiro, 2002.

Barreto, A. **Terapia Comunitária integrativa**.

Disponível em: http://consciencia.net/adalberto-barreto-terapia-comunitaria-integrativa/

Costa, J. **Praticas grupais e atuação**. CNIC: UNB, Brasília, 2012.

Gomes, P. **Jornal da USP**

Disponível em: <https://jornal.usp.br/ciencias/estresse-quando-a-faculdade-vira-maquina-de-moer-gente/>

Lane, S. T. M. (1980). **Uma Análise Dialética do Processo Grupal**. Cadernos PUC. N.1, 95-107.

Lane, S. T. M. (1981). **O que é Psicologia Social**. São Paulo: Ed. Brasiliense Lane, S. T. M. & Freitas, 69.

Osório, L. **Psicologia Grupal**. Porto Alegre: Artmed, 2003.

Pasquali, L. **Instrumentação psicológica: fundamentação e prática**. Porto Alegre, 2010.