

Grupos de suporte – A experiência do grupo acolhida da casa do Brasil de Lisboa

LYRIA MARIA DOS REIS ()*

*CYNTIA DE PAULA (**)*

*ANGELA CARNEIRO (***)*

As migrações internacionais são um importante fenómeno no mundo contemporâneo no qual Portugal se insere. As pessoas quando mudam de país passam por um processo de adaptação que pode ser mais ou menos facilitado dependendo de diversos aspetos e também das condições vividas no país de acolhimento. Nesta comunicação falaremos brevemente sobre as migrações no mundo e em Portugal; sobre a Casa do Brasil de Lisboa (CBL) e o Grupo Acolhida, atividade desenvolvida na CBL ao longo dos últimos 3 anos. Apresentaremos resultados do trabalho desenvolvido e algumas conclusões.

Migrações em Portugal

A experiência da migração como fenómeno cultural, social, económico, geográfico e político é complexa e transversal na história da humanidade. No mundo contemporâneo o deslocamento humano é tão significativo que mais de 232 milhões de pessoas são migrantes internacionais (UNGA, 2013), número que aumenta mais rapidamente do que a própria população mundial (Corsini, 2007; Ramos, 2008).

Em toda a sua história Portugal tem sido um país marcado pelas migrações, tanto internas como internacionais. Até aos anos 1960 o saldo migratório no país foi negativo e muitos/as portugueses/as deixaram Portugal buscando diversos países pelo mundo como destino para residência. Após esse período, a emigração de portugueses/as diminuiu e a partir dos anos 1970 diversos grupos imigrantes começaram a entrar em Portugal. Houve também um grande retorno de portugueses/as que viviam nas antigas colónias portuguesas em África. Atualmente vivem no país 395.195 estrangeiros/as, de diversos grupos étnico-culturais e de diversas nacionalidades, com situação regularizada junto ao Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF) sendo que 51,5% são mulheres (SEF, 2014) e 84% dos/as estrangeiros/as residentes estão em idade economicamente ativa e maioritariamente na faixa etária dos 20 aos 39 anos de idade.

(*) Centro de estudos das Migrações e das Relações Interculturais (CEMRI), Universidade Aberta, Lisboa, Portugal.

(**) Associação de Imigrantes Casa do Brasil de Lisboa, Lisboa, Portugal.

(***) Grupo Entre-Redes, Universidade do Estado do Rio de Janeiro-UERJ, Rio de Janeiro, Brasil.

Com a crise económica iniciada em 2008 Portugal também tem experimentado um grande fluxo de emigração. Contudo, mais recentemente o país tem vivenciado um movimento migratório com o crescimento de outros grupos étnico-culturais, originários principalmente da Ásia, que têm chegado ao país nos últimos anos e também de uma continuidade da chegada de brasileiros e brasileiras que pretendem viver em Portugal.

O processo migratório imprime uma mudança nas regras de vida social, substituem-se as noções de permanência e residência. Surgem novas articulações transnacionais, transculturais, e os fluxos migratórios são cada vez mais intensos, necessários, velozes e complexos (Corsini, 2007; Ramos, 2004, 2008). As migrações contemporâneas, nomeadamente as internacionais, são processos complexos que envolvem diversos fatores que influenciam profundamente a vida dos/as migrantes e que vão exigir uma grande capacidade de resiliência e de adaptação à nova realidade vivenciada (Ramos, 2004, 2006, 2008; Reis, 2013; Reis & Ramos, 2013).

A construção de referenciais para integração aos novos espaços no país de acolhimento é uma tarefa que exige uma grande capacidade de adaptação e que pode ser facilitado com a ajuda de uma rede que dê suporte a tantas mudanças. Essa rede pode ser constituída por grupos de apoio tais como os grupos de ajuda mútua que contribuem principalmente para atenuar as dificuldades e potencializar uma negociação justa e eficaz, as possibilidades de trocas de experiências mútuas e de ganhos para todos os participantes e envolvidos.

Casa do Brasil de Lisboa

A Casa do Brasil de Lisboa (CBL) é uma associação de imigrantes fundada oficialmente em 1992 por um grupo de imigrantes brasileiros/as e que, desde então, desenvolve ações que visam contribuir, sobretudo para a integração e a não exclusão de imigrantes oriundos de países terceiros, em especial a comunidade brasileira em Portugal (Vianna, s/d). A CBL desenvolve diversas ações e atividades que têm como objetivo promover o acolhimento, a orientação, o encaminhamento e o exercício da cidadania por parte de todos/as que procuram o seu apoio. A associação também desenvolve diversas atividades de âmbito cultural, tais como, aulas de dança (farró e samba), capoeira, teatro, projeção de filmes, debates, etc.

Atualmente a CBL presta apoio e encaminhamento dos/as imigrantes que procuram a casa através de três gabinetes: Gabinete de Orientação e Encaminhamento (GOE) com duas técnicas (1 mestre em Psicologia comunitária e 1 Antropóloga), Centro de Apoio Jurídico (CAJ) (1 Advogada) e Gabinete de Inserção Profissional (GIP) (1 Animadora).

A CBL defende os interesses de todos/as os/as imigrantes em Portugal, em especial os/as brasileiros/as e os/as de origem lusófona, dentro de uma ótica de integração e de luta pela igualdade de direitos e responsabilidade cidadã. Atua também como polo de reflexão e promoção de debates temáticos e intervém ativamente em questões relativas às políticas de imigração em Portugal e à luta contra o racismo e a xenofobia, entre outras (Vianna, s/d). A CBL é uma associação laica, apartidária, porém não apolítica. Entende que as questões

relativas aos/as imigrantes em Portugal e migrantes em todo o mundo têm um caráter político e assim são encaradas pelas diversas sociedades e Estados (Vianna, s/d).

O Grupo Acolhida da Casa do Brasil de Lisboa

O Grupo Acolhida (GA) da CBL funciona como um Grupo de Ajuda Mútua (GAM) que são importantes espaços de interação e partilha entre indivíduos que têm em comum a migração e contribuem para o aumento das competências dos/as participantes no sentido do desenvolvimento do sentimento de competência e utilidade social. É válido ressaltar ainda que estes grupos promovem a experiência vivencial de ajuda ao outro (de ajudar os outros), o que é em si mesmo, um processo de empoderamento na medida em que promove o reconhecimento e a valorização das capacidades do indivíduo, pois confere a quem ajuda um sentimento de maior controle em determinados aspetos de sua vida (Ornelas, 2008).

O Grupo Acolhida (GA) surgiu das necessidades verificadas pelos gabinetes de atendimento da CBL, o Gabinete de Inserção Profissional (GIP) e pelo Gabinete de Orientação e Encaminhamento (GOE) em dar respostas mais alargadas aos/as imigrantes, necessidades estas que se relacionam com questões subjetivas inerentes ao processo de imigração, tais como o sentimento de pertença e de utilidade social e, além disso, a criação de rede de suporte para o combate ao isolamento e o aumento dos conhecimentos acerca dos direitos e deveres no país de acolhimento.

Desta forma, a pesquisadora e psicóloga Ângela Carneiro durante o seu estágio de doutoramento realizado em Lisboa no ano de 2012, juntamente com a equipa da CBL deram início as primeiras sessões do grupo. A primeira reunião do GA aconteceu no mês de maio de 2012 na sede da associação em Lisboa e desde então as reuniões são regulares e passaram a ser coordenadas por Cyntia de Paula, mestre em Psicologia Comunitária e funcionária da CBL.

Neste sentido o GA funciona como um espaço de partilha de experiências tão particulares da entrada numa nova realidade de “ser imigrante”. O conceito é de um trabalho em grupo, um espaço de conversas, uma vez que a experiência compartilhada diminui o isolamento, proporciona reflexões e aumenta as possibilidades de superação das dificuldades pela rede solidária que se forma. Dessa forma ativa-se no/a imigrante uma atitude de inserção na nova realidade social de participação contributiva com direitos e deveres.

Objectivos

O Grupo Acolhida da Casa do Brasil de Lisboa tem diversos objetivos tais como:

- Receber os/as imigrantes para que, com suas demandas e iniciativas, contribuam para sua inserção no país de acolhimento;

- Auxiliar e integrar os/as imigrantes à nova cultura do país de acolhimento pela troca de experiências;
- Formar, multiplicar e dar sustentabilidade a uma rede de solidariedade entre os/as participantes com as particularidades de cada grupo;
- Compartilhar as informações e soluções que favoreçam o aumento da qualidade de vida do/a imigrante;
- Compartilhar e ampliar as experiências de adaptação à nova realidade;
- Promover e disseminar as atividades da cultura originária e a interculturalidade, integrar à cultura local por atividades como feiras, eventos culturais, atividades voluntárias, festivais, participação em campanhas públicas, cursos, palestras, etc.;
- Ativar e valorizar a atividade laboral e desta forma contribuir para o processo de pertencimento e bem-estar do imigrante e do bem comum;
- Elaborar as questões afetivas que no processo de adaptação dificultem a integração e não concorram para um adoecimento ou imobilidade do imigrante, aumentando o ônus para o poder público;
- Promover o empoderamento nos/as participantes e fomentar características de liderança;
- Oferecer formação no âmbito de técnicas de procura de emprego, técnicas de entrevistas de emprego, elaboração de currículo e outros temas que possam ser considerados necessários pelo grupo.

MÉTODO

A metodologia utilizada durante o funcionamento do GA alinha-se com os objetivos do projeto de integração social dos/as imigrantes numa abordagem holística dos diferentes aspetos do processo de inserção social no novo país. Para que a integração do/a imigrante ocorra são desenvolvidas diversas atividades em grupo através de oficinas que se estruturam pela apresentação de um tema que é o ponto inicial da discussão e que através de uma atividade (literária, musical, dinâmica de grupo e outras) leva a uma reflexão a ser compartilhada.

O tema central da oficina é a busca ativa de transformação do espaço entre duas culturas pela transformação de si e a transformação do mundo. Para tanto o plano de atividades contempla três grandes temas “quem sou nessa nova cultura?”, “Compartilhar, histórias, experiências, habilidades e capacitações” e “Modos de inserção: rede solidária” que se desdobram no decorrer do processo do trabalho. Os temas são levantados a partir da própria dinâmica do grupo e destacado pela coordenação para a discussão e reflexão junto ao grupo.

O dispositivo “oficina” funciona como um espaço catalisador de forças em tensão que potencialize novos modos de percepção de si e de mundo. Um espaço de intervenção que possibilite um deslocamento dos modos conhecidos de se viver para uma nova atitude de escolhas que restaure e afirme a vida como digna e solidária.

A oficina é um ponto de abertura do indivíduo, capaz de potencializar a vida dos/as participantes ao colocar em ação outras percepções, outras sensibilidades que superem as experiências estigmatizantes e inviabilizem o recomeçar de uma nova vida. A aposta é na construção de um espaço de encontro de produção e invenção de novos territórios existenciais e que as experiências contribuam para a discussão do processo migratório como dispositivo de integração mútua.

Os encontros do GA têm a frequência de um encontro quinzenal de 1h30min, organizadas em quatro tempos: apresentação do tema, tempo de elaboração individual, tempo de compartilhamento no grupo e produção coletiva.

RESULTADOS

A primeira reunião do GA aconteceu em maio de 2012 na CBL e desde então tem realizado reuniões regulares com imigrantes, maioritariamente brasileiros e brasileiras em situação de desemprego. Durante o ano de 2012 o GA realizou reuniões nos meses de Maio, Junho e Julho e deu continuidade no ano de 2013 tendo, durante este período, realizado 15 encontros.

No ano de 2014 o GA foi denominado de “Projeto Acolhida, Estamos aqui e Agora?” e contou com o apoio do Programa Cidadania Ativa, obtendo financiamento da Fundação Calouste Gulbenkian e EEAGrants para o desenvolvimento de diversas ações e atividades. Durante esse ano o projeto ampliou as suas atividades e desenvolveu:

- 1) Ações de formação: Foram realizadas cinco ações de formação sendo: curso de língua inglesa, curso de informática, cidadania, empreendedorismo e procura ativa de emprego com a participação de 52 pessoas (38 mulheres e 14 homens);
- 2) Ações de sensibilização: Foram realizadas ações de sensibilização tendo cada ação o período de 4 horas de duração abordando os seguintes temas: “Multiculturalismo e integração”, “Igualdade de género”, “Mulher brasileira: mitos e realidades”. As ações efetuadas atingiram 38 pessoas (28 mulheres e 10 homens), imigrantes desempregados/as e funcionários/as da Câmara Municipal de Lisboa. Outros temas também trabalhados foram os direitos e deveres relacionados à saúde dos imigrantes.
- 3) Grupo de Ajuda Mútua: Os encontros do GA foram realizados quinzenalmente com número variável de participantes;
- 4) Elaboração de Guia: ao final do projeto o GA através de seus/as dinamizadores/as e participantes elaborou o Guia “Direitos e Deveres dos/as Imigrantes em Portugal.

Projeto Acolhida: Estamos Aqui e Agora?” disponível em <http://www.casadobrasil.info/images/2015/guiaprojacolhida.pdf>

O projeto contou ainda com um *site* especialmente elaborado para o projeto e que ainda se encontra disponível no endereço <<http://projetoacolhida2014.wix.com/projeto-acolhida-cbl>> e também uma página do projeto na rede social Facebook no seguinte endereço <<https://pt-br.facebook.com/Projeto-Acolhida-Estamos-aqui-e-agora-475688969147971/>>

O evento final do projeto financiado aconteceu no dia 27 de Novembro de 2014 e contou com a presença de vários participantes que estiveram presentes nas ações de formação, de sensibilização e nos encontros do grupo acolhida.



Imagem 1. Evento final do Grupo Acolhida da Casa do Brasil de Lisboa

Fonte: Lyria Reis, 2014.

Neste evento vários participantes partilharam as suas experiências relativamente à sua participação no mesmo. Destacamos aqui alguns depoimentos de mulheres participantes: “*Eu fui muito bem recebida... Com o passar depois foram vindo as dúvidas, o que que eu posso, o que que eu não posso... As questões do preconceito que a mulher brasileira sofre aqui. Esse apoio de ter aonde vir, ter as informações, isso dá força p’ra gente falar assim, ah, eu vou dar mais um passo a frente...*” (mulher participante); “*Comecei a participar do projeto e toda vez que eu venho no projeto acolhida eu saio daqui com as minhas energias renovadas, me sinto realmente acolhida, me sinto em casa...*” (mulher participante). Destacamos ainda um depoimento de outra participante: “*... já me encontro a trabalhar... aproveitar e agradecer a casa do Brasil e ao Grupo acolhida, por me fazer sentir melhor nos momentos tão difíceis da minha vida o desemprego. O grupo acolhida me acolheu e deu o calor humano que nós imigrantes sentimos falta no país que não é nosso. Porém o projeto acolhida juntamente com os brasileiros imigrantes desempregados e participantes do projeto acolhida fizeram meus dias de procura ao emprego bem mais suaves. O projeto Acolhida e amigos me ajudaram a manter a sanidade nos dias difíceis e acabei por*

participar de um grupo de formação maravilhoso, da qual tenho muito orgulho de ter participado” (mulher participante).

Finalizado o período de financiamento do projeto, o Grupo Acolhida continuou as suas reuniões que têm acontecido normalmente a cada 15 dias.

CONCLUSÃO

Concluimos que os grupos de ajuda mútua são importantes espaços para troca de experiências e acolhimento entre imigrantes. O Grupo Acolhida da Casa do Brasil de Lisboa tem funcionado como um importante espaço de empoderamento para todos/as os/as participantes valorizando as suas trajetórias pessoais, aumentando as suas redes de suporte, aumentando o seu conhecimento e informação dos seus deveres e direitos enquanto imigrantes residentes em Portugal e, desta forma, contribuindo para a o bem-estar, o aumento da saúde mental e física de todos/as os/as participantes e a sua integração no país de acolhimento.

REFERÊNCIAS

- Corsini, L. F. (2007). *Êxodo constituinte: Multidão, democracia e migrações*. Tese de Doutoramento em Serviço Social. Escola de Serviço Social. Rio de Janeiro: Universidade Federal do Rio de Janeiro.
- Ornelas, J. (2008). *Psicologia Comunitária*. Lisboa: Fim de Século.
- Ramos, N. (2004). *Psicologia Clínica e da Saúde*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Ramos, N. (2006). Migração, aculturação, stresse e saúde. Perspectivas de investigação e intervenção. *Psychologica*, 41, 329-350.
- Ramos, N. (2008). *Saúde, migração e interculturalidade*. João Pessoa: UFPb.
- Reis, L. M. (2013). *Migração, saúde e qualidade de vida. Brasileiros residentes na região de Lisboa*. Tese de Doutoramento em Psicologia. Lisboa: Universidade Aberta.
- Reis, L. M., & Ramos, N. (2013). Migração e saúde de brasileiros residentes em Lisboa. *Revista Ambivalências*, 1(2), 29-53.
- Serviço de Estrangeiros e Fronteiras – SEF. (2012). Relatório de imigração, fronteiras e asilo 2014. Oeiras: SEF. Recuperado em 20 de Novembro de 2015, de http://sefstat.sef.pt/Docs/Rifa_2014.pdf

- United Nations General Assembly (UNGA). (2013). *International migration and development*. Report of the Secretary-General, 2013. Recuperado em 20 de novembro de 2015, de http://www.un.org/esa/population/migration/ga/SG_Report_A_68_190.pdf
- Vianna, C. (s/d). *Quem Somos. Casa do Brasil de Lisboa*. Recuperado em 20 de novembro de 2015, de <http://www.casado brasil.info/index.php/quem-somos/5-quem-somos>