

**ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE
PAULA FRASSINETTI**

**MESTRADO EM INTERVENÇÃO
COMUNITÁRIA**

**Humor e resiliência em migrantes brasileiros em
Glasgow**

**João Henrique da Silva Pereira
Orientação: Doutor Miguel Prata Gomes**

Fevereiro de 2019

**ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO DE
PAULA FRASSINETTI**

**MESTRADO EM INTERVENÇÃO
COMUNITÁRIA**

**Humor e resiliência em migrantes brasileiros em
Glasgow**

**Trabalho de Projeto apresentado à Escola Superior de Educação Paula
Frassinetti para obtenção do grau de Mestre em Intervenção
Comunitária**

**João Henrique da Silva Pereira
Orientação: Doutor Miguel Prata Gomes**

Fevereiro de 2019

**“Eu sou apenas um rapaz latino-americano sem dinheiro no banco
Sem parentes importantes e vindo do interior
Mas trago, de cabeça, uma canção do rádio
Em que um antigo compositor baiano me dizia
Tudo é divino, tudo é maravilhoso”
(Belchior, Rapaz Latino Americano)**

AGRADECIMENTOS

Quero primeiramente pedir desculpas por alguma injustiça que irei fazer, tenho tantos a agradecer, mas sinto que esquecerei de algumas pessoas.

Quero agradecer as duas instituições de ensino que foram imprescindíveis: a FAFIRE e a ESEPF. A FAFIRE pelos ensinamentos e a oportunidade de vivenciar uma experiência única em contexto migratório em Portugal. Para a ESEPF eu precisaria de um capítulo a parte, mas tentarei ser breve e objetivo para não ter que fundamentar e meu orientador dizer que eu tenho que seguir os parâmetros da APA até nos agradecimentos (risos).

A ESEPF é a instituição e a minha família de acolhimento. Sabes aquele cunhado que é obrigatório conviver e que no final você acaba por gostar!? Não sei se foi isso que aconteceu, mas é assim que me sinto. Ninguém vai tirar isso de mim! Quero agradecer à direção da ESEPF, sobretudo ao Professor José Luís e ao coordenador do Mestrado em Intervenção Comunitária, Professor Miguel Prata (desculpa não usar o título Doutor, mas o título professor tem muito mais significantes positivos para mim) pelo: acolhimento, ajuda, conversas e ajuda novamente, pois foram muitas dificuldades. Aos professores da Instituição como um todo, pois me permitiram entrar em aulas diferentes, seminários, participar de inúmeras atividades da ESEPF, mesmo sem fazer parte da minha grade curricular. Deixaram-me livre para aprender mais e participar. Ao grupo das Irmãs Doroteia que foi uma grata surpresa pela: simplicidade, carinho, conversas sobre religião, política e história. A Sílvia da reprografia (ou Xerox, no Brasil) que ajudou com muitas coisas académicas e ótimas conversas.

As que não existem palavras agradecer estão: Dona Fátima e Xana, do refeitório. Elas alimentaram meu corpo com comidas deliciosas e vários, vários mimos, umas em momentos de dificuldades e outras só para me verem engordar mesmo. “João, tem feijão, queres?” isso nas primeiras semanas, depois disso nem perguntava mais, sabia que jamais eu irei negar um “feijãozinho”. Muito obrigado do fundo do meu coração! Outras que não há como agradecer são Glória e Susana da biblioteca. Alimentaram minha alma com conhecimentos, livros e mais livros (“mas eu só pedi 1 livro”. “Nada, leva estes 5 assim tens mais opções de leitura”), além de carinho, cuidado e boas risadas (choramos de rir muitas vezes). Só ficarão carinho e saudades.

Ao Porto-Portugal, onde se encontram os meus amigos de turma e fora dela. Vários momentos de aprendizado, seminários, congressos e risadas dentro e fora da

ESEPF. Pessoas que conheci e quiseram conhecer quem eu sou, era e o que eu pretendia ser. Conheceram virtualmente minha cidade, alguns amigos sabem hoje onde fica Recife e Pernambuco (minha terra). Aos amigos que fiz pela vida, com ajuda de alguns copos de vinho e boas conversas. Amigos portugueses, brasileiros e de outras nacionalidades que auxiliaram na construção de uma identidade multicultural. Também agradecer aos meus amigos que ficaram no Brasil, do colégio 2001, de Psicologia na UFPE, de Santo Amaro, Recife-PE, da vida, que ajudam e ajudaram em diversas formas. Eles me aguardam de braços abertos e copos vazios me esperando chegar com alguns bons vinhos portugueses.

Quero agradecer a Anna, minha companheira de estrada e ares (muitos aviões para manter nosso relacionamento na medida certa da saudade) pelo carinho, confiança, pela força e tantas outras coisas, muitas coisas. Com medo de esquecer algo e consequentemente dormir no sofá por isso, prefiro só dizer que sem ela nada disso seria possível.

Finalmente, quero agradecer aos meus pais, mas conhecidos no nordeste do Brasil como painho e mainha, pelo apoio ou não (meu pai, bruto e inteligente, sabendo que eu era rebelde dizia: - “tu não vais passar”. Eu bobo e ingênuo dizia: “- vou passar só para mostrar que eu posso.” Eu passava e ele ria. Agora entendo o que ele fazia isso para me motivar, perigoso, mas é o jeito do meu “coroa”. Só tenho a agradecer. Mainha é mais emotiva e sensível, escrevia sempre na agenda quando eu dizia que iria fazer algo, para depois ela me mostrar e dizer: - “eu sabia que você iria conseguir”. Agradeço os dois pela educação “paitrocínada”, estudei nas melhores escolas, mesmo não merecendo. Agradeço muito pelas inúmeras vezes que os dois deixavam de comprar coisas para eles e compravam para mim. No momento de maior dificuldade que tive eles estavam lá! Sempre estiveram, sempre estarão. Queria poder abraçar os dois agora (não, eles não morreram, só estou longe) e dizer uma coisa que eles sempre diziam quando eu passava de ano ou conquistava algo importante: - **NÃO FEZ MAIS DO QUE A SUA OBRIGAÇÃO!!**

RESUMO

O trabalho buscou encontrar o tipo de humor predominante nos migrantes brasileiros na cidade de Glasgow e se o humor encontrado se relaciona com a resiliência, através da ferramenta de identificação do tipo do humor chamada *Humor Styles Questionnaire* (HSQ). Foram desenvolvidos os temas pertinentes à migração, como o fluxo migratório, definições e causas das migrações, além de explicar sobre resiliência e o humor como fator de resiliência. Foram aplicados 39 questionários. A partir da utilização do método de análise quantitativo foi possível o conhecer dos brasileiros migrados e a incidência do tipo de humor nos mesmos. A análise e discussão dos dados permitiu a elaboração de um projeto de intervenção na comunidade em questão: Desenvolvendo Pessoas: Humor e Resiliência em migrantes brasileiros na cidade de Glasgow.

Palavras chave: migração brasileira em Glasgow, resiliência e humor.

ABSTRACT

The aims of this study were to determine the predominant type of sense of humor in Brazilian migrants in the city of Glasgow, and whether that sense of humor is related to resilience. A humor type identification tool called Humor Styles Questionnaire (HSQ) was used. Issues related to migration, such as migratory flow, definitions and causes of migration, have been explored, as well as seeking to define resilience and humor as a factor in resilience. 39 Brazilian migrants in Glasgow were surveyed using the HSQ. Using quantitative analysis, the type of humor in the Brazilian migrants surveyed was determined. Based on the analysis of this data, a community intervention project was designed, entitled “Developing People: Humor and Resilience in Brazilian migrants in the city of Glasgow”.

Key words: Brazilian migration, Glasgow, resilience and humor.

Índice

1. Introdução.....	10
2. Migrantes: definições, caracterização e vulnerabilidades	13
2.1 Migração como fenômeno histórico e político.	13
2.2 A globalização como impulsionador das migrações.....	16
2.3 Migrantes: diferenciações e conceituação.	20
2.4 As situações de vulnerabilidades inerentes aos migrantes.....	26
3. O que é resiliência?.....	31
3.1 Resiliência: a capacidade de se reinventar.....	34
3.2 Resiliência em migrantes	40
4. Humor e a resiliência.....	42
4.1 Tipos de humor e suas relações com o desenvolvimento do indivíduo.....	47
4.2 Humor em situações de vulnerabilidades	51
5. Problemática.....	54
6. Humor e Resiliência em Migrantes Brasileiros em Glasgow.....	55
6.1 Objetivos.....	56
6.2 Questionário: HSQ Migrantes Brasileiros	57
6.3 Aplicação dos questionários	60
6.4 Caracterização do local de estudo: A cidade de Glasgow	62
6.4.1 Glasgow: fluxo migratório	62
6.4.2. Desemprego e pobreza em Glasgow	63
6.4.3. Sensação de segurança e violência em Glasgow.....	63
7. Análise e Discussão dos Dados	64
7.1 Conhecendo os migrantes brasileiros em Glasgow	65
7.2 Gênero.....	66
7.3 Regular e irregularidade:	68

7.4 Motivos	69
7.5 Idade.....	71
7.6 Região do Brasil:	72
7.7 Dificuldades	74
7.8 Maior fator de Apoio externo	76
7.9 Perfil dos brasileiros na cidade de Glasgow	78
7.10 Questionário HSQ Resultados	78
7.11 <i>Self-enhancing</i> ou Auto-aprimoramento.....	86
7.12 Perfil dos brasileiros migrados e o tipo de humor prevalente.....	89
8. PROJETO DE INTERVENÇÃO	91
9. CONSIDERAÇÕES FINAIS	97
10. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	100
11. ANEXOS	110
11.1 ANEXO I.....	110
11.2 ANEXO II.....	116

1. Introdução

A migração passa a figurar entre as temáticas mais importantes do século XXI, principalmente nos países desenvolvidos. Os migrantes encontram-se no centro das discussões sobre os direitos humanos, sobre a liberdade e a permissão de residir em um país diferente do seu, sobre os riscos e as vulnerabilidades inerentes ao processo de migração, assim como a saúde biopsicossocial dos mesmos. A partir do entendimento que as adversidades fazem parte do processo migratório, o questionamento sobre como os migrantes lidam com estas dificuldades é importante para pensar intervenções neste grupo com o intuito de promover melhorias na saúde física, mental e psicológica.

A partir da compreensão em como os sujeitos migrados superam os problemas advindos da sua condição de migrantes, permite pensar em mecanismos e ferramentas para os mesmos conseguirem lidar com eles de forma saudável. O somatório destes aparatos dá-se o nome de resiliência. Apesar de algumas divergências quanto à origem e alguns fatores de promoção, a resiliência seria “a capacidade humana, individual ou coletiva de resistir às situações adversas, encontrando recursos criativos para emergir delas.” (Melillo, 2005, p. 131). Sendo a capacidade de lidar de forma saudável contra as adversidades, quais seriam os elementos que impulsionariam ou não a resiliência? De entre as pesquisas realizadas, o humor parece responder a este questionamento, permitindo ao sujeito superar os problemas. Neste sentido, o humor aparece como um dos fatores que auxiliam na resiliência. A partir desses achados a pergunta de partida do presente trabalho foi:

Como o humor auxilia no processo de resiliência em migrantes brasileiros na cidade de Glasgow, na Escócia?

A partir da pergunta de partida foram percebidas algumas dificuldades e poucos materiais credíveis quanto a produções acadêmicas sobre a temática do humor e da resiliência em migrantes brasileiros. Apesar das dificuldades inerentes a qualquer produção acadêmica foi possível obter muitas informações a respeito das migrações, resiliência e fatores que auxiliam a mesma, assim como um vasto material sobre o humor e as suas vicissitudes.

Decidimos assim abordar as temáticas pertinentes ao tema de forma mais cuidadosa, começando com uma explanação histórica sobre o fluxo migratório, as suas

causas e as consequências, retratando também a participação dos brasileiros no processo migratório, mas focando os estudos e os escritos na atualidade com fins de não extrapolar aquilo que nos propusemos a estudar: a resiliência em migrantes brasileiros. Acreditamos importante este apanhado histórico com a finalidade de apontar as razões e os motivos das migrações.

Os motivos das migrações atuais estão intimamente ligados ao processo de globalização, como será abordado no capítulo sobre as migrações. A globalização e as causas da mesma refletem no desejo do sujeito de migrar em busca de uma vida melhor e plena, baseado no consumo e na qualidade de vida. A globalização auxilia na fantasia de uma vida melhor em outro país ou continente, mas acaba por não revelar as adversidades inerentes à migração. As vulnerabilidades são mais evidentes nos migrantes do que nos cidadãos nativos. Estas vulnerabilidades e em como lidar com elas são umas das principais preocupações dos profissionais envolvidos com esta problemática.

No terceiro capítulo abordamos a temática da resiliência apontando a origem do conceito e algumas diferenças entre a corrente latina e a americana, mas sobretudo utilizou-se o espaço para conceituar o tema, os seus fatores de auxílio e por fim interligamos o humor e a resiliência a partir de alguns autores e estudos. No tocante ao humor, o mesmo é abordado utilizando os seus benefícios para os sujeitos no contexto e na relação social. Pelas inúmeras possibilidades de conceituação (por viés psicológico, social, biológico) optou-se por apontar os benefícios individuais e sociais, entre eles a resiliência, por considerar que estes elementos são passíveis de serem mais pertinentes à intervenção social e comunitária em comparativo com os conceitos oriundos da medicina, fisiologia, filosofia, entre outros.

A complexidade em encontrar materiais credíveis e acadêmicos sobre os brasileiros na cidade de Glasgow dificultaram, mas permitiram a utilização da metodologia quantitativa e também traçar os objetivos a partir das informações obtidas nas pesquisas. Foram aplicados 39 questionários com o intuito de alcançar os objetivos propostos. No tocante ao objetivo geral do trabalho, a presente pesquisa optou por conhecer: **Qual o tipo de humor predominante no migrante brasileiro residente em Glasgow e se este humor está relacionado com a resiliência.** Sem informações precisas na literatura sobre o humor dos migrantes brasileiros, optamos por tentar conhecer o tipo de humor e se o mesmo é considerado um fator de auxílio à resiliência. Para atingir este

fim foi utilizado o questionário *Humor Styles Questionnaire (HSQ)* seguindo o modelo desenvolvido e apresentado por Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray, & Weir(2003).

Somado ao objetivo geral da pesquisa, os objetivos específicos permitiram conhecer as situações de maior vulnerabilidade dos brasileiros, assim como suas redes de apoio externo. Escolhemos uma rede de apoio externo, pois como supramencionado a resiliência pode ser alcançada por diversas formas, não apenas através do humor. Sabendo disso, conhecer mais sobre os brasileiros que responderam aos questionários, como idade, região do Brasil e outros, também foi considerado importante para a pesquisa. Conhecer sobre os brasileiros migrados é tão importante quanto o local de migração, por isso fizemos uma caracterização do local de estudo, neste caso a cidade de Glasgow. A contextualização é importante para não correremos o risco de tentar transferir o conhecimento oriundo da pesquisa com um público específico e um local pré-determinado para outras realidades, mesmo que “similares”.

A análise e a discussão dos dados, no capítulo 7 do nosso trabalho, refletem sobre os dados obtidos através dos questionários, assim como a propósito de algumas divagações sobre as respostas dos inquiridos, permitindo, mesmo que com algumas limitações, o aprofundar sobre o humor e a resiliência nos migrantes brasileiros, atendendo aos objetivos gerais e específicos da pesquisa. Além de alcançar os objetivos propostos, foi também possível identificar o perfil dos brasileiros que responderam a esta pesquisa.

Por fim, e porque o formato da nossa pesquisa é um Trabalho de Projeto, a partir da coleta e discussão dos dados obtidos foi possível também desenvolver um trabalho de intervenção comunitária dentro da temática do humor e resiliência. O projeto de intervenção visa o desenvolvimento das ferramentas e os fatores que visem a resiliência, sobretudo na utilização do humor para este fim. Com os dados obtidos a intervenção passa a ser direcionada para as necessidades do grupo em questão, respeitando ao mesmo tempo o perfil e a historicidade do migrante brasileiro na cidade de Glasgow.

2. Migrantes: definições, caracterização e vulnerabilidades

2.1 Migração como fenômeno histórico e político.

O deslocamento dos seres humanos é tão antigo quanto a própria existência humana, pelo início nômade e o não conhecimento da agricultura, acarretando assim um constante deslocamento para as terras com recursos naturais disponíveis. Na perspectiva de Massey (1990, p.5) o autor divide o período de migrações em 4 fases, abordando os períodos de grandes deslocamentos populacionais a partir da Idade Moderna até os dias atuais.

A primeira fase, as grandes navegações do século XV ao XVIII, o período mercantilista realizado pelos países europeus, sobretudo Portugal, Espanha, Inglaterra e Holanda. Era necessário descobrir novas rotas marítimas para o transporte de especiarias e busca por metais preciosos nas terras “descobertas” (Barbosa, 2010, p.14), permitindo assim a colonização e exploração da África e América, provocando um grande deslocamento populacional dos habitantes europeus para as novas terras, assim como o deslocamento forçado, através do período escravocrata, sobretudo dos negros africanos para a povoamento e o trabalho nas colônias “recém-adquiridas”.

Ainda segundo Barbosa (2010), com o início da revolução industrial, ou seja, o processo de industrialização da Inglaterra e do velho continente como um todo, além dos Estados Unidos da América e o Japão, inicia também a segunda etapa das migrações, nos séculos XVIII e XIX. Uma grande quantidade de indivíduos visa oportunidades nestes países, sobretudo como consequência da independência política e a abolição da escravidão nas antigas colônias.

No tocante ao terceiro período, já no século XX (entre 1900 e 1950), é considerado por alguns autores (Massey 1990, Mialhe citado em Barbosa 2010, p.13) como prolongamento da segunda etapa. Já Barbosa (2010, p.14) aponta esta como uma fase distinta, pois a grande massa de deslocamento é sobretudo dos cidadãos dos países já considerados industrializados, na Europa, para as ex-colônias e os países em processo de industrialização, com intuito de fomentar a indústria e o desenvolvimento nos países considerados do “terceiro mundo”.

O fluxo migratório europeu, com fins de trabalho, era a forma de migração mais comum nesta época da terceira etapa, no princípio dos anos de 1900, (Massey, 1990, p.7)

e movimentava um quantitativo maior de indivíduos, um deslocamento nunca visto na história contemporânea. Este tipo de migração começou a diminuir a partir da Primeira Guerra Mundial tendo novamente desenvolvimento e expansão em meados dos anos 50 (início da quarta etapa), com o fim da Segunda Guerra Mundial.

Apesar da migração ter diminuído neste período, foi observado nos países em desenvolvimento um grande recebimento de migrantes (Massey, 1990, p.9) oriundos dos países em conflitos, perseguições raciais, políticas, entre outros, abrangendo assim várias etnias e nacionalidades, como alemães, ingleses, italianos e os judeus.

A partir dos anos 50, (Massey, 1990; Barbosa 2010), a quarta etapa do processo migratório, o fluxo migratório ganha um *status* diferente, uma nova forma de migração, quebrando o paradigma atual, abrangendo o globo como um todo. Não apenas grupos específicos da Europa para ex-colônias, mas também de países em desenvolvimento para os países desenvolvidos. Agora não mais se limitando a certas nações para certos países, como por exemplo, cidadãos das ex-colônias portuguesas ou britânicas se mudarem para Portugal ou Reino Unido, respectivamente. Há uma multiplicação nos números das migrações e das nações de migrantes e emigrantes (Mialhe citado em Barbosa, 2010, p.14).

A massiva movimentação causada pela industrialização da Europa e pelo desenvolvimento do Novo Mundo deu lugar a uma nova forma de imigração a do Terceiro Mundo – ou dos países em desenvolvimento – para os países desenvolvidos da Europa, América do Norte, Pacífico Sul e alguns ricos produtores de petróleo do Oriente Médio. (...) É com essa massificação dos fluxos migratórios, principalmente a partir dos anos de 1950, que o tema da imigração internacional assume relevância como estudo das diversas ciências (Barbosa, 2010, p.14).

Salvo a primeira etapa do processo migratório, anteriormente referida, onde não houve necessariamente um desejo explícito dos migrantes, pois a mesma tratou-se de uma ampliação das riquezas dos Estados europeus, onde a maioria da população que ocuparam as colônias foram, por ordens dos reis e/ou chefes de Estados, dos indivíduos “não-livres” como os negros escravizados, os criminosos ou povos perseguidos ou expulsos de suas terras, como os judeus (O’Reilly, 2012, p.8).

As outras etapas das migrações têm um caráter mais econômico e de “escolha” do migrante, possuindo assim uma similaridade com o conceito atual de migração: intenção de residir permanentemente, visando qualidade de vida, mas regido pela liberdade de escolha (Anderson & Blinder, 2015, pp.3-4), principalmente no tocante a última etapa do fluxo migratório.

Assim como mencionado a quarta e última fase é uma das consequências do fim da Segunda Guerra Mundial, crises econômicas (crise do petróleo), sociais e políticas, enfraquecimento da ideologia socialista, o fim das ditaduras na América do Sul e, principalmente, o início da era da globalização. O enfraquecimento dos ideais socialista, a queda do muro de Berlim, as tecnologias como: televisão, computador e telemóveis ou celulares, também auxiliaram no processo de internacionalização dos valores e costumes (Barbosa, 2010, p.15). E por se tratar de algo em escala global, a discussão sobre os fluxos migratórios, nacionalismo, identidade cultural, as políticas de controle de fronteiras, passaram a figurar entre os temas mais importantes no cenário político (Martine, 2005, p.3).

Com a nova configuração política (a derrocada socialista e, nas décadas de 80 e 90, o fim da Guerra Fria) e econômica (mundialização e financeirização do capital que dava os primeiros contornos do que viria a ser entendida mais tarde como globalização), questões como alterações nos fluxos migratórios, formas de migração, políticas de controle de fronteiras, oportunidades de trabalho (reais ou imaginadas) em países desenvolvidos, discrepância na remuneração do trabalho dos países periféricos comparada à dos países centrais – são pautas da nova agenda (Barbosa, 2010, p.1).

Os paradigmas das migrações atuais, os motivos e as causas destas migrações refletem na população mundial como um todo, inclusive na história do Brasil. No referente ao fluxo migratório brasileiro, International Centre for Migration Policy Development [ICMPD] (2014, p.11) informa que o Brasil iniciou a fase significativa em sua história de migração a partir dos anos de 1980, enquadrando-se na quarta e última etapa apontado por Massey. O Brasil sempre foi um país caracterizado pelo recebimento de migrantes desde o início da idade moderna, o que perdura até aos dias de hoje. A fase mais importante para este trabalho refere-se à expansão populacional brasileira para outros países, como consequência da abertura política e o fim do período ditatorial no Brasil.

A população brasileira começou a sua fase de migração de forma mais significativa no final do século XX, com maior predominância de brasileiros tendo como destino países mais desenvolvidos, como no caso do Japão, Estados Unidos da América, Europa (com destaque para Portugal, Itália, França e Reino Unido) (Kubal, Bakewell & Haas, 2011, p.6). Embora haja registros de brasileiros em outras localidades e em outras épocas como aponta a pesquisa realizada por ICMPD (2014), o deslocamento motivado sobretudo pela melhoria em relação a qualidade de vida na atualidade é o foco principal do trabalho.

A migração brasileira dentro do território europeu não é um fenômeno novo, (Roggeveen & Meeteren 2013, p.1086), a assinatura do tratado de adesão de Portugal à União Europeia em 12 de junho de 1985 (Sousa, 2000, p.193), e sua real entrada no dia 1 de janeiro de 1986, impulsionou uma leva de cidadãos brasileiros a tentar a vida no continente Europeu. A necessidade de mão de obra migrante, a melhoria na economia brasileira, a globalização e a sociedade do consumo, entre outros são também causas ou fatores que permitiram aos brasileiros migrarem.

Lussi e Marinuci (2007, p.8) expõe o perfil dos brasileiros na europa, informando que a maioria dos migrantes brasileiros se encontram em uma situação de irregularidade, de acordo com o Ministério das Relações Exteriores. Segundo ICMPD (2014, p.13) há um número maior de migrantes jovens, entre 20 e 39 anos, e dentre estes a sua maioria é feminina.

2.2 A globalização como impulsionador das migrações.

A partir do que foi visto sobre a história do fluxo migratório, o início das fases, o contexto histórico ao qual permitiu ou impulsionou as migrações, faz-se também necessário entender sobre o plano de fundo das migrações. Compreender os motivos aos quais levaram ou levam as pessoas a migrarem é de suma importância para entender o crescimento populacional dos migrantes brasileiros em determinados tipos de regiões, os ganhos oriundos deste deslocamento, mas sobretudo em identificar as dificuldades aos quais os migrantes estão mais vulneráveis, visando intervir sobre elas.

Os motivos para a migração são internos do sujeito, cada indivíduo carrega consigo o desejo que o levou a migrar, contudo, há através de pesquisas (ICMPD, 2014;

Barbosa, 2010), um indicativo e um compêndio destas motivações, auxiliando assim na compreensão dos motivos de um grupo particular, como no caso da pesquisa, os brasileiros.

A razão pelo qual o brasileiro ou o migrante em geral se desloca difere quando se fala de determinados países ou faixa etária, por exemplo. Apesar de distintos entre si, a motivação mais frequente entre estes sujeitos é a melhoria da qualidade de vida, a qual corresponde também uma melhora no contexto social, na saúde mental, mas sobretudo no poder económico. Apesar da motivação económica figurar como a principal, existem outros tipos de migrações: trabalho, estudo, reagrupamento familiar e refugiado (Anderson & Blinder, 2015).

Apesar de haver inúmeros motivos encontrados para migrar, o económico é o que motiva mais o projeto de migração. O “sonho” de uma vida melhor (Kubal, Bakewell & Haas, 2011, p.12), a sensação de segurança, preços justos pelos serviços, uma moeda mais valorizada, uma oportunidade de melhorar sua vida e a de sua família são os atrativos para uma aventura em outro continente (ICMPD, 2014, p.15), e este sonho/fantasia é uma das engrenagens principais da globalização. “Arriscar” através do trabalho, é segundo Kubal, Bakewell e Haas (2011, p.13) o motivo maior de migração do brasileiro.

A ideia de uma vida melhor está intimamente relacionada com o processo de globalização. A globalização e suas características auxiliam significativamente no entendimento do fluxo migratório e como este fluxo altera determinados tipos de elementos, como por exemplo a questão da identidade, os paradigmas das migrações atuais (Martine, 2005, p.6), etc. Também se faz necessário uma clarificação entre os conceitos de internacionalização e globalização, algumas vezes mal interpretados.

Apesar de parecerem similares, a internacionalização difere-se da globalização em amplitude. A globalização é mais abrangente integrando questões económicas, sociais e subjetivas. No tocante a internacionalização, a mesma pode ser entendida como uma ação que visa apenas a facilitação das trocas económicas entre os países. Barbosa (2010, p.15) explana esta diferenciação ao apontar que:

A internacionalização da economia é uma espécie de abertura de fronteiras geográficas para trocas de bens materiais e simbólicos. A globalização, por sua vez, supõe uma interação funcional de atividades económicas e culturais dispersas, bens e serviços gerados por um sistema multilateral, no qual é mais

importante a velocidade com que se percorre o mundo do que as posições geográficas a partir das quais se está agindo.

Segundo Canclini (1996, p.13) o processo de globalização é uma passagem de uma identidade cultural mais fechada, monolinguística e homogênea para um paradigma de identidade pós-moderna transterritorial, multilinguística e multicultural. Ainda segundo Canclini a globalização visa uma hegemonia dos conglomerados industriais, das corporações financeiras através da mão de obra dos migrantes e exploração dos recursos naturais e culturais dos países em desenvolvimento.

Na perspectiva de alguns autores, como Martine (2005, p.3) a globalização e consequentemente a migração são inevitáveis e teriam um potencial de positividade na diminuição das desigualdades e a pobreza. “O migrante vive num mundo onde a globalização dispensa fronteiras, muda parâmetros diariamente, ostenta luxos, esbanja informações, estimula consumos, gera sonhos e, finalmente, cria expectativas de uma vida melhor.” (Martine, 2005, p.4).

Barbosa (2010, p.14) concorda em partes com a afirmação de Martine, pois, a fantasia da globalização vende a correção da disparidade entre os países ricos e pobres, mas aponta a exploração dos recursos naturais dos países em desenvolvimento, diferenciação dos salários entre nativos e migrantes, da exploração da mão de obra dos não nativos, os direitos e acesso à informação e serviços. Segundo Canclini, citado em Barbosa (2010, p.17), a globalização amplia as diferenças económicas e culturais entre os países, na mesma medida que cria a possibilidade e a velocidade no consumo dos elementos ditados pela classe detentora de poder.

Mesmo construída sobre uma imagem de “ao alcance de todos” apenas um terço da população pode arcar com os “custos” (financeiros, emocionais e/ou psíquico) de uma migração ou estar propriamente dentro da consumação dos bens, para os outros, (Barbosa 2010, p.17), resta a promessa, a fantasia de uma realidade nunca alcançada, pois como dito, a globalização beneficia apenas alguns setores minoritários.

O paradoxo da globalização (Carabain, Keulemans, Gent & Spitz, 2012, p.8) reside no fato da mesma protagonizar uma homogeneização e uma fragmentação. Uma homogeneização, pois o processo prediz sobre a assemelhação das sociedades, mercados e consumo, mas não é capaz de “controlar” o resultado da interação entre as culturas,

gerando indivíduos particulares, provenientes das fragmentações das instituições promotoras de subjetividades.

A globalização também altera os paradigmas referentes ao processo de subjetivação e construção de identidades. Antes a identidade da população estava associada ao território, ao nacionalismo e ao Estado, contudo na contemporaneidade a identidade está vinculada a empatia e/ou relacionada com determinados tipos de interesses, sendo assim fragmentada e instável (Monte, 2012, p.162). Poder-se-ia pensar a identidade, dentro dos constructos teóricos da Modernidade Líquida postulado por Zygmunt Bauman, pela sua fluidez e conformidade.

Bauman (2005), a “identificação” se torna cada vez mais importante para os indivíduos que buscam desesperadamente um “nós” a que possam pedir acesso. As “novas” relações começam a interferir em nossas construções cotidianas, nossas práticas sociais, como forma de entendimento do mundo. Com isso, as identidades, antes consideradas seguras e estáveis, começam a fragmentar-se (Monte, 2012, p.163).

O sujeito carente de filiação, de identidade, a partir do enfraquecimento do Nacionalismo/Estado e de outras instituições formadoras de subjetividades como: a família, a igreja, entra em contato com o seu próprio desamparo. O mesmo passa a almejar o seu local no mundo, instituições e/ou ferramentas de conforto, tentando suprir (sem ser possível a realização de fato) suas carências, dúvidas e urgências a partir de um pertencimento e/ou vínculo (Kehl, 2005, pp.15-18). “As identidades ganharam livre curso, e agora cabe a cada indivíduo, homem ou mulher, capturá-las em pleno voo, usando seus próprios recursos e ferramentas” (Bauman, 2005, p.35).

Esta carência de filiação do sujeito, seja do Estado ou de outras instituições promotoras de subjetividade, dá-se o nome de desamparo. O desamparo seria na perspectiva freudiana, um vazio, uma ausência de sentido de existência outrora baseadas em papéis sociais previamente estabelecidos (Macêdo, 2012, p.97). Sem este sentido o sujeito passar a buscar, individualmente, suas razões de existência, criando assim, indivíduos particulares, centrados em si mesmos com personalidade narcísica. Se antes da modernidade o sujeito tinha seu destino “traçado” e conhecido, na modernidade a ausência de sentido, ou seja, a falta e a necessidade de ser amparado, é mobilizadora e motivadora do sujeito.

A essa necessidade de ser amparado o sujeito é definido como um ser faltante e esta falta mobiliza o sujeito a buscar o objeto perdido, algo para o preenchimento deste vazio. Com a modernidade, a globalização, a efemeridade das coisas, o sujeito passa a ser mais centrado no Eu e carente de si (Kehl, 2005, p.25). “Nas culturas da falta, toda a desgraça, todo o sofrimento tomava o significado de um pecado (...) o relato cultural da falta acrescentava sofrimento aos sofrimentos, mas produzia esperança pelo resgate possível e o seu significado moral” (Cyrulnik, 2001, p.38). A falta provocada pela modernidade “encaixa” nos preceitos da globalização, a fragilidade da identidade de não saber quem “eu sou” em inúmeros casos pode ser resgatada no consumo. O Ser passa a ser centrado no Ter, no consumo, na esfera econômica.

A partir deste entendimento sobre a globalização é possível perceber as razões ou os motivos das migrações que tendem a serem tangidas pelo viés econômico, sobre o consumo, sobre a qualidade de vida forjada no poder de compra. Com o foco do sujeito nas melhorias econômicas, no ganhar dinheiro para ter a vida “digna”, o mesmo acaba por não levar em consideração outros elementos pertinentes as migrações, como as vulnerabilidades associadas aos migrantes, permitindo estarem mais vulneráveis os corolários das migrações.

These conditions of vulnerability may be economic or social, and their repercussions may be material or emotional, or often both. Some of these conditions are: unemployment, sub-employment, poverty, loss or difficulties in the family and social relations, such as divorce, death of a loved one, lack of perspective for a satisfactory love life in the living environment, gender discrimination, homophobia (ICMPD, 2014, p.13).

2.3 Migrantes: diferenciações e conceituação.

Ao falar em migrações é importante diferenciar: os sujeitos que saem dos seus países para um outro, os seus papéis, direitos e deveres no local onde os mesmos se encontram. Saber reconhecer as diferenças entre migrantes, refugiados, estrangeiros permite o melhor entendimento das: suas motivações, vulnerabilidades, identidades, assim como os seus papéis na economia e a criação de políticas públicas ou projetos de intervenções que atendam as demandas de cada grupo ou comunidade.

O estrangeiro, o refugiado e o migrante têm conceitos próprios, em alguns momentos, estas diferenciações não são claras para a população em geral, sendo necessário uma explanação sobre estes grupos. A clarificação e a definição correta são importantes na criação de políticas públicas de auxílio ao migrante ou refugiado, na construção de uma “nova” identidade, nas vivências e direitos humanos pertinentes a cada grupo em questão (Seyferth 1982, pp.3-4). No presente trabalho a diferenciação destas categorias auxiliam na percepção de quais brasileiros são estudados ao longo do trabalho.

A migração, como abordada, refere-se a saída do indivíduo ou grupo de uma determinada região para uma outra, seja cidade, estado ou país. A saída é motivada por questões particulares ou gerais (catástrofes naturais, por exemplo). Segundo Ruivo (2006, p.4) as migrações são mediadas por duas perspectivas influenciadoras: percepção do seu local atual (economia, segurança, entre outros) e; o conhecimento/entendimento sobre a cidade ou país para o qual o sujeito tenciona mudar-se.

O migrante, segundo Edwards (2015, p.2), é o sujeito que decide, por livre e espontânea vontade, deslocar-se de seu país de nascimento para um outro, geralmente visando uma melhor qualidade de vida e assim permanecer. O migrante não deve ser confundido com o refugiado, pois cada uma destas categorias têm direitos distintos e estas diferenças são importantes para alocá-los nas esferas de proteção corretas.

Os migrantes escolhem se deslocar não por causa de uma ameaça direta de perseguição ou morte, mas principalmente para melhorar sua vida em busca de trabalho ou educação, por reunião familiar ou por outras razões. À diferença dos refugiados, que não podem voltar ao seu país, os migrantes continuam recebendo a proteção do seu governo. (Edwards, 2015, p.2)

Consoante, Edwards (2015, p.1), o mesmo explana que os refugiados são pessoas que fugiram de perseguições políticas e/ou conflitos armados em seu país de origem, visando auxílio em outros países, sobretudo de países vizinhos. O *status* de refugiado é reconhecido internacionalmente, possuindo uma definição e proteção regido pelo direito internacional (A convenção da ONU (1951); Estatuto dos Refugiados e seu protocolo (1967); Declaração de Cartagena (1984), entre outros).

A definição de quem está como refugiado, proposta na Convenção da ONU de 1951, facilita a fiscalização, a manutenção e a proteção destes considerados refugiados.

O refugiado, por definição, está vinculado a supressão de direitos fundamentais propostos pela Declaração Universal dos Direitos Humanos, em 1948, onde:

Temendo ser perseguida por motivos de raça, religião, nacionalidade, grupo social ou opiniões políticas, se encontra fora do país de sua nacionalidade e que não pode ou, em virtude desse temor, não quer valer-se da proteção desse país, ou que, se não tem nacionalidade e se encontra fora do país no qual tinha sua residência habitual em consequência de tais acontecimentos, não pode ou, devido ao referido temor, não quer voltar a ele (ONU, 1951, p.2).

O estatuto do refugiado é deveras longo e existem diversas formas de olhar para esta questão. O foco principal dos Estados é a proteção e garantia dos direitos deste grupo, sendo os mesmos orientados por uma ética internacional de proteção e promulgação de condições dignas e seguras para o desenvolvimento do sujeito em questão. Em comparativo com o migrante, o refugiado não teve a escolha livre de deslocar-se para o outro país, mas foi uma ação circunstancial de supressão dos direitos e/ou risco de morte que o levou a se deslocar.

Todos os refugiados e migrantes estão imersos em uma mesma categoria, eles são estrangeiros, mas diferem entre si pela liberdade de escolha e definição exata de refugiado pelo direito internacional. O estrangeiro é a pessoa que se encontra em um país diferente da sua nacionalidade, seja ele refugiado ou migrante (Ruivo, 2006, p.3). A clarificação quanto ao conceito de migrante ajuda a delimitar sobre quais estrangeiros estamos a falar e conseqüentemente saber mais sobre os migrantes, seus caminhos e escolhas, sobre as motivações, países escolhidos, duração da estadia, entre outros assuntos pertinentes aos migrantes.

The UN definition of an international migrant is someone who changes his or her country of usual residence for a period of at least a year. This is distinct from a short term international migrant which is someone who changes his or her country of usual residence for at least three months but less than a year, and excludes those where the movement is for recreation, holiday, visiting friends or relatives, business, medical treatment or religious pilgrimage (Institute of Community Cohesion [ICoCo] , 2007, p.6).

Em suma, o migrante é aquele que por livre e espontânea vontade decide sair do seu país de nascimento e visa estabelecer-se, legal ou irregular em um país de sua escolha, por no mínimo um ano, e será utilizado este conceito de migrante, oriundo da Organização das Nações Unidas, para o fim deste trabalho (Gulld, 2011, p.34).

No referente a questão sobre regular ou legal e irregular ou “ilegal”, durante o trabalho utilizar-se-á a expressão irregular para os migrantes não documentados, os que não entraram por via legais e permanecem no país por mais tempo do que o permitido, por acreditar que a expressão representa o politicamente correto quanto ao trato com seres humanos. Apesar de alguns momentos serem tratadas como sinónimos ou com poucas diferenciações, é necessário entender esta diferença (OIM, 2009, p.4).

Na visão da Organização Internacional para as Migrações (OIM) quando é falado sobre migrações irregulares a definição a ser pensada é:

Movimento que ocorre fora do âmbito das normas reguladoras dos países de envio, de trânsito e de acolhimento (...). Da perspectiva dos países de destino a entrada, a permanência e o trabalho num país é ilegal, sempre que o migrante não tenha a necessária autorização ou os documentos exigidos pelos regulamentos de imigração relativos à entrada, permanência ou trabalho de um dado país (...). Há, porém, a tendência de usar o termo “migração ilegal” nos casos de contrabando de migrantes e de tráfico de pessoas (OIM, 2009, p.42).

Neste sentido a “ilegalidade” está vinculada a não obediência dos trâmites legais e regidos pelas normas e leis do país de destino, tornando a ação de migrar “ilegal” no que se refere a legislação. Apesar de “ferir” o regulamento vigente sobre as migrações, o *status* do sujeito que decide migrar, independente das suas razões, pode ser regularizado. Por esta possibilidade de regularização é considerado politicamente correto utilizar o termo migrante irregular, salvo as migrações forçadas, como o tráfico humano.

A constatação de quem é ou não migrante pode acarretar algumas dificuldades de entendimento no âmbito da lei, pois de acordo com Edwards (2015, p.2) diferente da definição de refugiado que segue as regras do direito internacional, o migrante e suas regras para entrar no país escolhido, se estabelecer, trabalhar, entre outras atividades, segue as normas individuais da Nação escolhida, respeitando assim a soberania do Estado.

Por se tratar de um estudo em migrantes brasileiros que residem na cidade de Glasgow na Escócia, ou seja, faz parte do Reino Unido (Inglaterra, Escócia, Irlanda do Norte e País de Gales) utilizou como referência de migrantes a perspectiva do governo do Reino Unido e conseqüentemente as suas definições, as leis, a representação social da população britânica e da Escócia, mais especificamente, e as vulnerabilidades dos migrantes neste contexto.

Na perspectiva de Anderson & Blinder (2015, pp.3-5) no texto *Who counts as a Migrant?* os mesmos problematizam a visão simplista de quem é ou não migrante segundo os estudos e dados do Reino Unido, trazendo discussões a respeito do tema. Os autores explanam sobre as diferentes definições de migrantes sendo as mesmas amparadas ora por bases históricas, ora pela constituição ou pela base de dados, além desta definição perpassar por várias esferas como: nascidos no Reino Unido, mas de outra “identidade cultural”, outras nacionalidades que visam se estabelecer por um ano ou mais.

As definições de migrante não são consistentes e acabam por se combinar e perpassar por inúmeras áreas, apesar disso, não dispõe de definição clara e objetiva na lei britânica (Hampshire County Council, 2010, p.6). Sem uma definição incontestável de quem “encaixa” no termo migrante os direitos dos mesmos alocam-se para outra esfera: apenas no direito de morar ou não no Reino Unido.

A partir da frágil definição de quem conta como migrante no Reino Unido, os mesmos passam a ser confundidos com minorias étnicas e religiosas (reforçando o estereótipo). Esta fragilidade gera um enfraquecimento quanto as políticas públicas e estudos sobre o impacto dos migrantes na economia, trabalho, educação, entre outros, assim como implica na perspectiva de que os migrantes não dispõem dos mesmos direitos e não podem reivindicar os benefícios pertinentes a este grupo (Anderson & Blinder, 2015, p.5). Aos migrantes cabem o “não-lugar”.

O migrante é o atópos, sem lugar, deslocado, inclassificável (...). Nem cidadão nem estrangeiro, nem totalmente do lado do Mesmo, nem totalmente do lado do Outro, o migrante “situa-se nesse lugar bastardo” de que Platão também fala, a fronteira entre o ser e o não-ser social (Bourdieu, 1998, p.11).

Apesar da complexidade envolvida na questão dos migrantes, muitas pesquisas oriundas do Reino Unido definem o migrante como aquele que viaja para o Reino Unido com intenção de lá viver ou se estabelecer (Hampshire County Council, 2010, p.8). A

definição de quem conta como migrante e qual tipo de migração são importantes, pois como supracitado, permite alocar o migrante na esfera protetora correta, elaborar estudos sobre o impacto dos mesmos na economia e construção/modificação cultural, além de permitir um olhar mais especializado no tocante a saúde dos mesmos, seja manutenção ou na promoção da qualidade de vida.

Segundo Blinder (2014) em dados oficiais do governo e na representação dos meios de comunicação, os migrantes para Grã-Bretanha são classificados pelas razões de suas migrações, podendo ser categorizados em migrantes com fins de: trabalho, estudos, reagrupamento familiar e asilo (Blinder, 2014, p.10). Existem inúmeras pesquisas a respeito da representação social dos britânicos frente aos migrantes. O fluxo migratório, assim como as questões de fronteiras, o BREXIT (saída do Reino Unido da União Europeia) e economia são um dos assuntos de maior interesse/preocupação da população do Reino Unido.

A dificuldade na definição e entendimento de quem conta como migrante, assim como o seu papel social e económico, acaba por acarretar uma dificuldade também em políticas públicas e na representação social dos migrantes frente a população nativa. A fragilidade no conceito “parece” (Anderson & Blinder, 2015, p.7) enviar uma mensagem para os migrantes dizendo que os mesmos não possuem os mesmos direitos que a população local, o que é completamente contrário à declaração dos direitos humanos, pois mesmo os migrantes irregulares possuem uma gama de direitos que visem salvaguardar a sua saúde de forma holística.

Como abordado, é importante saber qual migrante é utilizado como referência a pesquisa, para dar continuidade ao trabalho. Sendo assim, utilizou-se como definição de internacional de migrante no Reino Unido, aquele que visa estabelecer-se lá e assim permanecer por pelo menos 1 ano, seja ele com o intuito de reagrupamento familiar, estudo ou trabalho, em situação irregular ou regular. *“According to the international definition used by the UK in official migration statistics, only a one-year stay in a new country is required to become a “international migrant.”* (Blinder, 2014, p.11).

Os refugiados, apesar de amplamente discutido dentro do âmbito europeu na atualidade, não será esmiuçado, além do já exposto, pois de acordo com a pesquisa realizada, os brasileiros que decidem estabelecer-se no Reino Unido não mais o vão com o *status* de refugiado político, como ocorria nos anos 60 e 70, na chamada Ditadura

Militar no Brasil (Kubal, Bakewell & Haas, 2011, p.6) período que ocorreu entre os anos de 1964 e 1985.

2.4 As situações de vulnerabilidades inerentes aos migrantes.

Como explanado no capítulo anterior, a globalização, apesar de inúmeros benefícios, carrega consigo elementos capazes de alterar negativamente a vida do sujeito. O desejo de migrar, impulsionado pela globalização, provoca no sujeito determinados tipos de vulnerabilidades, vulnerabilidades estas maiores nos migrantes do que nos cidadãos da região, cidade ou país.

Na perspectiva de Cavalcanti et al. (2015, p.21) a decisão de migrar é levada em consideração por experiências particulares de pessoas conhecidas que se encontram ou se encontraram em situação de migrantes, como: amigos próximos, família e etc. Assim, o migrante viaja sem muito conhecimento da realidade do país ou da cultura a qual o mesmo passará a estar inserido. Sem o conhecimento das vulnerabilidades inerentes à condição dos migrantes, como: a perda das redes sociais de apoio, conhecimento do idioma e valores culturais (Coutinho, Rodrigues & Ramos, 2012, p.402).

Conforme Roggeveen e Meeteren (2013, p.1092) a chegada do migrante em terras desconhecidas pode ser confortável no início, quando há encontros entre os migrantes vindos das mesmas terras, ou seja, os quais têm um referencial cultural similar. Este encontro pode provocar um sentimento de pertencimento mesmo em um novo país, contudo a situação tende a ser passageira, gerando o contato com as dificuldades.

Segundo Sayad (1999, p.14), a migração pode gerar um trauma no indivíduo, pois implica uma rutura e reconstrução de identidade, a dupla ausência, de não estar em convívio com seus “iguais” em seu local de origem e nem pertencerem a cultura dos seus destinos. Na visão de Sayad, o descontentamento é um processo vinculado ao choque cultural, um duelo entre a fantasia construída e o “mundo real”. A fantasia construída é em muitos casos associada a globalização, onde a mesma “vende” a ideia de uma vida melhor, cheias de benefícios e ganhos monetários, mas não divulga: o enfraquecimento dos papéis sociais, as reconstruções identitárias, entre outros.

De acordo com Pussetti (2009, p.17), os “mal-entendidos” culturais são comuns em populações multiculturais, pois independente: do domínio do idioma do país destino ou cidades, as tradições, os valores, todos os elementos formadores da cultura “dominante” acabam por serem restritos a população nativa. Cria-se, com intenção ou não, uma obrigatoriedade de integração cultural, por vezes não levando em conta a “bagagem cultural” dos migrantes, propiciando assim uma sensação de não pertencimento.

Os mal-entendidos culturais acabam por afastar alguns migrantes dos serviços fundamentais ao bem-estar biopsicossocial do ser humano, como: o sistema de saúde, o lazer, entre outros (Coutinho, Rodrigues & Ramos, 2012, pp.402-403). “A aculturação, os novos papéis, o choque cultural, são os fatores que a maioria dos emigrantes não leva em consideração no momento da partida e que podem influenciar o seu sucesso ou desapontamento no novo país” (Pereira, 2010, p.3).

Os migrantes em si são sujeitos em situações de vulnerabilidade maiores do que os cidadãos do país a qual se encontram, neste caso, a vulnerabilidade “inicial” é inerente ao sujeito (Lussi & Marinuci, 2007, p.10). Independente, inicialmente, da classe social, faixa etária, gênero, o indivíduo migrante está sujeito à inúmeras situações de vulnerabilidade. Isso não implica em uma situação imutável, mas antes do processo de resiliência das suas dificuldades, o mesmo está suscetível aos inúmeros obstáculos inerentes ao processo migratório.

Os indivíduos que decidem migrar além de estarem propensos a serem classificados como “invasores” que visam a ruptura da coesão cultural, alguns autores como Cyrulnik (2001) acabam por relacionar esta etapa como um novo paradigma, “os nossos progressos fizeram-nos passar da cultura da falta à cultura do preconceito” (Cyrulnik, 2001, p.38), poderão estar sujeitos a ofensas, agressões verbais e algumas vezes físicas, serem vítimas de xenofobia, racismo e preconceitos.

O imigrante não é tão somente uma “mão de obra” barata. É um indivíduo em “suspensão” cuja identidade e identificação estão postas em dualidade com a identidade e identificação próprias do grupo onde se encontra, embora não esteja, necessariamente, inserido (Lemos, 2017, p.50).

Como referido as problemáticas transcendem a caricatura de “apenas uma mão de obra” barata (em alguns casos “aceitam” trabalhos análogos a escravidão ou escravidão

moderna), pois os mesmos são mais relacionados como: vítimas de tráfico humano (para fins sexuais ou venda dos órgãos), vistos com certa desconfiança, com menores relações interpessoais, desconhecimento das leis e serviços, a solidão ou excesso de pessoas na casa onde reside e conseqüentemente a perda da privacidade, o idioma/ expressões idiomáticas (Lussi & Marinucci, 2007, p.12), entre outros. A problemática não reside apenas nas possíveis situações de vulnerabilidades, mas também em meios de ser resiliente as dificuldades.

De acordo com o dicionário Houaiss da língua portuguesa, a expressão “vulnerabilidade” refere-se à “qualidade ou estado do que é ou se encontra vulnerável”. Etimologicamente, “vulnerável” vem do latim *vulnus-neris*, que significa “ferida”. Trata-se da pessoa que “pode ser fisicamente ferida” ou que está sujeita “a ser atacada, derrotada, prejudicada ou ofendida (Lussi & Marinucci, 2007, p.3).

Neste sentido pode-se entender o migrante como mais suscetível a ser machucado, tanto no contexto físico como, até um pouco mais, no âmbito mental. Não necessariamente é um sujeito mais frágil em comparação com outros (haja vista que para migrar é necessária coragem para mudança), mas mais suscetível pelas suas vulnerabilidades. Vulnerabilidade estas que podem variar de sujeito para sujeito (Dias & Gonçalves, 2007, p.18): a situação regular ou irregular, apoio familiar, trabalho, situação económica/social, domínio do idioma, conhecimento das leis e serviços pertinentes ao migrante garantidos pela Organização das Nações Unidas, os Direitos Humanos, a Organização Mundial da Saúde, entre outras instituições que visam a garantia da dignidade humana.

Segundo Dias e Gonçalves (2007), a população migrante tem uma predisposição maior a contrair doenças em detrimento à população local, sejam adoecimentos biológicos ou principalmente psíquicos. Estudos realizados por Pumariega, Rothe e Pumariega (2005) indicam que o processo de migração pode impactar na saúde mental do indivíduo, sendo mais comum sintomas depressivos e depressão, assim como estresse, ansiedade generalizada e psicossomatização destas insatisfações. Contudo há de explanar sobre a predisposição do indivíduo para o adoecimento, além de ser pertinente e fundamental, a ausência ou não de instâncias reguladoras destas insatisfações/redes de apoio ao sujeito, pois a rede social é de suma importância para manutenção da saúde mental do sujeito migrante.

Such networks consist of friends, acquaintances, colleagues, neighbours, family members or other contacts people may have with each other. This means that people who are in contact with others, can mobilize these networks to gain material wealth, status or other positively valued attributes of life (Roggeveen & Meeteren, 2013, p.1081).

Algumas pesquisas (Pereira, 2010; Pusseti 2009; Dias & Gonçalves 2007; Lussi & Marinucci, 2007) realizadas indicam que as mulheres e os migrantes em situações irregulares tendem a desenvolver mais sintomas e adoecimento de caráter psíquicos e consequentemente físicos em comparação com a outra parcela de migrantes.

Na perspectiva de Pereira (2010, p.8), a autora explica sobre o motivo pelo qual o migrante irregular tende a ter a saúde mais comprometida. O medo de ser denunciado pelos médicos mediante a sua situação irregular, o medo de perder o emprego por falta, mesmo justificada, figuram entre os temores mais citados em pesquisas.

Segundo a OIM 2005, o facto de ser indocumentado acabar por privar o indivíduo de um direito essencial de todo o ser humano, que é a base da validação da sua existência, pois se não tem documentos não existe como pessoa, e é precisamente devido ao factor de não ter documentos, que vive muitas vezes em condições habitacionais e sanitárias sub-humanas (Pereira, 2010, p.9).

Afirmando, através das pesquisas, o adoecimento psíquico é um dos fenómenos mais preocupantes no tocante à saúde do migrante, pois resulta do processo de desenraizamento e das dificuldades de adaptação no país de acolhimento, em questão de: língua, a procura de emprego, diferenças culturais, entre outros. Apesar de existirem inúmeras pesquisas sobre a hereditariedade em alguns adoecimentos psíquicos, como a depressão e transtorno de ansiedade, o presente trabalho limitou-se a pensar os problemas de saúde mental como consequência das adversidades oriundas do contexto social a qual o sujeito está inserido. Seguindo esta lógica o autor Joseba Achotegui nomeia este conjunto de sintomas e originários das causas acima referidas como Síndrome de Ulisses (Hojos, 2006, p.6).

Em uma entrevista cedida ao portal de notícias da UOL, o Dr. Joseba Achotegui explica sobre a importância de conhecer sobre esta síndrome e saber diferenciar, principalmente os profissionais da área de saúde, da depressão. Segundo o autor:

A síndrome de Ulisses é um quadro de estresse muito intenso ligado a fatores específicos relacionados à migração, que são basicamente a solidão forçada, não ter chances de crescimento no país de acolhida, submeter-se a condições difíceis de sobrevivência, estar constantemente com medo e desamparado (Achotegui citado em Bezerra, 2015 p.3).

O mesmo continua a explanação fazendo esta diferenciação com a doença e caracterizando e alocando-a na devida esfera: “É importante dizer, porém, que não é uma doença. Ela se desenvolve em pessoas sãs, mas que apresentam certos sintomas, como problemas para dormir, dores de cabeça, nervosismo e tristeza” (Bezerra, 2015, p.5).

A síndrome de Ulisses ainda é pouco estudada e tende a ter um papel importante da compreensão do sofrimento dos migrantes, não só na compreensão, mas sobretudo no desenvolver de ferramentas que visem a “normalização” da saúde mental do sujeito migrante. Entender sobre as dificuldades, o surgimento dos sintomas e as dificuldades inerentes ao processo de migração auxiliam na resiliência. A conscientização e a informação são uns dos primeiros passos para a resiliência.

A partir das dificuldades inerentes aos migrantes, Pussetti (2009, p.19) sugere uma rede de apoio aos migrantes, sejam em políticas públicas, sejam em grupos formais ou informais que atendam, minimamente, a demanda da vulnerabilidade em questão. Segundo a mesma autora este pedido de ajuda acaba por não ecoar em medidas concretas de auxílio.

Consoante Portes & Rumbaut (2001, p.24) as redes sociais de grupos étnicos desempenham um papel importante no processo de adaptação e resiliência dos migrantes. Ainda segundo Portes & Rumbaut, um grupo étnico forte facilita o processo adaptativo, pois é acreditado ajudar a encontrar trabalho, informações acerca de serviços, entre outros, porém uma comunidade também poderia ser algo prejudicial ao indivíduo. Algumas pesquisas (Roggeveen & Meeteren, 2013, p.1088) demonstram que algumas relações encontradas entre os migrantes de mesma nacionalidade podem ser consideradas exploratórias, podem dificultar a adaptação dos mesmos a cultura local, ao aprendizado do idioma, entre outros.

Em suma, as adversidades estão associadas ao processo de migração. Por serem experiências particulares cada indivíduo as vivenciarão de forma única, mas é consenso entre os autores referidos: as vulnerabilidades fazem parte do processo de migração.

3. O que é resiliência?

Como exposto, as adversidades fazem parte da vida do migrante, as dificuldades são inerentes ao processo de migração, não sendo uma questão de se, mas quando as ocorrerão. É inegável o importante papel das instituições de apoio, como: a família, amigos, pessoas que compartilham dos mesmos valores e crenças, as instituições de apoio ao migrante, entre outros. Contudo há de levar em consideração o processo de resiliência nos migrantes.

O outro ou os outros auxiliam no processo, mas o sujeito é o principal motor desta mudança. Neste sentido a resiliência está mais relacionada com as características do sujeito e ferramentas de modificação da realidade do que meios externos de superação. Além do que, as dificuldades podem ser uma forma de aprendizado e uma “releitura” da vida através de situações dolorosas. As adversidades também podem ser bons elementos para o amadurecimento do sujeito. “Uma situação de risco não determina a pessoa e que diferentes experiências de vida podem ser oportunidade de crescimento, de desenvolvimento e mudança” (Oliveira, 2016, p.71).

O superar das dificuldades é um processo individual, pois cada indivíduo através de suas experiências e aprendizados dá sentido diferente as coisas vivenciadas. A partir da inevitabilidade, a questão pertinente é: como o sujeito lida com os inconvenientes da vida de forma saudável?

Segundo Brandão e Gianordoli-Nascimento (2011, p.265) esta foi a pergunta que inquietou alguns pesquisadores americanos e ingleses na década de 80. Os mesmos acreditavam de tratar-se de uma imunidade as adversidades, uma forma de invulnerabilidade. Com o tempo a ideia de invulnerabilidade foi substituída pela questão da resiliência.

Apesar de bem estudada nos dias atuais não há consenso quanto a origem da expressão (Brandão & Gianordoli-Nascimento, 2011, p.263), alguns autores, principalmente a corrente latino-americana, acreditam que o termo resiliência é oriundo das ciências exatas, bem utilizado na física. Outros autores, da corrente inglesa e americana, não exploram sua origem, focam na conceituação do termo produzindo assim uma leve diferenciação quanto a sua conceituação. Enquanto os:

Inglêses e norte-americanos entendem a resiliência como resistência ao estresse, os brasileiros e pesquisadores falantes de línguas latinas têm uma concepção que entende a resiliência ora como resistência ao estresse, ora como associada a processos de recuperação e superação de abalos emocionais causados pelo estresse (Brandão & Gianordoli-Nascimento 2011, p.263).

Ainda segundo o conceito e a origem do conceito, o termo resiliência é utilizado nas áreas exatas desde 1807 (Timoshenko, citado em Brandão e Gianordoli-Nascimento, 2011, p.264) tornando-se atualmente como a capacidade de um material de absorver energia na região elástica e segundo Beer e Johnson citado em Brandão e Gianordoli-Nascimento (2011, p.265) o conceito amplia-se para a capacidade do material suportar impactos, mas sem sofrer nenhuma deformação significativa ou permanente, a isso é dado o nome resiliência. Neste sentido o termo resiliência, da forma que é usado nas ciências, se confunde com a elasticidade.

Observamos que a ideia que uma das concepções que a psicologia tem da resiliência – de modo geral, capacidade para se recuperar de abalos sofridos ou de se abalar e voltar ao que se era antes do abalo – tem mais a ver com o conceito físico da elasticidade do que propriamente de resiliência. Isso porque a elasticidade seria a característica dos materiais de se deformarem e voltarem à sua forma original, após o fim da causa da deformação (Brandão & Gianordoli-Nascimento, 2011, p.265).

A resiliência na física tem o seu conceito relacionado com a absorção de pressão e abalos, relacionados muito mais com a invulnerabilidade, como definido anteriormente nos anos 80, sem que o objeto em questão sofra uma deformação permanente. Os autores apontam para a diferenciação entre resilientes e rígidos, onde os objetos resilientes sofrem deformações, mas não permanentes, enquanto que os materiais rígidos não demonstram deformações, podem alterar apenas, dependendo da pressão, de forma permanente, gerando uma quebra após uma determinada força sobre eles.

Com a utilização de forma equivocada dos conceitos ao estudar resiliência nas pessoas o foco dos estudos em psicologia, sociologia, dever-se-ia abordar o quanto cada sujeito (ou grupo) suporta até apresentar um dano psicológico irreversível. Apesar da utilização um pouco distorcida do conceito de resiliência, confundida com a elasticidade, é importante esta percepção e contextualização histórica.

Segundo Anaut (2005, p.1) a origem da palavra resiliência é proveniente do latim *resillire* que significa “saltar para trás”, remetendo a qualidade elástica, de distender-se e depois retornar à condição original. Sendo então entendida a resiliência como uma forma de plasticidade ou flexibilidade.

O termo Resiliência foi utilizado no âmbito de pesquisa com o público brasileiro no final da década de 90 (Yunes, 2001, p.27), já em outras localidades como o Reino Unido o termo já era bem utilizado pela população e com seu conceito relacionado as relações humanas, ao contrário do que ocorria no Brasil. No Dicionário brasileiro a definição de resiliência era mais técnica e relacionada com a física, enquanto no Reino Unido o termo *resilient e resilience* já eram associados a condições de recuperação humana diante das adversidades.

Michaelis traz como traduções para *resilience*, elasticidade e poder de recuperação; e, para *resilient*, “que ressalta, elástico, que se recupera prontamente, alegre, jovial” (p.807). De forma semelhante, o dicionário Barsa (Houaiss & Avery, 1970, p.460) define *resilience*, como “elasticidade, capacidade de rápida recuperação (saúde, bom humor, etc.)” (Brandão & Gianordoli-Nascimento, 2011, p.266).

O conceito de resiliência, nas ciências humanas, passa a ser centrado na competência com que o sujeito lida com as adversidades. Ainda há uma diferenciação quanto ao tipo de resiliência, enquanto os norte-americanos e britânicos centram os fatores de resiliência no indivíduo e percebem a resiliência como resistência ao estresse (Brandão & Gianordoli-Nascimento, 2011, p.269), os autores latino-americanos pensam mais a resiliência como uma interação entre o sujeito e a comunidade.

Esta diferenciação passa a ter sua importância, pois, enquanto os autores britânicos e americanos focam suas pesquisas em: fatores individuais, cognitivos e genéticos; os latinos elaboram mais pesquisas associadas a fatores de interações sociais e comunitário, como: humor e família, em suma, nas relações interpessoais, mais do que na relação intrapessoal.

3.1 Resiliência: a capacidade de se reinventar

Anaut (2005, p.1) cita Mangham como exemplo de uma definição mais completa de resiliência, como apontado anteriormente, sendo a mesma entendida com um sistema amplo e transversal, não só pertinente a condição humana, sendo assim a resiliência como a capacidade que sistemas (família, indivíduos, grupos, comunidades, entre outros) possuem em superar as dificuldades ou os riscos. A partir disso a resiliência pode ser definida como:

Capacity of a system be it an individual, a forest, a city or an economy, to deal with change and continue to develop. It is about the capacity to use shocks and disturbances (...) to spur renewal and innovative thinking. Resilience thinking embraces learning, diversity and above all the belief that humans and nature are strongly coupled to the point that they should be conceived as one socioecological system (Moberg & Simonsen, 2015, p.3).

O termo resiliência, bastante utilizado no âmbito social a partir da década de 80 (Oliveira, 2016, p.62), tem como uma definição: “a capacidade humana, individual ou coletiva de resistir a situações adversas, encontrando recursos criativos para emergir delas.” (Melillo, 2005, p.131), ou seja, “conseguir uma adaptação funcional, apesar de circunstâncias adversas e ameaçadoras (Oliveira, 2016, p.69).

Já segundo Grotberg citado em Anaut (2005, p.2):

A resiliência permite, em certas situações, atingir níveis superiores de desenvolvimento, comparativamente com aquele que existia antes da ocorrência do problema. A resiliência seria então uma capacidade que as pessoas têm para suportar, superar e, possivelmente, sair com sucesso de experiências de adversidade.

Dentro desta perspectiva poder-se-ia pensar no conceito de *bouncing back* (American Psychological Association[APA], 2014, p.2), onde o sujeito, cai, mas levanta-se ultrapassando o ponto de origem no qual o mesmo foi derrubado. *Bouncing back* seria o retornar mais “forte” (com melhores condições e ferramentas, sejam psíquicas ou sociais, para lidar com as adversidades) do que anteriormente, e não apenas voltar a condição “anterior” como sugere a elasticidade.

Resiliência não é um curar-se, é ser vulnerável e ter esta consciência da vulnerabilidade, das problemáticas em questão, do não retorno à condição original e criar ferramentas de superação destas adversidades, mas não se curar da vulnerabilidade tornando-se um invulnerável, (Scherer, Minelo, Scherer & Moura, 2014, p.5) e sim saber lidar de forma saudável frente as dificuldades. “Não há reversibilidade possível depois de um trauma, há uma pressão para a metamorfose. Uma ferida precoce ou um grave choque emocional deixam um vestígio cerebral e afetivo que permanece enterrado sob o reinício do desenvolvimento” (Cyrułnik, 2001, p.129).

A resiliência também não é um somatório de qualidades, apesar de ter indicações de uma personalidade ou característica genética e nem algo imutável, uma vez resiliente, nem sempre o será em outras situações (Rutter, 1999, p.127). A resiliência é um processo dinâmico estabelecido na relação entre o indivíduo e o meio. Não há imutabilidade, mas (Anaut, 2005, p.2) há fatores de proteção que são possíveis de serem desenvolvidos, estimulados e até melhorados.

Segundo Scherer et al, (2014, p.7) a resiliência é o ato de adaptar-se de forma saudável frente as adversidades, os traumas, as ameaças da vida. Já a revista *The Road of Resilience* (APA, 2014, p.6) usa o conceito de “*bouncing back*” anteriormente citado para ilustrar a resiliência. Poderia ser pensado no brinquedo *João Bobo* ou *Bop Bag* que ao ser empurrado o mesmo chega a cair, mas “recusa-se” a permanecer ao chão e perpassa a condição inicial, levantando com uma energia similar a que o derrubou, utilizando a energia para transcender a condição original.

O que se teceu será portador de uma lacuna ou de umas malhas particulares que desviam a sequência da peça tecida. Pode voltar a ser bela e quente, mas será diferente. A perturbação é reparável, por vezes mesmo com vantagem, mas não é reversível (Cyrułnik, 2001, p.129).

A resiliência não evita o sofrimento, “a resiliência não é nem uma vacina contra o sofrimento, nem um estado adquirido e imutável, mas antes um processo, um caminho de desenvolvimento a percorrer” (Anaut, 2005, p.9). Ter sido resiliente em uma determinada situação não daria garantias de ser resiliente em outra situação, mesmo com características similares a adversidade passada.

Alguns autores, (Melillo et al, 2005, p.133), principalmente os que seguem a tradição britânica e norte-americana, tendem a relacionar a capacidade individual de

resiliência com a prevenção a todos os casos, o ato de ser resiliente como uma “espécie” de invulnerabilidade, o que é praticamente o oposto da utilização da resiliência. Se a resiliência é o ato de superar dificuldades, só poderia ser descrita a partir das dificuldades/riscos (Anaut, 2005, p.2). Para estar resiliente o sujeito tem de estar vulnerável. *“Being resilient does not mean that a person doesn’t experience difficulty or distress. Emotional pain and sadness are common in people who have suffered major adversity or trauma in their lives”* (APA, 2014, p.2).

Frank & Castro (2016, p.3) apontam o caráter genético e ambiental da resiliência, fundamentados por Werner (1992), Chicchetti (2011) e Lopez (2011) e outros pesquisadores. Os mesmos apontam o sistema neurobiológico, através da serotonina, oxitocina, cortisol, como relevantes na resiliência, pois os neurotransmissores citados estão associados com o sistema empático e de vinculação, assim como o medo, a motivação e a confiança.

Apesar de não negarem a questão do estímulo e desenvolvimento, os autores citados acreditam que a resiliência é uma característica inata do indivíduo e apresenta-se de forma diferente e em graus distintos de sujeito para sujeito. Segundo os autores a plasticidade neuronal é a responsável pela “adaptação” do indivíduo quanto aos traumas vividos.

Um em cada três indivíduos estará exposto a um trauma severo durante a vida, e embora em grande medida o ser humano recupere da adversidade e por vezes beneficie da experiência, desenvolvendo a sua autoconfiança, resistência e as relações interpessoais, pode também desenvolver psicopatologias como a Perturbação de Pós-Stress Traumático (Frank & Castro, 2016, p.3).

Apesar de apontarem a resiliência através de outros meios (genético), a vencibilidade do sujeito é apontada pelos pesquisadores, informando que o sujeito resiliente não é invencível. Por não ser invencível o sujeito precisa “atualizar” as suas defesas, através de treinamento e alterações cognitivas e comportamentais, assim como alterações no ambiente (reforço negativo ou redução de fatores de riscos). Existe uma similaridade no tocante ao desenvolvimento das competências da resiliência, mas não sobre a sua origem.

Pensar a resiliência como algo genético, inato, é desconsiderar o fator “humano” no processo, é deixar a cargo do marcador genético definir o resultado da pressão, se o

indivíduo irá sucumbir ou não. Na perspectiva de Anaut (2005, p.2) a resiliência é uma característica comum a todos, todos são passíveis de serem resilientes em determinadas situações de adversidades e todas as pessoas possuem mais ou menos recursos, pessoais e desenvolvimentais que as defendam dos problemas. Segundo a APA (2014, p.5), a resiliência envolve comportamentos, pensamentos e ações que podem ser aprendidas e aprimoradas por qualquer sujeito, contudo a resiliência exige tempo e esforço.

Pesquisas recentes vêm demonstrando que a capacidade de resiliência é ordinária, ou seja, comum a todos os indivíduos, mas que envolve uma grande parcela de estresse, sendo que não é possível a resiliência sem estresse, dificuldades ou traumas (Scherer et al., 2014, p.6). Para ser resiliente o indivíduo precisa passar pelas dificuldades e aprender com estas experiências (Anaut, 2005, p.1) A partir disto a revista a *The Road of Resilience* explana sobre o foco nas experiências passadas como forma de continuar criando ferramentas para a resiliência: “*focusing on past experiences and sources of personal strength can help you learn about what strategies for building resilience might work for you*” (APA, 2014, p.5).

Oliveira (2016, p.68) argumenta que a resiliência é uma defesa criativa. As situações adversas não podem ser evitadas, mas pode ser aprendido como ser mais resiliente a partir da consciência de si (reconhecimento de sua vulnerabilidade) e ampliação de um repertório para resolução de problemas. Scherer et al. (2014, p.4) apontam alguns destes repertórios, evidenciando alguns fatores que auxiliam na resiliência, como: capacidade de relacionar-se, iniciativa, criatividade e o humor. Para ser resiliente é preciso adversidade, para ter adversidade é preciso que uma situação seja entendida como tal, neste sentido a resiliência é experienciada na relação sujeito e contexto (Brazelton & Greenspan, 2002, p.17).

Traduz um saldo positivo a confrontação individual com o meio, produto final das possibilidades do indivíduo para lidar com situações de especial dificuldade. O que está em causa é a eficácia das capacidades individuais e não a eliminação dos riscos e problemas (Oliveira, 2016, p.70).

Ainda segundo Oliveira (2016, p.72), a autora explana que todas as pessoas têm a possibilidade de serem resilientes, mas que ser resiliente não é uma característica inata, mas pode e deve ser aprendida. Assim, cada indivíduo deve capitalizar seus próprios recursos com intuito de aprender sobre si e aplicá-los visando a resiliência nas

adversidades específicas. Específicas, pois, mesmo um sujeito extremamente resiliente em várias situações, poderia não ser em outra, a resiliência não é algo transferível de uma situação para outra.

A resiliência é uma combinação de fatores que surpreende, ou seja, naquilo em que o sujeito estava fadado a sofrer, fadado a cair, o mesmo, de forma criativa, utiliza da própria questão da vulnerabilidade para triunfar. Ser resiliente é combinar inúmeros fatores, segundo Melillo (2005, p.131), condições e elementos da historicidade do sujeito. Osborn citado em Melillo, explica sobre a impossibilidade de conseguir isolar todos os fatores, pois segundo o autor a resiliência depende do risco, da vulnerabilidade e ter um bom humor é fundamental para ser resiliente.

A resiliência é mais do que um modo de dar uma cara boa ao mau tempo, é também um recurso criativo que permite encontrar respostas novas para situações que parecem não ter saída, e este elemento de novidade mostra a ligação entre a resiliência e o senso de humor, permitindo traçar paralelos interessantes que revelam as razões desse vínculo (Melillo, 2005, p.134).

Segundo a APA (2014, p.4) há, apesar de não funcionar a mesma estratégia para duas pessoas, formas de auxiliar na construção de uma personalidade mais resiliente. Os autores citam 10 caminhos para o fortalecimento e alcance da resiliência; fazer conexões; evitar ver a crise como algo insuperável; aceitação das mudanças como etapa da vida; desenvolver objetivos alcançáveis e manter o foco; tomar decisões assertivas; buscar sempre oportunidades que visam o autoconhecimento; nutrir positiva percepção de si; manter as coisas em perspectivas e uma visão otimista dos fatos e; cuidar de si mesmo. Alguns são autoexplicativos e outros genéricos, podendo funcionar para inúmeras ocasiões, contudo alguns precisam ser esmiuçados, como por exemplo: fazer conexões, aceitação das mudanças e autoconhecimento.

Conexões aqui são entendidas como relacionamento, seja ele entre amigos, familiares, grupos sociais dos quais o indivíduo participa, ou seja, estar cercado de boas referências e outros significativos são importantes, pois permite um ambiente seguro após as adversidades. As adversidades fazem parte da vida do ser humano, a mudança é a constância do ser humano, entender que tudo muda é uma forma de preparar-se para ela. Mesmo a mudança de uma situação ruim para uma boa, mas sobretudo um preparo de um estado de júbilo para estado de desalento. O autoconhecimento está relacionado na

perceção de si, no entendimento sobre suas qualidades e seus defeitos, afim de saber posicionar-se na forma mais adequada frente as problemáticas emergentes.

As ferramentas para a resiliência são aprendidas ou adquiridas já na infância, desde a fase pré-verbal (Cyrułnik, 2001, p.145), mas como é um conjunto de dispositivos adquiridos poderiam e podem ser aprendidos em todas as idades através da educação emocional. Neste sentido a resiliência é um comportamento ou mecanismo de resolução de uma gama de atribuições, não sendo uma “fórmula mágica” que encaixa em todas as situações, sendo assim necessário combinações de fatores e lições aprendidas e apreendidas para aplicar a problemática em questão.

Como dito, alguns autores apontam algumas características de quem tem uma maior possibilidade de ser resiliente em situações de adversidades, chamando este grupo de: características de personalidade resiliente (Anaut, 2005; Anjos & Astorga, 2016, Scherer et al, 2014). Anaut define pessoas resilientes como alguém com personalidade flexível, aberto, criativo, inteligente, bem-humorado, emocionalmente equilibrado, empático, capaz de resistir as mais diversas situações, sem perder o equilíbrio por mais complexa que a situação pareça. “A personalidade resiliente é aquela que resiste aos conflitos e aos problemas que põem em perigo ou ameaçam o bem-estar, e mais: confrontam com o acontecimento, aprendem e saem transformados positivamente por esta experiência” (Anjos & Astorga, 2016, p.153).

Como versa na literatura, a resiliência pode e deve ser estimulada. Na verdade, o que poderia ser estimulado seriam os fatores de proteção e a diminuição dos riscos, sejam em nível individual ou externos ao indivíduo, utilizando o enfoque e estudos a respeito como uma forma de prevenção, através da educação emocional, fortalecimento das instituições como família, comunidade, humor, entre outros.

No texto *The road of Resilience* (APA, 2014, p.6) alguns fatores sociais e individuais são listados como propensos a auxiliarem no processo de resiliência. No tocante aos fatores sociais há: 1) ter relações de cuidados e suportivas tanto dentro do âmbito familiar como nas relações sociais fora da família; 2) relações que envolvem amor e confiança; 3) modelos a serem seguidos (um outro significativo); 4) pessoas que incentivem, encorajem e apoiem. Em relação aos individuais, algumas características têm maior destaque, como por exemplo: I) capacidade de ser realista quanto aos planos, seguir passo a passo e ter a capacidade de executar; II) Autoestima e confiança a respeito de suas

habilidades e pontos fortes; III) eloquente quanto a comunicação e resolução de problemas; IV) capacidade de administrar a impulsividade e pensamentos negativos e; V) senso de humor.

Não há intenção em definir as melhores estratégias para os sujeitos atingirem a resiliência, pois como supramencionado, é uma estratégia individual, mas que alguns elementos podem ser partilhados e serem os elementos comuns entre as pessoas que foram resilientes. No caso dos migrantes, por exemplo, as estratégias de resiliência tendem a serem diferentes dos indivíduos que têm de lidar com o luto em relação a perda de um filho ou outro familiar, mas também podem partilhar de elementos comuns da personalidade ou apoio social. Estes elementos não são excludentes.

3.2 Resiliência em migrantes

A partir das dificuldades inerentes ao processo de migração e os fatores que auxiliam a resiliência faz-se importante um recorte específico para esta realidade. Como os migrantes lidam com as adversidades?

No tocante a resiliência em migrantes, e como exposto, a resiliência é um processo “individual” (pode ser visto em coletividade, mas como um fenómeno de grupo, sendo assim uma unidade, pensada no singular), uma resposta dada a uma situação particular com ferramentas específicas que visam a superação das adversidades. Apesar da resiliência ser algo bem estudado desde os anos 90, existem poucas pesquisas a respeito dos recursos mobilizados pelos migrantes para alcançar a resiliência dentro do processo de migração (Roberto & Moleiro, 2016, p.298).

Os recentes estudos (Barbosa, 2010; Scherer et al., 2014; Lemos, 2017) tendem a focar seus esforços na perceção das vulnerabilidades dos migrantes, nos fatores de riscos, como: na saúde, ausência de laços, domínio do idioma, situação irregular ou não, entre outros elementos acima citados, do que estratégias de resiliência e fatores de proteção eficazes.

Outros estudos apontam fatores que podem contribuir para resiliência em migrantes (Dias & Gonçalves, 2007; Lussi & Marinucci, 2007; Coutinho, Rodrigues & Ramos, 2012; Roggeveen & Meeteren, 2013), como a manutenção dos laços afetivos e

familiares mesmo distantes, a busca de informações sobre direitos e deveres do migrante, assim como, mesmo em situação de irregularidade buscar os sistemas de saúde ou órgãos governamentais ou não governamentais que possuem como público alvo os migrantes (Freitas & Mendes, 2013, p.78).

Roggeveen e Meeteren (2013) estudaram a migração brasileira em Amesterdam e apontaram alguns fatores de proteção e também de risco no tocante a migração brasileira na Holanda. As autoras informam que em algumas situações a “comunidade” brasileira pode desempenhar um papel de proteção e também de risco entre os migrantes. Sendo um dos primeiros atos ao chegar no país desconhecido, “buscar elementos conhecidos”, comida tradicional brasileira, moradia, evento sociais com conterrâneos, as vezes este contato pode ser um alento e conforto ao migrante, tornando este laço um fator de proteção e consequentemente de resiliência, mas as autoras apontam também a exploração e/ou fardo dos próprios brasileiros.

Freyer, Guzmán e Ovando (2016, p.169) estudaram a migração dos latinos, sobretudo os mexicanos para os Estados Unidos da América, apontam como fatores de resiliência a coesão familiar e os planos futuros, principalmente os planos que envolviam ganhos financeiros e possibilidades de construção de algo mais consistente para o futuro, como a construção de um “negócio próprio” e, principalmente, na (re)união familiar.

Los casos aquí presentados nos muestran familias resilientes que refuerzan las redes y cuentan con un blindaje sociocultural que les facilitan la inserción al mercado laboral, social, escolar y personal que les permite realizar una vida transnacional. Estos casos facilitan el éxito de la experiencia migratoria, pero sobretudo, la posibilidad de realizar una vida familiar en dos espacios sociales de manera estable y permanente (Freyer, Guzmán & Ovando (2016, p.171).

Outro artigo (Roberto & Moleiro, 2016) aborda como fator de resiliência em migrantes brasileiros, neste caso com migrantes residindo em Portugal, mais especificamente em Lisboa, mas contendo brasileiros oriundos de todas as regiões do Brasil. Segundo as autoras (Roberto & Moleiro, 2016, p.305) os migrantes brasileiros residentes em Portugal utilizam de fatores individuais para auxiliar no processo de resiliência, com uma “pitada” de humor a qual está contida nas suas expressões para verbalizar o porquê de não “sucumbir as dificuldades”. Utilizam expressões como “segurar as pontas”, “correr atrás” e “pairando” referenciando a necessidade de manter-

se saudável diante das adversidades, mas com uma leveza e humor na forma de expressar os fatores de proteção.

Kubal, Bakewell e Haas (2011, p.29) citam a existência de apenas duas pesquisas sobre brasileiros residindo no Reino Unido, destas duas, o foco é nos brasileiros que residem em Londres. Os autores apontam como meios de resiliência instituições de apoio aos migrantes brasileiros, como o jornal *Brazilian News*, um website chamado *Chá com Leite* um site com informações e atendimento as dúvidas dos brasileiros, assim como organização de aulas tanto de inglês quanto de português e a ABRAS, que é a maior organização de brasileiros em Londres. Os autores apontam estas instituições como fatores de auxílio no processo de resiliência.

Embora distintas e não tão focadas exatamente em um único fator de resiliência em migrantes brasileiros, o elemento comum dentro das transcrições das entrevistas com os diversos brasileiros que participaram das pesquisas supracitadas (Roberto & Monteiro, 2017; Kubal, Bakewell & Haas, 2011; Roggeveen e Meeteren, 2013), foi o humor. O humor dos brasileiros ao contar trechos de suas histórias, as dificuldades que passaram, as expressões utilizadas para definir e ilustrar as situações de vulnerabilidades que os mesmos se encontravam.

4. Humor e a resiliência

Em si, a dor não tem sentido. É um sinal biológico que passa ou fica bloqueado. Porém, o significado que este sinal toma depende tanto do contexto cultural como da história do sujeito. Ao atribuir um sentido ao acontecimento de dor, ele modifica-lhe o experimentado. Ora, o sentido é constituído por significação tanto como por orientação (Cyrulnik, 2001, p.40).

Como apontado a dor é individual, ou seja, cada ser experimenta-a de forma distinta, contudo a dor ou as dores estão intimamente relacionadas ao contexto social, neste sentido a dor é construída através da dialética entre o indivíduo e a sociedade. A partir da citação de Cyrulnik pode-se ser entendido a dor como uma construção social, onde cada indivíduo sofre de forma distinta de acordo com sua “bagagem” cultural, sendo assim, a dor, mesmo ao referida em caráter individual, é sempre um constructo social.

As situações que possam vir a provocar dores ou sofrimentos podem ser interpretadas de formas distintas, dependendo da historicidade e da cultura do sujeito. A dor pode ser compreendida como um estímulo, tanto no contexto psicológico e fisiológico, passível de interpretação e possível de modificar seu significante, transmutando a dor em algo distinto.

Pode-se, também, pensar a dor como matéria prima, onde alguns indivíduos transformariam esta matéria em inúmeros produtos distintos. Os produtos referentes a matéria prima dor, podem ser: sofrimento, poesia, música, piadas e risos, histórias, contos, etc (Krikmann, 2006, p.27). Entre estas inúmeras possibilidades a intenção do estudo é a percepção do tipo de humor e a relação do mesmo como fator de resiliência. A partir disto, faz-se necessário tentar compreender como o humor auxilia na resiliência.

A questão do humor e resiliência nesta perspectiva é de vestir uma tragédia com uma roupagem mais humorística deixando um toque de leveza. Algumas pessoas segundo Cyrulnik (2001, p.100) são compelidas a incentivar estes comportamentos, sejam em crianças ou adultos, em detrimento de outros que ficam horrorizados com o não “sofrimento” dos resilientes (projeção dos medos e a forma de lidar com dor/sofrimento) e desencorajam as pessoas e o ato de não sofrer mais. Adicionar “mais sofrimento ao sofrimento”, diante de situações ameaçadoras. “o humor não é para brincar, é feito para metamorfosear um sofrimento em acontecimento social agradável, para transformar uma percepção que magoa em representação que faz sorrir” (Cyrulnik, 2001, p.98).

O humor é um fator reconhecido da resiliência, pois segundo Freud, o humor surge revestido de certo heroísmo, com a “ação não esperada” de rir diante das circunstâncias dolorosas que era esperado uma postura mais associada ao sofrimento, como choro, tristeza, entre outros (Kehl, 2005, p.181). “A essência do humor consiste em que alguém ser livre dos efeitos que a situação teria provocado normalmente” (Freud, 1927, p.297).

De acordo com Maria Rita Kehl o humor é o contrário de sentir-se magoado ou ressentido com determinado tipo de situação, é não permanecer na posição de vítima e assumir responsabilidade pela sua própria vida, mesmo das coisas as quais são consideradas prejudiciais ou danosas ao sujeito. O humor é responsabilização. “A afecção deveria ter sido dolorosa, visto que o acontecimento foi cruel. Porém, a maneira de a representar, contando-a ou mimando-a, modifica o sofrimento e transforma-a em sorriso” (Cyrulnik, 2001, p.97).

Na perspectiva freudiana o humor tem algo de grande, algo que exalta o Eu diante da dura realidade. Apesar do humor ser algo tão antigo quanto a linguagem, visto nos gregos, principalmente, e em várias outras culturas, o sujeito moderno percebe o humor e é percebido através do comum, do trivial, de maneira distinta em cada cultura, o humor é heroico, é o que individualiza o sujeito, transformando-o em um ser único (Freud, 1927).

O sujeito moderno não é nobre nem elevado; é o homem das sociedades de massa, o homem comum. Para os homens comuns, a forma mais adequada é a comédia. Para não ser ridículo em suas pretensões trágicas, o neurótico deve aprender a rir de si mesmo (Kehl, 2005, p.132).

Ainda segundo Freud, a atitude humorística é uma das defesas a qual o homem desenvolveu para lidar com adversidades, com sofrimento. Freud aponta alguns mecanismos de sublimação e substituição das dores como: a neurose, psicose, embriaguez, mas o mesmo considera o humor como superior a todos (Kehl, 2005, p.180), pois interferindo na realidade através da linguagem (somos constituídos, formamos a realidade através da linguagem) obtém uma vitória sobre a mesma.

Na visão freudiana o humor é rebelde, “ri na cara do perigo”, pois quem ri das dificuldades do eu é o *supereu*, instância reguladora da segunda tópica freudiana, responsável pela limitação do gozo, pela censura e proibição. Ao rir de si mesmo o supereu permite a manutenção do amor próprio até nas situações de grandes adversidades (Kehl, 2005, p.181).

O humor talvez seja a arma que nos encoraja a enfrentar certos riscos decorrentes das empreitadas em que nos metemos tentando transformar alguns aspectos da realidade, a fim de torná-la mais favorável às noções do princípio do prazer. É o recurso de linguagem que nos permite tentar algumas grandes empreitadas sem nos iludirmos, nem nos deixarmos humilhar pelas evidências de nossa pequenez (Kehl, 2005, p.182).

Segundo Costa (2006, p.90), o humor é relacionado com a resiliência, pois tem sua importância na preservação da saúde mental diante de ocorrência de eventos dolorosos, mas sem negar a realidade. O autor explana que o humor deveria ser estudado e alocado no campo da saúde. O autor ainda explica que o humor não é necessariamente para ser engraçado, cômico, mas sobretudo para convencer-nos de que a realidade é tolerável. Humor é parte integral da vida dos seres humanos exercendo inúmeros papéis

no desenvolvimento dos mesmos (Christopher, 2015, p.611). O humor está vinculado à criatividade, de conseguir olhar a situação através de outra perspectiva.

O humor exige mudança de atitude mental e perspectivas, não tem poder de cura sobre a saúde física ou distúrbios psíquicos, mas contribui significativamente para a busca por uma melhor qualidade de vida amenizando os pensamentos depressivos, bem como aliviando estresse e tensões (Soares, 2011, p.7).

O humor serve como redutor de estresse e é um dos métodos de lidar com as situações adversas (Ostrower, 2015). O autor exemplifica o caso dos judeus no holocausto, onde os judeus utilizavam, também, o humor para lidar com o sofrimento sem perder a sanidade. Além de permitir lidar com as adversidades o humor auxilia na criação da solidariedade, empatia e promove uma perspectiva alternativa do mundo. O humor está relacionado com a resiliência, pois segundo Christopher (2015, p.613) alguns estudos comprovam que o humor serve como um mecanismo de defesa, mas não como uma invulnerabilidade. Os sujeitos experienciam o mesmo nível de estresse, contudo tendem a lidar com a situação de forma mais saudável.

Kuiper (2012, p.479) aponta que os indivíduos que utilizam mais o humor como forma de lidar com a situação apresentam maior motivação e mais esforço para concluir alguma atividade. Apesar de humor não produzir uma invulnerabilidade do sujeito, estudos realizados apontam que indivíduos com maior senso de humor tendem a reportar menor nível de estresse e ansiedade do que sujeitos que não possuem elevado senso de humor (Abel, 2002, p.370), além de reavaliarem as situações estressantes da vida de forma mais positiva. “O humor é libertador e sublime, que é a < a invulnerabilidade > do eu que se afirma e que não só recusa deixar que lhe imponham e reverter as circunstâncias traumatizantes num certo prazer” (Cyrulnik, 2001, p.97).

Esteves (2015, p.28) afirma que o humor tem relevância nas expressões dos sentimentos e influência na capacidade de ter e/ou manter a esperança em situações de dificuldades. Esteves cita Vidal onde o humor deveria ser sugestão para as atividades terapêuticas. O humor também pode ser utilizado como forma de socialização e afirmação dos valores culturais de determinados grupos, como nos judeus no holocausto (supramencionado) como humor entre migrantes, humor entre brasileiros, entre outros.

Haig (1986, p.547) aponta diversos estudos e possibilidades de utilização do humor em situações de adversidade, como adolescentes em situações de conflitos emocionais ou preparação para exames, em mulheres idosas na chegada da menopausa, em viúvos(as), com intuito de demonstrar que o humor pode estar relacionado com a resiliência.

Sense of humor can be viewed as one of the important facets of personal resiliency that an individual can draw upon, when attempting to deal with high levels of adversity, trauma, or any other extremely stressful circumstance (Kuiper, 2012, p.477).

Kuiper também aponta o humor como forma preventiva de evitar o sofrimento, pois a partir da sua utilização o humor poderia auxiliar no distanciamento do indivíduo dos fatores estressantes, reduzindo assim seu efeito negativo na vida do sujeito.

Consistent with a resiliency perspective, a good sense of humor can add a degree of richness and fullness to one's life, including enhanced enjoyment of positive life experiences, greater positive emotions, a more positive view of self, and greater psychological well-being and quality of life (Kuiper, 2012, p.479).

Alguns autores (Kehl, 2005; Cyrulnik, 2001; Roberto & Moleiro, 2016) apontam os benefícios do humor ao reavaliar e permitir uma mudança cognitiva relacionada ao trauma, não negando o ocorrido. Poder-se-ia pensar em uma construção de uma realidade alternativa, flexibilizando o ocorrido, permitindo ao sujeito lidar com as dificuldades, ser resiliente. Segundo a psicanalista Maria Rita Kehl (2005, p.184) o humor é utilizado como uma forma de distanciamento do sujeito de algo que possa provocar mais estresse.

Modificar a realidade, através de um triunfo verbal não implica dizer que o sujeito não precisa encarar o sofrimento (Soares, 2011, p.6), o humor é importante para manutenção da saúde mental, é um mecanismo com intuito de assegurar nossa integridade. Como supracitado o humor altera a percepção do fato, interfere diretamente na realidade, é uma vingança verbal (Freud, 1927), onde era esperado uma reação de dor, emerge o riso. O riso nos torna capaz de não levar tão a sério a pretensão de perfeição quando o que fantasiávamos começa a correr errado. O humor ajuda a perceber a falha da perfeição e rir do fracasso.

Não devemos confundir a imaginação consoladora da negação da realidade, que representa uma forma de mentir a si mesmo, com o fantasiar do humor, no qual a busca por uma saída engenhosa e prazerosa não implica desconhecimento da realidade, mas uma valorização dela (Costa, 2006, p.90).

Segundo Abel (2002, pp.371-373) o humor está vinculado com pensamentos e sentimentos positivos, contudo o autor sugere cautela, pois há estudos (Windle e Zautra et al, citados em Kuiper, 2012, pp.484-485) relacionando o humor a uma resposta mais rápida, contudo em alguns casos não tão assertivas quanto necessário para a atividade. A psicologia positivista considera que o senso de humor é geralmente uma atitude positiva, sendo no ato de rir ou de fazer o outro rir.

O humor geralmente está vinculado com atributos positivos, contudo Krikmann (2006, pp.27-28) aponta os fatores negativos atribuídos ao humor, como os tipos de humor e as teorias referentes a estes tipos. Por exemplo, utilizar o humor agressivo com intuito de diminuição do outro difere bastante do humor afiliativo (tradução literal) o qual está diretamente associado com a resiliência.

Antes de dar continuidade da associação do humor e resiliência, faz-se necessário uma breve definição dos tipos de humor e seus contributos para a saúde mental e desenvolvimento do sujeito. Apontando os tipos e como estes influenciam positivamente ou negativamente diante das adversidades.

4.1 Tipos de humor e suas relações com o desenvolvimento do indivíduo.

Segundo Krikmann (2006, p.28) o humor é multifacetado. Sendo assim existem inúmeras formas de definir e estar “humorado”, além do autor evidenciar três teorias e tipos de humor: a teoria da incongruência; da superioridade e do alívio.

A teoria da incongruência relaciona-se com a surpresa que o humor provoca no indivíduo ou grupo, através de sátiras e outros elementos culturais que provoquem um estranhamento, sendo este estranhamento e surpresa os provocadores do riso nos ouvintes. Não necessariamente esta incongruência é associada a agressão ou insultos a determinados grupos. Em contrapartida a teoria da superioridade tem um tom mais

agressivo e tem seus tipos de humores voltados para a diminuição de um determinado grupo, religião ou viés político. Por fim, a teoria do alívio segundo Krikmann (2006, p.29) foca seus estudos mais nos destinatários do humor, principalmente nos efeitos psicológicos provocados e os benefícios do humor no sujeito. Esta teoria explana sobre a transformação dos estímulos agressivos e tabus em produtos socialmente aceitáveis e benéficos para os indivíduos.

Como apontado, alguns tipos de humor estão relacionados com boa adaptação e outros vinculados a relação de poder e humilhação. Outros tipos de humor mesmo provocando o riso, nem sempre são considerados os mais adaptados e benéficos para o sujeito ou grupos sociais. Martin et al. (2003, p.58) apontam 4 principais tipos de humor: afiliativo; auto-aprimoramento; agressivo e autodestrutivo.

Na perspectiva de Kuiper (2012, p.481) o humor afiliativo é o humor benevolente que não tem o intuito de diminuir o outro, sendo o humor considerado respeitador e visa encantar o ouvinte. O autor explana que este tipo de humor é utilizado como facilitador de situações que requerem adaptatividade, redução de conflito e coesão do grupo. O humor afiliativo também favorece o pertencimento do grupo, diminuindo as tensões e produzindo reações espontâneas e catárticas (teoria do alívio), sem piadas ou “brincadeiras hostis”.

No tocante ao auto-aprimoramento a principal característica é manutenção do estado de bom humor independente das adversidades da vida, seja em situações de estresse, trauma, entre outros (teoria da incongruência). A utilização deste tipo de humor visa a redução da negatividade frente a percepção de um fato, assim como o melhoramento das respostas cognitivas associadas ao estímulo. Como aponta Martin et al. (2003, p.61) este é considerado o humor adaptativo e este estilo é frequentemente utilizado como estratégia no lidar com dificuldades, mas não na diminuição “verbal” do outro ou da situação de dificuldade e sim no auto-aprimoramento.

Os estilos de humor afiliativo e auto-aprimoramento são considerados estilos de humor que auxiliam na adaptação do Eu de forma positiva. Em contrapartida há estilos de humor que utilizam aspetos negativos para a proteção do Eu, mecanismos de defesa, mas não considerados moralmente e eticamente aceitáveis na convivência. Funcionam, mas à custa de sofrimento para o outro ou a si próprio (Abel, 2002, p.376). Estes estilos são os: agressivo e o autodestrutivo.

O estilo de humor agressivo tende a ser prejudicial ao outro, com utilização de ironia e sarcasmo com fins de ridicularização do alvo (teoria da superioridade). A utilização do humor agressivo (Cann & Collette, 2014, p.466) tem o intuito de diminuição do outro visando manter em evidência o autor das piadas, conhecido no Brasil como o humor de Escada, pois é necessário a diminuição do outro para elevar o “comediante”. O humor agressivo tem um forte efeito negativo nas relações e visa a alienação de outros indivíduos sem se preocuparem com o impacto que irão causar no alvo de suas piadas, pois o foco é na diminuição e/ou insultar um outro ou um grupo. (Kuiper, 2012, p.481). *“Affiliative humor is a positive humor style that involves sharing humor through jokes or witty remarks, without insulting or harming anyone. Aggressive humor, on the other hand, uses humor to attack or demean others in order to elevate oneself”* (Cann & Collette 2014, p.466).

Por último, o autodestrutivo tem a característica na diminuição de si mesmo através de “tiradas humorísticas” excessivamente críticas (Kuiper, 2012, p.481). As pessoas com este estilo de humor tendem a “permitir” elas mesmas serem o centro das piadas com intuito de serem aceitas nos grupos, mas com um elevado custo para a sua subjetividade, pois isso tende a diminuir a autoestima. Segundo Martin et al (2003, p.64) o autor deste tipo de humor aparenta não lidar de forma adequada com seus sentimentos, pois ao invés de lidar com seus sentimentos negativos de forma adequada, tende a esconder-se através deste humor, aceitando de forma passiva os insultos.

Os tipos de humor considerados humor adaptativo: afiliativo e auto-aprimoramento, são constantemente associados com alegria, bem-estar e otimismo (Martin et al, 2003, pp.63-65), além de terem menor vinculação com algumas doenças e transtornos psíquicos como: depressão, ansiedade elevada, entre outros. Ao contrário dos tipos de humor considerados mal-adaptativos: agressivo e autodepreciativo, que foram associados a negatividade e conseqüentemente a adoecimentos psíquicos. Segundo Clann e Collete (2014, p.468) há inúmeras pesquisas que sustentam a: *“idea that the adaptive humor styles facilitate psychological well-being, while self-defeating humor impedes well-being”* (Kuiper, 2012, p.482).

Apesar dos autores (Martin et al, 2003; Abel, 2002; Cann & Collette, 2014) não terem citado em seus textos como um dos tipos de humor, o humor negro, de acordo com as pesquisas sobre o humor, é um dos tipos importantes e tem sua função no processo de resiliência. O humor negro é bem utilizado em situações extremas, onde há uma maior

gama de sofrimento ou necessidade de abstração da realidade (teoria da incongruência e alívio).

Breton (1997) escreve que o “humor negro é o oposto da jovialidade, da alegria ou do sarcasmo; é uma reviravolta sempre absurda do espírito, parcialmente macabra e parcialmente irônica e inimiga mortal do sentimentalismo [...] (Magalhães, 2008b, p.53).

Alguns tipos de humor, sobretudo o humor negro, é reconhecido como uma das formas de lidar com situações extremamente dolorosas, sendo considerado terapêutico e uma das ferramentas de auxílio na resiliência em incidentes traumáticos (Christopher, 2015, p.611). A autora destaca a maior utilização do humor negro em locais que requerem abstração da situação, como emergências hospitalares, situações onde há uma grande incidência de estresse e risco, guerras (vários relatos de jornais, humor dos judeus nos campos de concentração, nas épocas das Guerras Mundiais) e tragédias, como forma de lidar com o sofrimento.

Segundo Janoff (1974, p.300) o humor negro ainda é considerado trivial e muitas vezes percebido como uma insensibilidade ao sofrimento das outras pessoas. Contudo segundo a autora este tipo de humor, pelo contrário, não é cruel ou insensível e sim uma forma de lidar com o sofrimento. “*Black humour cannot be described as being pessimistic or simply lacking an affirmative moral voice. Rather, it lives outside these limits in a terrain of terrifying candour concerning the most extreme situations*” (Janoff, 1974, p.303).

O humor negro é utilizado em situações de trauma extremos por profissionais ou mesmo as vítimas. O autor exemplifica que em profissionais como bombeiros, policiais, utilizam o humor negro como forma de proteção do *self*, criando ou um distanciamento ou de forma adaptativa a situação traumática. Explana ainda que o humor é um fator de coesão social, pois há um significante no humor entendido por aqueles que partilham os mesmos valores culturais.

4.2 Humor em situações de vulnerabilidades

Segundo Esteves (2015, p.27), a literatura informa inúmeros estudos que destacam os benefícios do humor e do riso. Estes estudos apontam os benefícios tanto no contexto físico/biológico quanto no contexto psicológico. Efeitos biológicos: diminuição do estresse, produção de endorfina do humor e sorriso, melhoria no sistema imunológico, sistema respiratório, queima calorias e estimula o cérebro. No contexto psicológico o riso/humor tem influência significativa no bem-estar dos indivíduos, na redução da dor, estresse, no desconforto e “capacidade de criar sentimentos positivos”.

O presente trabalho não desconsidera os efeitos físicos e biológicos do humor e sua importância (como supramencionado de forma breve), mas para o hodierno projeto será estudado o humor auxiliando de forma positiva nas relações do Eu com a comunidade. A divisão proposta é apenas por caráter didático com o intuito de facilitar o entendimento do humor como fator de resiliência, mas é irrevogável o ser humano como ser holístico.

Lins e Gonçalves (2017, p.159) defendem que não deve haver limitação do estudo sobre o humor apenas para as questões linguísticas e ou biológicas, mas acreditam na necessidade de um estudo interdisciplinar, que envolva, também, questões socioculturais e psicológicas. Segundo os autores o humor é algo enraizado e utilizado com frequência nas situações cotidianas. Neste sentido o humor é responsável por provocar uma atitude no homem diante da sociedade, que supõe seu caráter ridículo e, também sublime.

Ao contrário do que muitos pensam, o humor não é uma simples atitude que causa comicidade e diversão. Os mecanismos que regem a produção do humor vão muito além da simples graça e é de extrema importância compreender como e por que o humor é desencadeado em determinadas situações comunicativas (Lins & Gonçalves, 2017, p.159).

Segundo Costa, citado em Soares, (2011, p.7) o humor não objetiva necessariamente fazer apenas graça, através de um “humor pastelão”, e sim fazer acreditar que a realidade é tolerável. Como afirma Morais (2008) o humor é sinal da pulsão de vida, é um sinal de luta contra algo que poderia aniquilá-lo. “o humor não é para brincar, é feito para metamorfosear um sofrimento em acontecimento social agradável, para

transformar uma percepção que magoa em representação que faz sorrir” (Cyrulnik, 2001, p.98).

Conforme elucida Freud, o humor indica uma saída digna e corajosa no tocante aos infortúnios da vida, criando e brincando com os elementos da realidade e conseqüentemente suas adversidades. O humor utiliza a dor, o sofrimento, para criar prazer, estando assim preparado para enfrentar as intempéries da vida. Sendo assim, capaz de triunfar diante da dor. Para que tenha forças para continuar caminhando (Magalhães, 2008a, p.7).

Segundo Freud (citado em Salles, 2011, p.23) o humor é um dos dons raros e precisos do ser humano, sendo capaz de obter prazer mesmo diante de situações dolorosas, considerado pelo autor como uma das operações psíquicas mais elevadas. Ainda conforme Freud o humor é o mais alto mecanismo de defesa e visa impedir a continuação do desprazer. A via humorística é “canal de escoamento” das insatisfações, das dores. “O humor inibe o desenvolvimento do desprazer e da dor, mas não se limita a isso, operando uma verdadeira transformação da energia ligada ao afeto doloroso oferecendo-lhe uma via de descarga.” (Salles, 2011, p.24).

Por se tratar de uma habilidade o humor pode e deve ser treinado, aprender a lidar com suas emoções e sentimentos, através da educação emocional é um dos desafios do século XXI. (Kuiper, 2012, p.482; Christopher, 2015, p.609). Cann e Collette, (2014, pp.465-466) apontam as ligações entre humor e resiliência, ao explicar que a utilização do humor auxilia o indivíduo a lidar com as dores e eventos traumáticos, com algumas limitações (os humores mal adaptativos), não é qualquer tipo do humor que se tornar fator de resiliência, e sim os que mantêm uma visão positiva de si mesmo e dos outros envolvidos.

Para ser engraçado é necessário existir cumplicidade. O compartilhamento de sentido, os valores, a cultura de forma geral e a autorização para rir de algo que requereria lágrimas. Segundo Lacan (1979, p.55) os seres humanos reconhecem-se através do outro. Sendo assim tornar-se necessário reforçar determinados tipos de comportamento e obter uma resposta positiva do Outro significativo, para que o sujeito entenda que o ato de alterar a roupagem do sofrimento pode ser saudável e rico subjetivamente em muitas situações. Se o sujeito se reconhece através do outro, sendo assim para uma resiliência

através do humor é necessária uma “plateia” para tal aprovação, não só a existência da plateia, mas a aprovação pelo riso.

São precisos parceiros para darem a réplica e espectadores para validarem os nossos esforços. Quando as figuras de vinculação não desencorajam as crianças, constata-se que os bebês do humor são aqueles que, mais tarde, se tornarão os jovens mais criativos e mais divertidos devido aos acontecimentos insólitos que se verificam (Cyrulnik, 2001, p.100).

Kupermann (2010, p.199) aponta o efeito contagioso do humor, indicando, assim como Freud, a necessidade que o sujeito tem de “espalhar” (na contemporaneidade partilhar/compartilhar através das Mídias sociais) algo que o mesmo achou engraçado e aguarda ansioso pela um riso de “confirmação”. Kupermann elucida a existência de três lados no humor, quem conta algo engraçado, o alvo da graça e por último a plateia/público.

Ainda segundo Kupermann o público teria um papel importante na tríade, pois como supracitado, “nos reconhecemos através do outro” (Lacan, 1979, p.55) e conseqüentemente o sujeito busca um reconhecimento ou uma aprovação, neste caso no social. Caso o público não “autorize” o humor com determinado assunto, se o outro não autorizar com o riso, o efeito do não-riso seria o constrangimento.

Segundo Salles (2011, p.21), a mesma credita a Freud a ideia de que para rir de uma piada, é preciso mais do que entendê-la é preciso compartilhar o sentido dela, “para entender a piada é preciso ser da paróquia”, de estar situado na mesma cultura. O humor cria laços sociais e apresenta também um especto transgressivo e questionador do sentido estabelecido.

O humor está vinculado à criatividade, de conseguir olhar a situação através de outra perspectiva. “O riso é o sinal de que fizemos uma nova conexão. Subitamente percebemos algo de maneira nova “(Funes, 2001, p.27). E o novo é encantador. Não há estresse no novo, no novo há esperança, tentativa, há o desejo e a fé de que tudo poderá ser diferente. O humor pode abrir novos horizontes. O humor é uma nova forma de ver o mundo, talvez não melhor, mas com um pouco mais de responsabilização e empoderamento.

Humor é coisa séria, mesmo sendo engraçado. Tem o poder de abrir portas e corações, excita a vida e, se não salva, pode aliviar. Muitos pensam que o humor

não é sério, esse é o problema. Na verdade, ele ultrapassa a seriedade e assim chega à quintessência da sabedoria. A atitude humorística enfrenta o mundo real sem abandonar o terreno da saúde (Slavutzky, 2014, p.9).

5. Problemática

O humor e a resiliência em migrantes brasileiros na cidade de Glasgow são os temas centrais do Projeto de Intervenção, mas como abordado os mesmos foram alicerçados por outros temas igualmente importantes para a compreensão desta problemática como: o fluxo migratório, o conceito de migrantes, assim como as principais vulnerabilidades inerentes aos sujeitos que visam sair do seu local de origem.

Os assuntos foram expostos com intuito de explicar sobre as etapas das migrações e onde os brasileiros se encontram na história das migrações, os motivos e as causas das migrações. Optamos também por apontar alguns impulsionadores das migrações como a Globalização, por entender que o processo de Globalização cria uma “fantasia” de um mundo melhor, sem adversidades, apenas com os júbilos, contudo não é tão simples o novo paradigma atual e isso reflete muito na saúde dos migrantes.

Apesar de muitas informações sobre as vulnerabilidades associadas aos migrantes de um modo geral, assim como meios e fatores para desenvolver a resiliência, não foram encontrados muitos dados à respeito dos brasileiros migrados na cidade de Glasgow. A partir desta dificuldade a pergunta de partida **“Como o humor auxilia no processo de resiliência em migrantes brasileiros na cidade de Glasgow, na Escócia?”** precisou ser respondida de uma outra forma, neste caso optou-se por uma metodologia quantitativa a fim de responder a demanda criada.

O intuito de optar por uma metodologia quantitativa é o seu maior alcance e responder, minimamente, sobre um determinado grupo ou questão. Com as dificuldades em responder à pergunta de partida de forma mais aprofundada, optou-se por utilizar um questionário que identificava o tipo de humor encontrado no sujeito e se o tipo de humor estava relacionado com a resiliência (como apontado anteriormente, alguns tipos de humor estão mais vinculados à resiliência do que outros). Procurou-se, também,

identificar alguns fatores de vulnerabilidades dos brasileiros na cidade de Glasgow, na Escócia e outras fontes de apoio, além do humor.

A partir dos dados obtidos foi possível identificar um grupo específico de brasileiros que se dispuseram a responder ao questionário, identificar suas vulnerabilidades, idade, gênero, entre outros, a fim de conseguir interpretar corretamente os dados. Antes da interpretação dos dados decidimos elucidar algumas questões sobre a metodologia, os objetivos, o porquê da utilização do *Humor Styles Questionnaire* (HSQ), assim como uma caracterização do local de estudo. Na análise e discussão das informações optamos pela apresentação paulatina dos resultados somados a uma explanação sobre os mesmos, fazendo uma ligação com os temas abordados nos primeiros capítulos do Projeto de Intervenção.

Por se tratar de um Projeto de Intervenção Comunitária, este necessário para a conclusão do Mestrado em Intervenção Comunitária da Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti (ESEPF), os dados coletados serviram para a criação de um projeto, denominado: Desenvolvendo Pessoas: Humor e Resiliência em migrantes brasileiros na cidade de Glasgow.

6. Humor e Resiliência em Migrantes Brasileiros em Glasgow

O processo metodológico, em síntese, é o corpo orientador da pesquisa que visa o bom desenvolvimento do processo de investigação empírica através de um sistema de normas e métodos específicos com fins de atender aos objetivos de um projeto de investigação Pardal e Correia (1995, p.10). O processo metodológico orientador deve ser bem estruturado com intuito de não provocar uma compartimentalização das técnicas e métodos, produzindo metodologias particulares, isoladas de reflexão teóricas pertinentes.

Com fins de produzir um conhecimento fiável a respeito dos brasileiros migrados em Glasgow utilizou como ferramenta de coleta de dados e análise a metodologia quantitativa, através da utilização do questionário HSQ.

Relativo a metodologia quantitativa, mais especificamente o inquérito através de questionários consiste em:

Colocar a um conjunto de inquiridos, geralmente representativo de uma população, uma série de perguntas relativas à sua situação social, profissional ou familiar, às suas opiniões, à sua atitude em relação a opções ou a questões humanas e sociais, às suas expectativas, ao seu nível de conhecimentos ou de consciência de um acontecimento ou de um problema, ou ainda sobre qualquer outro ponto que interesse os investigadores” (Quivy & Campenhoudt, 1998, p.188).

Ainda conforme os mesmos autores este método é adequado em determinados tipos de situações: o conhecimento de um determinado grupo e suas vicissitudes, quando é necessário interrogar um quantitativo maior de pessoas com fins de identificar a representatividade dos mesmos. As principais vantagens na utilização desta estratégia é a possibilidade de obter uma grande e diversa quantidade de dados, além de permitir uma ampla discussão sobre os resultados.

Apesar de seguir alguns critérios como por exemplo amostra representativa da população para validação e fiabilidade da pesquisa, por não existirem muitos dados disponíveis sobre os brasileiros na cidade de Glasgow, optou-se por um método de amostragem não casual por conveniência (Hill & Hill, 2012, p.49), utilizando as redes sociais para captação dos participantes na pesquisa. Optou-se por utilizar o questionário através da administração direta, assim como versa na literatura, com intuito de facilitar e ampliar o alcance da quantidade de pesquisados.

6.1 Objetivos.

O objetivo geral do trabalho foi identificar qual o tipo de humor é predominante no grupo de brasileiros migrados e se o tipo de humor encontrado se relaciona com a resiliência.

Em relação aos objetivos específicos optamos por conhecer as situações mais frequentes as quais os migrantes estão mais vulneráveis, identificar instituições e outros grupos que auxiliem na resiliência e/ou diminuição das vulnerabilidades inerentes aos brasileiros migrados.

6.2 Questionário: HSQ Migrantes Brasileiros

Como exposto na explanação sobre a problemática, a metodologia e nos objetivos, o trabalho visa a identificação do tipo de humor nos migrantes brasileiros e sua relação com a resiliência, além de buscar conhecer sobre a realidade dos inquiridos. Para atingir estes objetivos decidimos selecionar a ferramenta/questionário *Humor Styles Questionnaire*, pelos motivos que serão elucidados a seguir.

O *Humor Styles Questionnaire* (HSQ) foi desenvolvido por Martin et al. (2003), após longas pesquisas, com intuito de identificar os 4 principais tipos de humor e sua prevalência em indivíduos ou grupos. A ferramenta psicométrica foi traduzida em mais de 25 idiomas e utilizado em mais de 150 pesquisas (Kuiper, 2016, p. 2). Além de identificar a prevalência do tipo de humor, alguns estudos utilizam a ferramenta para prever possíveis adoecimentos psíquicos, como depressão, e sensação de bem-estar do indivíduo, além de percepção da personalidade social do indivíduo e pesquisas de clima organizacional em empresas.

Existem inúmeros estudos os quais utilizaram o HSQ, além de utilizar a ferramenta para identificação da prevalência do humor em sujeitos ou grupos em geral, o mesmo também foi utilizado em outras pesquisas com intuito de verificar a possibilidade do instrumento em prever comportamentos. Os autores como (Ruch & Heintz, 2013; Jovanovic, 2011; Kuiper & Harris, 2009) tentaram relacionar o questionário com determinados adoecimentos psíquicos, como depressão, ansiedade, mas também de forma positiva como bem-estar, disponibilidade e sociabilidade.

O HSQ foi desenvolvido em quatro etapas. Na primeira etapa foi realizado um estudo com 117 estudantes de Psicologia na Universidade do Oeste de Ontário, no Canadá. A segunda etapa visava a diminuição dos itens encontrados e contou com a participação de 258 participantes, desenvolvendo um questionário com 60 itens. Os autores visavam a diminuição do questionário com intuito de atingir 32 frases. A partir desta necessidade de refinar o questionário a terceira etapa foi realizada com 485 inquiridos (Martin et al., 2003, p. 56), sendo 340 (192 mulheres e 148 homens) estudantes de Psicologia e 145 (92 mulheres e 53 homens) estudantes do ensino básico entre 9 e 12 anos. A última etapa foi a correlação com os dados obtidos de 1195 participantes e o questionário foi considerado satisfatório naquilo a qual o mesmo se propunha.

O *Humor Styles Questionnaire* é constituído por 32 frases, sendo 8 destas relacionadas para cada tipo de humor, já supramencionados. As sentenças utilizadas são ações do cotidiano e como o indivíduo lida com determinados tipos de situações, respondendo se o mesmo concorda, discorda ou nem discorda nem concorda com as afirmativas ou negativas do questionário.

I MAKE OTHERS LAUGH EASILY – I AM A HUMOROUS PERSON

_ Strongly disagree _ Disagree _ Neutral _ Agree _ Strongly agree

A pesquisa e conseqüentemente a elaboração do questionário demonstrou diferenças, mesmo que muito pequenas, de tipos de humor encontrados entre as mulheres e homens. Sendo os homens associados mais com os tipos de humor considerados mal-adaptativos em comparação com as mulheres (Martin et al., 2003, p. 60). No tocante as diferenças de idade, a pesquisa sugere que as pessoas mais velhas tendem a apresentar menor predominância dos tipos de humor considerados adaptativos, como o *affiliative*. Não foram encontradas diferenças significativas relacionadas com gênero e idade.

Embora os ganhos na utilização do instrumento sejam aparentes, por isso os inúmeros estudos utilizam o HSQ, algumas críticas existem ao questionário. As desaprovações apontam para a falta de contextualização do instrumento, ou seja, não levando em consideração a cultura do sujeito. Outra reprovação do HSQ consiste na limitação de correlacionar os tipos de humor com a personalidade do sujeito. E por fim, o instrumento recebe algumas críticas por ser desenvolvido para ser autoaplicado, correndo o risco de o sujeito não responder com veracidade as questões do questionário.

Apesar de algumas críticas quanto o questionário, o mesmo é considerado uma ferramenta de suma importância no estudo do humor. Mesmo não medindo todos os tipos do humor, “apenas” os quatro mais importantes, a ferramenta permite o foco nas funções interpessoais e intrapsíquicas correlacionando o humor com as ações do cotidiano, consideradas assim mais importantes para o bem-estar psicossocial (Martin et al., 2003, p.51).

The HSQ seems to be more consistent with past theorists who have emphasized that certain forms of humor may be deleterious to psychological health, in addition to noting the specific styles of humor that seem to enhance coping and well-being (Martin et al., 2003, p. 72).

Refente ao projeto de intervenção comunitária Humor e Resiliência em Migrantes Brasileiros em Glasgow, o questionário HSQ foi aplicado com intuito de conhecer o grupo dos brasileiros migrados em Glasgow e identificar o tipo de humor que é encontrado nestes brasileiros. O conhecer buscado no questionário compreende as temáticas abordadas na fundamentação do trabalho: as vulnerabilidades dos migrantes, grupo e instituições de apoio, idade, gênero, região do Brasil, motivo da migração e a situação regular ou irregular.

A ferramenta chamada *Humor Style Questionnaire* (HSQ) foi produzida com característica de respostas ordinais através de opiniões como: concordo, discordo, entre outros. Por o humor ser multifacetado há inúmeras formas de produzir e lidar com sofrimentos, umas consideradas mais assertivas e benéficas para os indivíduos e outras também como mecanismos de defesa, mas reflete negativamente no sujeito. Estes tipos de humor citados por Martin et al (2003), afiliativo, auto-aprimoramento, agressivo e auto-destrutivo, ou no idioma original em inglês *affiliative (AF)*; *self-enhancing (SE)*; *agressive (AG)* e; *self-defeating (SD)* foram o objetivo do trabalho: Qual tipo de humor é encontrado com maior frequência nos migrantes brasileiros residentes na cidade de Glasgow e se o humor encontrado se relaciona com a resiliência.

A análise do questionário deu-se através do formato nominal, por, como supramencionado, é utilizado a opinião do sujeito em 5 categorias: *strongly disagree*; *disagree*; *neutral*; *agree* e; *strongly agree*. O presente trabalho optou por não expor todas as questões na parte da análise de dados, mas as perguntas e as respectivas percentagens associadas a cada resposta encontra-se em anexo (II) no trabalho. Em contrapartida a título de explanação, optou nesta parte por uma análise mais descritivas dos dados, utilizando como referências para discussão algumas das perguntas e respostas dadas pelos pesquisados a fim de melhorar a compreensão do texto e das questões envolvidas. Optou-se também pela condensação dos dados e quadros estatísticos, mas os gráficos representativos estão disponibilizados nos anexos correspondentes.

O HSQ foi construído em inglês e não foi traduzido para o idioma português na pesquisa, por não correr o risco de modificar a funcionalidade e a eficácia da ferramenta. A escolha do questionário no idioma original não corre riscos de má interpretação por desconhecimento do idioma pelos brasileiros participantes da pesquisa, pois a migração para o Reino Unido está vinculada com provas de conhecimento do inglês. Por isso, também, a escolha dos migrantes com mais de 1 ano migrado em Glasgow.

Antes de responderem as perguntas do HSQ os participantes tiveram de responder sobre sua situação, idade, gênero, entre outras questões, com fins de conhecer o perfil dos brasileiros inquiridos na pesquisa. Foram elaboradas 7 perguntas (em português) com a finalidade de traçar o perfil do brasileiro em Glasgow. Conhecer o perfil dos participantes auxilia na fidedignidade dos resultados.

Todas as questões foram elaboradas contendo apenas uma variável, ou seja, podendo o mesmo escolher apenas uma das opções fornecidas. Estas informações são chamadas de variáveis nominais, pois não podem ser postos em ordem, tendo cada questão valor em si mesma. Referente a parte do questionário a respeito do tipo de humor são classificadas de forma ordinal (Quivy & Campenhoudt, 1998, p.220), pois apresenta opiniões, mas com diferentes intensidades na resposta, resposta tipo concordo, discordo completamente, nem concordo nem discordo).

No que condiz os métodos de análise segundo Quivy & Campenhoudt (1998, p.216), a análise das informações é um processo complexo com inúmeras dimensões, contudo há três elementos constituintes da análise de dados que merecem destaque. Primeiramente a descrição e preparação dos dados, através de subcategorias. Segundo, a análise das relações entre as variáveis, e por último a comparação dos resultados observados com os resultados esperados.

Ainda conforme os mesmos autores ao tratar as informações oriundas dos inquiridos, as análises são geralmente mais aprofundadas, além disso há uma maior clareza, pois permite ao investigador a apresentação gráfica das informações. Os dados obtidos foram comparados com os dados versado pela literatura, podendo através desta inferir que alguns dados estão consoantes com a fundamentação, mas outros dados obtidos apresentam algumas divergências.

Apesar de escolhida esta forma de metodologia é importante apontar algumas limitações tanto do questionário como na forma de análise. Uma das problemáticas citada por Quivy e Campenhoudt é que nem todos os dados podem ser mensurados, além da clara limitação no poder de elucidar ou aprofundar-se em certas questões.

6.3 Aplicação dos questionários

Os questionários foram aplicados aos brasileiros migrados em Glasgow através da plataforma do *Google*, chamada Formulários do *Google* onde há possibilidade de

hospedar questionários e assim facilitar o acesso aos inquiridos e ampliar o alcance dos mesmos. Ao questionário foi dado o nome de HSQ – Imigrantes Brasileiros, como já referenciado é um questionário com a finalidade de identificar os tipos de humores mais prevalentes em determinados grupos.

O convite para a realização dos questionários deu-se através do grupo de brasileiros no *Facebook* chamado *Brasileiros em Glasgow*, grupo este com 2.723 membros, sendo a maior comunidade brasileira em Glasgow na rede social. Foi realizada uma publicação no grupo referido contendo: uma explanação sobre o projeto, os objetivos, critérios de participação e a justificativa da importância da realização da pesquisa, além do anonimato conferido aos participantes.

A partir da publicação os interessados em fazer parte da pesquisa sinalizavam seu interesse através da demonstração clara nos comentários ou através de mensagens diretamente para o pesquisador, com fins de manter o anonimato. A partir do interesse do possível participante foi questionado, de forma individual, sobre o tempo que os participantes se encontravam migrados em Glasgow, a livre vontade em participação na pesquisa e a importância da veracidade nas informações.

O tempo que o pesquisado está como migrante em Glasgow é de suma importância para pesquisa, uma vez que nos critérios do Reino Unido, supramencionados, o migrante é aquele que reside no Reino Unido há 1 ano ou mais e expressa desejo de lá permanecer, além da certeza do conhecimento do idioma inglês mediante a exigência do governo britânico. Optou-se por não informar isto na publicação, e sim no questionamento individual, para evitar que os indivíduos que não atingissem estes critérios falseassem esta informação e invalidasse a pesquisa. Com isso, não puderam participar 5 brasileiros que apesar de mostrarem interesse não puderam colaborar com pesquisa por se encontrarem a morar em Glasgow há menos de 1 ano.

Aos que se encontravam elegíveis foi disponibilizado o *link* para responder ao questionário, *link* este disponibilizado no anexo I, junto com todas as perguntas pertinentes ao HSQ – Imigrantes Brasileiros. A duração da coleta deu-se entre os dias 1 de junho de 2018 até o dia 30 de junho do mesmo ano. O questionário foi elaborado em um formato onde o participante não poderia concluir o mesmo sem responder todas as perguntas e sentenças, permitindo assim uma coleta de dados mais completa e fiável.

Após o término deste período o questionário não pôde ser mais respondido, permitindo apenas a visualização das respostas pelo pesquisador.

O questionário foi respondido corretamente por 39 brasileiros, durante o período mencionado, e 5 interessados em participar da pesquisa não puderam participar por não se enquadrar no critério de tempo de migração (pelo menos 1 ano migrado). Destes 39, nenhum não foi invalidado, por preencherem corretamente os critérios e as respostas pertinentes, permitindo assim um melhor aproveitamento dos dados obtidos.

6.4 Caracterização do local de estudo: A cidade de Glasgow

A caracterização do local de estudo torna-se importante pela contextualização do território e suas especificidades. Ao desconsiderar o território há possibilidade de supor que as respostas adaptativas dos sujeitos serão as mesmas em todas as localidades, ou seja, ao não levar em consideração o meio a qual o sujeito está inserido desconsiderar-se-ia a influência que o meio exerce nos indivíduos. Sendo assim definir o local, estudar o terreno é de suma importância para o entendimento de algumas questões como vulnerabilidades, historicidade, afetividade, entre outros elementos.

Nesta parte do trabalho optou-se por uma descrição sobre a realidade e as características da cidade de Glasgow, na Escócia, elaborando uma dissertação que alcance desde a história do fluxo migratório e seus desdobramentos na atualidade até os problemas sociais vivenciados pelos nativos da região e conseqüentemente a todos os moradores desta região.

6.4.1 Glasgow: fluxo migratório

A cidade de Glasgow é conhecida como a cidade mais etnicamente diversa, sendo a maior da Escócia e a terceira maior cidade do Reino Unido. Com economia forte que impulsionou um fluxo migratório de diversos grupos étnicos (em inúmeros momentos históricos distintos), sendo um dos destinos procurado por brasileiros no Reino Unido, seja para realização de um intercâmbio seja para moradia permanente.

Em 2017 a população tinha sido estimada em 621.020, representando um aumento de 1,0% (ou 6.130 pessoas aproximadamente) comparado com 2016, a estimativa populacional é baseada nos dados da *Glasgow City Council Area Profile* (2018), sendo 175 mil pessoas com idade entre 20 e 34 anos. Glasgow tem uma história longa com

questões de migração, pois desde o início da revolução industrial a cidade foi destino de muitos trabalhadores (irlandeses, ingleses, italianos, entre outros) de várias nacionalidades, sobretudo vindo de outras partes do Reino Unido.

Em 2001 os percentuais de migrantes, *overseas*, pertencentes a grupos minoritários eram de 5% e já em 2011, segundo o site *Understanding Glasgow* (2017) este número aumentou significativamente, correspondendo a 12% da população. Tendo o fluxo migratório diminuído nesta década, mas retomou rapidamente o seu crescimento em 2015, ao atingir seu ponto mais alto deste século.

6.4.2. Desemprego e pobreza em Glasgow

O desemprego é relativamente alto em Glasgow se comparado com outras cidades do Reino Unido. Em 2014 podia se encontrar em 27% das moradias pelo menos 1 adulto não empregado. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o desemprego é um dos fatores modernos que podem vir a colocar a saúde em risco. Um bom emprego (considerando horas de trabalhos, remuneração, status social, ...) proporciona ao indivíduo maior participação social, sentimento de pertença e possibilidade de contribuir positivamente à sociedade.

A cidade de Glasgow tem uma das maiores proporções de pessoas vivendo em condições desfavorecidas se comparada com as 32 outras localidades da Escócia. Mais de 1/3 (um terço ou seja 33,33%) dos *glaswegians* (como os habitantes de Glasgow são conhecidos) estão residindo nos 10% dos locais com menores condições da Escócia, sendo que ao ampliar para os 20% desprovidos de boas condições, quase metade da população de Glasgow (47%) estaria inserida, indicando uma menor qualidade de vida dos *glaswegians* se comparados com outras cidades escocesas (*Understanding Glasgow*, 2017). Apenas 4,4% (26.000) vivem entre os 10% das áreas mais ricas e com melhores condições de habitação de todo o país. Além disso estima-se que 34% de todas as crianças estão sujeitas a viver em condição de pobreza.

6.4.3. Sensação de segurança e violência em Glasgow

A partir das dificuldades como a pobreza, o desemprego, a saúde e outras, a sensação de segurança psicológica/social, seja em um contexto pensado em “um bom lugar para viver”, seja no conceito de segurança física (assalto, risco de sofrer violência), é uma das preocupações dos *glaswegians*. A cidade tem um alto índice de violência. É

maior do que todos os municípios ao redor e ultrapassa a média nacional em 515 crimes violentos (Understanding Glasgow, 2017).

Na Escócia como um todo, estima-se ocorrer 236.000 crimes violentos, e em 2012/13 (Conaglen & Gallimore, 2014) foram registrados 3.386 entradas na emergência no Serviço Nacional de Saúde, o NHS (National Health Service), por assaltos. O governo escocês afirma que o gasto com crimes violentos, supera, com uma ampla vantagem, o custo com outros crimes no Estado. Violência doméstica também é encontrada em inúmeros alarmantes na Escócia, segundo o site Brasileiras Pelo Mundo (Madureira, 2016, p.2), entre 2014 e 2015 foram reportados quase 60 mil caso, sendo 2,5% a mais do que no ano anterior e como não seria surpresa, quase 80% da violência doméstica é contra as mulheres e os homens são os perpetradores.

Apesar de Glasgow ter diminuído significativamente o índice de violência, os dados ainda apresentam a cidade como uma das mais violentas da Escócia. Como argumentam Conaglen e Gallimore (2014), supramencionados, a violência tem como possíveis causas as desigualdades sociais, o desemprego, situações de vulnerabilidade, como pobreza e questões ambientais, das quais a cidade de Glasgow demonstra ser bem carente no tocante a estas áreas. A partir do somatório destas questões a sensação de segurança ainda, como era esperado, é diminuta na cidade e entre seus cidadãos.

7. Análise e Discussão dos Dados

Assim, depois de uma breve contextualização do *Humor Styles Questionnaire* e do território onde decorreu o nosso estudo empírico, passaremos à análise dos dados obtidos através dos questionários.

As informações obtidas corroboram com os conceitos estudados no decorrer deste projeto, apesar de alguns dados divergentes ou “curiosos”. Demonstrando que os migrantes brasileiros em Glasgow na Escócia, apesar de suas especificidades, preenchem a maioria dos elementos e critérios pertinentes aos migrantes brasileiros em outras pesquisas, como região do Brasil, vulnerabilidade, instituições de apoio e faixa etária, mas diferem nos motivos da migração e na *status* e situação em que se encontram.

Como supracitado o questionário tinha o objetivo de identificar o tipo de humor e sua associação com a resiliência nos brasileiros migrados a partir dos dados expostos na fundamentação teórica. A temática do migrante brasileiro em Glasgow é, ainda, muito escassa e carece de maiores informações e trabalhos que lidem especificamente com este público alvo e a temática. Ainda que os números de informações sejam precários no sentido quantitativo oriundos de outras pesquisas, os dados obtidos através dos questionários permitem um conhecer sobre a realidade dos participantes e divagar sobre estes dados através da análise e discussão.

A utilização do questionário possibilitou dividir a coleta de dados em duas partes, com objetivos distintos, sendo a primeira parte escrita na língua portuguesa e a segunda parte a utilização do questionário HSQ desenvolvido por Martin et al (2003). A primeira parte objetivou o conhecer do migrante brasileiro na cidade de Glasgow, questionando e transformando as questões em categorias como: o gênero, idade, motivo da migração, região do Brasil, *status* atual, as dificuldades ou vulnerabilidade as quais os migrantes estão sujeitos e fator de apoio externo ao indivíduo. Não foi questionado os mecanismos de defesa internos, pois a ferramenta HSQ tem o intuito de verificar o tipo do humor a qual o participante apresenta através das respostas.

A partir do exposto será apresentada a análise das categorias abordadas as quais objetivavam a identificação do perfil do migrante brasileiro que reside na cidade de Glasgow na Escócia e a exposição do tipo de humor encontrado nestes mesmos participantes, analisando alguma das respostas, as quais foram consideradas mais significativas.

7.1 Conhecendo os migrantes brasileiros em Glasgow

Mediante as poucas informações credíveis sobre os brasileiros migrados na cidade de Glasgow optou-se por questionar aos participantes algumas informações particulares e uteis para a construção de um perfil dos brasileiros migrados, antes da aplicação do questionário sobre o tipo de humor. Algumas das categorias apontadas são mais expressivas na literatura como as vulnerabilidades inerentes ao processo migratório (Roggeveen & Meeteren, 2013) e os motivos da migração (Dias & Gonçalves, 2007), as outras são tão significativas quanto, mas pouco exploradas pelos autores, como gênero,

idade (ICMPD, 2014), contudo ainda abordado e referenciado. Mesmo pouco exploradas estas categorias são importantes para entender o plano de fundo das respostas.

Apesar de não explorar diretamente, por acreditar, neste momento, correr o risco de extrapolar o tema e não existirem muitas informações acerca dos brasileiros em Glasgow, os dados sobre o grupo dos inquiridos são importantes para pensar o humor e resiliência. O gênero, a idade, podem influenciar no amadurecimento do sujeito e consequentemente a resiliência. Sendo importante, neste primeiro momento, entender quais são os tipos de humor associados a este grupo de brasileiros inquiridos e criar um arcabouço teórico e dados pertinentes para utilização nesta e em outras pesquisas.

A análise dos dados tem o intuito de conhecer mais a realidade dos brasileiros migrados, assim como os motivos/razões do aparecimento destes dados. Após o conhecer dos participantes faz-se importante uma associação direta com a temática do Humor e Resiliência.

7.2 Gênero

Assim como versa a literatura (ICMPD, 2014, p.15) o quantitativo maior de migrantes brasileiros corresponde ao gênero feminino. O questionário foi respondido por 22 mulheres, correspondendo 59% dos inquiridos e por 17 por homens correspondendo 41% dos participantes. O número maior de mulheres migrantes pode ser explicado através de vários fatores, apontado em algumas pesquisas (Lussi & Marinuci, 2007; Barbosa, 2010; Roggeveen & Meeteren, 2013). A superioridade feminina em diversas áreas acadêmicas, pois no Brasil há mais mulheres formadas no ensino superior do que homens segundo o IBGE (Gandra, 2018, p.2), o qual está associado diretamente com o motivo de migração apontado na fundamentação: o estudo.

Um outro fator interessante é o próprio mercado de trabalho, na Europa como um todo. Há inúmeros relatos de mulheres a trabalharem em casas de família como empregada doméstica, na faxina, funções, ainda (infelizmente) tradicionalmente ocupadas maioritariamente por mulheres (ICMPD, 2014, pp.26-27). Contudo há também trabalhos, tanto no que é considerado subempregos, como trabalhos que exigem alta qualificação, pois como foi explanado as mulheres, no Brasil, detém maiores titulações e diplomas no ensino de nível superior, podendo assim exigir e atuar em cargos diferenciados. Sendo assim, os postos de trabalho, da empregada doméstica a cargos de

lideranças, podem e são ocupados pelas mulheres (ICMPD, 2014, Roggeveen & Meeteren 2013).

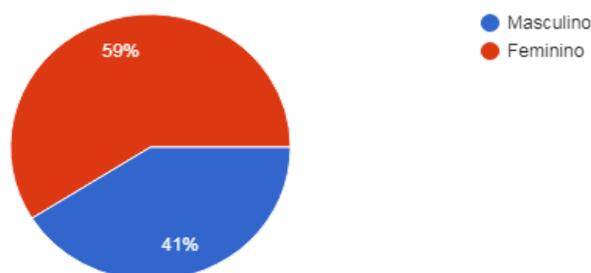
Uma outra possibilidade, mas não menos importante, é o reagrupamento familiar. Alguns estudos demonstram, como foi explicitado, que os homens nativos da região tendem a promoverem mais o casamento entre nacionalidades distintas do que as mulheres da própria região. A partir disso é possível inferir que existe uma possibilidade maior da mulher migrante brasileira adentrar a Escócia através de um matrimônio do que o homem brasileiro.

Os fatores citados ainda remetem ao machismo e a construção social do papel feminino na sociedade, absurdamente ainda presente na contemporaneidade, apesar de apresentar uma diminuição paulatina nas diferenças de papéis entre homens e mulheres. Por ser tratar de um questionamento fechado, não foi possível, através do questionário, aprofundar nestas questões, contudo possibilita pensar o gênero e as outras categorias questionadas na pesquisa, como por exemplo o *status* de estar regular ou irregular em Glasgow.

Um ponto interessante ao pensar sobre o quantitativo maior de mulheres junto ao processo migratório reside no processo de globalização e ganho de direitos femininos, através de lutas que perduram há anos. Se na primeira até a terceira etapa (Massey, 1990) o fluxo migratório era constituído na maioria por homens pela sua força de trabalho, seja ela por livre e espontânea vontade ou situações de escravidão, atualmente pela globalização e o “alcance a todos” permite a um grupo, outrora submisso, a exercer seu pleno direito de residir, estudar, trabalhar ou casar-se por vontade, sem limitações de fronteiras.

Gênero

39 respostas



7.3 Regular e irregularidade:

Na pergunta sobre a regularidade e irregularidade foi encontrado um dado interessante, a maioria dos brasileiros em Glasgow se encontram em situação regular. Segundo Lussi e Marinuci (2007) há um grande quantitativo de migrantes irregulares na Europa como um todo, mas em Glasgow este dado parece não corresponder a tendência. De acordo com o que foi respondido no questionário, 97,4% dos participantes estão regulares quanto a sua situação na Escócia., apenas 1 participante respondeu encontrar-se em situação irregular.

Apesar de indicar uma contradição significativa no tocante as migrações brasileiras em outras localidades como Amsterdam (Roggeveen & Meeteren 2013), Portugal como um todo (Sousa, 2000) e Espanha, esta incongruência pode ser pensada por dois vieses: 1) o falseamento da sua situação atual pelo participante e 2) o motivo de migração. No referente a primeira hipótese o questionário segue a premissa de que o sujeito pesquisado responderá com veracidade à questão, mas por se tratar de um questionário autoaplicado este tipo de certeza não pode ser garantida, podendo o participante “fantasiar” sua resposta, com medo de ser descoberta a sua irregularidade e isso acarretar problemas no futuro, sendo assim atribuir-se o *status* de regularizado.

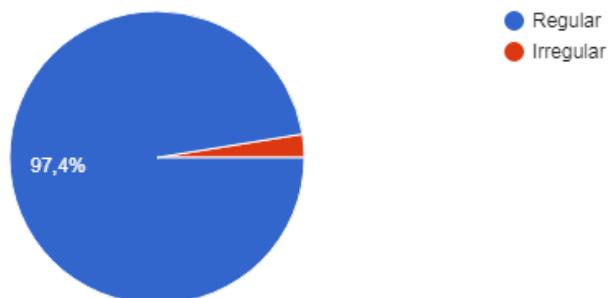
A resposta mais plausível a esta contradição está vinculada com o motivo da própria migração. A Escócia não está na lista dos destinos mais procurados pelos brasileiros (ICMPD, 2014, p.13), sendo assim, aos que vão residir em Glasgow vão com os motivos e planos traçados, devidamente organizado para os fins pensados antes da viagem, como local de estudo, reagrupamento familiar, entre outros, o que requer inúmeros elementos formais e critérios a serem cumpridos.

O Reino Unido, como apontado nas pesquisas (Blinder, 2014; Anderson & Blinder, 2015), são menos tolerantes aos migrantes em situação de irregularidade. Para estudar por exemplo, você precisa estar com sua situação regularizada, assim como um reagrupamento familiar, contudo por Glasgow não figurar entre as cidades mais conhecida como destino dos brasileiros, supõem-se que, os mesmos que se encontram na cidade, tiveram maior organização quanto aos documentos, informações sobre a cidade, os processos legais, entre outros.

Como citado os motivos estão inteiramente associados a regularidade entre os migrantes brasileiros, pois de acordo com os dados coletados através dos questionários para 34,2% dos participantes o reagrupamento familiar foi o motivo mais frequente citado pelos constituintes da pesquisa.

Situação atual

39 respostas



7.4 Motivos

Os tipos de migrantes no Reino Unido são agrupados em: estudo, trabalho, reagrupamento familiar e asilo segundo Blinder (2014). Como supracitado o asilo corresponde a estrangeiros com *status* de refugiado (Edwards, 2015, p.2), como o Brasil e conseqüentemente o povo brasileiro não se encontra em situações que possam enquadrar a sua população no grupo dos refugiados, como perseguição política, religiosa e outros. O presente trabalho não considerou pertinente a inclusão desta categoria no questionário a fim de não gerar dificuldade no preenchimento do mesmo e não interferir nos dados a partir da percepção equivocada que algum dos participantes pudessem vir a ter.

Os motivos, através do questionário, foram divididos em 4 subcategorias. Este número corresponde aos tipos de migrantes reconhecidos no Reino Unido: reagrupamento familiar, estudo, trabalho e asilo. O asilo foi retirado pelos motivos supramencionados e no lugar foi inserido o termo “arriscar” (Kubal, Bakewell & Haas, 2011, p.13).

O conceito de arriscar em contexto migratório encontra-se presente no discurso dos brasileiros em entrevistas para os pesquisadores citados (Roggeveen & Meeteren, 2013; ICMPD, 2014; Seyferth, 2011) com o intuito de simbolizar o desejo por uma vida melhor em outro país a partir da vontade, sem necessariamente ter algo de concreto à sua

espera, como emprego ou estudos e sim aventurar-se no sonho de uma vida melhor (ICMPD, 2014, p.17) permeada pelos preceitos da globalização.

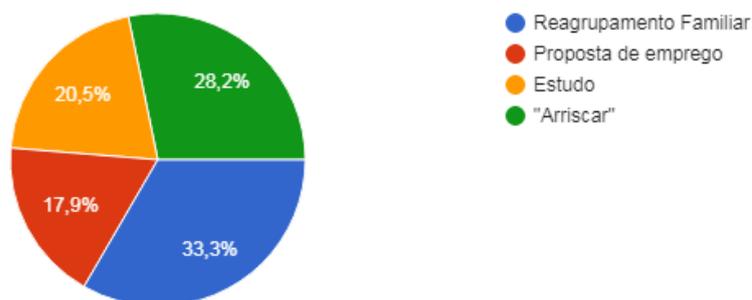
Apesar do “arriscar” ter apresentado um percentual alto e figurar na segunda colocação, com 28,9%, para migração, este sentimento é menor e menos inconsequente dos “arriscares” encontrados em outras situações. Como supracitado, 97,4% dos brasileiros pesquisados estão em situação regular, demonstrando que o “arriscar” foi construído através de um planejamento, dificilmente percebido em outros casos, como brasileiros em Portugal, Espanha, Estados Unidos, os quais vão munidos apenas do conhecimento oriundos dos amigos e familiares que já estão migrados (Cavalcanti et al, 2015).

O reagrupamento familiar é o motivo mais citado pela maioria dos participantes, com 34,2%, podendo este dado estar vinculado ao número superior de mulheres em Glasgow pelos motivos já abordados (estudo, trabalho), além de ser possível pensar o motivo da migração como consequência ou causa do alto índice de regularidade (casar e regularizar a situação ou a ida associada a viver com família), no que condiz ao *status* dos migrantes brasileiros em Glasgow. Apesar de inúmeros homens também casarem com nativas do país a qual se encontram migrados, como abordado na categoria Gênero, as mulheres tendem a casar mais com os nativos do que os homens.

Outra possibilidade é a questão da idade, uma faixa etária mais velha, ou seja, uma população adulta mais velha, tende a ser menos inconsequente no tocante ao “arriscar”. Tendem, também, a construir laços afetivos e matrimônios, a buscar o aprimoramento em seus estudos e/ou receber propostas de trabalho em outros países.

Motivo da Migração

39 respostas



7.5 Idade

Através da exposição feita por ICMPD (2014, p.13), o grupo de migrantes brasileiros, a faixa etária está entre 20 e 39 anos, o que é encontrado na pesquisa. Apesar de estar dentro da faixa etária, o que é necessariamente ampla, um grupo se destaca mais do outro, compondo assim uma maioria, que é a faixa etária entre os 30 e 40 anos com 51,3% dos questionários respondidos, indicando um grupo de adulto um pouco mais velho, o que justificaria a questão do reagrupamento familiar como o motivo escolhido pela maioria dos migrantes brasileiros, apontado na categoria anterior.

O segundo grupo de destaque foram os adultos entre 40 e 60 anos com 28,2% da amostra, indicando uma diferenciação dos dados encontrado em ICMPD (2014). Contudo reafirmando a questão do *status* regular através do reagrupamento familiar e a proposta de emprego, mas não nega a questão do arriscar, independentemente da idade. É possível inferir a partir dos dados uma população de brasileiros migrante mais amadurecida e com experiências, sejam elas em contextos diferentes de trabalhos, de vida, casados, separados ou com filhos, a qual justificaria o reagrupamento familiar e questão de buscar na promoção da qualidade de vida para si e seus familiares.

No tocante aos adultos mais jovens, a qual foi considerado entre os 18 anos até os 29 anos, corresponde 18% dos entrevistados. Contudo esta categoria foi dividida em duas subcategorias, dos 18 aos 24 e dos 25 aos 29 anos. A divisão justifica-se pela diferenciação associada a este grupo, ICMPD (2014, p.14) expõe que, geralmente, os jovens entre 18 e 24 anos migram com o intuito de estudar, seja no aprimoramento de outro idioma (neste caso especificamente o inglês), seja na realização de uma parte da universidade, como um programa de bolsa de estudos, apesar de ficarem um ano ou mais, os mesmos tendem a regressar ao seu país de origem. Já os jovens entre 25 e 29 anos, que corresponderam a 10,3% dos participantes, estão mais propensos a arriscar “inconsequentemente”, viajam com poucas informações, oriundas mais dos amigos (Cavalcanti et al., 2015). Todos os participantes em situação de irregularidade estão nessa faixa, que representa 2,6% do total de entrevistados.

Assim como se refere a literatura sobre migrantes e suas peculiaridades, os idosos correspondem a um número menor em comparativo com outras faixas etárias. Na realização da pesquisa este dado foi confirmado, pois apenas 2,6% dos que responderam o questionário estão alocados neste grupo. Os idosos estão menos associados ao “arriscar”

e estudos, como motivação para migração e mais propensos a serem relacionados com o reagrupamento familiar, o que justifica a grande parcela responderem como motivo para migração o reagrupamento familiar.

7.6 Região do Brasil

A região do Brasil que tem mais representantes em Glasgow é a região sudeste com 64,1% dos participantes da pesquisa, a região nordeste e sul estão representadas com 12,8% dos migrantes cada. A região centro oeste e a região norte, houve representantes, mas não tão significativos, com um percentual de 7,7% e 2,6% respectivamente. O perfil dos migrantes segue a proporcionalidade da população de cada região, sendo o Sudeste com mais de 80 milhões de habitantes, Nordeste 53 milhões, a região Sul 27 milhões, Centro Oeste 15 milhões e Norte 15 milhões (Censo, 2010).

A região sudeste, pela tradição em migrações e pelos números de comunidades estrangeiras, era esperada como a maior representante brasileira no estrangeiro como um todo, além de ser a região mais rica e mais populosa com mais de 80 milhões de habitantes, concentrando 44% da população brasileira em seu território, segundo o último Censo, realizado em 2010.

Segundo Seyferth (2011, pp.50-56) a região sudeste foi colonizada desde os primórdios pelos portugueses no início do século XVI, em 1532 com a fundação da capitania de São Vicente, segunda a prosperar em toda a região do Brasil, perdendo apenas para a capitania de Pernambuco. Apesar de bom desenvolvimento na época do *plantation* de cana de açúcar, a região começou a progredir e destacar-se a partir da descoberta do ouro, pois a sua capital nesta época, o Rio de Janeiro (situado no sudeste do Brasil), era o local de trânsito e sede do governo para arrecadação dos impostos. Após a era do ouro, iniciava o ciclo do Café no século XIX e perdura até os dias atuais. Com o ciclo do café, após abolição da escravatura, deslocou-se uma grande quantidade de migrantes europeus para as regiões do Vale do Paraíba (Rio de Janeiro) e a antiga capitânia de São Vicente, agora São Paulo.

Com a vinda de inúmeros migrantes europeus para região Sudeste, cresce o número de descendentes europeus nesta região, o que poderia explicar a quantidade de pessoas do Sudeste na Europa. Segundo a política de alguns países, como Portugal e Itália, brasileiros com parentesco até duas gerações com cidadãos italianos ou portugueses

podem obter a cidadania destes países em questão, o que na Europa permite a livre circulação após a formalização da cidadania e consequentemente o direito de residir como cidadão europeu, explicando a quantidade de migrantes brasileiros e consequentemente o *status* de regular.

Transcendendo a questão histórica de linhagem e a regularidade no *status* como migrante, a questão económica da região também é uma enorme possibilidade. A região é responsável por mais da metade da produção de riqueza no Brasil, com um PIB de 55,2% segundo o IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2018) e possui as cidades e estados mais ricos do Brasil. Na linha de pensamento é possível associar o quantitativo monetário com a possibilidade de algumas famílias ou empresas financiarem alguns dos seus membros ou a si próprio na aventura da migração para a Escócia.

No tocante a região Nordeste e Sul do Brasil, com 12,8% cada, poder-se-ia pensar nas duas possibilidades mais evidentes, os laços sanguíneos e histórico com a Europa e a questão económica. A região do Nordeste com fortes tradições com Portugal, sendo a primeira região a ser desenvolvida e prosperar na era da colonização portuguesa, carrega, ainda, entre seus habitantes consanguinidade com os portugueses (maior em descendências) o que permitiria, em alguns casos, reconhecer a filiação e obter a cidadania portuguesa e consequentemente um lugar na Europa, como um todo. A região do Sul possui uma maior amplitude de descendência, sendo reconhecidas portuguesas, mas sobretudo suíça, italiana, alemã, entre outras, oriundas tanto da expansão do Ciclo do Café, como dos refugiados europeus fugidos da primeira e segunda Guerra mundial. Explanando assim a quantidade de migrantes brasileiros e com *status* regular na cidade de Glasgow na Escócia.

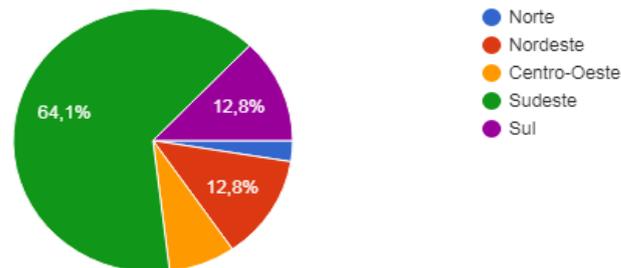
Economicamente é o fator que poderia explicar todas as regiões, tendo o Sudeste como representante económico maior, seguido do Sul, mas também pelo Nordeste, o que permitiria financiar a campanha para migração, sejam elas com finalidade de trabalho, estudo ou “arriscar”. Já as referidas regiões Centro Oeste e Norte, com poucos representantes podem ser pensadas pelo viés económicos e/ou culturais e históricos, como descendência, mas é conjectura, não podendo neste projeto afirmar as razões da migração, e o projeto nem se propunha a tal fato.

A cidade de Glasgow não se encontra nas cidades mais requisitadas e ocupadas por migrantes brasileiros. A partir disso o reagrupamento familiar (motivo de maior

apontamento como motivo pelos participantes) pode ser considerado uma das causas da variação do quantitativo de representante de cada região, já que casamentos entre pessoas de diferentes nacionalidades (maior motivo de reagrupamento familiar) não segue muitas tendências por ser, acreditado, estar mediado pelo amor, o que é extremamente subjetivo.

Região do Brasil:

39 respostas



7.7 Dificuldades

As dificuldades, como explanado, sobre as vulnerabilidades inerentes aos migrantes são amplas, mas podem ser agrupadas em determinadas categorias e campo semântico, com fins didáticos. O presente trabalho entende que cada dificuldade apresentada tem seu significado distinto em cada sujeito, ou seja, cada indivíduo tem um jeito particular de vivenciar as dificuldades e atribuir sentidos às mesmas a partir da sua historicidade. As subcategorias das dificuldades questionadas aos participantes foram: culturais (idiomas, valores, ...); Solidão e Saudade; Saúde Física; Xenofobia; e Econômicas.

Saúde Física e Xenofobia não foram escolhas de nenhum dos participantes da pesquisa. Poder-se-ia pensar em duas possibilidades: a corroboração com a questão da Escócia ser um país mais “favorável” aos migrantes em comparativo com os outros países que compõem a Grã-Bretanha (Blinder, 2014); e/ou por utilizar-se de escolhas, as outras opções foram as mais significativas no tocante as dificuldades, como a saudade, por exemplo.

No tocante à saúde física, segundo Dias e Gonçalves (2007, pp.20-23), o migrante está em uma situação de maior vulnerabilidade em comparativo com os nativos, podendo

esta vulnerabilidade ser ampliada de acordo com o risco de determinados grupos, como por exemplo, os migrantes mais velhos ou em situação de irregularidade. Por estarem em situação de irregularidade, uma boa parte dos migrantes não “arriscam” ir aos centros médicos ou consultas rotineiras com receio de serem denunciados.

Como bem apontam Pumariega, Rothe e Pumariega (2005, p.593), a saúde física, apesar de ser uma preocupação, é menos afetada em comparativo com a saúde mental. Pumariega, Rothe e Pumariega indicam a prevalência de sintomas depressivos, estresse, ansiedade em comparativo com o adoecimento físico. O migrante, apesar de exposto a condições ambientais e meios de adoecimentos biológico, está mais vulnerável à dificuldades subjetivas, sociais e psíquicas, como demonstra o resultado dos questionários.

A dificuldade apontada pelos pesquisados foi a Cultural (idioma, valores culturais, tradições). Sendo a mais citada abrangendo 48,7% das respostas, em segundo a Saudade e Solidão, com 30,8% e por fim as Econômicas com 20,5% dos entrevistados. Como explana na parte teórica as dificuldades culturais, idiomas, valores são, na maioria, citadas pelos migrantes como principal embaraço ou impeditivo de viver de forma plena.

Já a saudade e solidão é reflexo da despersonalização e enfraquecimento da identidade social do sujeito, outrora brasileiro, filho, filha, pai ou mãe, vizinho, entre outros papéis passa a ser reconhecido pela identidade de migrante, não pertencendo a nenhum dos mundos, apenas ao não-lugar (até a reconstrução da sua identidade social, mas de forma dinâmica e flexível). É sentir falta do habitual, do comum a seu grupo originário, tão presente, enraizado no sujeito que o mesmo apenas se dá conta desta característica a partir da falta.

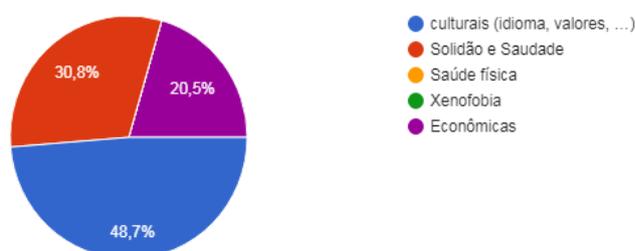
No tocante às questões econômicas, como explanado, muito dos migrantes viajam apenas com o conhecimento oriundo de experiências particulares, sendo estes conhecimentos, geralmente, insuficientes para alcançar um emprego, realizar um planejamento econômico adequado, possuir dependentes e conseqüentemente ter a necessidade de enviar dinheiro ao Brasil, entre outros. Apesar destas questões genéricas aos migrantes, a cidade de Glasgow em si sofre alguns problemas sociais, como supramencionado. O índice de desemprego na cidade é alto em comparativo com as outras cidades da Escócia, assim como a pobreza relativa, tendo a qualidade de vida e conseqüentemente a esfera econômica mais comprometida. O sonho de uma vida melhor,

vendida pela globalização, acaba por entrar em conflito com a realidade na cidade de Glasgow.

As dificuldades seguem diferentes intensidades e reações nos indivíduos, podendo o migrante sofrer mais ou menos a partir das adversidades. Como mencionado, as dificuldades são inerentes à condição de migrante, não sendo possível o não acontecer, mas sim em qual intensidade e reflexo destas ocorrências. Algumas dificuldades auxiliam na maturidade e aprendizado a respeito da vida e de si mesmos, outras mais intensas geram adoecimentos graves como depressão, ansiedade generalizada, algumas doenças psicossomáticas e/ou a síndrome de Ulisses (Hojos, 2006, p.7).

Maiores Dificuldades

39 respostas



7.8 Maior fator de Apoio externo

Antes de iniciar a análise do fator de Apoio Externo é importante uma explanação sobre a necessidade e escolha desta questão. O trabalho consiste especificamente em verificar os tipos de humor e como este humor auxilia na resiliência dos migrantes brasileiros na cidade de Glasgow, contudo existem outras formas, inúmeros fatores que auxiliam na resiliência, sobretudo externos ao sujeito. Um dos objetivos secundários do trabalho consistiu em verificar quais eram estes fatores externos que auxiliam nos momentos de dificuldades.

A maioria significativa dos pesquisados apontou a família, 51,3%, como o maior fator de Apoio Externo e Amigos com 23,1%, em segundo. Os laços afetivos são importantes e a pesquisa demonstra isso no apoio a decisão de se viver no estrangeiro, segundo Pusseti (2009) uma rede de apoio é crucial para a manutenção da saúde e bem-estar do sujeito migrante. A religião, para os brasileiros, também é um forte fator de Apoio com 10,3% das escolhas, sobretudo a fé e/ou crença de melhorias futuras ou na aceitação

das dificuldades. As subcategorias acima citadas estão em conformidade com o que versa a literatura, apresentando poucas surpresas, mas um dado interessante para discussão.

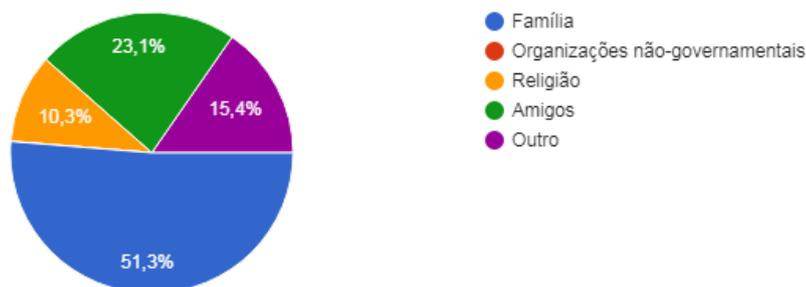
Dentre as subcategorias, apenas uma não foi escolhida por nenhum dos pesquisados, as Organizações Não-Governamentais vinculadas à migração, demonstrando talvez o desconhecimento de tais instituições e a importância das mesmas nas questões pertinentes às migrações. Uma outra possibilidade de interpretação deste dado pode ser a inexistência ou poucas instituições que tenham seu público-alvo os migrantes, sobretudo os migrantes brasileiros em Glasgow. Como apontado na fundamentação há várias instituições de apoio ao migrante no Reino Unido, mas a maioria concentra sua atuação em Londres.

Por último, mas não menos importante, uma categoria mais ampla com o intuito de ver as alternativas para: família, amigos, ONGs e Religião, como fatores de apoio externos, a categoria Outros com 15,4% representa a terceira opção na preferência dos sondados. Apesar da possibilidade de ter gerado dados interessantes a respeito de quais outros fatores de apoio poderiam ser utilizados pelos sujeitos, na pesquisa atual não foi explorada esta possibilidade por tratar-se de um questionário fechado, sem possibilidade de citar e/ou modificar as opções fornecidas, pela utilização da ferramenta eletrônica de hospedagem do questionário.

A categoria Outros pode ser entendida como fatores internos, pois na administração do questionário as questões pertinentes ao humor ficaram após os dados para construção do perfil do migrante brasileiro em Glasgow. Fatores como a perseverança, autoestima, e também como o próprio humor, figuram como fatores que auxiliam no lidar com as dificuldades.

Maior Fator de Apoio externo

39 respostas



7.9 Perfil dos brasileiros na cidade de Glasgow

Utilizando as categorias abordadas no questionário é possível traçar e reconhecer um perfil dos brasileiros que se encontram migrados na cidade de Glasgow. Ao utilizar as informações sobre idade, gênero, região do Brasil e outros elementos abordados no questionário permitiu um conhecimento melhor deste grupo. O conhecer sobre os migrantes que responderam as questões permite associar os resultados encontrados no questionário HSQ com um determinado grupo de brasileiros e questionar o quanto a diversidade do grupo poderia influenciar nos resultados do *Humor Styles Questionnaire*.

As escolhas das categorias e as subcategorias estão intimamente ligadas ao tema principal do trabalho, pois versa sobre as características do sujeito que possam provocar alterações nos resultados. Ao escolher uma das categorias, como por exemplo, o tipo de humor encontrado apenas em mulheres, os dados podem ser diferentes dos encontrados no grupo mais heterogêneo. Assim como a comparação entre as faixas etárias e sua correspondência com humor e resiliência.

O perfil encontrado através dos questionários, apontam para um grupo diverso, mas com uma predominância feminina entre os 30 e 40 anos, com sua situação regular, oriunda da região sudeste, com o reagrupamento familiar como motivo maior para migração. As dificuldades apontadas no processo migratório estão mais relacionadas com as relações culturais, como o domínio do idioma do que outras adversidades como xenofobia. No surgimento das dificuldades o apoio familiar é de suma importância para este grupo para enfrentar as mudanças e problemas.

7.10 Questionário HSQ Resultados

O questionário foi respondido por 39 pessoas, como explanado na parte anterior, sobre os dados dos brasileiros inquiridos. Assim como mencionado o HSQ ou *Humor Styles Questionnaire* foi desenvolvido com o intuito de obter a prevalência de um tipo de humor em pessoas ou grupos. Esta informação é importante, pois auxilia na compreensão de como os brasileiros migrados estão lidando com as situações de dificuldades inerentes ao processo migratório.

A análise dos dados referente ao HSQ foi dividida em quatro categorias. As categorias estão associadas diretamente aos tipos de humor estudados no capítulo 4 do trabalho: *affiliative (AF)*; *self-enhancing (SE)* *aggressive (AG)*; e *self defeating (SD)*.

Após a apresentação das categorias e as questões pertinentes a cada uma delas, serão apresentadas as subcategorias pertinentes a cada categoria, por se tratar de 32 subcategorias não será realizada a análise de todas individualmente.

Será exposto e explanado algumas questões, as quais foram consideradas mais interessantes, ou pelo alto índice de escolha das respostas ou um percentual muito próximo nas respostas entre concordo e não concordo, sendo considerado um empate técnico se levado em consideração a margem de erro presente nas pesquisas de caráter quantitativo ou até quando os pesquisados “evitaram” se comprometer com o concordar ou discordar optando pela neutralidade.

Optou-se por manter o idioma original e seguir as orientações à risca a respeito da aplicabilidade do mesmo. Sendo assim as perguntas e respostas serão apresentadas em inglês, pois foram as respostas originais fornecidas pelos participantes.

- Affiliative:*
- 1) I usually don't laugh or joke around much.
 - 5) I make others laugh easily – I am a humorous person.
 - 9) I rarely tell funny stories about myself, which make others laugh.
 - 13) I laugh and joke a lot.
 - 17) I usually don't tell jokes or amuse people.
 - 21) I make people laugh.
 - 25) I don't often joke around.
 - 29) I usually can't think of witty things.
- Self-Enhancing*
- 2) I can usually cheer myself up with humor.
 - 6) I'm often amused by the absurdities of life.
 - 10) I usually try to think of something funny about a situation.
 - 14) I have a humorous outlook on life.
 - 18) I always think of something funny to cheer myself up.
 - 22) I never lose my sense of humor.
 - 26) I often think about some amusing aspect of a situation.
 - 30) I am usually amused and I can find things to laugh about.
- Aggressive*
- 3) I often tease others.
 - 7) My sense of humor is never offending or hurting.
 - 11) I usually tell jokes or say funny things.
 - 15) I do not like criticizing or putting-down humor.
 - 19) Sometimes I think of extremely funny things.
 - 23) I never laugh at others.
 - 27) I often use humor about others or tease them.
 - 31) I always laugh or joke about something that is really funny to me.
- Self-defeating*
- 4) I let people laugh at me or make fun at my expense.
 - 8) I often put myself down and thus make others laugh.
 - 12) I often say something funny about my own weaknesses or faults.
 - 16) I rarely say funny things about myself.
 - 20) I often make jokes about myself or make fun of myself.
 - 24) I let others often make fun of me or joke about me.
 - 28) I often joke around.

32) I let others laugh at me, which keeps them in in good spirits.

A primeira pergunta do questionário representa o humor *affiliative* associado a boa adaptação, a assertividade e vinculado fortemente a resiliência.

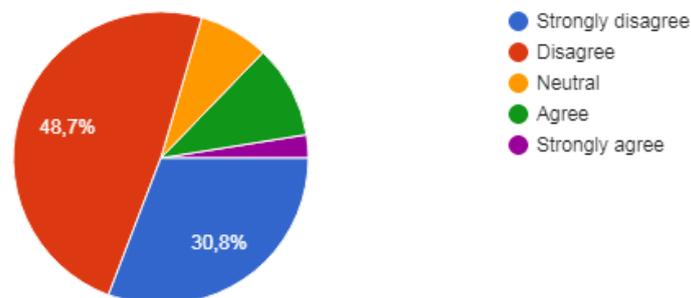
I usually dont laugh or joke around much (inverse)

(Eu geralmente não rio ou brinco muito.)

Esta pergunta, por exemplo, obteve como maior resposta o *disagree* (discordo) totalizando 79,5% de discordância (somado as categorias *strongly disagree* e *disagree*), indicando que esta afirmativa não corresponde com realidade dos inquiridos, indicando que sim, eles riem muito e brincam bastante. A parte interessante da pergunta é a reversibilidade, onde ao responder que os mesmos discordam disso, eles estão informando que sim, eles sim brincando e riem muito, para 79,5% dos inquiridos o riso e as brincadeiras estão presente no seu dia a dia.

I usually don't laugh or joke around much.

39 respostas



I can usually cheer myself up with humor

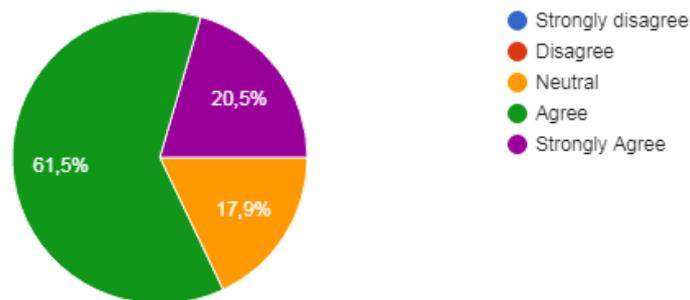
(I normalmente animo-me com humor)

Esta afirmativa acima corresponde a segunda pergunta do questionário e a mesma está vinculada ao humor *self-enhancing* ou auto-aprimoramento. Ela não apresenta a reversibilidade apresentada na questão anterior, então a resposta encontrada para associar ao humor de auto-aprimoramento tem de ser positiva, ou seja, apresentar um percentual maior de concordo. A partir da resposta foi encontrada um percentual considerado alto

com 82% de concordância (somado o *strongly agree* e *agree*), implicando dizer que sim, os brasileiros tendem a utilizar o humor como forma de se animar, de “colocar-se” para cima, como a máxima popular “rir é o melhor remédio”. Nenhum dos participantes marcou a resposta “discordo”, obtendo assim 0% na representatividade.

I can usually cheer myself up with humor.

39 respostas

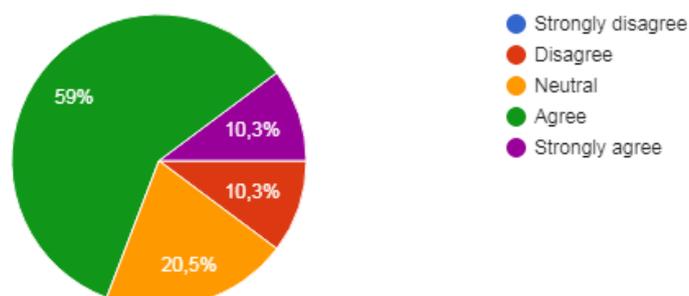


I'm often amused by the absurdities of life (Eu me divirto com as absurdidades da vida)

A sexta pergunta está vinculada também ao auto-aprimoramento e foi escolhido como verdade a população migrante para 69,3% (somado *strongly agree* e *agree*) dos participantes. Ao responder à questão o sujeito informa que apesar das questões estranhas, de difícil entendimento o mesmo tenta rir da situação e criar meios de, apesar de não compreender, lidar com as situações. Neste contexto o humor ajuda a lidar com o desconhecido.

I'm often amused by the absurdities of life

39 respostas



I often tease others

(Eu frequentemente provoico os outros)

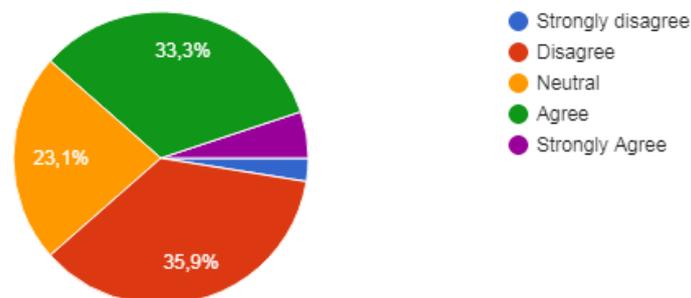
Esta afirmativa, como pode ser inferido está vinculada ao tipo de humor chamado *aggressive ou* agressivo. Este tipo de humor como apontado na fundamentação, apesar de ser considerado em muitos casos como um mecanismo de defesa e uma forma do sujeito lidar com suas adversidades, não é considerado positivamente adaptativo e saudável para relações sociais e a convivência em grupos ou comunidades.

As respostas encontradas neste tipo de humor foram consideradas estatisticamente similares no quesito concordar e discordar. Apesar de apresentar um maior percentual de discordância de 38,5% (somado *strongly disagree* e *disagree*), ou seja, os entrevistados não, frequentemente, provocam as outras pessoas, o concordo obteve um percentual bem significativo e quase equivalente apresentando 38,4% (somado *strongly agree* e *agree*) das respostas, indiciando que mais de um terço dos inquiridos utilizam o humor agressivo em seu cotidiano, provocam as pessoas.

E se for pensado os polos dentro das categorias utilizadas, o *strongly disagree* e o *strongly agree* os que fortemente concordam, sim “eu frequentemente provoico os outros” apresentam um percentual maior com 5,1% dos entrevistados concordando com a provocação dos outros e apenas 2,6% discordam completamente com este tipo de comportamento.

I often tease others

39 respostas



I let people laugh at me or make fun at my expense

(Eu deixo as pessoas rirem de mim e “zoar-me”)

A quarta citação está diretamente associada com o humor autodepreciativo ou *self-defeating*, um dos outros tipos de humor considerado não adaptativo, pois pode alterar a autopercepção do sujeito ou realizar a manutenção de uma autoestima com indicações de rebaixamento. Este tipo de humor não é considerado ofensivo para os outros, mas sim para o sujeito, demonstrando uma diminuição do amor próprio.

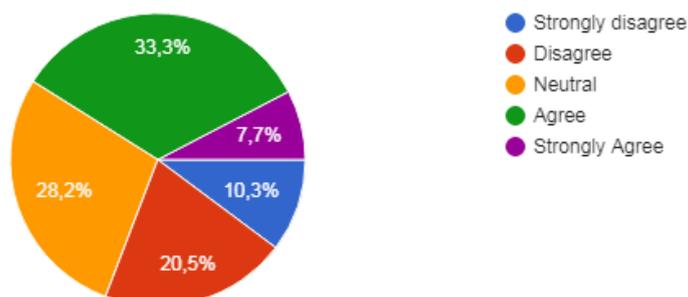
No tocante às respostas o maior percentual foi a concordância com 41% (somado *strongly agree* e *agree*) dos inquiridos afirmando que sim, eles permitem que as pessoas tirem “sarro da cara” deles. Eles permitem serem a chacota e a escada para alavancar o humor dos outros, geralmente bem associado ao humor agressivo. Onde alguém com o humor agressivo pode aproveitar-se da vulnerabilidade do sujeito e depreciá-lo a fim de produzir o humor.

Outro ponto de vista possível está no “complexo de vira lata” (Rodrigues, 1993, pp.51-52), frase cunhada pelo autor e dramaturgo Nelson Rodrigues e que indica uma diminuição do próprio sujeito por ele mesmo em comparativo com o restante das pessoas, colocando-se sempre como inferior, mesmo possuindo determinadas características que pudessem ser consideradas “boas”.

É tentador pensar na “eu estou rindo das minhas desgraças” como o humor afiliativo ou auto-aprimoramento, mas há uma diferença nos tipos de humor, no humor considerado positivo existe um triunfo do Eu sobre a realidade e adversidade, há uma vitória do sujeito frente as dificuldades, no entanto o humor auto-depreciativo apenas coloca o sujeito em uma posição de humilhação e não provoca no mesmo resiliência, mas uma falsa sensação de pertencimento, pois os outros estão rindo do mesmo, então mesmo em face do sofrimento, mesmo sendo a chacota, o indivíduo pertence ao grupo ou comunidade.

I let people laugh at me or make fun at my expense.

39 respostas



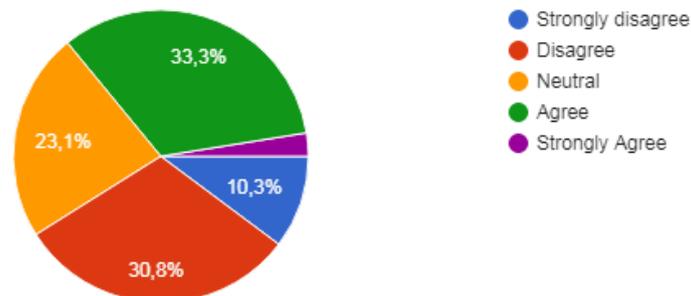
I never lose my sense of humor

(Eu nunca perco meu senso de humor)

Esta alegação está vinculada ao humor de auto-aprimoramento. Esperava-se a concordância com a afirmação, contudo o resultado com maior percentual foi o “discordo” com 41,1% (somado *strongly disagree* e *disagree*) das escolhas, indicando que sim, mesmo tendo um bom senso de humor o indivíduo o perde de vez em quando. Esta resposta é interessante, pois permite questionar o por que do sujeito perder com boa frequência seu senso de humor, ou é situacional ou constantemente. A resposta surge como não-esperada e abre a possibilidade de um questionamento de esfera qualitativa, questionando ao sujeito o porquê e as ocorrências que os levem a perderem o seu senso de humor.

I never lose my sense of humor

39 respostas



I usually can't think of witty things (Inverse)

(Eu geralmente não consigo pensar em coisas espirituosas)

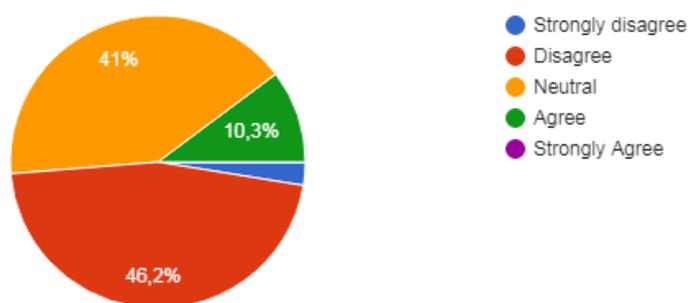
A 29ª questão é interessante pela hesitação dadas nas respostas. A negativa exposta está associada com o humor afiliativo, um dos tipos de humor vinculado a resiliência. É uma das questões de caráter inverso, ou seja, onde o indivíduo tem de negar, discordar do que é dito na frase. Assim sendo, a resposta “discordo” apresenta-se como a opção escolhida pela maioria, mas uma maioria não tão significativa, 48,8% (somado *strongly disagree* e *disagree*) dos inquiridos optaram por negar e dizer que pensam sim em coisas espirituosas. Apesar da escolha, a hesitação está bem presente com 41% das respostas.

A hesitação pode estar presente na dificuldade de entender a questão, por ser tratar de um questionário fechado a dúvida a respeito da questão não pode ser sanada. Uma das possíveis interpretações é a própria tradução da questão, podendo a “coisas espirituosas” ser esclarecida e pensada pelo viés religioso, o que pode ter confundido os brasileiros. A partir disso os mesmos optaram por não se comprometer na resposta e escolher a opção *neutral* ou em como geralmente é utilizado em questionários em português, “nem concordo nem discordo”.

O outro viés de interpretação poderia realmente ser a dificuldade de pensar sempre de forma espirituosa diante das dificuldades, com uma perspectiva de invulnerabilidade, onde ao sujeito não fosse permitido o sofrer. Como apontado na fundamentação o humor não torna o sujeito invulnerável, mas mais consciente da sua vulnerabilidade e a partir disso o mesmo começa a produzir ferramentas de modificação e responsabilização. Além do que a resiliência não é a capacidade de não ser “atingido” pelas adversidades, pelo contrário, o sujeito só após o sofrimento, as dificuldades, as dores, é capaz de utilizar este sentimento em coisas positivas.

I usually can't think of witty things.

39 respostas



Entre os tipos de humor encontrados entre os brasileiros migrados em Glasgow os humores que obtiveram maior percentual de respostas estão o auto-aprimoramento (*self-enhancing*) e o afiliativo (*affiliative*), com 67,6% e 63,4% respectivamente. Como versa a literatura os dois tipos de humor são os mais vinculados como fatores que auxiliam na resiliência do sujeito. Já no que condiz com o humor agressivo e auto-destrutivo ou auto-depreciativo os resultados foram 48,6% e 51,5% também respectivamente.

Os resultados foram obtidos através da média aritmética simples utilizando os valores de predominância de cada resposta das subcategorias. Para cada categoria existem 8 subcategorias ou sentenças, o somatório das respostas (em percentual) de cada

subcategoria dividido pelo número de subcategorias (neste caso 8) de cada categoria permite a identificação da média das respostas.

Affiliative	Self-Enhancing	Aggressive	Self-Defeating
1) 79,5%	2) 82,1%	3) 38,5%	4) 41%
5) 66,6%	6) 69,3%	7) 25,4%	8) 66,7%
9) 56,4%	10) 71,8%	11) 66,6%	12) 58,9%
13) 59%	14) 64,1%	15) 12,8%	16) 69,3%
17) 64,1%	18) 74,3%	19) 61,5%	20) 66,7%
21) 71,8%	22) 41,1%	23) 53,8%	24) 46,1%
25) 61,5%	26) 71,8%	27) 35,9%	28) 56,4%
29) 48,8%	30) 66,7%	31) 94,9%	32) 51,3%

AF= 63,4%;

SE= 67,6%

AG= 48,6%

SD= 51,5

7.11 Self-enhancing ou Auto-aprimoramento

Como abordado durante o trabalho o humor é considerado por vários autores (Freud, 1927, Kehl, 2005, Costa, 2006; Kuiper, 2012) um fator de resiliência. Pesquisas apontam que nem todos os tipos de humor são associados a resiliência, mas alguns como *Affiliative* ou *Self-enhancing* (e até o humor negro) estão mais relacionados a resiliência, do que o humor *Aggressive* ou *Self-defeating*. Como apontado nos resultados o humor mais correspondente a este grupo de brasileiros migrados em Glasgow, o auto-aprimoramento tem seu destaque com um percentual de escolha de 67,6%. Ao analisar a categoria em questão é possível perceber a conexão entre o humor e resiliência.

Pode-se perceber através das perguntas o porquê o humor *self-enhancing* está mais vinculado ao lidar com as adversidades:

2) I can usually cheer myself up with humor. (Eu normalmente animo-me com humor)

A segunda sentença do questionário remetendo ao humor de auto-aprimoramento expressa sobre como e se o sujeito se anima com determinado tipo de elemento. Neste caso o humor é uma das ferramentas que o sujeito tenta buscar se animar. Em uma

situação de desânimo, o sujeito tende a buscar elementos humorísticos para rir, alegrar-se, se deleitar com as coisas da vida buscando um bem-estar, mesmo em momentos de dificuldades.

6) I'm often amused by the absurdities of life (Eu frequentemente me animo com os absurdos da vida)

Nesta questão o autor versa sobre os absurdos, sobre as dificuldades de entender determinados tipos de situação da vida cotidiana. Onde era esperado estranheza, dificuldades de compreensão a qual imobilizaria o sujeito, o mesmo “opta” por rir e animar-se frente aos absurdos retomando assim o “controle” da situação, permitindo não ser diminuído e não sucumbir neste tipo de situação. Reconhecer as dificuldades, mas não se limitar a elas. O reconhecimento das dificuldades permite uma criação de ferramentas e repertório para buscar a resiliência, mesmo em momentos de incompreensão dos fenômenos.

10) I usually try to think of something funny about a situation (Eu geralmente tento pensar em algo engraçado sobre a situação)

Esta questão remete a característica humorística do sujeito. Pensar em algo engraçado é fugir da tradicionalidade ou signos pertinentes à construção linguística da realidade. O riso está associado a pensar diferente daquilo que era esperado para a situação. É uma compreensão distinta da realidade, permitindo ao sujeito a construção de uma nova, por vezes absurda, por outra amenizadora do sofrimento. Neste sentido pensar em algo engraçado para a situação é “vestir” a realidade com outra roupagem, permitindo, em muitos casos, um toque de “leveza” as adversidades.

14) I have a humorous outlook on life. (Eu tenho uma visão humorada da vida)

Ter uma visão humorada da vida não implica em não sofrimento e/ou invulnerabilidade, remete muito mais as tentativas de mudar a realidade através de si, através daquilo que foi chamado por Freud de “triunfo linguístico” do Eu, abordado no 4º capítulo deste trabalho. Ter uma visão bem-humorada da vida não é uma negação da realidade, pelo contrário, é permitir olhar a mesma com outra perspectiva.

18) I always think of something funny to cheer myself up. (Eu sempre penso em algo engraçado para me animar)

Como abordado o humor é uma das ferramentas utilizadas como fator de resiliência em situações de adversidades. O humor ou o riso, além dos benefícios fisiológicos, ajuda mudando o foco da problemática, algumas vezes esquecendo-a momentaneamente, ou permitindo uma nova perspectiva da problemática através da linguagem, abordada na questão anterior. Filmes como *Patch Adams* e *La vita è bella* tratam o humor de formas distintas, mas com um único objetivo, animar a plateia, o outro. O humor neste contexto, da adversidade, tem seu propósito em aumentar o ânimo do sujeito ou de si próprio com fins de permitir uma “sobrevida”, uma força para continuar a busca pela resiliência.

22) I never lose my sense of humor (Eu nunca perco o meu senso de humor)

A ideia da sentença é de questionar ao sujeito se o mesmo, em algum momento que seja, ele perde o humor. E a resposta dada a questão foi, por 42% dos participantes, “sim, eu perco o humor em alguns momentos”. Contudo a resposta positiva a esta questão não desconsidera o humor e resiliência, pelo contrário, a resposta “sim, eu o perco” está muito mais vinculada a resiliência do que se os sujeitos respondessem “não, eu nunca perco o senso de humor”. Como já abordado, a resiliência não é uma invulnerabilidade, a resiliência é a capacidade de se reerguer frente as dificuldades. Perder o humor, perder a paciência, perder a esperança, está muito mais vinculado com a vulnerabilidade e as possibilidades de resiliência.

26) I often think about some amusing aspect of a situation (Eu regulamente penso em algum aspecto divertido da situação)

Esta sentença está diretamente associada como o humor e resiliência, ao expressar claramente a ligação e tentativa de pensar algo engraçado/cômico a respeito da situação criando a possibilidade assim de transformação da realidade ou simplesmente deixando a situação mais “leve”. Pensar em algo engraçado, como supramencionado, é alterar a realidade, está vinculado com o triunfo do Eu sobre a realidade. É criar ferramentas para a diminuição do desconforto provocado pela situação original.

30) I am usually amused and I can find things to laugh about (Eu normalmente sou divertido e encontro coisas para rir)

A última questão finaliza o questionário sobre o humor *self-enhancing* através de um resumo dos sujeitos frente as adversidades. Ao afirmar que normalmente, mas não sempre, é possível encontrar coisas para sorrir, mesmo que o momento convencionalmente não fosse o mais adequado, na perspectiva social estabelecida, e por conseguir encontrar elementos de humor em coisas que normalmente não são fáceis de perceber “sim, eu normalmente sou uma pessoa divertida”. Nem sempre é possível ser uma pessoa divertida, requer inúmeros elementos, mas normalmente e em várias situações distintas “eu sou divertido”. Ser bem-humorado, na maioria das situações e tentar encontrar coisas para rir, permite ao indivíduo ser mais resiliente.

7.12 Perfil dos brasileiros migrados e o tipo de humor prevalente

Com o intuito de esmiuçar os dados encontrados e conseqüentemente responder corretamente aos objetivos propostos pelo presente projeto, temos as situações de maiores dificuldades e fatores de apoio dos migrantes brasileiros residentes na cidade de Glasgow e principalmente o tipo de humor mais prevalente nos inquiridos. Sendo que as dificuldades e o apoio externo não diferem do que versa a literatura, como supramencionado, mas contém suas particularidades no tocante as outras características específicas dos sujeitos participantes da pesquisa, como a situação de regularidade e o motivo para a migração.

Estas informações são pertinentes para conhecer o público participante da pesquisa, não podendo afirmar como estas características influenciaram nos dados pertinentes ao tipo de humor encontrado, objetivo principal do trabalho, por tratar-se de uma pesquisa quantitativa. Apesar das dificuldades no aprofundamento, os dados servem como uma “pedra angular” para outras pesquisas e hipóteses.

Apesar de não ser possível, nesta pesquisa, por extrapolar os objetivos propostos no trabalho, informar como o quantitativo maior de mulheres, ou a faixa etária, ou também a região do Brasil, ou outros elementos questionados para conhecer o grupo dos brasileiros, influenciou nos resultados do HSQ, é possível pensar que ao analisar um grupo diferente os resultados também iriam diferir. Por isso é importante definir o grupo a qual respondeu a pesquisa.

O perfil do grupo que respondeu ao questionário, estatisticamente, são mulheres (59%), na faixa etária entre os 30 e 40 anos (51,3%), oriundas do sudeste do Brasil (64,1%), com sua situação regular (97,4%) perante a legislação do Reino Unido, movidos a migrar por questões de reagrupamento familiar (33,3%), onde as mesmas enfrentam as dificuldades culturais e idiomáticas (48,7%) da região de Glasgow, mas tem como maior apoio a família (51,3%).

No que refere ao tipo de humor encontrado, apesar de um percentual próximo entre o humor afiliativo (63,4%) e do auto aprimoramento (67,6%), ambos associados à resiliência, o auto aprimoramento é o mais característico do perfil dos brasileiros inquiridos e o que mais se adequa a resiliência como exposto através da análise das sentenças. O auto aprimoramento se adequa perfeitamente com a resiliência, pois ao analisar as palavras, o auto aprimoramento é o constante desenvolver-se. É, mesmo depois das adversidades inerentes a situação de migrante, continuar o processo de maturação e aprendizado, visando o bem-estar, seja ele físico, psíquico e/ou social.

Ao pesarmos sobre as teorias do humor, como por exemplo a teoria da incongruência, onde o humor é utilizado através de sátira e estranhamento de uma realidade para provocar o riso, o humor de auto-aprimoramento encaixe-se perfeitamente na relação com a resiliência. A frase *“I’m often amused by the absurdities of life”* (Eu muitas vezes me divirto com os absurdos da vida) representa bem a relação de humor e resiliência dentro desta teoria da incongruência. Onde era esperado dor e estranhamento, conseguimos transformar a matéria prima em um produto que gere um bem-estar.

A resiliência e o humor, apesar de importante, acaba por não demonstrar em quais situações são mais propensas a utilizar determinado tipo de humor. Saber quais tipos de humor são mais adequados em determinadas situações requer um estudo mais aprofundado e qualitativo, como o projeto construído com intuito de desenvolver o humor e resiliência em migrantes brasileiros em Glasgow.

Todo o percurso culmina na elaboração de um projeto de intervenção com o público alvo sendo os brasileiros migrados na cidade de Glasgow. Conhecer quais são os brasileiros residentes em Glasgow permite um direcionamento mais efetivo e respeitador da historicidade e representatividade do sujeito, assim como saber a predominância do tipo de humor encontrado neste grupo permite um direcionamento maior na educação emocional com fins de promover e desenvolver fatores de resiliência nestes migrantes.

8. PROJETO DE INTERVENÇÃO

Como apontado no capítulo sobre a problemática o presente trabalho visou a construção de um Projeto de Intervenção para a conclusão do Mestrado em Intervenção Comunitária pela Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti. A intervenção comunitária visa a resolução de problemas ou promoção de comportamentos que objetivam um bem-estar de um determinado grupo, a partir do empoderamento, do entendimento sobre sua situação e a possibilidade de desenvolverem meios para alcançar a resiliência.

A partir do que foi exposto durante todo o trabalho sobre: os migrantes e suas vulnerabilidades inerentes; os meios de lidar com estas vulnerabilidades; assim como a resiliência e o humor como fator da mesma, optamos pela construção de um projeto de intervenção que abarque estes elementos. Humor e resiliência em migrantes brasileiros na cidade de Glasgow.

Desenvolvendo Pessoas: Humor e resiliência em migrantes brasileiros em Glasgow

1. Introdução

O processo de migração carrega inerentemente algumas dificuldades aos sujeitos que decidem migrar para outra cidade ou país. Diferente de outras formas como refugiado ou asilado, o migrante opta pela mobilidade, geralmente com intuito de melhorar sua qualidade de vida e/ou dos seus familiares, por questão de reagrupamento familiar, trabalho ou estudo.

Com as dificuldades vêm a necessidade de lidar com estas situações de adversidade, não apenas adaptar-se, mas desenvolver mecanismos de defesa para lidar com as dificuldades de formas saudável. Esta forma de superar os problemas de forma saudável chama-se resiliência. A resiliência é a capacidade do indivíduo em adaptar-se ao estresse, às adversidades, com intuito de manter o bem-estar biopsicossocial, promovendo assim um aperfeiçoamento do sujeito através do amadurecimento nas dificuldades. Dentre as inúmeras possibilidades de “alcançar” a resiliência o humor é um dos fatores relevantes para o alcance da mesma.

Humor é multifacetado, ou seja, possui inúmeras características e benefícios, podendo o mesmo ser visto sobre diversos saberes, como psicologia, filosofia, sociologia, entre

outros. Na mesma medida da utilização do humor como benesse, o mesmo quando não utilizado de forma correta pode provocar tanto no indivíduo quanto nas pessoas ao redor certos problemas. Sendo uma ferramenta social, o humor pode ser aprendido e deve ser desenvolvido através da educação para a resiliência.

A educação dos indivíduos para a resiliência através do humor é o pilar deste projeto de intervenção. O intuito do trabalho é realizar sessões em grupo focal sobre os temas mais recorrentes no processo de migração, como saudade, saúde, situação econômica, entre outros temas relevantes, com o objetivo de perceber e modificar simultaneamente, através das intervenções e *feedbacks*, alguns comportamentos dos participantes migrados na cidade de Glasgow, na Escócia.

As atividades a serem desenvolvidas para alcançar este objetivo serão: palestras informativas sobre o tema, a discussão através do grupo focal, aconselhamento individual e a produção de um documento acadêmico em formato de artigo, além de vídeos, textos e imagens a serem divulgados através das redes sociais e outros veículos de comunicação.

2. Desenho do Projeto

O projeto visa a intervenção na comunidade brasileira migrada na cidade de Glasgow na Escócia. A partir de pesquisa anterior a respeito do perfil do migrante brasileiro em Glasgow e o tipo de humor encontrado nos mesmos, surge a necessidade de aprofundar neste tema e perceber os dados obtidos através de outras realidades, como por exemplo em um grupo focal, com intuito de aprimorar e/ou desenvolver o humor resiliente nos participantes. Além dos participantes, o público migrante como um todo poderá ser beneficiado através dos dados obtidos e disponibilizados nos meios supramencionados.

O trabalho consistirá na realização de 12 sessões em grupo focal, como dito anteriormente, pois naquilo que versa a literatura sobre modificação de comportamento, sejam elas de base cognitiva comportamental ou psicanalítica, 12 sessões são suficientes para modificação seja na esfera cognitiva, seja na relação egóica, pois segundo Sigmund Freud a instância Ego é o contato entre a realidade e o inconsciente. Além das 12 sessões, será realizada uma palestra informativa sobre a temática do trabalho, objetivos e sobre os temas pertinentes a migração e uma última palestra, após a conclusão do grupo focal, com o objetivo de “devolver” aos participantes as informações e os apontamentos necessário dos dados obtidos.

Durante todo o projeto, poderá existir algum tema que provoque algum desconforto ao sujeito, por tratar-se de dificuldades, pois ao falar em resiliência fala-se em adversidade “ultrapassadas”, podendo o trauma ser revivido no sujeito de forma dolorosa. Caso exista tal ocorrência, será disponibilizado ao sujeito, a partir da prévia solicitação, um local de escuta e aconselhamento individual sobre a demanda emergida.

O convite para participação do grupo acontecerá através da rede social Facebook, mas especificamente no grupo *Brasileiros em Glasgow*, sendo o mesmo a maior comunidade brasileira nas redes sociais. Com fins de facilitar as informações será disponibilizado um *link* para o *site* referente à pesquisa, contendo as informações sobre o projeto de intervenção: um pequeno resumo sobre a temática, os objetivos, riscos e benefícios da participação, além de outras informações.

3. Objetivos

Objetivo Geral:

- Desenvolver e/ou aprimorar, com os migrantes brasileiros residentes na cidade de Glasgow, a resiliência através do humor.

Objetivos Específicos:

- Dialogar com a comunidade brasileira em Glasgow sobre os aspectos positivos e negativos da migração.
- Aprofundar o conhecimento sobre os migrantes brasileiros em Glasgow
- Produzir documentos a respeito dos migrantes brasileiros com o intuito de auxiliar no processo de migração.

4. Metodologia

Como citado anteriormente, o presente trabalho tem como objetivo desenvolver as competências e fatores de resiliência em migrantes brasileiros na cidade Glasgow, mas especificamente o humor como fator de resiliência. Oferecendo ações sociais de transformação, como o grupo focal e informações pertinentes vinculadas no âmbito acadêmico e nas Mídias Sociais. Pode-se dividir a metodologia nos seguintes procedimentos.

4.1 Participantes:

Migrantes brasileiros residentes na cidade de Glasgow, com um mínimo de 1 ano de residência, sem distinção de gênero, idade ou situação econômica, contudo maiores de 18 anos. Os sujeitos participarão por livre e espontânea vontade, após obterem todas as informações pertinentes ao projeto, como benefícios, riscos e assinarem o termo de consentimento.

4.2 Materiais:

Utilizar-se-á um espaço para: palestras informativas (Datashow, cadeiras, computador, caixas de som); Folhas A4 e canetas, formação de grupos; desenvolvimento e “alimentação” do site e página do Facebook com informações e conclusão do projeto, assim como a produção de animações e vídeos para vincular ao *Youtube*.

4.3 Procedimentos

O projeto compreenderá quatro etapas, sendo a primeira e segunda etapa de início a partir da aprovação do projeto e seguindo a calendarização das atividades previstas no mesmo. A primeira etapa consiste na criação de um site com as informações sobre o projeto e a utilização do endereço eletrônico do site para convidar os brasileiros à participação, assim como, após serem selecionados os participantes será ministrada uma palestra para explicar sobre as migrações e as adversidades inerentes ao processo migratório, a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e a calendarização das sessões mediante a disponibilidade dos participantes.

A segunda e terceira etapas ocorrerão em simultâneo, sendo a segunda etapa as sessões com o grupo focal discutindo sobre os temas relevantes e inerentes ao processo de migração, como dificuldades, resiliência, entre outras. A terceira etapa consiste no resumo da sessão através de um vídeo (seja em animação, para uma fácil assimilação, seja em formato de Vlog), frases e imagens a serem disponibilizadas nas redes sociais, tanto com intuito de realizar um *feedback* aos participantes, como para transcender as informações do grupo e partilhar o conhecimento com outros interessados, sempre respeitando a não identificação do participante.

Ainda sobre a terceira etapa as animações serão realizadas por um animador profissional, remunerado, com intuito de profissionalizar as atividades, mas o roteiro da animação ou vídeo será realizado pelo profissional responsável pelo projeto. A

roteirização permitirá realizar um resumo mais fidedigno das informações colhidas. O vídeo será produzido no formato de curta animação, entre 3 e 5 minutos, contendo as identificações do projeto e seus respectivos contatos.

A quarta e última etapa compreende o *feedback* final das sessões, com um encerramento sobre a experiência e as atividades com os participantes, uma devolutiva através de uma palestra entre 30 a 40 minutos, com um caráter científico e no mesmo dia uma devolutiva através de um *stand up comedy* com um(a) humorista brasileiro(a) (selecionado(a) a partir da disponibilidade e interesse com a temática e o projeto). O *stand up* será autoral do humorista, mas com base nas experiências e dados obtidos através das sessões com o grupo focal. Após o encerramento das sessões e da apresentação do comediante será a etapa da elaboração de um documento oficial em formato de artigo para publicação acadêmica, uma animação para publicação nas redes sociais e a apresentação final para a entidade financiadora do projeto.

5. Orçamento

- Aluguel do espaço para as sessões com grupo focal, com outros materiais, como cadeiras, data show, quadro negro. £20 por dia de utilização. Sendo 14 dias de uso (palestra informativa e adesão dos participantes, as 12 sessões e o encerramento).

Total: £280

- Auxílio pesquisador (alimentação, moradia, cursos e valores adicionais). £600. Em um ano de projeto.

Total: £7.200,00

- Profissional em animação digital. £1500. (Valor único, pagar-se-á metade no início do projeto e a segunda parte após a conclusão de todas as animações e publicações).

Total: £1500,00.

- Materiais: 4 Resmas de papel A4. £30 (valor único), 30 canetas. £10. (valor único).

Total: £40.

- Cachê Humorista. £1000. (Valor único).

Total: £1000

Valor total do projeto: £10.020,00

Os valores acima são estimativos, podendo os mesmos variar. E por se tratar de um de um projeto que conta com a participação de parceiros, alguns objetos supracitados poderão ser adquiridos através de doações.

6. Justificativa

O projeto tem sua importância, pois possibilita um espaço de reflexão acerca de temas relacionados a migração, humor e resiliência, além de permitir aos participantes desenvolverem, através das intervenções no grupo, ferramentas úteis para ou aprimorarem os meios de lidar com as adversidades ou permitir formas inéditas de lidar com o sofrimento, através do humor. A conscientização, através de informações, debates, discussões em grupo, convidam os atores sociais da comunidade brasileira em Glasgow a responsabilizar-se por si e por outros membros da sua localidade, criando assim, um sentimento de pertença e de identidade cultural.

Comunidade como dimensão espaço/temporal na qual os sujeitos são compreendidos com foco em suas relações, sendo constituídos por meio destas, em uma constante dialética entre individual e coletivo. Nesse contexto a comunidade se expressa como espaço de construção de cidadania, no qual todas as falas trazem elementos importantes de suas realidades sociais, que posteriormente subsidiaram a realização de intervenções que sejam compatíveis com o modo de vida das pessoas que a compõem (Costa & Brandão, 2005, p.34).

A Articulação do conhecimento, competências, habilidades, visando promover fatores de resiliência e conseqüentemente o desenvolvimento da consciência e do senso crítico, bem como a ampliação da percepção (com um viés mais bem-humorado) acerca das situações do cotidiano, possibilita a autonomia dos sujeitos envolvidos no projeto, colaborando, desta forma, para a melhoria na qualidade de vida. O profissional com formação acadêmica e habilidades de intervenção comunitária e inserido na comunidade pode ajudar a promover essa qualidade de vida, identificando, definindo e compreendendo os fenômenos sociais no âmbito comunitário.

As intervenções no âmbito da comunidade, com a ideia de que valores morais, vivências, entre outros elementos, podem e devem ser compartilhados. Pois é o pertencimento, o conhecimento acerca de sua realidade e a consciencialização do outro semelhante que definem a participação democrática, tornando os sujeitos mais políticos e conscientes. Dessa maneira a vivência comunitária, transcenderia as adversidades

individuais e contribuiria para o crescimento da comunidade na conquista de seus direitos, enfatizando valores como a ética e solidariedade.

Trabalhar os sujeitos sociais, atores e autores da sua própria história, com o objetivo de os conscientizar acerca de sua condição social tornando-os verdadeiros agentes transformadores da sua e de outras realidades (sobretudo a outros migrantes, sejam brasileiros ou de outras nacionalidades, respeitando os processos de subjetivação pertinentes a cada cultura). Nessa perspectiva o trabalho do interventor comunitário refere-se, sobretudo, na mobilização da comunidade na busca de melhores condições de vida, não só voltados a saúde física, mas de forma holística, um bem-estar biopsicossocial.

Em suma o projeto visa responder a uma demanda na qual se encontrava grande parte da população migrante: como ser resiliente, utilizando do artifício do humor, dentro do processo migratório? Isso implica na construção conjunta de canais e alternativas para que a população assuma seu cotidiano e suas responsabilidades, fomentando relações mais solidárias e éticas e desenvolvendo uma consciência crítica; trabalhos como esses são essenciais tanto na construção de novas práticas, como na reformulação das já existentes.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O humor e resiliência em migrantes brasileiros ainda é um tema pouco desenvolvido na literatura, o que ocasionou algumas dificuldades para a melhor produção do projeto, como dados comparativos e/ou a quantidade exata de brasileiros residentes em Glasgow com o intuito de utilizar uma amostra significativa conforme rege as regras estatísticas. Começar com as dificuldades sobre o trabalho é entender que sim, elas existem, e sim poderiam ser feitas de formas distintas com outros objetivos, ou simplesmente pensá-las como uma construção de um trabalho longo, podendo seguir por inúmeras vertentes, mas de suma importância para futuras outras pesquisas.

Como mencionado, o fluxo de migração dos brasileiros ainda é muito recente, tendo seu início considerado a partir dos anos 90, o qual atinge seu auge em 2008 apresentando o maior quantitativo de brasileiros morando fora do seu território nacional há mais de 1 ano. Sendo recente, poucos estudos foram realizados com este público, a maioria destes realizados por portugueses ou pelos próprios brasileiros migrados que

buscam uma voz ou uma forma de melhor intervir na comunidade e aprimorar a convivência entre culturas diferentes, mas com comum e boas raízes culturais.

Apesar das dificuldades, o trabalho e as informações adquiridas se mostraram extremamente ricas e úteis para identificação do humor, assim como na construção de um perfil dos migrantes brasileiros na cidade de Glasgow. Para aquilo a qual o trabalho se propunha a fazer através dos objetivos geral e específicos, o mesmo atingiu as expectativas e respondeu adequadamente quem são os brasileiros residentes na cidade de Glasgow e o humor de auto-aprimoramento como o mais predominante entre os migrantes, demonstrando uma boa capacidade de resiliência.

O humor, segundo Sigmund Freud é a ferramenta que dispomos para enxergar as dificuldades de maneira distintas e assim triunfar sobre elas. A vida do migrante tem suas dificuldades inerentes e estas quando não negadas, mas sim entendidas e metamorfoseadas, permitem o sujeito o controle de si diante das situações através do empoderamento. Pode o mesmo não ser culpado pelas intempéries da vida, mas cabe ao indivíduo a responsabilização. O humor é o triunfo do Eu.

O humor nos mostra que a realidade pode ser tolerável a partir do momento que nos dispomos a vê-la de outros ângulos. O humor torna-se, assim, um aliado na procura pelo equilíbrio de sentimentos e promoção da saúde psíquica, sendo que instiga nossa criatividade a dar um novo sentido às vivências e melhorando nosso cotidiano (Soares, 2011, p.11).

O humor como fator de resiliência permite ao sujeito amadurecer nas dificuldades e como o humor é um mecanismo de defesa, uma ferramenta psíquica, o mesmo pode ser desenvolvido e amadurecido através do tempo, de intervenções, da educação emocional. A educação emocional com migrantes pode e deve ser um dos instrumentos que visem a melhoria na qualidade de vida. Apesar de alguns autores apontarem o humor como características genéticas, talvez seja mais humano pensar como um constructo social, permitindo assim alterações na subjetividade do sujeito. O humor pode e deve ser ensinado ou desenvolvido, seja no âmbito social, seja individualmente.

Identificar o tipo de humor nos brasileiros imigrados, apesar de ter demonstrado ser um dos tipos de humor considerados próprios para facilitação da resiliência, o auto-aprimoramento, não finaliza o tema em questão, pelo contrário. O presente projeto foi apenas um dos caminhos possíveis de estudar os migrantes brasileiros na cidade de

Glasgow. A importância do estudo quantitativo na demonstração fidedigna dos dados permite, agora, utilizar estas informações como referência para novas pesquisas, tanto outras quantitativas, como “quantas mulheres acima dos 40 anos apresentaram o humor considerado adaptativo”, mas principalmente uma pesquisa mais aprofundada através dos métodos qualitativos. Saber como e o porquê do discurso, por quê um indivíduo apresentou ou apresentaria um tipo de humor mais associado a resiliência do que outro em condição similar.

Inúmeros são os caminhos a partir deste projeto. Os dados coletados e as informações a partir da análise e discussão dos dados serão apresentados, de forma sucinta para as organizações que trabalham com migrantes brasileiros no Reino Unido com fins de ajudar na melhor percepção dos migrantes. Além, claro, da devolutiva para os inquiridos, pois os mesmos demonstram um grande interesse sobre o resultado da pesquisa.

Por fim, o humor é uma ferramenta incrível para o desenvolvimento do sujeito e suas vicissitudes, “a resiliência como a capacidade inaudita de (re)construção humana”, auxilia no fardo pesado da existência, permitindo, mesmo nos dias mais difíceis, a sobrevivência. Ao humor cabe o colorir e a leveza de viver por trás de inúmeros risos e algumas gargalhadas.

O humor resiliente pode ajudar a sinalizar as referências que já se encontram em nós mesmos e, assim, agir de modo a dar respostas que condizem com a vida. Desenvolver o recurso do humor na própria vida para trabalhar de forma mais humorada com as dificuldades, implica um aumento da autoestima, do reconhecimento dos próprios recursos e da segurança em usá-los a favor de si mesmo (Soares, 2011, p.11).

10. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abel, M. (2002). Humor, stress, and coping strategies. *Humor: International Journal of humor Research*, 15, (4), 365-381. doi: <https://doi.org/10.1515/humr.15.4.365> .

American Psychological Association (2014). *The Road to Resilience*. Disponível em: <https://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx> .

Anaut, M. (2005). *A Resiliência. Ultrapassar os traumatismos*. Lisboa: Climepsi Editores.

Anderson, B & Blinder, S. (2015). Who Counts as a Migrant? Definitions and their Consequences. *Migration Observatory Briefing*. COMPAS, University of Oxford, UK. Disponível em: <https://migrationobservatory.ox.ac.uk/resources/briefings/who-counts-as-a-migrant-definitions-and-their-consequences/> .

Anjos, E & Astorga, C. A (2016). Personalidade resiliente: uma conceptualização teórica. *Revista INFAD de Psicologia*, 2, (1). 151-156. doi:<http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v2.297> .

Barbosa, J. (2010). *Reassentamentos urbanos de imigrantes palestinos no Brasil: um estudo de caso do "campo" de Brasília*. (Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais da PUC-Rio). Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro.

Bauman, Z. (2005). *Identidade: entrevista a Benedetto Vecchi*. Trad. Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed.

Bezerra, M (2015). *Síndrome de Ulisses afeta imigrantes e pode ser confundida com depressão*. Disponível em: <https://noticias.uol.com.br/saude/ultimasnoticias/redacao/2015/06/29/sindrome-de-ulisses-afeta-imigrantes-e-pode-ser-confundida-com-depressao.htm>

Blinder, S. (2014). “Immigration and Independence: Public Opinion on Immigration in Scotland in the Context of the Referendum Debate.” *Migration Observatory report*. COMPAS, University of Oxford. Disponível em: <https://www.centreonconstitutionalchange.ac.uk/sites/default/files/papers/Migration%20Observatory%20Immigration%20and%20Independence.pdf> .

- Bourdieu, P. (1998). *A Imigração ou Os paradoxos da alteridade*. São Paulo: EDUSP.
- Brandão, J. & Gianordoli-Nascimento, I. (2011). A construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 21, (49), 263-271. Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-863X2011000200014> .
- Brazelton, T. & Greenspan, S. (2002). *A criança e o seu mundo: requisitos essenciais para o crescimento e aprendizagem*. Barcarena: Editorial Presença.
- Canclini, N. (1996). *Culturas en globalización. América Latina-Europa-Estados Unidos: libre comercio e integración*. Caracas, Editorial Nueva Sociedad.
- Cann, A. & Collette, C. (2014). Sense of humor, stable affect, and Psychological well-being. *Europe's Journal of Psychology*. 10, (3), 464–479. doi: <https://doi.org/10.5964/ejop.v10i3.746> .
- Carabain, C. Keulemans, S., Gent, M. & Spitz, G. (2012). *Global Citizenship. From public Support Active Participation*. Amsterdam. Editorial NCDO.
- Cavalcanti, L.; Oliveira, T.; Tonhati, T.; Dutra, D. (Orgs). (2015). *A inserção dos imigrantes no mercado de trabalho brasileiro*. Brasília. Editorial OBMigra.
- Censo Demográfico (2010). Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Disponível em: <https://censo2010.ibge.gov.br/> .
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: a multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9, (3), 145–154. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2948722/> .
- Conaglen, P. & Gallimore, A. (2014). *Violence Prevention: A public health priority*. ScotPHN Report. Disponível em: <https://www.scotphn.net/wp-content/uploads/2015/10/Report-Violence-Prevention-A-Public-Health-Priority-December-2014.pdf> .
- Costa, G. (2006). A psicanálise diante do trauma do humor e da esperança. *Revista Brasileira de Psicanálise*, 40, (4), 87-93.
- Costa, L. & Brandão, S. (2005). Abordagem clínica no contexto comunitário: uma

perspectiva integradora. *Psicologia Social*, 17, (2), 33-41. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-71822005000200006> .

Coutinho, Rodrigues & Ramos, (2012). Transtornos mentais comuns no contexto migratório internacional. *Psico*, 43, (3), 400-407. Disponível em: <https://repositorioaberto.uab.pt/handle/10400.2/3143> .

Christopher, S. (2015). An introduction to black humour as a coping mechanism for student paramedics. *Journal of Paramedic Practice*. 7, (12), 610-617. doi: <https://doi.org/10.12968/jpar.2015.7.12.610> .

Cyrułnik, B. (2001). *Resiliência: Essa inaudita Capacidade de Construção Humana*. Ed: Instituto Piaget.

Dias, S. & Gonçalves, A (2007). “Migração e Saúde”, in S. DIAS (org.), *Revista Migrações - Número Temático Imigração e Saúde*, (Nº1. pp. 15-26). Lisboa: ACIDI.

Edwards, A (2015). *Refugiado ou Migrante? O ACNUR incentiva a usar o termo correto*. Genebra. Disponível em: <http://www.acnur.org/portugues/noticias/noticia/refugiado-ou-migrante-o-acnur-incentiva-a-usar-o-termo-correto/>

Esteves, C. (2015). *Contributos dos Doutores Palhaços da Operação Nariz Vermelho para a qualidade da adaptação e do desenvolvimento em contexto pediátrico: o olhar da criança e seus pais*. (Tese de doutoramento em Ciências da Educação). Universidade do Minho.

Frank, S & Castro, F (2016). O Lado Negro da Resiliência. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2, (1), 165-170. doi: <http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v2.155> .

Freitas, C. & Mendes, A. (2013). A resiliência da saúde migrante: itinerários terapêuticos plurais e transacionais. *REMHU: Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana*, 21, (40), 69-92. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-85852013000100005> .

Freud, S. (1927/1980). *O humor*. Obras completas, ESB, v. XXI. Rio de Janeiro: Imago.

Freyer, A., Guzmán, E. & Ovando, P. (2016). Migración en Tiempos de Crisis: Exploraciones del concepto de Resiliencia Social Transnacional en Apaseo El Alto, Guanajuato, México. *REMHU: Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana*, 24, (46), 159-175. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1980-85852503880004611> .

- Funes, M. (2001). *O poder do Riso: um antídoto contra a doença*. São Paulo: Ground.
- Gandra, A. (2018). IBGE: mulheres ganham menos que homens mesmo sendo maioria com ensino superior. Ed: Agência Brasil. Disponível em: <http://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2018-03/ibge-mulheres-ganham-menos-que-homens-mesmo-sendo-maioria-com-ensino-superior> .
- Glasgow City Council Area Profile (2018). *National Records Scotland*. Disponível em: <https://www.nrscotland.gov.uk/files/statistics/council-area-data-sheets/glasgow-city-council-profile.html> .
- Gulld, E. (2011). Quem é o Imigrante? O direito Europeu e a Categorização das pessoas na União Europeia. *Contexto Internacional*, 33, (1), 19-45. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/cint/v33n1/v33n1a02.pdf>
- Haig, R. (1986). Therapeutic uses of humor. *Am J Psychother*, 40, (4), 543–553. doi: 10.1176/appi.psychotherapy.1986.40.4.543 .
- Hampshire County Council (2010). *The Story of UK migration*. Hampshire. Editorial Spatial Strategy and Research. Disponível em: <http://documents.hants.gov.uk/facts-figures/TheStoryofUKMigration.pdf> .
- Hill, M. e Hill, A. (2012). *Investigação por questionário* (2ªed.). Lisboa: Edição Sílabo.
- Hojos, O. (2006) “El Síndrome de Ulises” Un viaje desde la literatura a lo social. *POLIS Revista Latinoamericana*, 5, (13), 1-11. Disponível em: URL: <http://polis.revues.org/5371> .
- Institute of Community Cohesion [ICoCo] (2007). *Estimating the Scale and Impacts of Migration at the Local*. London: Local Government Association (LGA). Disponível em: www.lga.gov.uk/lga/aio/109536.
- International Centre for Migration Policy Development [ICMPD]. (2014) *Brazil – Europe Migration. The situation of Brazilian immigrants in Spain and Portugal, and Portuguese and Spanish immigrants in Brazil: Legal aspects and experiences*. Vienna, Austria. Editorial: ICMPD .

Janoff, B. (1974). Black humor, existentialism and absurdity: a generic confusion. *Arizona Quarterly*, 30, (4), 293–304.

Jovanovic, V. (2011). ‘Do humor styles matter in the relationship between personality and subjective well-being?’ *Scandinavian Journal of Psychology*, 52, (5) 502–507. doi:10.1111/j.1467-9450.2011.00898.x .

Kehl, M (2005). *Sobre ética e psicanálise*. São Paulo: Companhia das letras.

Krikmann, A. (2006). Contemporary Linguistic Theories of Humour. *Journal of Folklore*, 33, 27–57. doi: 10.7592/FEJF2006.33.kriku .

Kubal, A., Bakewell, O & Haas, H (2011). The evolution of Brazilian migration to the UK. Oxford, International Migration Institute, University of Oxford, 19 (1), 1–42. Disponível em: <https://www.imi.ox.ac.uk/publications/the-evolution-of-brazilian-migration-to-the-uk-a-themis-scoping-study>.

Kuiper, N. & Harris, A. (2009). ‘Humor styles and negative affect as predictors of different components of physical health’. *Europe’s Journal of Psychology*, 5, (1), 1-18. doi:10.5964/ejop.v5i1.280 .

Kuiper, N. (2012). Humor and Resiliency: Towards a Process Model of Coping and Growth. *Europe’s Journal of Psychology*, 8, (3), 475-491. Doi: doi:10.5964/ejop.v8i3.464 .

Kuiper, N. (2016). Humor Styles Questionnaire. In V. Zeigler-Hill, & T. K. Shackelford, *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Cham: Springer International Publishing.

Kupermann, D. (2010). Humor, Desidealização e Sublimação na Psicanálise. *Psicologia Clínica*, Rio de Janeiro, 22, (1), 193 – 207. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pc/v22n1/a12v22n1.pdf> .

Lacan, J (1979). O eu e o outro. In: Jorge Zahar (Ed.) *O Seminário— Livro I: os escritos técnicos de Freud* (pp.50-65.). Rio de Janeiro.

Lemos, N. (2017). *Imigração, Religião e Educação: uma leitura da presença dos haitianos em Joinville/SC* (Dissertação de Mestrado em educação). Pontifícia Universidade Católica do Paraná. Curitiba.

- Lins, M. & Gonçalves, D. (2017). Humor e Resiliência: As implicaturas nas tiras “supernormais”. *Percursos Linguísticos*, 7, (15), 157-173. Disponível em: <http://periodicos.ufes.br/percursos/article/view/15622/12002> .
- Lopez, A. (2011). Posttraumatic stress disorder and occupational performance: building resilience and fostering occupational adaptation. *Work*, 38, (1), 33-38. doi: 10.3233/WOR-2011-1102 .
- Lussi, M. & Marinucci, R. (2007). *Vulnerabilidade Social em contexto migratório*. Brasília. Centro Scalabriniano de Estudos Migratórios. Disponível em: https://www.csem.org.br/wp-content/uploads/2018/08/vulnerabilidades_dos_migrantes.pdf .
- Macêdo, K. (2012). O desemprego do indivíduo na modernidade. *Ecos- Estudos Contemporâneos da Subjetividade*, 2, (1), 94-107. Disponível em: <http://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/viewFile/742/660> .
- Madureira, D. (2016). Escócia- Violência contra a mulher. *Brasileiras pelo Mundo*. Disponível em: <https://www.brasileiraspelomundo.com/escocia-violencia-contra-a-mulher-322025920> .
- Magalhães, H. (2008a). Aprendendo com humor: o gênero humor e o subgênero humor negro. *Anais do CELSUL*. Universidade Federal Minas Gerais. Disponível em: http://www.leffa.pro.br/tela4/Textos/Textos/Anais/CELSUL_VIII/aprendendo_com_humor.pdf .
- Magalhães, H (2008b). (...) e o negro amarelo: um estudo sobre o humor negro verbal brasileiro (Tese de Doutorado em Programa de Pós-Graduação em Letras). Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Belo Horizonte.
- Martin, R., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J. & Weir, K. (2003). ‘Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire’. *Journal of Research in Personality*, 37, (1) 48–75. doi: [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00534-2](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00534-2) .
- Martine, G. (2005). A Globalização Inacabada: migrações internacionais e pobreza do século XXI. *São Paulo em perspectiva*, 19, (3), 3-22. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-88392005000300001> .

Massey, D. (1990). Social Structure, Household Strategies, and the Cumulative Causation of Migration. *Population Index*, 56, (1), 3-26. doi: 10.2307/3644186 .

Melillo, A. et al. (2005). *Resiliência: descobrindo as próprias fortalezas*. Porto Alegre: Artmed.

Moberg, F. & Simonsen, S. (2015). *What is resilience? An introduction to social-ecological research*. Stockholm: Stockholm Resilience Centre. Disponível em: http://www.stockholmresilience.org/download/18.10119fc11455d3c557d6d21/1459560242299/SU_SRC_whatisresilience_sidaApril2014.pdf .

Monte, S. (2012). A identidade do sujeito na pós-modernidade: algumas reflexões. *Itabaiana: Gepiadde*, 6, (12), 162-167. Disponível em: <https://docplayer.com.br/1756102-A-identidade-do-sujeito-na-pos-modernidade-algumas-reflexoes.html> .

Morais, M. (2008). Humor e Psicanálise. *Estudos de Psicanálise*, (31), 114-124. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-34372008000100014 .

National Records of Scotland (2017). *Migration between Scotland and Overseas*. Disponível em: <https://www.nrscotland.gov.uk/statistics-and-data/statistics/statistics-by-theme/migration/migration-statistics/migration-between-scotland-and-overseas> .

Oliveira, A. (2016). *A teoria das forças: um referencial para a prática na intervenção social*. Lisboa: Universidade Católica.

ONU, (1951). *Convenção Relativa ao Estatuto dos Refugiados*. ACNUR. Disponível: http://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/portugues/BDL/Convencao_relativa_ao_Estatuto_dos_Refugiados.pdf .

ONU, (1967). *Protocolo de 1967 relativo ao estatuto dos refugiados*. ACNUR. Disponível http://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/portugues/BDL/Protocolo_de_1967_Relativo_ao_Estatuto_dos_Refugiados.pdf .

ONU, (1984). *Declaração de Cartagena*. ACNUR. Disponível em: http://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/portugues/BD_Legal/Instrumentos_Internacionais/Declaracao_de_Cartagena.pdf .

O'Reilly, K. (2012). *International migration and social theory*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Organização Internacional para as Migrações (2009). Glossário sobre Migração. *Direito internacional da Migração*, 22, 1-90. Disponível em: <https://www.acm.gov.pt/documents/10181/65144/Gloss%C3%A1rio.pdf/b66532b2-8eb6-497d-b24d-6a92dadfee7b> .

Ostrower, C. (2015). Humor as a defense mechanism in the holocaust. *Interpretation-Journal of Bible and Theology*, 69, (2), 183-195. doi: <https://doi.org/10.1177/0020964314564830> .

Pardal, L. e Correira, E. (1995). *Métodos e Técnicas de Investigação Social*. Porto: Areal

Pereira, M. (2010). *A depressão no processo Migratório um estudo transcultural com imigrantes brasileiros e caboverdianos* (Tese de mestrado em Relação de Ajuda e Intervenção Terapêutica). Universidade Autónoma de Lisboa. Lisboa.

Portes, A. & Rumbaut, R. (2001). *Ethnicities: Children of immigrants in America*. California: University of California Press.

Pumariega, A., Rothe, E & Pumariega, J.(2005). Mental health of immigrants and refugees. *Community Mental Health Journal*, 41, (5), 581-597. doi: 10.1007/s10597-005-6363-1 .

Pussetti, C. (2009). *Migrantes e saúde mental: a construção da competência cultural*. Lisboa: Observatório da Imigração.

Quivy, R. & Campenhoudt, V. (1998). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Editora Gradiva.

Roberto, S. & Moleiro, C. (2016). Processos de resiliência em migrantes: narrativas biográficas de brasileiros em Portugal. *Psicologia em Estudo*, 20, (2), 295-307. doi: 10.4025/psicoestud.v20i2.25634 .

Rodrigues, N. (1993). *À sombra das chuteiras imortais. Crônicas de Futebol*. São Paulo: Companhia. das Letras.

- Roggeveen & Meeteren, (2013). Beyond community: an analysis of social capital and the social networks of Brazilian immigrants in Amsterdam. *Current Sociology* 61 (7), 1078-1096. doi: <https://doi.org/10.1177/0011392113495862> .
- Ruch, W. & Heintz, S. (2013) Humor Styles, personality and psychological well-being: What's humour got to do with it? *European Journal of Humour Research*, 1, (4), 1-24. doi: <http://dx.doi.org/10.7592/EJHR2013.1.4.ruch> .
- Ruivo, P. (2006). *A migração. Uma visão geral*. Universidade de Coimbra. Disponível: <http://www4.fe.uc.pt/fontes/trabalhos/2005022.pdf> .
- Rutter, M. (1999). Resilience, concepts and findings: implications for family therapy. *Journal of Family Therapy*, 21, (2), 119-144. doi: <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00108> .
- Salles, A. (2011). Humor: Dor e Sublimação. *Reverso*. Belo Horizonte, 33, (61), 21-27. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-73952011000100003&lng=pt&tlng=pt .
- Sayad, A. (1999). *La double absence: des illusions de l'émigré aux souffrances de l'immigré*. Paris: Ed. Seuil
- Scherer, L. Minelo, I., Scherer, F., Moura, G. (2014). O processo de resiliência em brasileiros expatriados na Índia. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 7, (1), 2-16. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1983-82202014000100002&script=sci_abstract .
- Seyferth, G. (1982). *Nacionalismo e identidade étnica*. Florianópolis, Fundação Catarinense de Cultura.
- Seyferth, G. (2011). A dimensão cultural da imigração. *Revista Brasileira de Ciência Sociais*. 26, (77), 47-62. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbcsoc/v26n77/07.pdf>.
- Slavutzky, A. (2014). *Humor é coisa séria*. Porto Alegre: Arquipélago Editorial.
- Sousa, F. (2000). Portugal e a União Europeia. *Revista Brasileira de Política Internacional*, 43, (2), 192-200. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-73292000000200009> .

Soares, V. (2011). O Humor Resiliente na Sociedade Contemporânea. *Revista do Centro de Estudos em Semiótica e Psicanálise*, 3, 1-13. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/leituraflutuante/article/viewFile/7647/5596> .

Understanding Glasgow (2017). *The Glasgow Indicators Project*. Disponível em: <http://www.understandingglasgow.com/>

Werner,.E. (1992). The children of Kauai: resiliency and recovery in adolescence and adulthood. *Journal of Adolescence Health*, 13, (4), 262-268. doi: [https://doi.org/10.1016/1054-139X\(92\)90157-7](https://doi.org/10.1016/1054-139X(92)90157-7) .

Yunes, M. A. M. (2001). *A questão triplamente convertida da resiliência em famílias de baixa renda*. (Tese de Doutorado em Psicologia). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo.

11. ANEXOS

11.1 ANEXO I

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSefxDrvKKA4vuXAAO8Vpy3J9xACnxDNrnB3iFqqCg_dF_LqEg/viewform?usp=sf link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSefxDrvKKA4vuXAAO8Vpy3J9xACnxDNrnB3iFqqCg_dF_LqEg/viewform?usp=sf_link)

HSQ- Imigrantes Brasileiros
Humor e resiliência em Imigrantes Brasileiros

GÊNERO:

- Masculino
- Feminino

IDADE:

- 18 - 24
- 25 - 29
- 30 - 39
- 40 - 60
- + de 60 anos

REGIÃO DO BRASIL:

- Norte
- Nordeste
- Centro-Oeste
- Sudeste
- Sul

SITUAÇÃO ATUAL:

- Regular
- Irregular

MOTIVO DA MIGRAÇÃO:

- Reagrupamento Familiar
- Proposta de emprego
- Estudo
- Arriscar

MAIOR DIFICULDADE:

- Culturais (idiomas, valores...)
- Solidão e Saudades
- Saúde Física
- Xenofobia
- Econômicas

MAIOR FATOR DE APOIO EXTERNO:

- Família
- Organizações não-governamentais

- Religião
- Amigos
- Outro

I USUALLY DON'T LAUGH OR JOKE AROUND MUCH.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I CAN USUALLY CHEER MYSELF UP WITH HUMOR.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I OFTEN TEASE OTHERS

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I LET PEOPLE LAUGH AT ME OR MAKE FUN AT MY EXPENSE.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I MAKE OTHERS LAUGH EASILY – I AM A HUMOROUS PERSON

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I'M OFTEN AMUSED BY THE ABSURDITIES OF LIFE

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

MY SENSE OF HUMOR IS NEVER OFFENDING OR HURTING.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I OFTEN PUT MYSELF DOWN AND THUS MAKE OTHERS LAUGH

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I RARELY TELL FUNNY STORIES ABOUT MYSELF, WHICH MAKE OTHERS LAUGH.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I USUALLY TRY TO THINK OF SOMETHING FUNNY ABOUT A SITUATION

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I USUALLY TELL JOKES OR SAY FUNNY THINGS

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I OFTEN SAY SOMETHING FUNNY ABOUT MY OWN WEAKNESSES, BLUNDERS, OR FAULTS

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I LAUGH AND JOKE A LOT.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I HAVE A HUMOROUS OUTLOOK ON LIFE.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I DO NOT LIKE CRITICIZING OR PUTTING-DOWN HUMOR.

- Strongly disagree

- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I RARELY SAY FUNNY THINGS ABOUT MYSELF.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I USUALLY DON'T TELL JOKES OR AMUSE PEOPLE.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I ALWAYS THINK OF SOMETHING FUNNY TO CHEER MYSELF UP.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

SOMETIMES I THINK OF EXTREMELY FUNNY THINGS

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I OFTEN MAKE JOKES ABOUT MYSELF OR MAKE FUN OF MYSELF.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I MAKE PEOPLE LAUGH

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I NEVER LOSE MY SENSE OF HUMOR

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I NEVER LAUGH AT OTHERS.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I LET OTHERS OFTEN MAKE FUN OF ME OR JOKE ABOUT ME

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I DON'T OFTEN JOKE AROUND.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I OFTEN THINK ABOUT SOME AMUSING ASPECT OF A SITUATION

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I OFTEN USE HUMOR ABOUT OTHERS OR TEASE THEM

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I OFTEN JOKE AROUND.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I USUALLY CAN'T THINK OF WITTY THINGS.

- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I AM USUALLY AMUSED AND I CAN FIND THINGS TO LAUGH ABOUT

- Strongly disagree

- Disagree**
- Neutral**
- Agree**
- Strongly agree**

I ALWAYS LAUGH OR JOKE ABOUT SOMETHING THAT IS REALLY FUNNY TO ME

- Strongly disagree**
- Disagree**
- Neutral**
- Agree**
- Strongly agree**

I LET OTHERS LAUGH AT ME, WHICH KEEPS THEM IN IN GOOD SPIRITS

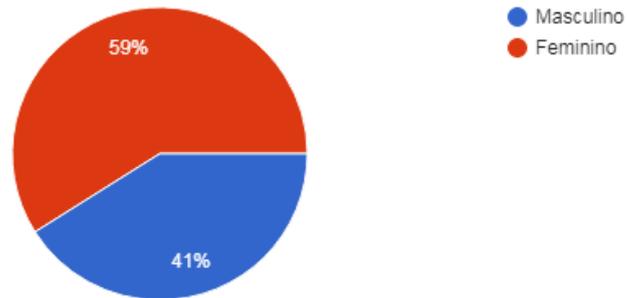
- Strongly disagree**
- Disagree**
- Neutral**
- Agree**
- Strongly agree**

11.2 ANEXO II

Resultados obtidos

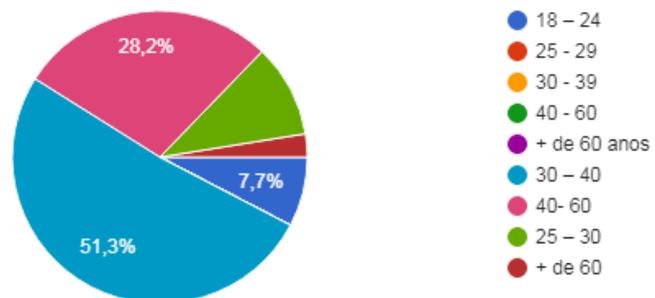
Gênero

39 respostas



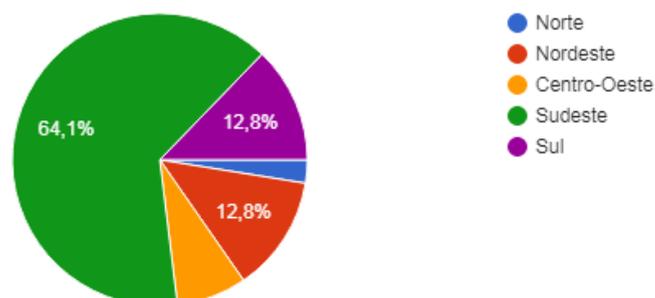
Idade

39 respostas



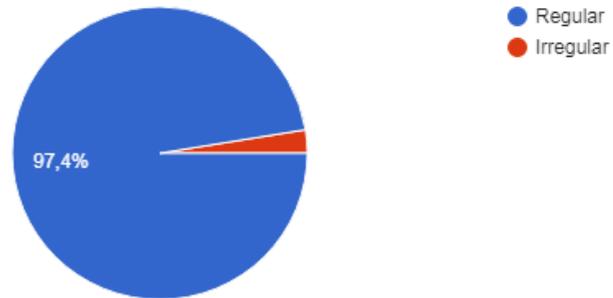
Região do Brasil:

39 respostas



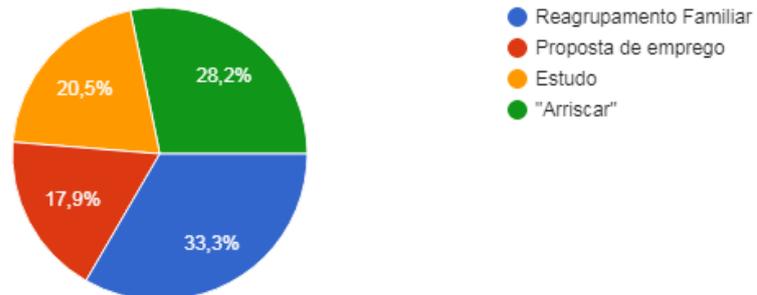
Situação atual

39 respostas



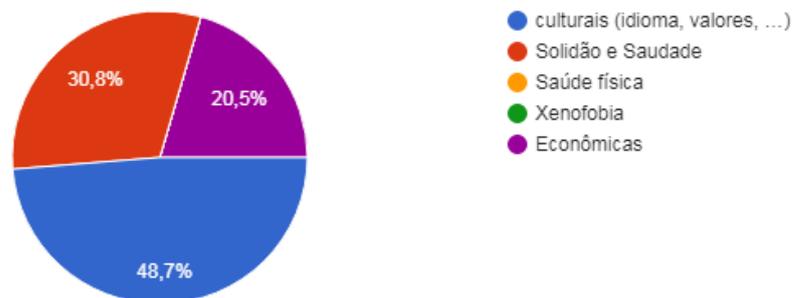
Motivo da Migração

39 respostas



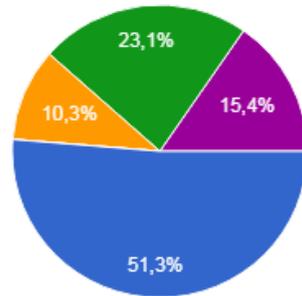
Maior Dificuldade

39 respostas



Maior Fator de Apoio externo

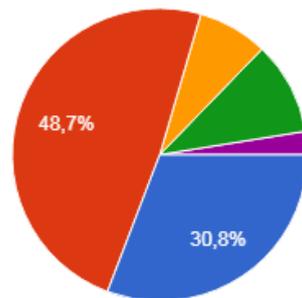
39 respostas



- Família
- Organizações não-governamentais
- Religião
- Amigos
- Outro

I usually don't laugh or joke around much.

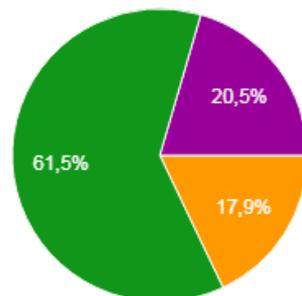
39 respostas



- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I can usually cheer myself up with humor.

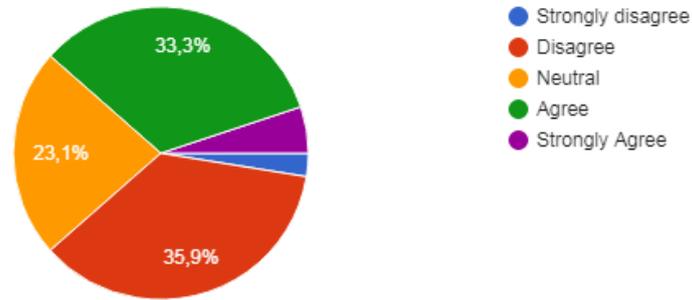
39 respostas



- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly Agree

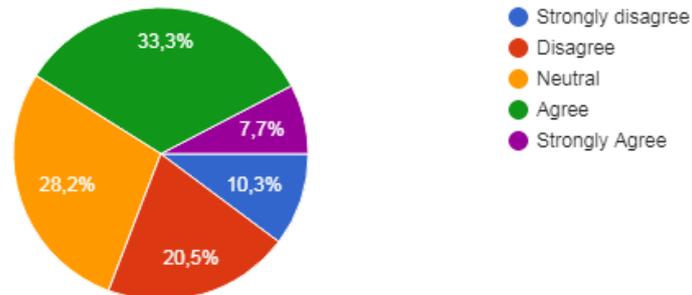
I often tease others

39 respostas



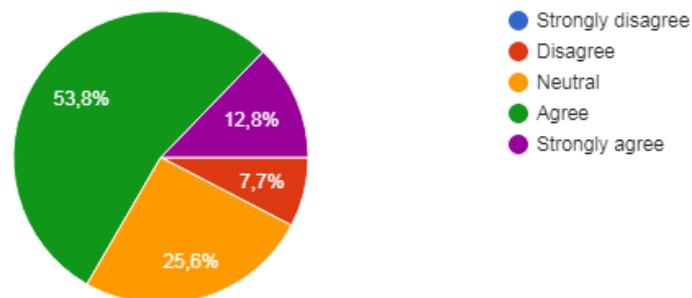
I let people laugh at me or make fun at my expense.

39 respostas



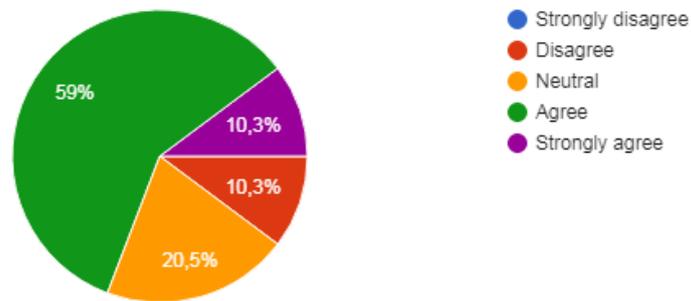
I make others laugh easily – I am a humorous person

39 respostas



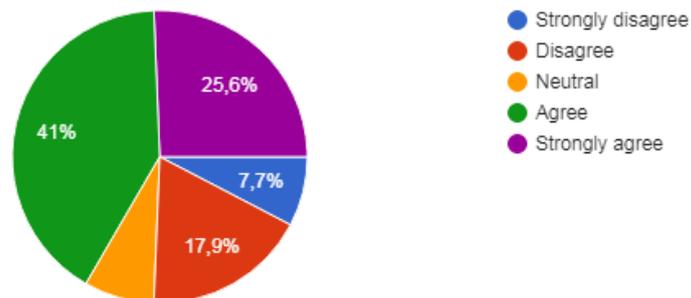
I'm often amused by the absurdities of life

39 respostas



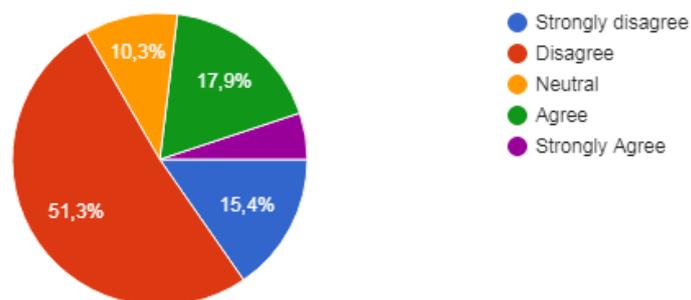
My sense of humor is never offending or hurting.

39 respostas



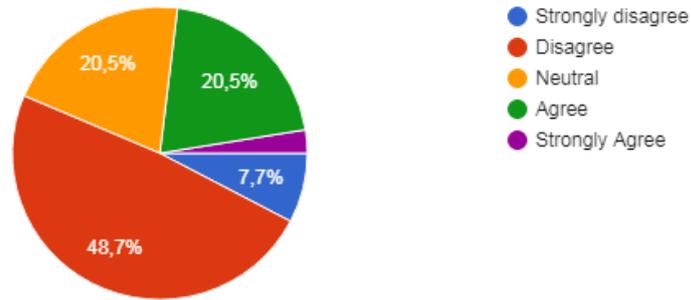
I often put myself down and thus make others laugh

39 respostas



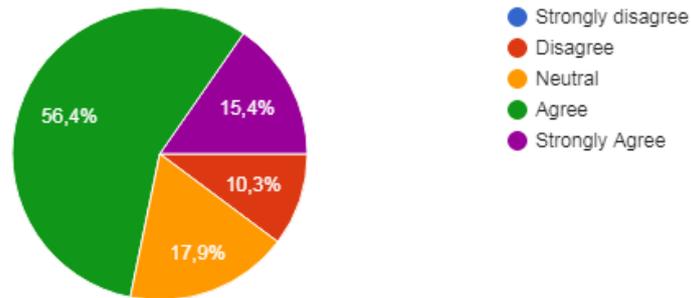
I rarely tell funny stories about myself, which make others laugh.

39 respostas



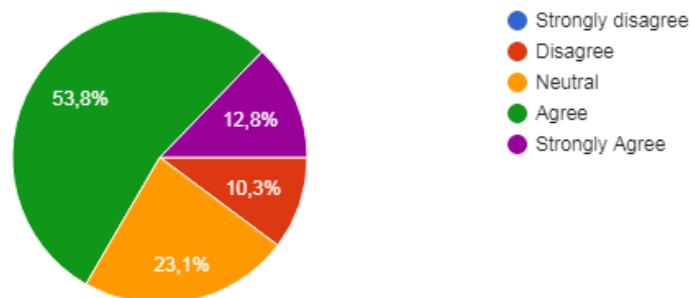
I usually try to think of something funny about a situation

39 respostas



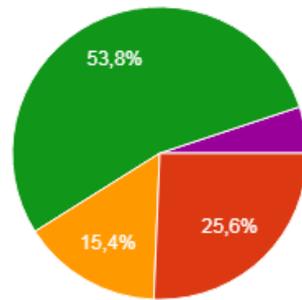
I usually tell jokes or say funny things

39 respostas



I often say something funny about my own weaknesses, blunders, or faults

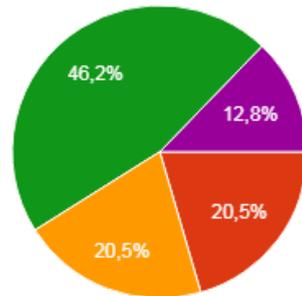
39 respostas



- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly Agree

I laugh and joke a lot.

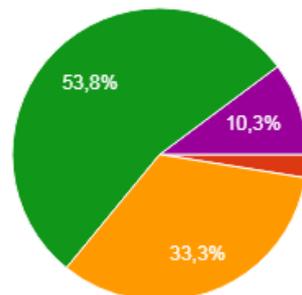
39 respostas



- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly Agree

I have a humorous outlook on life.

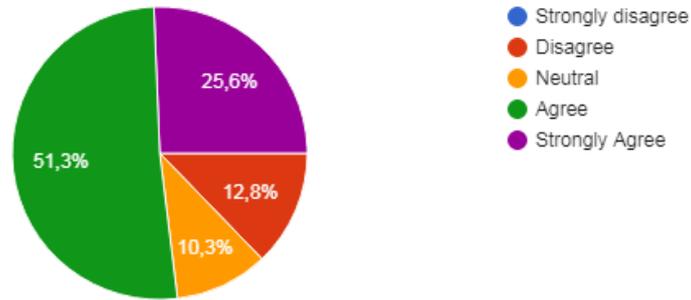
39 respostas



- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly Agree

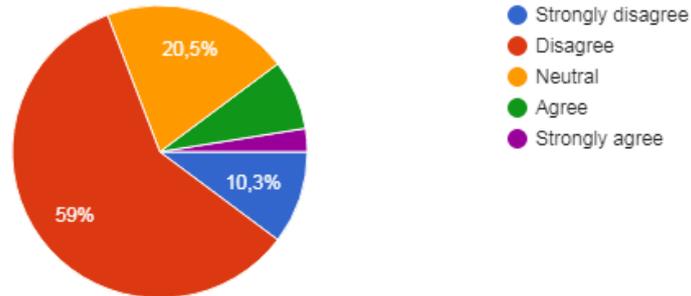
I do not like criticizing or putting-down humor.

39 respostas



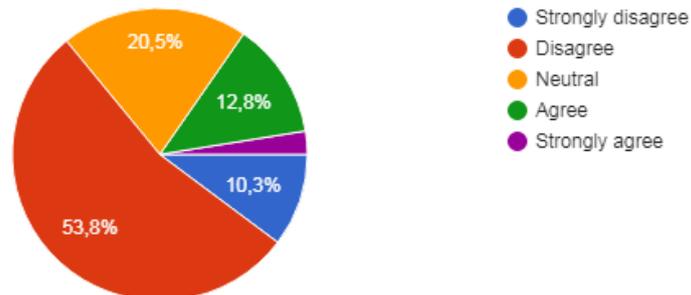
I rarely say funny things about myself.

39 respostas



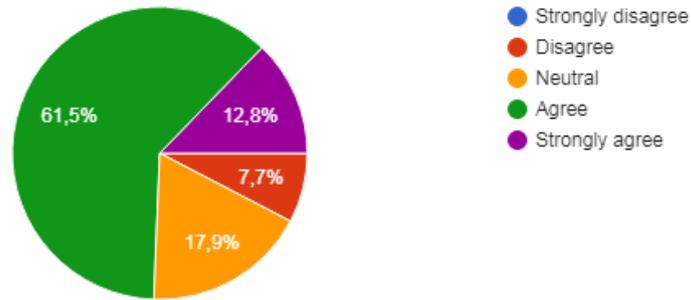
I usually don't tell jokes or amuse people.

39 respostas



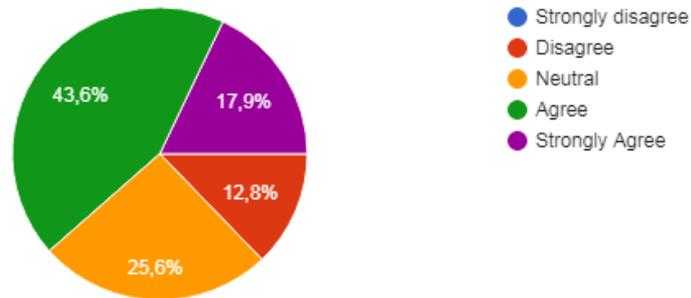
I always think of something funny to cheer myself up.

39 respostas



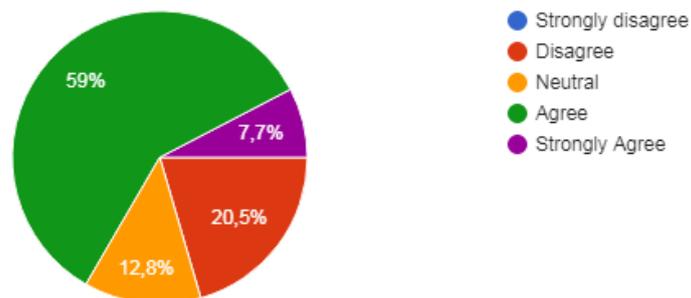
Sometimes I think of extremely funny things

39 respostas



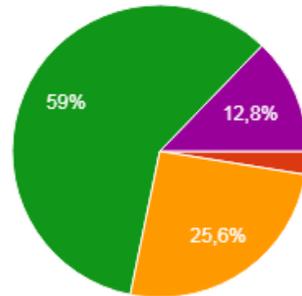
I often make jokes about myself or make fun of myself.

39 respostas



I make people laugh

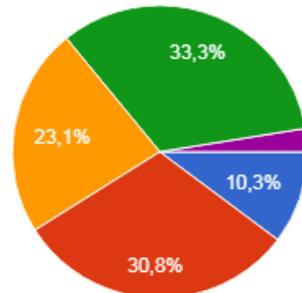
39 respostas



- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

I never lose my sense of humor

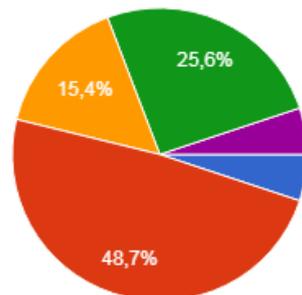
39 respostas



- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly Agree

I never laugh at others.

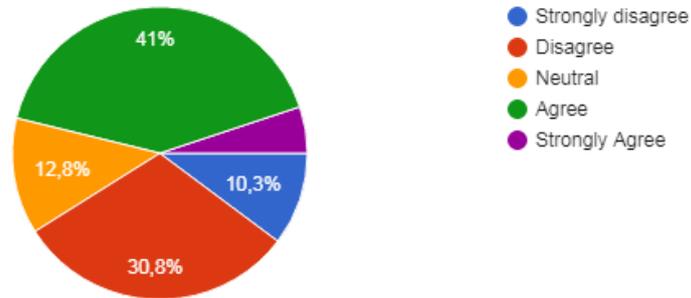
39 respostas



- Strongly disagree
- Disagree
- Neutral
- Agree
- Strongly agree

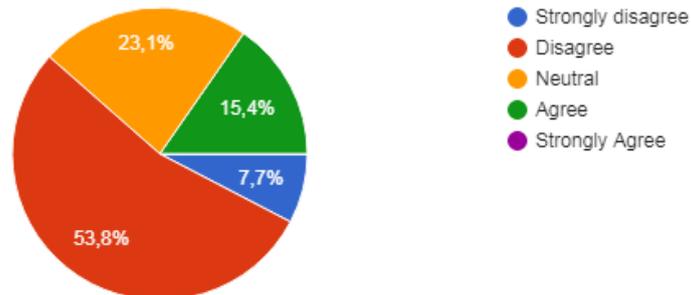
I let others often make fun of me or joke about me

39 respostas



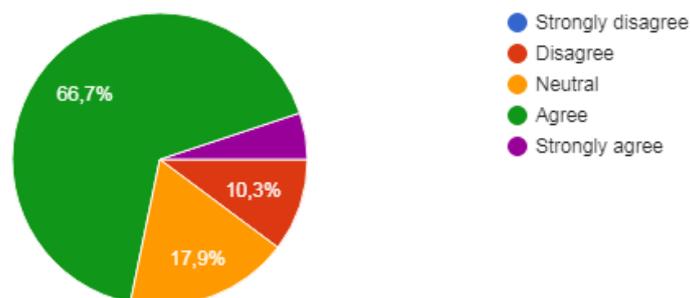
I don't often joke around.

39 respostas



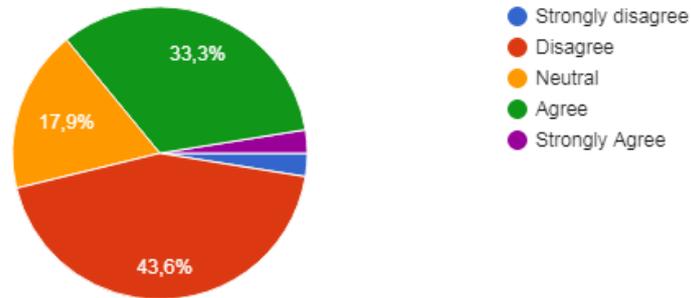
I often think about some amusing aspect of a situation

39 respostas



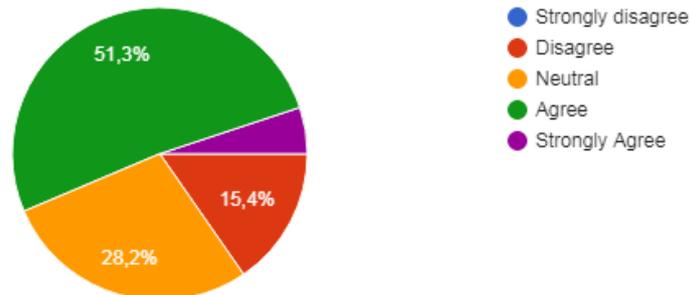
I often use humor about others or tease them

39 respostas



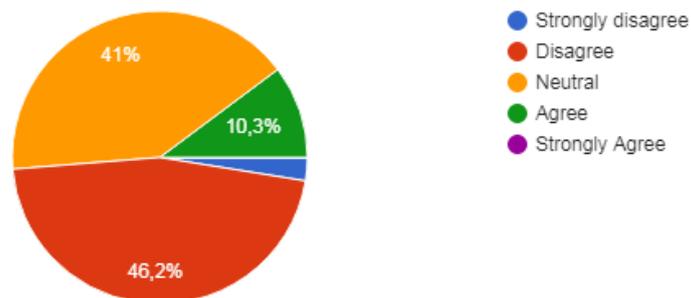
I often joke around.

39 respostas



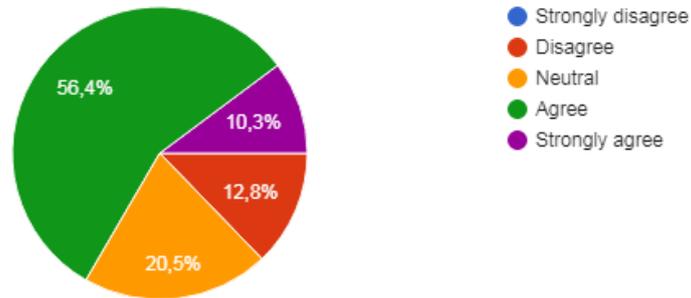
I usually can't think of witty things.

39 respostas



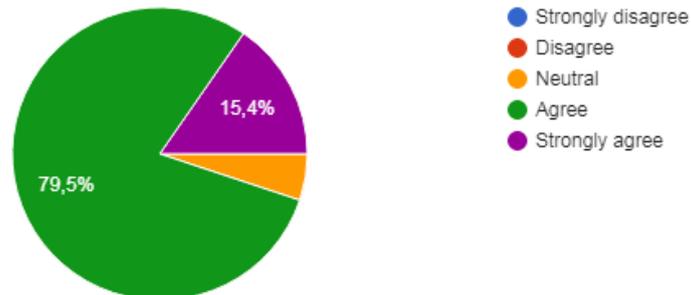
I am usually amused and I can find things to laugh about

39 respostas



I always laugh or joke about something that is really funny to me

39 respostas



I let others laugh at me, which keeps them in in good spirits

39 respostas

