

“PERRENGUES E MILAGRES: CONSTRUINDO NOSSA HISTÓRIA LONGE DO PAÍS DE ORIGEM”: INVESTIGAÇÃO APRECIATIVA ONLINE COM BRASILEIROS RESIDENTES NO EXTERIOR

“ROUGH TIMES AND MIRACLES: BUILDING OUR HISTORY AWAY FROM THE COUNTRY OF ORIGIN”: ONLINE APPRECIATIVE INVESTIGATION WITH BRAZILIANS LIVING ABROAD

“TIEMPOS DIFÍCILES Y MILAGROS: CONSTRUYENDO NUESTRA HISTORIA FUERA DEL PAÍS DE ORIGEN”: INVESTIGACIÓN APRECIATIVA EN LÍNEA CON BRASILEÑOS EN EL EXTERIOR

GRAZIELA JONES
CACCAVALE
MOFARREJ¹

MARIA FERNANDA
TEIXEIRA DA COSTA¹

MARIA GABRIELA
MANTAUT LEIFERT¹

MARIA LUIZA
MORENO CARMONA¹

OLGA JOVELEVITHS¹

VALERIA NICOLAU
PASCHOAL¹

¹ *Sanga8 - Investigação
Apreciativa, São Paulo,
SP, Brasil*

RESUMO: Este trabalho foi realizado durante a pandemia de COVID-19 com intuito de acolher jovens brasileiros vivendo no exterior, longe de suas famílias de origem em um momento de profundas incertezas. Neste cenário, nós da *Sanga 8* (equipe formada por um grupo de facilitadoras de relações humanas) desenvolvemos um trabalho com pessoas residindo em diversos países ao redor do mundo como expatriados ou por livre iniciativa. Em plena pandemia, essas pessoas se sentiam angustiadas não só pelo isolamento decorrente das restrições impostas pelos governos locais, como também pelo afastamento e pela preocupação com seus entes queridos e a nação que deixaram para trás, berço de suas raízes. Como profissionais comprometidas com a escuta atenta, curiosidade, criatividade e crença na colaboração e no diálogo para a construção de contextos generativos, nos utilizamos de princípios da Psicologia Intercultural, dentro do paradigma do Construcionismo Social. A metodologia utilizada teve como base a Investigação Apreciativa. Este trabalho foi realizado através da plataforma Zoom que possibilitou os encontros virtuais. Mesmo à distância, o processo mostrou-se transformador. Ao final dos encontros, colhemos depoimentos emocionantes de validação do método e dos propósitos. Ao apresentá-lo, intencionamos contribuir para o desenvolvimento e o foco nos recursos individuais e coletivos em momentos de adversidade como o que passaram esses jovens durante os primeiros anos de pandemia.

Palavras-chaves: imigração; investigação apreciativa; trabalho on-line em grupo.

RESUMEN: Este trabajo se llevó a cabo durante la pandemia de COVID-19 con el objetivo de acoger a jóvenes brasileños que viven en el exterior, lejos de sus familias de origen, en un momento de profunda incertidumbre. En este escenario, nosotros de *Sanga 8* (un equipo formado por un grupo de facilitadores de relaciones humanas) desarrollamos un trabajo con personas residentes en diferentes países del mundo como expatriados o por iniciativa propia. En medio a una pandemia, estas personas se sintieron angustiadas no solo por el aislamiento producto de las restricciones impuestas por los gobiernos locales, sino también por la distancia y la preocupación por sus seres queridos y la nación que dejaron atrás, cuna de sus raíces. Como profesionales comprometidos con la escucha atenta, la curiosidad, la creatividad y la creencia en la colaboración y el diálogo para la construcción de contextos generativos, utilizamos los principios de la Psicología Intercultural, dentro del paradigma del Construcionismo Social. La metodología utilizada se basó en la Indagación Apreciativa. Este trabajo se realizó a través de la plataforma Zoom, lo que hizo posible las reuniones virtuales. Incluso desde la distancia, el proceso demostró ser transformador. Al final de los encuentros, recogimos emotivos testimonios validando el método y los propósitos. Con su presentación pretendemos contribuir al desarrollo y colocar foco en los recursos individuales y colectivos en momentos de adversidad como el que atravesaron estos jóvenes durante los primeros años de la pandemia.

Palabras claves: inmigración; indagación apreciativa; trabajo en grupo en línea.

Recebido em: 10/01/2023

Aceite em: 19/05/2023



ABSTRACT: This work was carried out during the COVID-19 pandemic in order to welcome young Brazilian people who were living abroad, far from their families of origin, in a moment of profound uncertainty. In this scenario, we from Sanga 8 (a team formed by a group of human relations facilitators) developed a work with people living in several countries around the world as expatriates or on their own initiative. In the middle of the pandemic, these people felt anguished not only by the isolation resulting from the restrictions imposed by local governments, but also by the distance and concern for their loved ones and the nation they left behind, the cradle of their roots. As professionals committed to attentive listening, curiosity, creativity and belief in collaboration and dialogue for the construction of generative contexts, we used the principles of Intercultural Psychology, within the paradigm of Social Constructionism. The methodology used was based on Appreciative Inquiry. This work was carried out through the Zoom platform, which made virtual meetings possible. Even at a distance, the process proved to be transformative. At the end of the meetings, we collected moving testimonials of validation of the method and of the purposes. By presenting it, we intend to contribute to the development and focus on individual and collective resources in times of adversity such as these young people went through during the first years of the pandemic.

Keywords: immigration; appreciative inquiry; online group work.

INTRODUÇÃO

A angústia e a apreensão que todos viviam no início de 2020 e a percepção de que para os participantes, a distância do país de origem e das famílias potencializava os sentimentos de isolamento, de preocupação e as dificuldades de relacionamento no lugar onde viviam, nos levou a pensar em um trabalho que pudesse conectar pessoas vivendo na mesma situação.

Nosso objetivo foi trazer um olhar apreciativo para as histórias de migração, a valorização dos recursos e o fortalecimento pessoal, bem como a promoção de um processo em grupo que pudesse gerar o sentimento de pertença a uma rede. Foi criado um espaço de conversações para falar tanto de temas difíceis e sensíveis, como de conquistas e alegrias de maneira leve, prazerosa e transformadora. Através da conexão com suas raízes, do resgate e reconhecimento de seus valores e da integração do momento atual com o passado, fomos construindo uma plataforma ampliada, alicerçando o presente e preparando passos futuros.

Como mencionado por London *et al* (2009), referindo-se às ideias de Harlene Anderson, “a maneira como começamos a receber e conhecer as pessoas, cria o tipo de conversações e relações que podemos ter com elas” (p. 4). Portanto, os encontros foram construídos a partir destes pressupostos e alguns acordos foram estabelecidos pelo grupo no que se referia a ter uma escuta generosa, apreciativa, de não julgamento e uma fala na primeira pessoa do singular.

Atentas a esse cuidado, dando espaço às vulnerabilidades, às habilidades e aos recursos de cada participante, esse processo auxiliou para que o grupo pudesse desenvolver confiança e que cada um se sentisse em um ambiente seguro para compartilhar suas histórias.

Entendemos a importância do clima relacional e valorizamos a construção da rede entre as pessoas, tanto intra equipe quanto entre a equipe e os participantes, salientando a escuta amorosa e respeitosa que acolhe a polifonia do grupo.

Cada pessoa é autor e ator da própria vida, mas ao mesmo tempo, aprende com os outros, com as ressonâncias ao escutar suas histórias. As narrativas nos conectam como humanos, cada um reconhece e legitima o outro e ao mesmo tempo se enriquece através dessas experiências - *em colaboração nos nutrimos mutuamente*.

O GRUPO

Convidamos pessoas da nossa rede que estavam morando no exterior, divulgamos nas redes sociais e formamos um grupo fechado de 15 participantes que residiam em Portugal, Espanha, Itália, Irlanda, Reino Unido, Holanda, Finlândia, EUA e México.

O trabalho se inseriu no contexto de um problema sanitário mundial sem precedentes (COVID-19) tendo como resultado o confinamento e a incerteza sobre o futuro, com temores reais de preservação da vida. Interessante notar que os participantes relataram temer mais por suas famílias de origem que estavam no Brasil, do que por eles mesmos.

Os depoimentos, ao final de cada encontro, foram sinalizando os próximos passos do caminho e serviram de validação para a metodologia proposta. Em geral, foram manifestações muito emocionantes e que ajudaram na construção dos valores e propósitos do grupo. Para a realização deste artigo, entramos em contato novamente com o grupo e pedimos um consentimento informado a fim de poder apresentar os depoimentos e os registros aqui exibidos. O grupo mostrou-se muito receptivo pela iniciativa e prontamente atendeu nosso pedido.

AS TEORIAS QUE SUSTENTAM ESTE TRABALHO: INVESTIGAÇÃO Apreciativa E PSICOLOGIA INTERCULTURAL

O olhar apreciativo

Estamos aprendendo, experimentando e trabalhando com Investigação Apreciativa (IA) desde 2013. Entendemos que nossa prática é bastante versátil e colaborativa. Assim, mais que “aplicar” as metodologias, estivemos focadas em “viver” a IA e em criarmos contextos apreciativos, conversas generativas pautadas pelo respeito e pela curiosidade genuína. Para nós, a IA é mais do que um método, é uma maneira de estar no mundo, e não apenas uma série de ações a serem realizadas de uma determinada maneira.

Neste projeto especificamente, nos pautamos pelos oito principais pressupostos que sustentam a IA (Hammond, 2013, p. 11)

1. Em toda sociedade, organização, grupo ou pessoa, algo funciona.
2. Aquilo em que focamos torna-se a nossa realidade.
3. A realidade é criada no momento e existem múltiplas realidades.
4. O ato de fazer perguntas a uma organização ou grupo influencia o grupo de alguma forma.
5. As pessoas terão mais confiança e se sentirão mais confortáveis viajando para o futuro (desconhecido) quando carregarem partes do passado (conhecido).
6. Se levamos adiante partes do passado, elas deveriam ser as melhores partes.
7. A linguagem que usamos cria nossa realidade.
8. É importante valorizar as diferenças.

Estes pressupostos explicam os valores que orientam o nosso trabalho. Eles também nos ajudam a expandir nossa criatividade diante das situações que enfrentamos. Embora os princípios da IA criados por Cooperrider, Whitney e Stavros (2009) constituam a base conceitual sobre a qual toda a filosofia se sustenta, o trabalho de Hammond (2013) pode ser visto como *o coração da IA*.

Nesse sentido, nossa proposta de trabalho foi direcionada para a criação do que Shaked *et al.* (2019, p. 25, tradução nossa) descrevem como um espaço generativo:

Desde o início de qualquer conversa ou compromisso, durante todo o tempo e mesmo depois, nós nos tratamos e aos outros com bondade. Fazemos tudo o que podemos para estabelecer espaços seguros onde as pessoas possam se abrir e compartilhar seus desafios e histórias de forma autêntica. Honramos a integridade das pessoas envolvidas, suas diversas visões e ricas experiências de vida, suas histórias, pequenas e grandes, seus pontos altos e suas vulnerabilidades. Na verdade, convidamos todas essas contribuições para a conversa e incentivamos as pessoas a co-criar ou entrelaçar os recursos e pontos fortes de todos.

Como os autores citados, nos ancoramos em uma crença norteadora – de que todo o conhecimento, os pontos fortes e os recursos que precisamos em qualquer situação serão encontrados, eles estão disponíveis e emergirão em uma conversa colaborativa. Essa crença é, na verdade, um valor central que nos guia em nosso trabalho de IA.

Outro ponto norteador deste trabalho é o tema dos deslocamentos humanos e as teorias que o sustentam, para tanto lançamos mão de pressupostos da psicologia intercultural e de autores relevantes da área.

Psicologia Intercultural

Na atualidade, os deslocamentos humanos estão cada vez mais presentes devido a fatores geopolíticos e econômicos, facilitados pelo desenvolvimento da tecnologia de informação que conecta mundos e pessoas, através da rápida troca de informações. Pessoas decidem cruzar continentes em busca de um futuro melhor e/ou fugir de situações adversas.

A Psicologia Intercultural estuda as mudanças psicológicas ocorridas em grupos a partir do contínuo contato entre diferentes culturas. Ela entra neste trabalho como pano de fundo para nos informar que o processo de e/imigração pode promover mudanças profundas, na medida em que o indivíduo que imigra sofre um processo de aculturação psicológica (Berry *et al.*, 1992). A aculturação psicológica pode ser entendida como as transformações experimentadas pelo indivíduo em resposta à mudança de contexto cultural. Outro conceito importante que surge com grande ênfase neste trabalho é o de estresse de aculturação (Berry *et al.*, 1992), ou seja, o nível de estresse que o indivíduo experimenta em seu processo de deslocamento, está relacionado com a sociedade receptora, com as características em que ocorre o processo de imigração e com as condições emocionais, com o preparo do indivíduo, entre outros.

Nossos participantes estavam vivenciando um alto nível de estresse de aculturação por estarem vivendo em um país estrangeiro e enfrentando uma pandemia, o que nos levou a pensar na importância do apoio de uma boa rede social.

Para Sluzki, (1987) a rede social é composta por todas as relações significativas para o indivíduo: amigos, escola, trabalho, relações comunitárias, serviços. Ela é fundamental para a experiência individual da identidade e para a sensação de bem-estar e pertencimento. Somos eminentemente seres sociais, nascemos dentro de um grupo, a família, que nos acolhe, define e orienta. Esta rede, por sua vez, está ancorada dentro de um país e uma cultura. O pertencimento amplo a uma família, país, cultura e tradição formam nossas crenças, visão de mundo e a forma como resolvemos problemas e pensamos a vida. A perda desse grupo e dessas referências culturais pode, inicialmente, acarretar sentimentos de deslocamento e inadequação. Portanto, fazer uma nova rede de conexões e reconstruir a partir daquilo que trazemos em nossa bagagem cultural uma nova forma de estar no mundo, é esperado e desejável para uma boa adaptação ao novo ambiente.

No momento do encontro deste trabalho, os participantes estavam há mais de um ano no país de imigração, já haviam passado a etapa de *lua de mel*, que Sluzki (1997) define como um momento inicial do *ato de emigrar*. Os primeiros seis meses são vividos com muita curiosidade, de forma que as dissonâncias não são levadas em consideração em prol da adaptação ao novo ambiente. O diferente não causa tanto estranhamento, pois as pessoas vivem como se estivessem de férias. Quando o tempo passa e as dificuldades persistem, o indivíduo percebe a realidade, e o que antes era relevado agora pode começar a incomodar.

A criação do grupo ajudaria a elaborar a integração a esse novo lugar, em um momento inesperado, angustiante e disruptivo (pandemia). Podemos pensar que o grupo funcionou para amenizar as quedas e ajudá-los a construir pontes, não só entre eles, mas com suas famílias de origem nesse novo lugar. Reforçamos, em nossos encontros, a importância de tecer redes, fonte de apoio e de proteção frente ao desconhecido, diante de uma possível sensação de isolamento e incertezas.

PROCESSO MIGRATÓRIO – ETAPAS DO TRABALHO

Para o processo vivido nestes encontros, consideramos algumas etapas do ciclo de vida do processo migratório: desde os motivos que fizeram parte da decisão de emigrar até o enraizamento na nova terra (Sluzki, 1997), simbolizado pela espiral (Figura 1) que demonstra um processo dinâmico com a integração dos vários aspectos que foram abordados.

Figura 1 - Etapas do ciclo de vida do processo migratório



Foram ao todo 5 etapas, realizadas em 7 encontros nos quais trabalhamos os aspectos do ciclo migratório a cada momento:

1. Travessia;
2. Integrar a rede de conexão;
3. Superar as tempestades;
4. Enraizar nossas histórias;
5. Nutrir a permanência.

A metáfora da espiral foi pensada como um processo contínuo. Nos encontros, as etapas foram vivenciadas de forma sistêmica, ou seja, cada um dos aspectos foi vivido de maneira integrada. Ao recontar suas histórias, novas narrativas foram ressignificadas individual e coletivamente.

1. TRAVESSIA

A experiência da travessia é antecedida pela motivação de emigrar – nesse momento, a pessoa tem uma série de motivos que a levam a se deslocar de um país a outro, o que pode gerar ansiedade, expectativas, medo do desconhecido, medo de perdas e dúvidas sobre o processo de imigração.

Algumas vivências terminam, outras continuam de forma diferente, aspectos novos surgem – é um período de reconstrução que envolve várias circunstâncias pessoais, emocionais, familiares, sociais, culturais e econômicas.

Primeiro encontro

O disparador inicial para o primeiro encontro com os participantes foi a canção *Movimiento* de Jorge Drexler (2017)¹:

<i>Yo no soy de aquí, pero tú tampoco</i>	Eu não sou daqui, e você tampouco
<i>De ningún lado del todo</i>	De nenhum lugar totalmente
<i>Y de todos lados un poco</i>	E de todos os lugares um pouco

Com um olhar de sonho no horizonte, surgiu uma inspiração, uma força que os moveu a fazer essa passagem. Um misto de atração e medo pelo desconhecido, que fez observar e conhecer as possibilidades, uma boa dose de coragem e entusiasmo, para avançar no propósito e disciplina para planejar e executar o que era necessário.

Quando aceitaram viver tudo isso, aceitaram um chamado interno, acreditaram que o aprendizado e a busca pelos sonhos estavam do outro lado do rio. E o caminho começou a se fazer ao caminhar, encontraram pedras e desafios, assim como pessoas e situações alinhadas com os seus objetivos.

A partir da música, formaram duplas e entrevistaram-se mutuamente, respondendo a perguntas generativas e apreciativas. Apropriaram-se de suas competências, forças e potências do passado e trouxeram para a consciência os recursos utilizados no enfrentamento de desafios. Se reconectaram ao presente com suas motivações e fortalezas que geraram força, resiliência e coragem para seguir adiante.

¹ Para conhecer um pouco mais deste trabalho, acesse a apresentação feita para o 14º Congresso Brasileiro de Terapia Familiar da ABRATEF (agosto de 2021): *Investigação apreciativa online com brasileiros residentes no exterior*. disponível no youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=STkZ3SRLJEg> (acesso em 05 jan 2023).

Depois do resgate, em duplas, foi feito o mapa das forças do grupo e construído um documento coletivo.

O documento coletivo pode ser entendido como a expressão da voz individual juntamente com a possibilidade de compreensão coletiva do desafio e de seu enfrentamento. Ao conectar as narrativas de uma pessoa ao coletivo, a pessoa deixa de estar sozinha em sua experiência e começa a conhecer o que há de comum na diversidade que contempla o contexto das relações sociais.

Figura 2 - Documento coletivo 1: quem somos

“Somos brasileir@s espalhad@s pelo mundo e nos encontramos aqui na casa da Sanga 8. Atendemos ao convite para compartilhar nossas experiências mundo afora com outr@s compatriotas corajos@s. Embarcamos nessa e nos identificamos com as histórias de quem como nós, escutou a voz do desafio e olhou para o rio pensando na outra margem. Nos escutamos com curiosidade genuína e naquela primeira conversa percebemos que queremos explorar o desafio do novo. Desejamos dar conta dessa situação da pandemia e reconhecer uma força que já se tinha, mas não se sabia. Somos mulheres porretas! Descobrimos a força das mulheres, a resiliência. O empoderamento nos representa. Reconhecemos o amor e o desamor impulsionando as velas do nosso navegar. Somos brasileir@s e se quisermos ser do mundo, temos que acolher o mundo dentro de nós. Acreditamos que quem lê sabe muito, mas quem vive sabe mais! Trazemos conosco a reinvenção, os vínculos fortes, sangue, dificuldades. Queremos crescer e continuar juntos. Nos movimentamos pela busca de ir atrás de um sonho. Um sonho comum. Ancestral. Raízes. Coragem. Somos uma espécie em viagem. De nenhum lado de todo. E de todos os lados um pouco!”

2. INTEGRAR A REDE DE CONEXÕES

Neste momento, o objetivo foi trabalhar a rede de conexões entre os participantes do grupo e de cada um com seu percurso do país de origem para o novo país. Faz parte do processo migratório a experiência de grandes mudanças. Alguns hábitos e vínculos terminam, outros se modificam e novas situações, relacionamentos, crenças, sentimentos surgem – é um período de reconstrução que envolve várias circunstâncias pessoais, emocionais, familiares, sociais, culturais e econômicas.

Sentir que faz parte da sociedade local como imigrante e reconhecer sua cultura de origem ajuda a legitimar sua identidade e, em alguns aspectos, perceber que vai se transformando e assimilando a cultura local, o que permite se sentir parte desse novo lugar.

A riqueza está na integração entre esses aspectos, como uma dança, se apropriando dos vários espaços, se sentindo brasileiro/a e espanhol/a, italiano/a, português/a, irlandês/a, inglês/a, francês/a, não importando onde você estiver.

Segundo encontro

Foi proposto que os participantes mergulhassem em suas histórias para fazer um resgate da sua identidade, seus valores herdados e adquiridos, hábitos e costumes, um reconhecimento da sua cultura de origem, social e familiar e a partir desta vivência, refletir sobre seu encontro com as novas culturas.

Para o início deste trabalho, pedimos que falassem de suas comidas preferidas e que trouxessem um objeto representativo de suas raízes, um ditado popular, uma música, frases marcantes da família de origem e qual o significado para eles.

A leitura do documento coletivo realizado no primeiro encontro proporcionou uma base para pensarem na conexão com suas forças, competências e habilidades para sua inserção nos novos lugares.

Os participantes foram mobilizados a desenvolver conversas que se debruçaram sobre os seguintes temas:

- Como se inserir em uma cultura diferente e criar sua rede social?
- Como enfrentar a distância dos amigos e familiares?
- Como manejar seu relacionamento conjugal fora do país? E quando é um relacionamento intercultural?

Esta atividade propiciou um resgate dos aspectos da identidade de cada um, de valores e legados que receberam de herança e de outros, conquistados na vida no país de origem, seja com família ou com amigos. São âncoras que inspiram a trajetória, tendo como base a importância das heranças e suas possibilidades no fortalecimento identitário.

Ao apresentar os objetos que os acompanharam na sua travessia falaram de:

sonhos; possibilidades; amor pelo Brasil; vai e aproveita, mas se precisar, volta a qualquer momento; alegria, criei vocês para serem pessoas do mundo, o que é seu está reservado; um homem precisa viajar para conhecer o mundo; maktub (estava escrito); aconchego na família; todo mundo que a gente encontra na vida está passando por uma batalha e ninguém sabe qual é; seja gentil com todos.

Na colheita realizada ao final do encontro, as seguintes frases surgiram:

Entender que nossos amigos hoje não serão os de nossa história no Brasil

Ciclos de mudança

É essencial ter uma identidade aberta e flexível.

Estamos todos no mesmo barco – sensação de acolhimento.

**“Perrengues e Milagres:
Construindo nossa história
longe do país de origem”:
Investigação Apreciativa
online com brasileiros
residentes no exterior**

*Graziela Jones
Caccavale Mofarrej*

*Maria Fernanda
Teixeira da Costa*

*Maria Gabriela
Mantaut Leifert*

Maria Luiza Moreno Carmona

Olga Joveleviths

Valeria Nicolau Paschoal

Terceiro encontro

Nesta parte do trabalho, focamos no processo de aculturação, no resgate da identidade de cada um dos participantes e no fortalecimento da conexão entre eles.

Para aquecer o grupo, nos inspiramos no livro *A vida secreta das árvores*. Nele o autor Peter Wohlleben (2017), engenheiro florestal, faz um relato sobre a natureza social das árvores, através da sua experiência de mais de vinte anos em uma floresta na Alemanha. Ele afirma que é essa natureza social que garante a sobrevivência das árvores; se cada árvore cuidasse exclusivamente de si, as florestas não sobreviveriam. Cada árvore é extremamente valiosa para a floresta. Se alguma é danificada, por essa lacuna, as tempestades penetram e derrubam outras árvores e por aí o calor entra e resseca o solo.

Sendo assim, todas as árvores se ajudam mutuamente, trocando nutrientes entre si. Os espécimes que, porventura, se encontram mais debilitados são nutridos pelas raízes de outras árvores, através de um complexo mecanismo, utilizando-se de fungos que contribuem nessa missão. É interessante pensar nessa conexão existente embaixo do solo no intuito da preservação coletiva.

Transferimos metaforicamente esse sentido de ajuda e preservação para a situação da pessoa que se percebe por vezes debilitada no processo de aculturação e de sua necessidade de estabelecer conexões que contribuam para sua saúde física e mental.

Utilizamos também a metáfora do jardineiro que, quando replanta uma árvore em um novo lugar, leva junto um pouco da terra original em suas raízes — que é a história pessoal, a rede, a essência de cada um, e que permite a adaptação ao novo.

Metodologia da árvore da vida. Para propor uma reflexão sobre como os participantes estavam se inserindo nas novas redes e se nutrindo na permanência no novo país, utilizamos a metodologia da árvore da vida (Denborough & Ncube, 2016). Todos foram convidados a desenhar sua própria árvore da vida, onde cada parte simboliza algum aspecto de suas vidas. Assim, reconheceram suas histórias, seus recursos herdados e construídos ao longo de suas vidas, enriquecendo as descrições com apoio visual e artístico. Adaptamos algumas perguntas originais da metodologia para nosso propósito de fortalecimento do grupo, para o aumento de conexão com seus valores, com as heranças culturais, e com os propósitos de vida. Assim, as consignas foram:

- » *Raízes* (herança): pense na sua origem — lugar de nascimento, valores herdados, tradições, habilidades, pertencimentos, pessoas importantes na sua vida que dão sustentação à sua história.
- » *Solo* (o presente): o chão representa onde e como você está vivendo. O que faz parte da sua rotina hoje e pré-pandemia?
- » *Tronco* (habilidades, valores): o tronco fala das habilidades, recursos e pessoas que te ajudam neste momento ou que te ajudaram; com quem você conta e de onde vêm essas habilidades e recursos? O que outras pessoas importantes identificam em você/ dizem sobre você?
- » *Galhos* (expectativas e sonhos): expectativas, sonhos e desejos deste momento.
- » *Folhas* (pessoas especiais): representam as pessoas importantes, vivas ou não. O que elas sentem e percebem em você neste momento?

- » *Frutos* (dádivas, presentes recebidos): quais os presentes, dádivas que a vida te deu ao morar fora do seu país de origem?
- » *Sementes e flores* (contribuições para o mundo): a partir da experiência de morar fora, quais contribuições você quer deixar para o futuro? O que pode oferecer para outras pessoas e para o mundo?

Após o desenho das árvores, todos foram divididos em duplas para conversar sobre a experiência e apresentar sua árvore. Esta conversa foi enriquecida por algumas perguntas:

- Quais dessas raízes permitiram que essa árvore pudesse ser transplantada?
- Conte uma história da relação com esses valores e qualidades que te ajudaram no momento de transição.
- Quais dessas pessoas tiveram papel fundamental no seu processo migratório?

A Floresta da Vida. Na volta para o grande grupo, registramos todas as árvores juntas e nos vimos numa verdadeira floresta da vida.

Um movimento do individual para o coletivo foi criado e iniciamos uma reflexão no grande grupo de como nos apoiamos uns aos outros nesse momento de vida a partir de algumas questões:

- Como você se vê nesta floresta, colaborando para esta rede de árvores?
- No que você pode contribuir para a floresta?
- Como você se sente fazendo parte dessa floresta?

Encerramos esta atividade com uma forte emoção e sensação de pertencimento, com a imagem de um grande rizoma.

3. SUPERAR AS TEMPESTADES

Nesta etapa do ciclo de vida do processo migratório, aprofundamos questões que falavam das dificuldades vividas por cada um como imigrantes na busca de estabelecer-se no país e como foram enfrentadas, trazendo os recursos herdados e desenvolvidos durante a vida pessoal, como também as possibilidades encontradas no dia a dia para a superação.

Quarto encontro

Quando chega a tempestade, oferece um espaço para que se fale de momentos de dificuldades, os riscos que as árvores correm e seus efeitos. Pedimos que todos trouxessem seus desenhos para trabalhar o fortalecimento desta floresta quando as tempestades chegam.

Este encontro teve por objetivo o fortalecimento da floresta por meio de uma reflexão sobre as dificuldades que cada um enfrenta e enfrentou em sua vida. Nomeamos algumas possíveis tempestades que acontecem na vida de alguém que escolhe morar longe de seu país de origem e seus efeitos.

Primeiramente tivemos uma conversa no grande grupo que os preparou para a próxima etapa:

- Quando as tempestades chegam, a culpa é das árvores, da floresta?
- As adversidades existem na natureza?
- Diante desses ventos fortes, dessas ventanias e furacões, como a floresta pode ser atingida, como as árvores e a floresta se protegem?
- Na sua história sobre a imigração, certamente tem momentos que você identifica bons ventos, como a brisa, mas provavelmente você também tenha se deparado com ventos mais fortes como ventania ou furacão... as adversidades na vida humana também existem!
- Nas dificuldades, nos vendavais que ameaçaram destruir o sonho, ou o caminho, quais foram os desafios, como você enfrentou os perigos e os problemas gerados, como buscou proteção e refúgio, e quais habilidades e recursos você descobriu e reconheceu em você? Como essas histórias te fortaleceram?
- Com essas experiências, qual sua base segura com a qual você pode contar antes de uma tempestade chegar?

Para pensarem sobre as reações dos participantes quando as tempestades chegam, propomos uma conversa de quinze minutos em duplas, na qual cada um pode compartilhar uma história de tempestade, onde se refugiou, quem deu suporte e o que fez para lidar com as consequências da tempestade:

- Do que cada árvore precisa para enfrentar as adversidades?
- Como a floresta pode contribuir com as árvores e os cuidados que cada árvore pode ter com as outras árvores e a floresta como a comunidade que as acolhe?
- Tendo em vista as tempestades, o que me faz seguro na floresta?

Na volta para o grande grupo, continuamos a reflexão sobre os efeitos na vida quando os ventos mudam de direção e as tormentas chegam. Uma grande emoção tomou conta de nossa floresta, os participantes puderam falar sobre seus sofrimentos e como têm enfrentado momentos difíceis do movimento migratório. Conversaram sobre alguns momentos vividos com algumas pessoas, nas suas escolhas, no processo de emigração.

Eles refletiram sobre o processo de se reconhecer e pertencer tanto à sua terra de origem, quanto ao local em que se encontram, podendo se apropriar dos vários espaços, transitando pelo mundo. As tempestades estão sempre presentes nas nossas vidas? Será que nossa vida fica livre das tempestades? O que fazemos quando as tempestades passam? Transcrevemos as falas dos participantes e elaboramos um documento coletivo que foi lido e complementado no encontro seguinte.

4. ENRAIZANDO NOSSA HISTÓRIA

Resgatar aspectos da identidade pessoal, valores e legados que receberam de herança e outros conquistados na vida, são âncoras que inspiram a ver a trajetória pessoal sob uma perspectiva de continuidade da vida.

A vida em movimento faz com que nos sintamos capazes de fazer escolhas, se permitir enraizar trazendo nas próprias raízes nossas histórias e ao mesmo tempo interação com o meio, com a nova terra, incluindo novos aspectos, transformando e dando novos significados; dessa forma, estabelecendo nossa morada, nossa casa, onde estamos vivendo, nos apropriamos do nosso espaço onde podemos nos nutrir.

Quinto encontro

Iniciamos o encontro compartilhando a experiência do encontro passado para que todo o grupo pudesse se sentir contemplado na construção do documento coletivo acerca das estratégias de superação frente às adversidades vividas no processo de imigração.

Em um segundo momento, realizamos uma prática psicodramática denominada Psicodrama Interno para ressaltar os valores familiares herdados e transformados, de modo a perceberem que esses valores também estavam presentes na caminhada.

O exercício permitiu aos participantes transitar dos momentos difíceis (incluindo as formas de superação das dificuldades) a uma tomada de maior consciência em relação ao pertencimento às suas famílias de origem. Este momento foi relevante como meio de ressaltar os recursos e valores trazidos para a vida e a riqueza da história familiar de forma a poderem seguir com mais segurança. Também reconheceram os valores herdados que não lhes ajudam a viver, dando-lhes a permissão de devolvê-los com amorosidade.

Então, retomando a carta coletiva, falamos sobre *quando o vento muda o rumo e as tempestades chegam*, e os convidamos a refletir sobre os momentos que cada um identificava na sua vida como sendo bons ventos, como também com aqueles reconhecidos como ventos mais fortes – ventanias ou furacões – que fazem parte das adversidades da experiência humana.

Propusemos que se conectassem com o documento coletivo e que dissessem por quais aspectos se sentiam representados; e se tivessem novas contribuições compartilhassem com o grupo. Foi muito importante que todos se sentissem representados para que a sabedoria do grupo fosse honrada:

**“Perrengues e Milagres:
Construindo nossa história
longe do país de origem”:
Investigação Apreciativa
online com brasileiros
residentes no exterior**

Graziela Jones
Caccavale Mofarrej

Maria Fernanda
Teixeira da Costa

Maria Gabriela
Mantaut Leifert

Maria Luiza Moreno Carmona

Olga Joveleviths

Valeria Nicolau Paschoal

Figura 3 - Documento coletivo 2: conhecimentos e habilidades do grupo

“TRANSPLANTANDO ÁRVORES: RECURSOS FRENTE ÀS TEMPESTADES DA VIDA NUM PROCESSO DE IMIGRAÇÃO”

Somos um grupo de migrantes. Escolhemos morar longe de nosso país, o Brasil.

Há alguns meses, temos vivido sob os efeitos da pandemia da Covid-19 que assola o planeta e torna a distância e a preocupação com nossas famílias ainda maiores.

Pudemos dar asas aos nossos sonhos porque contávamos com o apoio especial de nossos familiares e amigos do Brasil que sempre nos ofereceram um porto seguro caso quiséssemos voltar. Isso nos fortaleceu. Reconhecemos em nós a força de nossas origens, mesmo com medo, seguimos em frente!

Muitas vezes sentimos saudades, nos preocupamos com a situação em que se encontram nossos pais, mães e irmãos no nosso país, mas silenciemos e buscamos abrir um espaço em nós para ouvi-los, para ter notícias, para cuidar deles neste momento.

Reconhecer nossa vulnerabilidade nos levou a buscar novas conexões e apoios em nossos novos lares. E nos surpreendemos ao encontrar uma segunda família. Em alguns momentos, sentimos que a feijoada, farofa e samba são incorporadas por pessoas importantes para nós, nessa nova terra. Eles amam nossa cultura e isso nos ajuda.

Nesses novos parceiros, temos encontrado apoio, seja diante das chuvas fininhas que nos molham, até nas tempestades mais violentas. Hoje são nossa família, nos escutam, nos entendem, nos acalenta, nos ajudam quando estamos mal, nos socorrem. Com eles, aprendemos que crises fazem parte do processo.

Alguns de nós, mesmo sozinhos, temos conseguido nos cuidar, tomamos florais, meditamos, buscamos ajuda nas questões práticas. Percebemos que somos valentes e independentes. Para outros, a impotência frente ao adoecimento da família no Brasil, trouxe medo e sofrimento.

Estar longe torna tudo mais difícil. Falar no grupo ajudou a perceber a nossa própria força e a força que vem do apoio coletivo.

Estes encontros têm nos ajudado. Neles, encontramos bons adubos, fertilizantes e podemos florescer mais tranquilos. Encontramos cuidados quando as tempestades nos fragilizam.

No momento presente, nos ajuda a perceber que estamos nutridos, acolhidos, emocionados e animados! Nos percebemos como árvores transplantadas com mais raízes, copas mais frondosas e nos permite sentir que estamos preparados para as mudanças futuras!

Com esse documento, as fortalezas, recursos e situações que ajudaram cada um dos participantes a enfrentar os desafios e tempestades foram ressaltados e valorizados.

Para realizarmos a passagem desse momento para o contato com a casa interna, valorizando o porto seguro onde cada um pode reconhecer e se apropriar de seus recursos pessoais, trouxemos como inspiração a música *A nossa casa* de Arnaldo Antunes (2004), que nos trás uma reflexão sobre a importância de perceber o lugar onde estamos no presente, reconhecendo onde quer que estejamos como nossa casa. A seguir um trecho da letra:

A nossa casa é onde a gente está

A nossa casa é em todo lugar

A nossa casa é onde a gente está

A nossa casa é em todo lugar

Propusemos a vivência através da prática de psicodrama interno que, de acordo com Menegazzo *et al* (1995, p. 179) "é um trabalho de dramatização, onde a ação é interna, simbólica; a pessoa pensa, visualiza e vivencia a ação, mas não a executa". O psicodrama interno tem como objetivo facilitar a comunicação do inconsciente com o consciente, permitindo um mergulho na emoção vivenciada.

Nosso objetivo na utilização dessa técnica foi a de aprofundar os sentimentos de pertencimento a uma família/cultura e reconhecerem o que cada um levou consigo na mochila: que valores, costumes, tradições e características mantiveram. Poder reconhecer e agradecer as experiências do passado e deixar ir aquilo que não faz mais sentido, mantendo na mochila o que realmente querem conservar na vida.

Através da vivência do Psicodrama interno, intitulada *Minha Casa Interna*, convidamos os participantes a caminharem por suas casas internas, resgatando tesouros familiares, presentes herdados, valores e histórias familiares, lembranças, sentimentos e recursos que estão presentes na mochila de cada um e que dão o sentido de pertencimento onde quer que estejam, trazendo sentimento de bem-estar e aconchego.

Depois solicitamos que cada um fizesse um desenho que representasse a experiência de resgate da sensação e emoção vividas.

Após essa vivência, propusemos uma conversa em duplas; os participantes puderam compartilhar a experiência em um espaço de acolhimento e escuta generosa, trazendo alguns novos significados da história familiar e as ressonâncias vividas por quem escutou o outro. Esses momentos de fala e escuta, possibilitaram trazer valores e recursos recebidos, bem como compartilhar as dificuldades e as fragilidades, ajudando-os a perceber que todos temos histórias que nos conectam de alguma forma, resultando em um fortalecimento da identidade.

A vivência realizada proporcionou um sentimento de autoria da própria existência, de forma a auxiliar no processo de individuação.

Com a proposta de *perceber nossa casa sendo onde a gente está e que nossa casa é em todo lugar*, os participantes puderam reconhecer a própria casa interna como um porto seguro, que nosso corpo é nossa morada e é com ele que caminhamos pela vida.

É com nossa experiência de vida, com nossas vulnerabilidades e fragilidades, nossas competências, recursos e nossos pertencimentos, que podemos construir nosso Porto Seguro. "O importante não é a casa onde moramos. Mas onde, em nós a casa mora", Mia Couto (2013).

5. NUTRIR A PERMANÊNCIA

Nesta etapa, o foco foi a construção da rede de sustentação, a construção de pontes entre suas histórias familiares, suas raízes pessoais, sua casa interna, suas trajetórias de vida e os caminhos construídos como imigrante, podendo criar raízes na nova terra.

A formação da nova rede de conexões é fundamental para o sentimento de pertencimento e para viver o processo de acomodação ao novo contexto; e a rede de pessoas formada por este grupo de acolhimento possibilita, através da confiança, apoio mútuo e compreensão dos desafios vividos por cada um no processo migratório.

Sexto encontro

O momento em que este grupo ocorreu foi um período particularmente difícil para a humanidade, que enfrentava a pandemia da COVID-19 e seus efeitos. Ao desafio de se inserir numa nova cultura com suas múltiplas demandas, somou-se a preocupação com a saúde de seus familiares e as questões de sobrevivência no país de origem, o que mobilizou os participantes a apoiar e fortalecer seus entes queridos para as experiências difíceis que eles já haviam vivenciado.

No grupo, encontraram o apoio de pessoas que viviam situação semelhante em um momento de mudanças significativas para todos os participantes.

O sexto encontro se construiu na articulação entre as questões individuais e a consolidação de um espaço coletivo rizomático, onde os participantes puderam se perceber em uma rede de conexões e de ajuda mútua que os sustentava e poderia sustentar no futuro – reconhecendo seus pares e seus parceiros de diálogo.

Nesse sentido, nos pautamos pela Terapia Comunitária Integrativa (TCI), que segundo Nogueira e Souza (2012) é um espaço de escuta e de troca de experiências que nos permite construir redes sociais, valorizando a herança cultural dos participantes e proporcionando oportunidades de criar amizades e melhorar a autoestima.

Iniciamos com uma provocação para reflexão em plenária trazendo a imagem de uma mulher que carrega uma árvore nas costas e a carta da semente de Osho (2015):

É necessário coragem para tornar-se uma planta, e é necessário amor para tornar-se uma flor. Uma flor significa que a árvore está abrindo seu coração, liberando seu perfume, oferecendo sua alma, vertendo seu ser na existência. Não continue sendo apenas uma semente. Reúna coragem: coragem para deixar para trás o ego, coragem para deixar para trás sua segurança, coragem para se tornar vulnerável. (Osho, 2015, p. 126)

O exercício central do encontro foi um trabalho de grupo temático. Após a reflexão inicial, os próprios participantes sugeriram temas que os mobilizavam naquele momento e se uniram para compartilhar experiências. Formaram dois grupos: relacionamentos e autoconhecimento. Os participantes voltaram animados pelas trocas significativas que fizeram e exercitaram oferta e recebimento de vivências e soluções vividas. Ao final do encontro, relataram estar se sentindo “amparados”, uma palavra que expressa bem, na nossa opinião, o sentimento de rede criado.

Segundo Carrasco (2020), no modelo rizomático, qualquer elemento pode alterar e afetar qualquer outro elemento. O rizoma não possui centro, sendo constituído por uma multiplicidade de relações que se afetam e se implicam mutuamente.

Entendemos que esta abordagem nos ajuda a compreender as relações dos expatriados: o indivíduo como resultante de uma multiplicidade de relações e elementos de sua história em contato horizontal com uma nova cultura, situação econômica, sociedade, rituais etc. No caso aqui apresentado, os encontros ampliaram suas possibilidades e deixaram sementes sob a terra, potenciais relacionais que podem brotar a qualquer momento, dependendo da necessidade e desejo dos envolvidos.

Sétimo encontro

Este último encontro teve como objetivo consolidar nossa trajetória: o que construímos, como caminhamos, as conquistas que tivemos sobre o processo de imigração e a continuidade do grupo como rede de conexões para a vida. Foi o fechamento da trilha que vivemos durante o ano.

Propusemos uma atividade lúdica que fez uma breve retrospectiva com as imagens que vieram à mente, e ao coração, sobre o processo de construção vivido através deste grupo: o que aflorou dentro de cada um, seus objetivos, desafios e conquistas, os seus desejos e metas; e em relação à intenção da continuidade do grupo, de que maneira gostariam de estar conectados no futuro.

Os participantes apontaram que o crescimento está sempre fora da zona de conforto, que vida é feita de escolhas, há ganhos e perdas, saudades e protagonismo convivem. Sobre o trabalho em grupo, demonstraram gratidão pelas trocas, sentimento de pertencer e se sentir em casa.

Em seguida, em pequenos grupos, propusemos aprofundar a reflexão sobre os sentimentos e experiências mais significativas vividas durante o processo e depois compartilhar com todo o grupo.

O resultado das conversas nos pequenos grupos foi que o grupo gerou fé e esperança no futuro e praticou empatia e conexão. O grupo valorizou que a mediação da *Sanga 8* foi um presente, no qual a mágica aconteceu e as trocas foram riquíssimas, com pessoas com as quais se identificaram. Os participantes consideraram o processo muito terapêutico e gostaram muito de falar das emoções e do desejo de continuar a trabalhar as emoções mais complexas.

Foi sugerida a expansão do grupo, pois muita gente que está fora poderia se beneficiar. O grupo relatou ainda a importância de ter um lugar onde possam falar sua língua nativa mesmo estando em lugares diferentes. Em suma: “caminhante não há caminho, o caminho se faz ao andar, caminhar com o grupo... nos juntamos num momento delicado e encontramos esta irmandade”. Essas falas estavam repletas de emoção e foram trazendo ao clima do grupo ainda mais amorosidade, acolhimento e sentimento de pertencimento.

Como dinâmica do último encontro, realizamos um *amigo secreto*. Eles sortearam o amigo antes do encontro e foi pedido que, a partir daquilo que ouviram daquele colega nos encontros e como isto os havia tocado, realizassem uma obra que representasse isso, poderia ser um desenho, um poema, uma fala. Nesse momento, usamos o primeiro passo da testemunha externa (Grandesso, 2011) e a ideia foi documentar da forma que fazia mais sentido para cada participante.

Assim, o presente consistia em dizer para o seu amigo secreto o que tinha aprendido com ele naqueles encontros, como também algo que tivesse chamado a atenção em suas falas. Depois, cada participante mostrou o presente que fez que simbolizava esse reconhecimento da pessoa.

Por fim, houve a entrega de certificados para os participantes e a celebração do percurso de sementes e árvores simbolizando sua trajetória como imigrantes e participantes do grupo.

Todos se colocaram com coragem para empreender a jornada, e cada um dos encontros jogou luz nos aspectos necessários para cada etapa do processo migratório e o fortalecimento de construir um grupo que vivia questões próximas. Os sentimentos no encerramento expressavam gratidão pela participação e pela troca de todos, pelo acolhimento, plenitude e nutrição, além do fortalecimento e da proteção que o trabalho gerou. Além disso, os participantes expressavam a vontade de continuar e os agradecimentos pela organização e carinho das terapeutas e facilitadoras.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta deste trabalho apresenta um projeto que pretendia amenizar a angústia e o sofrimento causadas pela COVID-19, de pessoas residentes no exterior longe de seu país de origem e de seus entes queridos. Propor encontros em grupo a partir de um olhar apreciativo para as histórias de migração nos pareceu um bom começo. Ao longo de sete encontros pudemos coconstruir laços de confiança e pertencimento e promover um espaço de escuta e acolhimento que convidava à reflexão a fim de proporcionar novas conexões.

Constatamos que a metodologia apreciativa, cuja premissa básica é resgatar que há de melhor em cada um, mostrou-se eficaz neste momento de incertezas. Os encontros foram permeados por uma escuta generosa, afetiva e respeitosa, que convidava todos a se posicionarem de forma colaborativa.

Escolher trabalhar com a metodologia da Árvore da vida, proporcionou aos participantes um sentimento de continuidade e força para enfrentar as adversidades. A metáfora da árvore com suas raízes, tronco e copa, pôde expandir os sentidos e trazer à tona conteúdos de superação e perseverança.

Redigir conjuntamente um documento coletivo, resgatando as histórias de superação, e proporcionando a possibilidade de fazer pontes entre seu país de origem e o país de imigração, foi mais um passo em direção à integração à nova realidade.

Durante este processo, cuidamos do vínculo entre as pessoas do grupo, acreditamos que este vínculo, baseado na confiança, respeito à diversidade, às diversas vozes internas de cada um e às vozes externas compartilhadas com o grupo foram legitimadas e reconhecidas por cada um e por todos.

Ao final dos encontros, uma rede de apoio havia sido formada, onde a colaboração era o fio condutor das relações. Os participantes saíram nutridos e deram depoimentos emocionantes sobre a importância de participar desse espaço relacional rico e acolhedor.

A partir dos encontros, reforçamos nossa crença na apreciação e na força do saber coletivo, que nos guia para buscar espaços dialógicos de respeito e valorização.

REFERÊNCIAS

- Antunes, A.** (2004). A casa é sua [Vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=82aj1Bg8FpA>
- Berry, J. Portinga, Y., Segal, M. & Dasen, P.** (1992) Acculturation and Culture Contact. *Cross-Cultural Psychology: Research and Applications*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Carrasco, B.** (2020). Rizoma em Deleuze e Guattari. *Ex-isto*. Disponível em: <<https://www.ex-isto.com/2020/07/rizoma-esquizoanalise.html>>
- Cooperrider, D. L., Whitney, D., & Stavros, J. M.** (2009). *Manual da investigação apreciativa*. Rio de Janeiro: Qualimark.
- Couto, Mia** (2013) *Um Rio Chamado Tempo, Uma Casa Chamada Terra*. Moçambique: Editorial Caminho
- Denborough, D., & Ncube, N** (2016). Atendendo crianças que vivenciaram traumas: a árvore da vida. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 20(39). Recuperado de <https://www.revistanps.com.br/nps/article/view/192>
- Drexler, Jorge** (2017) *Movimiento*. Canção. <<https://youtu.be/lIGRyRf7nH4>>
- Grandesso, M.** (2011). Dizendo olá novamente: A presença de Michael White entre nós terapeutas familiares. Rio de Janeiro: *Nova Perspectiva Sistêmica*, n. 41, p. 99-118,
- Hammond, Sue A.** (2013). *The Thin Book of Appreciative Inquiry*. Bend: Thin Book Publishing
- London, S., St. George, S., & Wulff, D.** (2009). *Guides for collaborating*. *Int J Collab Pract*, 1(1) pg 1-8 Galveston: Houston Galveston Institute
- Menegazzo, C. A., Zuretti, M. M., Tomasini, M. A.** (1995). *Dicionário de Psicodrama e Sociodrama* (M. Lopes, M. Carbajal & V. Caputo, Trads.). São Paulo: Agora.
- Nogueira, A.; Souza, I.** (2012) Terapia comunitária: relato de uma experiência. *Temas em Educação e Saúde*, Araraquara, v.8, p. 85-104.
- Osho** (2015) *Tarot Zen de Osho*. São Paulo: Cultrix
- Shaked, D.; Lustig, C.; Tollec, B.** (2019). *AI5 – How to Unleash the full power of Appreciative Inquiry*. London: AI5 Publishing
- Sluzki, C. E.** (1987). *A rede social na prática sistêmica*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Sluzki, C.E.** (1997) Migration and Family Conflict. *Family Process*. v.18, number 4, pp 379-390.
- Wohleben, P.** (2017) *A vida secreta das árvores*. São Paulo: Editora Sextante

“Perrengues e Milagres: Construindo nossa história longe do país de origem”: Investigação Apreciativa online com brasileiros residentes no exterior

Graziela Jones
Caccavale Mofarrej

Maria Fernanda
Teixeira da Costa

Maria Gabriela
Mantaut Leifert

Maria Luiza Moreno Carmona

Olga Joveleviths

Valeria Nicolau Paschoal

GRAZIELA JONES CACCAVALE MOFARREJ

Psicóloga, Mestre em Psicologia Clínica (PUCSP), Terapeuta de Casal e Família, Mediadora de Conflitos. TAOS INSTITUTE, APTF, Sanga8.

E-mail: graziellajcm@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-9311-3028>

MARIA FERNANDA TEIXEIRA DA COSTA

Mestre em Psicologia Social IPUSP, Facilitadora de processos grupais, Docente de Investigação apreciada pelo INTERFACI, Sanga8.

E-mail: mafeteco@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7107-3870>

MARIA GABRIELA MANTAUT LEIFERT

Psicóloga, Mestre em Psicologia Social USP, Terapeuta Casal e Família, Mediadora de Conflitos e Terapeuta Intercultural. Instituto Noos, APTF e Sanga8

E-mail: mgmleifert@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-6086-2302>

MARIA LUIZA MORENO CARMONA

Psicóloga, Psicodramatista, Terapeuta Casal e Família, Psicóloga Intercultural. ITF-SP, Sanga8, APTF.

E-mail: mluisa.morenocarmona@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7686-3310>

OLGA JOVELEVITHS

Médica, Terapeuta Casal e Família, individual. APTF e Sanga8.

E-mail: olgafjov@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6740-4294>

VALERIA NICOLAU PASCHOAL

Psicóloga, Terapeuta Casal, Família e Comunitária, Mestrado em Psicologia Clínica (PUCSP). INTERFACI, TAOS INSTITUTE, APTF, Sanga8.

E-mail: valeria_np@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-8282-545X>