

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPIRITO SANTO
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS E NATURAIS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

KISSEL QUINTANA BELLO

**ADAPTANDO-SE À CULTURA BRASILEIRA: CORRELATOS DO BEM-ESTAR
DE ESTUDANTES ESTRANGEIROS DE PÓS-GRADUAÇÃO**

Vitória/ES

2015

KISSEL QUINTANA BELLO

**ADAPTANDO-SE À CULTURA BRASILEIRA: CORRELATOS DO BEM-ESTAR
DE ESTUDANTES ESTRANGEIROS DE PÓS-GRADUAÇÃO.**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Espírito Santo como requisito parcial para obtenção do Grau de Mestre em Psicologia, sob orientação da Professora Doutora Valeschka Martins Guerra.

Vitória/ES

2015

KISSEL QUINTANA BELLO

**ADAPTANDO-SE À CULTURA BRASILEIRA: CORRELATOS DO BEM-ESTAR
DE ESTUDANTES ESTRANGEIROS DE PÓS-GRADUAÇÃO**

Aprovada em 27 / 04 / 2015

Banca Examinadora

Prof^a. Dr^a. Valeschka Martins Guerra (Orientadora)
Universidade Federal do Espírito Santo

Prof^a. Dr^a. Kirlla Cristhine Almeida Dornelas (Membro Externo)
Faculdade Brasileira Multivix

Prof^a. Dr^a. Mariana Bonomo (Membro Interno)
Universidade Federal do Espírito Santo

Dados Internacionais de Catalogação-na-publicação (CIP)
(Biblioteca Central da Universidade Federal do Espírito Santo, ES, Brasil)

Bello, Kissel Quintana, 1989-

- B446a Adaptando-se à cultura brasileira: correlatos do bem-estar de
estudantes estrangeiros de pós-graduação / Kissel Quintana Bello.
– 2015.
125 f. : il.

Orientadora: Valeschka Martins Guerra.
Dissertação (Mestrado em Psicologia) – Universidade Federal do
Espírito Santo, Centro de Ciências Humanas e Naturais.

1. Bem-estar. 2. Pós-Graduação. 3. Aculturação. 4. Cultura.
I. Guerra, Valeschka Martins. II. Universidade Federal do Espírito
Santo. Centro de Ciências Humanas e Naturais. III. Título.

CDU: 159.9

Agradecimientos

Porque es a través de las experiencias donde uno adquiere aprendizaje. Realizar esta maestría me enriqueció en diversas formas, sabiendo que siempre tendría el respaldo de Dios en este largo caminar, brindándome fortaleza, sabiduría y discernimiento para superar los obstáculos que se me presentaron hoy puedo decir que conquiste uno de mis sueños. Estos dos años son los que quedaran grabados en mi vida y especialmente por aquellas personas que la vida me presento para enseñarme lo que es la lealtad, el apoyo incondicional, la paciencia, la humildad y sobre todo la calidez humana.

Quiero agradecer con todo mi corazón a la vida por haberme puesto con la persona que cubrió perfectamente el papel de mi orientadora, por aquella paciencia, esa empatía, esa apertura, esa generosidad para compartir su conocimiento, por transmitirme esa confianza en este recorrido de dos años que con su apoyo incondicional logre culminar. No tendría palabras para agradecer todo lo que hizo por mi Profesora Valeschka Martins Guerra, es un gran ejemplo como profesional, como mujer y como amiga, en todas ellas digna de admirar.

A mis padres agradezco profundamente la inversión que realizaron en mi persona. Mamá estoy sumamente agradecida por apoyarme para cumplir uno de mis más grandes sueños, porque a pesar de la distancia siempre estuvieron esas llamadas aconsejándome a no desistir, esas oraciones y esos te amo que siempre me levantaban el ánimo. Papá gracias por creer siempre en mí, por apoyarme en todos mis proyectos, por las llamadas que me alentaban a seguir luchando y a no desanimarme, por los te amo y la escucha paciente.

A mis hermanas (Marlen y Yendi) que con sus charlas hacían más ameno este camino y especialmente a mi hermano (Beto) quien fue el que sembró la semilla de la curiosidad incentivándome a salir de mi estado de confort y así aprovechar las oportunidades que la vida me presenta, mi profundo agradecimiento por esas desveladas, por esas charlas, por el soporte que me brindaste en diversos aspectos de mi estancia en Brasil y ahora puedo decir que vale la pena seguir tus sueños.

A mi compañero de desvelos, de alegrías, de tristezas, de sueños compartidos, de altas y bajas financieras, que se convirtió en mi familia y me demostró ser un hombre paciente que además incentivo mi camino para no desistir. Gracias infinitas por tu apoyo incondicional Víctor.

Mis amigos Mariana y Javier, que a pesar de la distancia encontrábamos un espacio para conversar siendo una fuente de soporte y de inspiración para seguir adelante. Sabiendo que de aquí no me voy con las manos vacías pues conseguí un gran amigo brasileño Antônio, caracterizado por su calidez humana y su receptividad que sin esperar nada a cambio me ayudo en momentos de dificultad y de aprendizaje con el idioma.

A todos los compañeros de maestría y doctorado que fueron extramente solidarios y accesibles en mis momentos de dudas o de dificultades dentro y fuera de clases.

Para la profesora Mariana Bonomo que es un ejemplo de persona y de profesional, agradezco su ayuda que me ofreció desde el primer día y también los consejos que formaron parte de este trabajo.

Para la Profesora Edinete Maria Rosa, por su colaboración para el aprendizaje del portugués y su calurosa recepción.

Para la profesora Cristina Menandro que con su paciencia hicieron más fácil mis disciplinas en la maestría.

Para el profesor Agnaldo García que con su gentileza, apertura e inclusión me ayudaron a inserirme de una forma más fácil con mis colegas de pos-grado.

También quiero agradecer a la secretaria de PPGP por su colaboración oportuna.

El haber concluido una maestría fuera de mi país fue la mejor oportunidad que pude tener, gracias a la Organización de los Estados Americanos (OEA) en conjunto con el Grupo Coímbra de las Universidades Brasileñas y a la beca que me concedió la (CAPES) porque fue a través de esta investigación y de mi vivencia que pude comprender aquellos estudiantes que como yo realizaron una estancia de posgrado en otro país, siendo un ejercicio tan catártico.

Epígrafe

“Un viaje es una nueva vida, con un nacimiento, un crecimiento y una muerte, que nos es ofrecida en el interior de la otra. Aprovechémoslo”.

Paul Morand

“Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente;
no temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo donde quiera que
vayas”.

Josue 1:9

RESUMO

Bello, K. Q. (2015). *Adaptando-se à Cultura Brasileira: Correlatos do Bem-Estar de Estudantes Estrangeiros de Pós-Graduação*. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Universidade Federal do Espírito Santo. Vitória, Espírito Santo.

Ao considerar a mobilidade estudantil ao redor do mundo, é imprescindível aprofundar quais são os fatores que afetam o bem-estar subjetivo de estudantes em processo de adaptação, especialmente daqueles da América Latina. As dificuldades que atingem os estudantes da América Latina em seu processo de aculturação, sejam estas de maior ou menor impacto, são relacionadas à afetividade, às mudanças que acontecem com a organização social e familiar, à forma de vestir, ao tipo de alimentação, às preferências musicais e às diferentes formas de comportamento. Todas essas mudanças são significativas para os estrangeiros, seja de forma positiva ou negativa no processo de integração. Tais mudanças são refletidas hoje como uma alternativa coerente de investigação para compreender os fenômenos da cultura onde estão inseridos na expectativa de atingir uma adaptação bem sucedida na cultura de acolhida. Neste sentido, esta dissertação teve como objetivo investigar a existência da relação entre o bem-estar subjetivo e as estratégias de aculturação, as estratégias de enfrentamento e os valores humanos em pós-graduandos estrangeiros provenientes da América Latina que tem como língua o espanhol e passam por um processo adaptativo no Brasil. Para tanto, foram realizados dois estudos. No Estudo I, participaram 103 *sojourners* que realizavam um curso de pós-graduação em uma universidade brasileira, sendo 54 homens e 49 mulheres, provenientes de 13 países da América Latina, os quais responderam os seguintes instrumentos *on-line* em espanhol: questões sociodemográficas; a Escala do Índice de Aculturação; o Inventário de Estratégias de Enfrentamento; a Escala de Bem-Estar Afetivo no Trabalho; a Escala de Satisfação com a vida; e o Questionário dos Valores Básicos. Os resultados mostraram o uso principal de duas estratégias aculturativas: integração (35%), considerada como aquela que traz melhor resultados adaptativos e maior bem-estar, e marginalização (35%), considerada como aquela que dificulta o processo de adaptação e diminui o bem-estar. Com relação às estratégias de enfrentamento, foram identificadas o uso de duas estratégias principais: a resolução de problemas e o apoio social, que permitem ao estudante uma adaptação adequada no país anfitrião com diminuição do estresse. Com relação às prioridades valorativas dos estudantes, os considerados mais importantes foram os valores de existência, os suprapessoais e os interativos. Homens e mulheres diferiram com relação às estratégias de enfrentamento e à aculturação, com as mulheres apresentando maiores médias nas estratégias de apoio social, pensamento desiderativo e expressão emocional, assim como na identificação com o país de origem. As variáveis que predizem o bem-estar subjetivo de uma maneira positiva são a reestruturação cognitiva, valores normativos, valores de experimentação e a aculturação com Brasil. Aquelas que o fazem negativamente são o pensamento desiderativo e os valores de existência. Para o Estudo II, foram realizadas 14 entrevistas com estudantes estrangeiros provenientes da América

Latina, que estão realizando um curso de pós-graduação na Universidade Federal de Espírito Santo. Estes são 07 mulheres e 07 homens, com idades entre 25 e 35 anos, que estão no Brasil por um período mínimo de 06 meses. Para este grupo, foram observadas as estratégias aculturativas de integração e de separação. Com relação às estratégias de enfrentamento, foi identificada com maior ênfase a busca de apoio social. No que diz respeito às experiências vivenciadas, estas foram relacionadas com o idioma, busca de moradia, tramites de documentos, econômicos, e serviços de saúde. Apesar das limitações deste trabalho, ele apresenta contribuições para pesquisas multiculturais no Brasil e para a construção de conhecimento que possa auxiliar na proposição de ações e programas que promovam uma adaptação adequada para o favorecimento do bem-estar do estudante estrangeiro que busca seu aperfeiçoamento no Brasil.

Palavras chave: bem-estar, América Latina, aculturação, *sojourners*, estratégias de enfrentamento, valores humanos básicos.

Abstract

Bello, K. Q. (2015). *Adapting to the Brazilian Culture: Well-being Correlates for Foreign Postgraduate Students*. Master's Dissertation. Postgraduate Program in Psychology. Universidade Federal do Espírito Santo. Vitória, Espírito Santo.

Considering the mobility of students around the world, in which those students coming from the Latin America represent a significant percentage, it is important to know what the factors that affect the subjective well-being of students in the adaptation process are. The experiences that involve the students from Latin America in their acculturation process, whether of more or minor impact, are related to their affect, to changes that happen in the social and family organization, how to dress, different types of food, musical preferences and how to behave. These experiences are significant for students, either positively or negatively in the integration process. Based on the literature on well-being and acculturation, this work aims at investigating the relations between subjective well-being, acculturation strategies, coping strategies and human values in foreign postgraduate from Latin America whose native language is Spanish and who go through an adaptive process in Brazil. For this, two studies were conducted. In Study I, participants were 103 *sojourners* who are currently enrolled at a postgraduate program in any Brazilian university. From this total, 54 were men and 49, women from 13 countries in Latin America, who answered the following online instruments in Spanish: sociodemographic information, Acculturation Index Scale, Coping Strategies Inventory, Life Satisfaction Scale, Job-Related Affective Well-Being Scale and the Basic Values Questionnaire. Results indicate the main use of two acculturative strategies: integration (35%), considered as the one that provides better adaptive results and greater well-being, and marginalization (35%), considered as the one that decreases the well-being. Regarding coping strategies, the use of two main strategies have been identified: problem solving and social support, which allow the student an appropriate adjustment in the host country with a decrease in stress. With respect to evaluative priorities of students, those considered most important were the values of existence, supra-personals and interactive. Men and women differ whit respect to coping strategies and acculturation, with women having higher averages in social support strategies, wishful thinking and emotional expression, and with the level of identification with the host country. The variables that predict SWB in a positive way are cognitive restructuring, normative values, experimental values and acculturation with Brazil. Those which do negatively are wishful thinking and existence values. For Study II, 14 interviews were conducted with Latin American students currently registered in a postgraduate program at the Universidade Federal de Espirito Santo. They are 07 men and 07 women, with ages ranging from 25 to 35, who are in Brazil for a

minimum of 6 months. For this group, the main acculturative strategies used were integration and separation. With regard to coping strategies, social support has been identified with greater emphasis. In respect regard to life experiences, these were related to the language, search for accommodation (housing), the process for documents, living costs, and health services. Despite several limitations of this work, it brings contributions to multicultural research in Brazil and the construction of knowledge that can assist in proposing actions and programs promoting adequate adaptation to the encouragement of foreign student's well-being in search of its development in Brazil.

Keywords: Well-being, Latin America, acculturation, sojourners, coping, basic human values.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	15
INTRODUÇÃO	18
PSICOLOGIA POSITIVA	24
BEM-ESTAR.....	24
ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO	29
CULTURA E VALORES	33
ACULTURAÇÃO	33
VALORES HUMANOS.....	40
JUSTIFICATIVA E OBJETIVOS.....	45
OBJETIVOS.....	46
PANORAMA DOS ESTUDOS.....	47
ESTUDO I	48
MÉTODO.....	48
RESULTADOS E DISCUSSÃO PARCIAL	52
ESTUDO II	69
MÉTODO.....	69
RESULTADOS E DISCUSSÃO PARCIAL.....	72
DISCUSSÃO GERAL	80
RESULTADOS ENCONTRADOS.....	80
IMPLICAÇÕES TEÓRICAS E PRÁTICAS DA PESQUISA	86
LIMITAÇÕES E INDICAÇÕES DE PESQUISAS FUTURAS	88
CONCLUSÃO.....	90
REFERÊNCIAS.....	93
ANEXO 1 - TÉRMINO DE CONSENTIMIENTO LIBRE Y ESCLARECIDO	
(T.C.L.E.)	103
ANEXO 2 - CUESTIONARIO SOCIODEMOGRÁFICO	104
ANEXO 3 - ÍNDICE DE ACULTURAÇÃO	105
ANEXO 4 - ESCALA DE ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO	106
ANEXO 5 - ESCALA DE BIENESTAR AFECTIVO EN EL TRABAJO.	109
ANEXO 6 - ESCALA DE SATISFACCIÓN CON LA VIDA.....	110
ANEXO 7 - CUESTIONARIOS DE VALORES BÁSICOS	111
APÊNDICE 8 - ROTEIRO DE ENTREVISTA.....	112
ANEXO 9 - ESTRUTURAS FENOMENOLÓGICAS	113

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Caracterização da amostra de acordo com os dados sociodemográficos	53
Tabela 2. Estratégias de aculturação de estudantes estrangeiros no Brasil	56
Tabela 3. Estratégias de enfrentamento dos estudantes estrangeiros	58
Tabela 4. Perfil valorativo dos estudantes estrangeiros	60
Tabela 5. Resultado do teste t na comparação das médias de mulheres e homens para as diversas variáveis	63
Tabela 6. Explicando a satisfação com a vida	65
Tabela 7. Explicando os Afetos Positivos e os Afetos Negativos	66
Tabela 8. Informações sociodemográficos dos estudantes estrangeiros	74
Tabela 9. Análise de conteúdo temática das estruturas geradas pela análise fenomenológica	75

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Quantidade de participantes por país

54

APRESENTAÇÃO

Sempre tive o sonho de sair do meu país, de experimentar outros cheiros, cores, sabores; de olhar outras culturas, costumes, danças, religiões; de escutar outras ideologias e músicas. Além do medo e da incerteza de desconhecer a língua, as pessoas, as ruas, tudo isso me veio na mente. Foi a inspiração que meu irmão trouxe para mim, o fato de concorrer por uma bolsa para, em seguida, mudar para um país onde falavam uma língua diferente da minha e que, portanto, não entendia. Depois de algumas semanas da minha chegada ao Brasil, comecei um período de reavaliações, reflexões, pensamentos, e questionamentos, sobretudo ao ter contato com outros estudantes estrangeiros, saber que passavam pela mesma situação que eu quando cheguei. Formou-se, então, a ideia de realizar uma pesquisa sobre este fenômeno de migração que, por buscar um aperfeiçoamento acadêmico, gerava diversas ambiguidades no estudante.

De acordo com minha experiência, quando uma pessoa sai do seu país, da sua cidade, de tudo aquilo que conhece, sua memória se fixará nesse momento em que escolheu mudar; lembrará daquele sobrinho pequeno que estava sempre no colo da irmã, do preço da comida favorita da mãe, ou daquele prédio velho, ou aquela rua com buracos, sendo esse fato desencadeador de sentimentos confusos, que têm por um lado, o interesse pelo que se desconhece e por outro lado a nostalgia que lhe faz sentir saudades daquelas coisas que formavam parte do seu dia a dia, lembrando-lhe a natureza de se sentir um estranho naquele “novo lar”.

Assim, todo aquele que entra numa cultura diferente da sua, terá a mesma confusão, chamada também de “conflito bicultural”, no qual a pessoa renuncia

seus costumes e valores aprendidos, e acolhe aqueles do lugar no qual agora reside, o que para o indivíduo poderia categorizar como trair sua pátria. No entanto, ele sabe que nesse novo lugar ele será sempre um forasteiro, sendo esses pensamentos persistentes e pouco benéficos para sua adaptação, como são abordados em diversos estudos com migrantes (por exemplo, Berry, Phinney, Sam & Vedder, 2006; Ward & Rana-Deuba, 1998).

Tudo isso conduz a pensar que, no ambiente estudantil, no qual a migração é um fenômeno de alto impacto, precisarão de um suporte psicológico que contribuirá para que esse processo tenha um ótimo desenvolvimento. Posteriormente, essa evolução deve ser refletida em resultados acadêmicos e socioculturais, em conjunto com a manutenção do bem-estar, e não somente no país de acolhida, pois este também é parte fundamental de seu processo de readaptação na volta.

Desta forma, e através de conversas e múltiplas vivências próprias, foi possível compreender que, independentemente da origem dos estudantes, existem motivações diferentes daquelas já conhecidas em outros estudos (por exemplo, Andrade & Teixeira, 2009), que relatam a ilusão de conhecer o velho mundo, com suas tradições milenares e diversas línguas. Essas outras motivações muitas vezes surgem na curiosidade do ser humano, naquele contínuo de ideais, de sonhos e de expectativas, e encontram no caso do Brasil, uma fonte de apoio, com aditivos como um território quase continental, uma população tão diversa como a população mundial. Mas, nesse contexto surgem também interrogações como: a pessoa que decide confrontar e vivenciar uma nova cultura está preparada para tudo o que esse projeto novo envolve?

Desta forma, saber como o estudante adquire, durante seu processo de adaptação, as ferramentas necessárias para a realização de seus objetivos, é motivação suficiente para a realização de um trabalho que analise o contexto social de um caminho onde o bem-estar da pessoa constitui-se como a base dos projetos a construir, e que, além disso, complemente os conceitos já estabelecidos nos contextos acadêmicos e sociais.

INTRODUÇÃO

O contato intercultural tem aumentado significativamente ao redor do mundo e é um fenômeno importante que atinge a milhões de pessoas. Mas nestes últimos anos, começou a ter uma maior relevância, dentro de diversas instituições e organizações, devido à importância crescente atribuída à qualidade de vida para que o indivíduo se desenvolva satisfatoriamente (Seidl & Zannon, 2004). O processo migratório, gerador desse contato, ocorre por várias razões, que são (*Organización Internacional para la Migración-OIM, 2006*):

- *migração por trabalho*: quando uma pessoa sai do país de origem para outro com a finalidade de trabalhar;

- *migração econômica*: pessoa que procura melhorar os padrões de vida em um país que não o seu;

- *refugiados*: pessoa que apresenta um temor fundamentado de perseguição por motivos de raça, religião, nacionalidade, pertença a um determinado grupo social ou opinião política, se encontra fora do país de sua nacionalidade e que não possa ou, em virtude desse temor, não quer valer-se da proteção desse país (de onde é procedente);

- *deslocados*: os indivíduos ou grupos de pessoas que foram forçadas ou obrigadas a fugir ou abandonar suas casas, para evitar os efeitos dos conflitos armados, violência generalizada, violação dos direitos humanos ou catástrofes naturais ou humanas;

- *Brain Drain*: migração de pessoas qualificadas ou talentosas no seu país de origem para outro país, motivadas por conflitos ou falta de oportunidades;

- *fortalecimento institucional*: reforçar as capacidades institucionais do governo e da sociedade civil, melhorando os seus conhecimentos, competências e habilidades, dentro da qual existe a mobilidade estudantil. Este pode ser um projeto com um governo parceiro ou, em outras circunstâncias, pode ser realizada através de uma agenda de cooperação multilateral ou bilateral desenvolvida pelas autoridades competentes.

Quando o processo é realizado por uma decisão individual, motivada pela conveniência pessoal, este escolherá o país ou a região na qual pretende melhorar suas condições de vida e perspectivas sociais, econômicas, educativas ou culturais. A duração desse processo pode ser temporária ou permanente, com a condição de legal ou ilegal (*International Organization for Migration* - IOM, 2006).

A IOM e o *Locus Insight* em 2012 desenvolveram uma ferramenta interativa, onde se apresenta num mapa a migração global de 215 milhões de pessoas no mundo. Com relação ao Brasil, os dados mostram o registro de 142,570 migrantes da América Latina que chegaram a este país em 2012, tendo este número de migrantes aumentado em 2013, com um taxa de migração de 0,3% (IOM, 2013). De acordo com o Fundo para as Populações das Nações Unidas (*United Nations Population Fund* - UNFPA), em 2013, 232 milhões de pessoas migraram, ou seja, cerca de 3,2% da população do mundo vivia fora de seus países de origem.

Uma das formas mais comuns de migração está associada à busca por educação superior e especializada de qualidade, indicado pelo aumento significativo no número de estudantes estrangeiros de graduação e pós-graduação no mundo, sendo este tipo de migração (conhecido como mobilidade estudantil) o tema a aprofundar. Castro (2011) menciona que os países pertencentes à

Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) recebem cerca de 1 milhão e 500 mil estudantes por ano, evidenciando que o fluxo menor provém da América Latina. Aqui, é importante mencionar que são poucas as informações disponíveis sobre os estudantes estrangeiros no Brasil, em comparação com a informação disponível sobre os brasileiros em outros países. De acordo com dados do Ministério das Relações Exteriores no Brasil (2012), os estrangeiros que mais buscaram Programas de Pós-Graduação no Brasil são de origem colombiana num total de 1333 estudantes, seguidos por 944 portugueses, 934 franceses e 745 angolanos. Os números fazem parte de um balanço feito pelo Ministério das Relações Exteriores sobre os vistos de estudantes requisitados nas representações brasileiras em 156 países (Agência Brasil, 2013). Estes estudantes vêm ao Brasil em busca de formação acadêmica em um dos 5098 cursos de Pós-Graduação registrados pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES, 2012), nas mais diversas áreas de conhecimento.

Devido ao aumento consistente no número de estudantes estrangeiros em universidades brasileiras, tem sido importante o desenvolvimento de pesquisas de impacto que possam contribuir para a compreensão desse contexto acadêmico intercultural (por exemplo, Andrade & Teixeira, 2009; García, 2012; Subuhana, 2007), se esboçando uma linha base para a proposição de futuras pesquisas onde se possa realizar uma serie de intervenções. Tais propostas devem reconhecer que, para este grupo de estudantes, somam-se vários desafios, como aquelas vivenciadas com o processo de adaptação à cultura de inserção. Estes indivíduos que saem do seu país temporariamente buscando a realização de uma tarefa

específica, com a intenção de voltar após a realização da mesma, como estudantes internacionais, são chamados de “*sojourners*” pela literatura internacional (Bochner, 2006). A vivência das experiências inerentes ao processo de aculturação pode gerar, nestes indivíduos, desde um estado geral de estresse (Sam, 2006) até o chamado choque cultural (Berry, 2006).

Várias pesquisas abordam as vivências inerentes à realização de algum curso em outro país, tais como: a busca da moradia apropriada para as suas necessidades; a diligência no fornecimento da documentação em questões legais; lidar com a língua, a comida, o clima, o modo de viver, a vestimenta; o modo de se relacionar; a administração do dinheiro e do tempo; e o modo de fazer amizades (Andrade & Teixeira, 2009; Berry, 2005; García, 2012; Subuhana, 2007; Samamé, 2006). Do mesmo modo, eles se acham imersos dentro de uma nova cultura, na qual vivenciaram valores, costumes, tradições e normas que não reconheceram como suas, e, portanto, terão que se esforçar para passar por essas mudanças para se adaptar de um modo mais rápido e apropriado para a cultura de acolhida (Basabe, Zlobina, & Páez, 2004; Ward, Bochner & Furnham, 2001).

Os resultados de um estudo realizado nos Estados Unidos informam que as taxas de evasão em cursos de doutorado podem chegar a 43% no contexto da modalidade estudantil internacional (Ampaw & Jaeger, 2012). Segundo essas autoras, os atributos individuais dos estudantes, tais como características sociodemográficas, experiências educacionais prévias em outros países, compromissos externos (com a família ou o com trabalho) e a existência de recursos financeiros afetam diretamente a experiência institucional dos estudantes através de sua integração social e acadêmica. Santos e Alves Jr. (2007), dentro

de seu estudo mencionaram que cerca de 40% dos alunos de mestrado apresentaram sintomas de estresse. Os principais estressores apontados pelos participantes dessa pesquisa foram a dificuldade de conciliar o tempo e as finanças com a dedicação necessária para a realização do curso, bem como a falta de incentivo e/ou motivação.

Visto que os desafios que apresentaram os estudantes estrangeiros podem interferir em seu processo adaptativo assim como dentro do trabalho acadêmico (Brislin, 1986), é imprescindível abordar o seu bem-estar psicológico no país de acolhida, sendo este definido como uma auto-avaliação vinculada às experiências e às atividades que uma pessoa vivencia, frequentemente associadas a se sentir vivo e realizado, percebendo essas atividades como algo que o completa e que atribui significado à sua vida (Waterman, 1993).

Dentre as dificuldades observadas, alguns estudos indicam aquelas relacionadas ao contexto social como especialmente relevantes (Andrade & Teixeira, 2009). Neste sentido, há a necessidade de os estudantes desenvolverem estratégias de aculturação e de enfrentamento ante estas dificuldades. A aculturação pode ser definida como um processo resultante do contato direto entre duas culturas, onde a pessoa mudará seu comportamento pela influência da cultura anfitriã ao longo do tempo (Berry, 2005). Tais estratégias fornecerão a manutenção de seu bem-estar e poderão fazer com que seu processo adaptativo seja facilitado. Segundo Moss (1993), o enfrentamento é um fator que pode ajudar as pessoas para manter a adaptação durante os períodos estressantes, acrescentando esforços cognitivos e comportamentais para reduzir ou eliminar condições estressantes e angústia emocional.

Em geral, o estudante estrangeiro, quando ingressa na vida acadêmica, começa por enfrentar uma série de demandas acadêmicas, sociais, pessoais e econômicas, as quais terá que responder de maneira favorável, tendo em conta um comportamento assertivo e seu bem-estar subjetivo. No entanto, estudos que abordem o bem-estar psicológico em estudantes internacionais de Pós-Graduação ainda são escassos, especialmente na área das Ciências Humanas. Os pesquisadores no Brasil que têm interesse no tema tendem a abordá-lo a partir de uma perspectiva da área da saúde (Louzada & Silva Filho, 2005) ou uma perspectiva da área organizacional (Scheerer, Minello, Scheerer & Moura, 2014; Rampi, 2009; Sebben, 2008; Freitas, 2001). Além disso, as pesquisas internacionais e nacionais que têm como foco os estudantes da Pós-Graduação, em geral, não envolvem ou mencionam a situação na América Latina, tendo como foco, por exemplo, os Estados Unidos, Canadá, Inglaterra, Alemanha, Holanda, França ou Austrália.

Neste sentido, sugere-se a relevância de aprofundar alguns construtos propostos pela literatura que podem auxiliar na compreensão do processo de manutenção do bem-estar subjetivo de estudantes estrangeiros em outra cultura. Para tanto, sugere-se a relevância de utilizar a literatura derivada da Psicologia Positiva, que poderá informar com relação ao bem-estar e seus correlatos, construtos que serão apresentados a seguir.

PSICOLOGIA POSITIVA

O estudo dos aspectos positivos da experiência humana tornou-se um desafio para a psicologia, na sua busca por compreender e fortalecer tais fatores, permitindo desenvolver indivíduos, comunidades e sociedades (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Tal campo teórico e empírico passou a chamar-se de Psicologia Positiva, que se define como o estudo científico das experiências positivas, os traços individuais positivos, as instituições que facilitam seu desenvolvimento e programas que permitam melhorar a qualidade de vida dos indivíduos, prevenindo e ou reduzindo as incidências psicopatológicas decorrentes das condições de vida adversas (Seligman, 2005).

Dentro da Psicologia Positiva encontra-se o interesse no estudo de forças humanas, virtudes e as emoções positivas, potencializando a saúde e o bem-estar para o favorecimento do crescimento pessoal, permitindo sentimentos de satisfação com a vida, ter esperança, ser otimista e se perceber mais feliz (Fredrickson, 2001). O bem-estar é um dos construtos que contribuiu para a formação deste campo de estudo, com pesquisas e abordagens teóricas diferenciadas e bem-estruturadas, sendo escolhido como foco deste trabalho.

Bem-estar

Segundo García-Viniegras e González (2000), o bem-estar é uma experiência pessoal vinculada ao presente que também tem uma projeção ao futuro, já que relaciona-se com os objetivos humanos. Neste sentido, o bem-estar

surge do equilíbrio entre as expectativas (projeção do futuro) e os objetivos (valoração do presente).

Para a Real Academia da Língua Espanhola (RAE-2001), bem-estar pode ser definido como “estado da pessoa no que diz respeito ao bom funcionamento de sua atividade somática e psíquica”. Na literatura psicológica, duas teorias de bem-estar são mais comumente conhecidas e pesquisadas, sendo apresentadas brevemente a seguir.

Bem-estar psicológico

Em primeiro lugar, encontra-se o construto chamado de bem-estar psicológico, proposto por Ryff (1989). O modelo teórico proposto por esta autora foi criado na década de 1980 tomando por base abordagens teóricas antecedentes acerca do funcionamento humano positivo. De acordo com esta proposta, o bem-estar é considerado um conceito multidimensional, que surge a partir das potencialidades humanas, sendo composto por seis dimensões: 1) *autonomia* (i.e., independência, resistência a pressões sociais, regulação interna do comportamento); 2) *domínio ambiental* (i.e., competência em lidar com o ambiente externo, controle de um conjunto complexo de atividades externas, uso apropriado das oportunidades); 3) *desenvolvimento pessoal* (i.e., desenvolvimento contínuo, percepção de crescimento e expansão de si, abertura à novas experiências); 4) *relações interpessoais positivas* (i.e., ter relacionamento satisfatórios com pessoas a quem pode confiar, preocupação pelo bem-estar de outros, empatia, etc.); 5) *sentido de vida* (i.e., tem objetivos na vida e um senso de direção, percepção de que a vida tem um significado); e 6) *auto-aceitação* (i.e.,

atitude positiva sobre si mesmo, reconhecimento e aceitação de seus múltiplos aspectos, incluindo qualidades e defeitos) (Ryff, 2014).

Bem-estar subjetivo

A segunda proposta teórica define o construto bem-estar subjetivo, que de acordo como Veenhoven (1991), é o grau com que uma pessoa julga sua vida como um todo a partir de um enfoque positivo; tratando da avaliação pessoal do quanto se está satisfeito com sua própria vida, em relação tanto aos seus pensamentos quanto aos seus afetos. Este construto é composto por duas dimensões principais: uma dimensão cognitiva, chamada *satisfação com a vida*, e outra afetiva/emocional, que é composta tanto pelos afetos positivos como pelos afetos negativos vivenciados pelo indivíduo. Esta é a abordagem do bem-estar mais pesquisada e divulgada na literatura, tendo sido a escolhida para ser utilizada nesta dissertação.

Pesquisas acerca do bem-estar

Costa, McCrae e Zonderman (1987) sugeriram que pessoas que passavam por situações de mudança em algum momento da vida (seja mudar de casa, de país, de emprego, de estado civil, de escola) não mostravam mudanças em seu nível de bem-estar psicológico, quando foram comparadas com pessoas que não haviam mudado seu estilo de vida. No entanto, observou-se uma mudança momentânea no nível de bem-estar das mesmas, influenciado pelas situações vivenciadas, mas que depois voltavam a sua linha de base. Assim, ao indagar sobre as pesquisas acerca do bem-estar, aparecem estudos dentro da abordagem da Psicologia Positiva, focados no bem-estar psicológico, que surgiram pela

preocupação relacionada à qualidade da condição de vida dos indivíduos (Ryff, 1989; Keyes, Ryff & Shmotkin, 2002).

Em outros estudos são abarcados temas como a felicidade, o prazer e a qualidade de vida, associados com o aspecto físico, econômico ou a inteligência (Diener, Lucas & Oishi, 2002, Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999, Diener, & Oishi, 2000), nos quais foi determinado que tanto a satisfação com a vida, quanto o componente afetivo do bem-estar subjetivo, são influenciados pela avaliação que o sujeito faz sobre os eventos, as atividades e as circunstâncias que já vivenciou. No entanto, apesar de serem associados, esses componentes podem diferir em seu conteúdo, pois a satisfação representa uma avaliação geral da vida, enquanto os afetos dependem mais das reações frente a situações específicas (García-Viniegras, 2005).

Pesquisas acerca das fontes da felicidade e satisfação com a vida a partir de uma abordagem sociodemográfica (Alarcón, 2001; Dela Coleta & Dela Coleta, 2006; Gouveia, Barbosa, Andrade & Carneiro, 2005) não apresentaram resultados significativos para explicar porque uma pessoa está ou não satisfeita. Também foram observadas pesquisas relacionadas com o bem-estar subjetivo em estudantes (Coppari, et. al . 2012; Cornejo & Lucero, 2005; Vera, Figueroa, Quintana & Rodriguez, 2014; Vera, Yañez & Grubits, 2013), que indicaram que estes apresentam um alto nível de satisfação com a vida e de afetos positivos, levando em conta que esses resultados têm uma estreita interação entre fatores objetivos e subjetivos, condições de vida, aspirações, metas, que variam num determinado momento, contexto social e cultural.

González, Montoya, Casullo e Bernabéu (2002), num estudo realizado com adolescentes na Espanha, evidenciaram associação entre o bem-estar e as estratégias de enfrentamento. No entanto, não indicaram qual desses tópicos influi no outro, observando que os adolescentes utilizam diferentes estratégias de enfrentamento de acordo como o nível de bem-estar. Tais resultados também foram observados por Cornejo e Lucero (2005) com estudantes universitários. A partir dos estudos mencionados, percebe-se que a forma como os indivíduos avaliam e enfrentam as situações vivenciadas podem contribuir como um fator de proteção para o nível de bem-estar subjetivo dos indivíduos. Neste sentido, sugere-se a relevância de investigar esse construto, especialmente devido às situações adversas vivenciadas pelos *sojourners*.

Estratégias de Enfrentamento

A maioria das pessoas tem que enfrentar situações estressantes em ocasiões diversas que podem perturbar seu bem-estar. Devido ao nível de estresse vivenciado, os indivíduos desenvolvem estratégias para lidar com tais circunstâncias, de forma a manter um equilíbrio e assim alcançar uma adaptação satisfatória dentro de qualquer ambiente. Em seguida abordaremos algumas definições sobre as estratégias de enfrentamento, também conhecido como “*coping*”.

Segundo Lazarus e Folkman (1984) o enfrentamento é um processo cognitivo e comportamental que se encontra envolvido em constantes mudanças, onde o indivíduo tem que lidar com as demandas externas e/ou internas que são avaliadas como excessivas para seus próprios recursos. Moss (1993) propõe uma definição bastante similar, estabelecendo a existência de um fator que pode ajudar as pessoas a adaptar-se durante períodos estressantes. Este fator sobrepõe esforços cognitivos e comportamentais para atenuar ou eliminar as condições estressantes e angústia emocional. A partir dos conceitos mencionados, pode-se dizer que as estratégias de enfrentamento ajudam o indivíduo a alcançar um maior nível de bem-estar subjetivo em sua vida (Mikulic & Crespi, 2008).

Contexto e Pesquisas Acerca das Estratégias de Enfrentamento

A teoria sobre o enfrentamento surge a partir dos mecanismos de defesa propostos por Freud (1923), considerados inconscientes. Neste sentido, as diferentes estratégias são subordinadas aos mecanismos, contribuindo para ajudar a acalmar ou a evitar a dor (Casullo, 1998). O estudo do enfrentamento ou *coping* teve seu auge ao final dos anos 1960, em várias pesquisas relacionadas

ao estresse, apresentando diferenças entre os comportamentos defensivos que são rígidos, obrigatórios e que deformam a realidade e aqueles que são flexíveis, têm um objetivo e estão orientadas a uma realidade (Rodriguez, 2010).

As estratégias de enfrentamento foram classificadas como aquelas estratégias focadas no problema, ou, na emoção. O primeiro manipula ou dirige o problema que leva à solução e a segunda refere-se a todas as atividades destinadas a regular as respostas emocionais resultantes da situação estressante, dos esforços cognitivos ou comportamentais, para evitar pensar sobre o estresse ou para tentar reduzi-lo através de comportamentos de fuga (Llull, Zanier & García, 2003).

Uma das abordagens teóricas mais divulgadas é aquela proposta por Tobin, Holroyd, Reynolds e Kigal, (1989), posteriormente adaptada por Cano et al. (2007), que apresenta 8 estratégias específicas de enfrentamento, apresentadas a seguir:

- 1) *Resolução de problemas*: orientada a suprimir o estresse modificando a situação que o produz;
- 2) *Autocrítica*: crítica direcionada a si mesmo, gerando culpa pelo acontecimento estressante ou uso inadequado;
- 3) *Expressão emocional*: dirigida para liberar as emoções que acontecem no processo de estresse;
- 4) *Pensamento desiderativo*: reflete, de forma repetitiva, o desejo de que a realidade não fosse estressante;
- 5) *Apoio social*: relacionado com a busca de apoio emocional;
- 6) *Reestruturação cognitiva*: modificam o significado da situação estressante;

- 7) *Evitação de problemas*: inclui a negação e/ou evitação de pensamentos ou atos relacionados ao acontecimento estressante;
- 8) *Afastamento social*: o indivíduo deixa de participar socialmente, se afastando de amigos, familiares, ou pessoas significativas, associadas com a reação emocional no processo estressante.

São diversas as pesquisas que giram ao redor dessas estratégias de enfrentamento, por ser um tema de interesse produtivo em diversos contextos. Neste sentido, pode-se observar que as estratégias de enfrentamento são influenciadas pela cultura de inserção e surgem de acordo com as vivências estressantes pelas quais cada indivíduo passa ao longo da vida, como por exemplo, mudar de país, de colégio, de casa, de emprego, lidar com a morte ou doença de um ente querido, o divórcio, entre outros, o que lhe atribui um significado valorativo complexo. Cada um dos estudos mencionados sugere a importância de identificar o tipo de estratégias de enfrentamento que o indivíduo prefere utilizar em busca de sua estabilidade emocional.

Em um contexto social mais amplo, Guedea et al. (2006) observaram a utilização da reestruturação cognitiva em uma amostra de idosos brasileiros, como forma direta de enfrentar os problemas. Estes autores também observaram que a satisfação com a vida tem uma maior relação com o apoio social e outros tipos de estratégias focadas nos aspectos cognitivos. García e Ilabaca (2013), por sua vez, apresentam seus achados que indicam que algumas das estratégias mais utilizadas devido à ruptura de casais são a evitação de problemas e o apoio social, pois estas têm maior relação com o bem-estar psicológico.

No contexto organizacional, González-Trijueque et al. (2012) observaram que as estratégias focadas nas emoções eram as mais utilizadas por trabalhadores latino-americanos na Espanha. Por outro lado, no âmbito clínico, Llull et al. (2003) em um estudo longitudinal realizado em pacientes com câncer, observaram que as estratégias de fuga (ex.: pensamento desiderativo) são as mais associadas com a redução da qualidade de vida. A percepção das estratégias de fuga como formas disfuncionais de lidar com as dificuldades também é sugerida por uma meta-análise realizada por Páez e Costa (2014) sobre a regulação emocional no local de trabalho.

Dentro do contexto educativo, Mikkelsen (2009) observou que uma das estratégias mais utilizadas por jovens universitários no Peru são aquelas dirigidas à procura de apoio social, que, por sua vez, se relaciona significativamente com a satisfação com a vida. Bardi e Guerra (2011) realizaram uma pesquisa com 3 estudos diferentes em uma população de estudantes internacionais. Seus resultados indicaram a existência de uma relação entre os valores culturais e as estratégias de enfrentamento escolhidas pelos estudantes para lidar com as dificuldades vivenciadas em um país estrangeiro. Estas autoras sugerem que, para compreender o bem-estar e as estratégias de enfrentamento, faz-se necessário investigar os valores e a cultura de inserção dos participantes. Neste sentido, propõe-se a utilização de dois construtos associados: estratégias de aculturação e valores humanos.

CULTURA E VALORES

A cultura é o conjunto de todas as formas, modelos ou padrões, que podem ser explícitos ou implícitos, através do qual uma sociedade se manifesta ou através de um coletivo. Inclui as regras, normas, costumes, práticas, códigos, vestimentas, religiões, normas de comportamento e sistema de crenças. O termo cultura tem vários significados a partir das diferentes disciplinas, as quais são a sociologia, a antropologia e a psicologia (Noriega, Carvajal, & Grubits, 2009). Dentro da cultura existe uma diversidade de crenças, valores, costumes, religiões e modo de se comportar, mas quando entram em contato duas culturas existe um sentido de pertença forte pela cultura de origem e um sentido de identidade comportamental mais forte pela cultura de acolhida durante o tempo de permanência, surgindo o processo aculturativo (Basabe, et al., 2004).

Aculturação

A aculturação define-se segundo o Dicionário Aurélio da Língua Portuguesa (2008), como o “fenômeno pelo qual um grupo de indivíduos de uma cultura definida entra em contato com uma cultura diferente e se adapta a ela ou dela retira elementos culturais”. Segundo Aguirre (1997), a aculturação é o processo resultante do contato direto e contínuo entre duas culturas, onde os membros de um grupo cultural adotam os comportamentos e as crenças do outro grupo. Além disso, a aculturação ocorre no sentido em que um grupo minoritário adota os hábitos e padrões da linguagem de um grupo dominante. A aculturação pode ser recíproca, ou seja, o grupo dominante também adota padrões do grupo

minoritário, demonstrando que este conceito tem um foco a partir de uma perspectiva mais cultural do que psicológica.

No entanto, a literatura da área demonstrou interesse nos processos psicológicos envolvidos no processo de aculturação. No começo o termo 'aculturação' foi introduzido dentro de estudos com abordagens antropológicas e sociológicas, com ênfases na assimilação e na integração de uma cultura sobre outra. Posteriormente, pesquisas sobre o tema foram introduzidas na Psicologia Social, os processos adaptativos e as competências interculturais (Albert, 2004).

Neste sentido, com base nos estudos realizados por Berry (2005), a aculturação psicológica é definida como um processo duplo entre a mudança cultural e a psicológica, que ocorre como resultado do contato entre dois ou mais grupos culturais. Graves (1967, citado em Berry, 2005) introduziu este termo para descrever o processo de mudanças nas atitudes, estilos de vida, comportamentos, valores e identidade, e outros processos que acontecem num nível pessoal, em indivíduos pertencentes a grupos que se encontram no processo de aculturação.

Vários pesquisadores também tiveram interesse em encontrar os componentes da aculturação, descrever seus padrões de mudança, encontrar os fatores que a influenciam, criando e usando instrumentos da avaliação. Uma das principais referências neste campo, Berry (1997), pois dentro de suas pesquisas refere que quando duas culturas entram em contato, sofrem alterações e influências mútuas. No entanto, a tendência geral é a existência de desigualdades na magnitude das mudanças e influências, tornando o processo aculturativo mais complexo.

Em seus estudos, Berry (2011) mostrou que, no que diz respeito às atitudes que o indivíduo tem para com o processo aculturativo, surgem as chamadas “estratégias aculturativas”, originadas pela resposta a duas questões: quando o indivíduo entra em contato com a cultura de acolhida, ele deseja manter a própria cultura? Ou ele deseja entrar em contato e conhecer profundamente a nova cultura?

Para Berry (1997), existem quatro estratégias principais identificadas nesse processo:

1. *Assimilação*: quando o indivíduo busca entrar em contato com a cultura de acolhida, mas rejeita a própria cultura. Por exemplo: o migrante começa a falar coisas ruins da sua cultura e prefere adquirir costumes, valores e comportamentos da nova cultura;

2. *Integração*: o indivíduo mantém sua cultura de origem e é capaz de aceitar a cultura do país de acolhida. Por exemplo: o migrante mantém seus costumes, valores e comportamentos, mas adiciona repertórios comportamentais, atitudes e valores que o fazem adaptar-se mais facilmente às novas situações vivenciadas;

3. *Separação*: ocorre quando o indivíduo deseja manter sua identidade cultural e se recusa a ter qualquer contato com a cultura de acolhida. Por exemplo: o migrante só mantém contato com as pessoas de seu país de origem, se afastando das pessoas do país anfitrião;

4. *Marginalização*: o indivíduo rejeita sua cultura de origem assim como a cultura de acolhida. Essa estratégia gera alienação e perda da identidade. Por exemplo: a pessoa se afasta das pessoas de sua cultura de origem, falam mal

dos comportamentos, atitudes e valores, mas não consegue integrar novos comportamentos ou valores para lidar com as situações vivenciadas na cultura de acolhida.

Alguns estudos realizados com migrantes sugerem que a estratégia aculturativa preferida é a integração (Martínez et al., 2007; Navas et al., 2006; Ward & Rana-Deuba 2008; Yañez & Cardenas, 2009). Tais resultados foram observados em adolescentes mexicanos em comunidades com altas taxas de migração (Dominguez & Polo, 2006), e em estudos transculturais, tanto em adolescentes (Berry, et. al. 2006) como em adultos (Ward & Searle, 1991). Neste sentido, a literatura sugere que a estratégia de integração à cultura de acolhida é a que melhor se associa com a adaptação psicológica e sociocultural (Besabe, et. al, 2004).

A adaptação psicológica está relacionada com o bem-estar experimentado como resultado do contato cultural. A adaptação sociocultural envolve a execução de habilidades sociais necessárias para funcionar adequadamente em um ambiente cultural complexo (Ward, et. al, 2001). A primeira pode-se reconhecer dentro das abordagens do estresse ou as psicopatologias, e a adaptação sociocultural pode-se observar mais estreitamente relacionada com o conjunto de competências sociais (Ward & Kennedy, 1994).

Segundo Ward e Kennedy (1994), os preditores observados da adaptação psicológica são o apoio social percebido, traços de personalidade e acontecimentos vitais. No que diz respeito aos preditores da adaptação sociocultural, encontrou-se a distância cultural, o nível de conhecimento cultural, discriminação percebida, grau de contato com a cultura de acolhida, e numa

revisão feita por Besabe et al. (2004), o nível educativo, o tempo de estadia no país de acolhida, a idade e o gênero.

Sabendo que a população migrante pode apresentar estresse aculturativo devido a um processo frustrante de adaptação, pode-se denotar que as pessoas podem experimentar alterações físicas e emocionais adversas como resultado do ajustamento complexo a ser efetivado num contexto cultural desconhecido ao seu. Além disso, segundo Berry (2005), o estresse aculturativo surge a partir de experiências estressantes num encontro com os valores e costumes da cultura do migrante em um contexto cultural diferente.

Ward e Kennedy (1994) mencionam que estudar em outro país é um evento estressante, e os estudantes que sabem lidar com esse estresse têm melhores competências interculturais. Dentro de estudos realizados com universitários (Castro, 2010; Mariel & Zubieta, 2012; Varela, 2004), pode-se enfatizar novamente a estratégia integrativa como preferida, revelando que este estilo traz uma melhor adaptação psicológica, maior satisfação com a vida e melhor desempenho acadêmico em comparação com aqueles estudantes que escolhem o modo de marginalização, que, por sua vez, apresentam aumento em sintomas de estresse ou psicossomáticos.

As diversas dificuldades vivenciadas no processo de adaptação a uma nova cultura podem afetar diretamente o nível de bem-estar dos estudantes estrangeiros, afetando, conseqüentemente, o seu trabalho acadêmico. Segundo Brislin (1986), existem diferentes etapas pelas quais o estrangeiro atravessa, as quais são consideradas como fatores essenciais para alcançar a adaptabilidade

do estudante através de sua integração na cultura de acolhida, as quais são mencionadas a seguir:

- a) *etapa do contato intercultural* – é aquela que acontece no começo do contato com as pessoas do país anfitrião, sendo caracterizada por relações afetuosas, mas superficiais, com uma mistura de euforia e ânsia por achar coisas novas;
- b) *etapa de crises/ desintegração* – o que no começo era percebido como atraente para as pessoas que chegam no país de acolhida, com o tempo passa a ser percebido como dificuldade, já que o indivíduo age de uma forma que não é considerada adequada nesse contexto;
- c) *etapa da recuperação/autonomia* – o indivíduo busca esforçar-se para superar as emoções e sentimentos que eles experimentaram durante a fase de crise. O indivíduo se mostra relaxado, com a capacidade de criar empatia, autoconfiança e capaz de manter relacionamentos estáveis; e
- d) *etapa de adaptação/ independência* – nesta última etapa, a pessoa será capaz de trabalhar mais com seu ambiente, além de desfrutar mais da sua experiência no país, desenvolver sua criatividade, sua capacidade de falar abertamente com humor e sua confiança nas pessoas.

Mahmud e Schölmerich (2011) mencionam que, para uma adaptação ótima, é necessário fazer uso da estratégia integrativa dentro das duas culturas, pois ela contribui para o favorecimento da qualidade de vida e a satisfação com a vida, tanto do migrante como da sociedade receptora. Por outro lado, González (1993)

sugere que um dos principais determinantes do sucesso na adaptação de um estrangeiro a um país anfitrião é a existência de uma interação direta dos estudantes com famílias nativas daquele país.

No mesmo contexto acadêmico, pode-se destacar um estudo realizado por Andrade e Teixeira (2009), que observaram que as dificuldades encontradas nos estudantes são relativas à busca de serviços de saúde e de qualidade, ajuda para orientação ao chegar à cidade, e à busca de moradia. Dentro da mesma temática, García (2012) menciona que o estudante estrangeiro que chega ao Brasil, apresenta problemas em estabelecer amizades com brasileiros. Subuhana (2007), por sua vez, sugere que os estudantes mostram dificuldades em questões socioeconômicas, burocráticas e com certos estereótipos que são criados com relação ao imigrante. Ou seja, a maioria destes estudantes poderia ter seu processo de adaptação e de busca por bem-estar atrasado, pois apresentar dificuldades que interferem não só na vida acadêmica, mas também na pessoal. Estes autores sugerem a importância de interagir com eles num processo de treinamento para a conscientização das estratégias aculturativas.

Nesta busca em que os estudantes estrangeiros se encontram, de integração dentro de uma cultura diferente, há tentativa de manter seus próprios valores no enfrentamento de desafios pessoais, sociais e emocionais, para alcançar sua satisfação. Conseqüentemente, um fator de impacto no processo de adaptação é a possível diferença observada pelos estudantes nos valores considerados importantes no país anfitrião, que podem entrar em choque com seus valores pessoais. Neste sentido, faz-se necessário investigar os valores humanos, construto apresentado a seguir.

Valores Humanos

Para a Real Academia de Língua Espanhola (RAE-2001), dentro de suas primeiras definições, a palavra valor (do latim *valor-ōris*), em nosso contexto pode ser definida como: “grau de utilidade ou adequação das coisas, para satisfazer às necessidades ou proporcionar conforto ou prazer”. Na literatura psicológica, definidos como princípios guia na vida das pessoas, os valores representam aquilo que é considerado importante para um indivíduo (Bardi & Goodwin, 2011). Estes orientam os objetivos, as atitudes e o comportamento individual, fornecendo duas funções básicas: motivar o comportamento e expressar as necessidades humanas básicas (Fischer, Milfont & Gouveia, 2011; Gouveia, Milfont, Fischer & Santos, 2008).

Estudos Acerca dos Valores Humanos

Dentro da literatura, podem-se observar variações no significado dos valores, já que são abordados desde áreas diversas como a psicológica, a sociológica, e a antropológica. A partir da área antropológica, Kluckhohn (1956, citado por Hernández, 2000) menciona que os valores podem explicar como cada cultura tenta responder às questões decorrentes de problemas sociais atuais e considera que em cada cultura existem valores dominantes, que correspondem ao grupo dominante (ex.: políticos, indivíduos de classes socioeconômicas altas), e valores variantes, que correspondem aos subgrupos sociais (ex.: pessoas sem poder social ou minorias).

Por outro lado, na literatura sociológica, Hofstede (1984, citado por Guerra, 2005) menciona que os valores são aprendidos a partir da cultura de inserção, que funciona como uma programação mental. Cada indivíduo carrega consigo

pensamentos, sentimentos e ações que são resultados de uma aprendizagem contínua, sendo construídos socialmente e regidos pela sociedade em que o indivíduo interage.

A partir do enfoque psicológico, Maslow (1954) destacou a importância dos valores, que são vistos como manifestações das tendências do ser humano a expressar e realizar suas potencialidades. Portanto, o homem está imerso num mundo de valores que derivam do conhecimento de si mesmo, das coisas, das pessoas, dos eventos e que a única maneira de alcançá-los é através da autorrealização. Esta, por sua vez, é alcançada através da satisfação das necessidades.

Um dos pioneiros da Psicologia no estudo dos valores, Rokeach (1973), menciona que os valores são essas crenças que o ser humano possui acerca dos estados finais (valores terminais) e/ou comportamentos desejáveis (valores instrumentais), que transcendem situações específicas, e orientam a seleção e avaliação das situações e dos comportamentos. Schwartz (1994, p. 21), que desenvolveu seus estudos dos valores a partir das contribuições de Rokeach (1973), define os valores como “metas desejáveis e transituacionais, as quais variam em importância e que servem como princípios na vida de uma pessoa ou de outra entidade social”. Segundo ele, o aspecto fundamental do conteúdo que diferencia os valores é o tipo de meta motivacional que expressam. Assim, os valores são representados através de metas conscientes, as respostas que todos os indivíduos e as sociedades devem dar a três requisitos universais:

- a) Às necessidades dos indivíduos como organismos biológicos;
- b) Aos requisitos coordenados para uma boa interação social; e

c) Aos requisitos para o bom funcionamento e sobrevivência de grupos.

Schwartz (1994) propôs, através de uma estrutura circular, a existência de dez domínios básicos dos valores: universalismo, benevolência, tradição, conformidade, segurança, poder, realização, hedonismo, estimulação e autodirecionamento.

Gouveia (2003) propõe uma classificação mais recente dos valores humanos, tomando como base a teoria das necessidades humanas proposta por Maslow (1954). Este autor define os valores como “categorias de orientação que são desejáveis, baseadas nas necessidades humanas e nas pré-condições para satisfazê-las, adotadas por atores sociais, podendo variar em sua magnitude e nos elementos que as constituem” (Gouveia, 2003, p. 433).

A Teoria Funcionalista dos Valores Humanos (Gouveia, 2013) baseia-se em três pressupostos principais:

- a) Admite a natureza benevolente do ser humano;
- b) Assume que os valores são representações cognitivas das demandas sociais e necessidades individuais, que têm como objetivo limitar os impulsos pessoais e assegurar um ambiente adequado; e
- c) Considera apenas os valores terminais (por exemplo, amizade genuína ou harmonia interna), o que significa que revelam propósitos em si mesmos.

Esta teoria identifica duas funções consensuais dos valores: os valores guiam as ações e refletem as necessidades humanas. A primeira função abarca três tipos de orientações valorativas (social, central e pessoal), e a segunda função classifica os valores de acordo com seu tipo de motivação (materialista e

idealista / humanitária). Assim, segundo Gouveia (2013), a união dessas duas funções de valores gera seis subfunções:

- 1) *Experimentação* – expressa a importância da busca por emoções fortes como um critério central de orientação para os comportamentos individuais. É a associação entre a função pessoal e uma motivação idealista. Contém os valores de *emoção, prazer e sexo*;
- 2) *Realização* – expressa a importância da busca pelo reconhecimento de terceiros, sendo a associação entre a função pessoal e uma motivação materialista. Contém os valores *êxito, poder e prestígio*;
- 3) *Interativa* – expressa a importância da busca por relacionamentos interpessoais em seus diversos níveis, sendo a associação entre a função social e uma motivação idealista. Contém os valores *afetividade, apoio social e convivência*;
- 4) *Normativa* – expressa a importância da busca por segurança e manutenção das regras dos grupos sociais. É a associação da função social com uma motivação materialista. Contém os valores *obediência, religiosidade e tradição*;
- 5) *Existência* – expressa a importância da busca por segurança física, sendo considerada a associação entre a função central e uma motivação materialista. Contém os valores *estabilidade pessoal, saúde e sobrevivência*; e
- 6) *Suprapessoal* – expressa a importância da busca por autorrealização e conhecimento, sendo a associação entre a função central e uma

motivação idealista. Contém os valores *beleza, conhecimento e maturidade*.

Na perspectiva adotada, pode-se inferir que o sistema individual de valores exerce influência no nível de bem-estar geral das pessoas, tendo em vista que os valores estão conectados às necessidades e atitudes dos seres humanos (Fonseca, Chaves & Gouveia, 2006). Também influencia na avaliação do bem-estar subjetivo, pois os valores priorizados embasam os julgamentos elaborados sobre as próprias vivências e possibilidades futuras.

Para Guerra (2005), os valores são aqueles que influenciam fortemente as atitudes e as ações, servindo como modelos para avaliar a conduta humana. Os valores levam os indivíduos a refletir sobre as qualidades humanas reais ou desejáveis e seus comportamentos, construídos ao longo da vida e da interação diária com vários indivíduos, de culturas diferentes ou pertencentes à própria cultura de inserção. No entanto, Bardi e Goodwin (2011) sugerem que eventos externos podem iniciar um processo de mudança nos valores a partir de duas rotas específicas: um novo ambiente pode instruir os indivíduos de forma automática, sem que estes tenham consciência dessa instrução; ou o novo ambiente pode, de forma consciente para o indivíduo, desafiar as prioridades valorativas, causando uma mudança adaptativa.

Tais propostas teóricas indicam que a cultura é um dos principais fatores de influência sobre o comportamento humano, onde os valores aprendidos orientam a conduta individual. Neste sentido, é imprescindível o uso de ferramentas culturais adequadas para o enfrentamento apropriado de eventos estressantes, de forma a garantir uma manutenção de seu nível de bem-estar subjetivo.

JUSTIFICATIVA E OBJETIVOS

Considerando que são vários os fatores intervenientes no bem-estar subjetivo de um estudante estrangeiro, é importante abordar essa teoria a partir de um enfoque mais específico. Neste sentido, no contexto brasileiro/latino-americano, tornou-se de suma importância investigar quais são os construtos que têm maior influência no bem-estar subjetivo dos estudantes que se inserem em uma cultura diferente (cultura de acolhida), com valores e costumes diferentes, durante a busca de uma adaptação eficaz e eficiente.

Tais estudos podem gerar propostas de intervenção que auxiliem na adaptação destes estudantes. Neste sentido, também se quer elevar a qualidade da produção científica com a participação multicultural, gerando um intercâmbio de investigações, ideias e temas, na busca de contribuir com a elaboração de estratégias adequadas para a formação de pesquisadores nacionais e internacionais. Levar em consideração essas variáveis pode trazer luz a algumas questões importantes e pouco exploradas no contexto nacional, tais como a influência cultural para os estudantes estrangeiros, como são desenvolvidas as habilidades e atitudes para com a cultura de acolhida e sua influência na formação do pesquisador acadêmico. Além disso, a universidade poderá utilizar tais informações para elaborar novas estratégias para receber estudantes estrangeiros, de forma a contribuir com o desenvolvimento das ferramentas necessárias para se desenvolver pessoal, acadêmica e socialmente, trazendo maior bem-estar e qualidade de vida.

Conseqüentemente, supõe-se que a vivência de uma formação profissional extensa e continuada, tanto no país como no exterior, possa afetar de forma significativa o bem-estar subjetivo desses profissionais, sendo este também influenciado pelas estratégias de enfrentamento utilizadas e pelos valores considerados importantes pelos participantes. Tomando como base a literatura internacional, é imprescindível aprofundar este tema, já que a cultura é determinante nos papéis sociais, políticos, familiares, econômicos e religiosos.

Objetivos

O objetivo deste estudo consiste em investigar a relação que as estratégias de aculturação, as estratégias de enfrentamento e os valores humanos estabelecem com o bem-estar subjetivo de estudantes provenientes da América Latina (tendo como língua nativa o espanhol) que realizam um curso de Pós-Graduação em universidades do Brasil, durante o processo de adaptação.

Objetivos específicos

O presente projeto se baseou em cinco objetivos específicos:

1. Levantar o perfil aculturativo dos estudantes da América Latina que estão realizando Pós-Graduação no Brasil;
2. Identificar o tipo de estratégia de enfrentamento que os estudantes utilizam ao vivenciar um desafio neste contexto;
3. Identificar as prioridades valorativas dos estudantes;

4. Investigar possíveis diferenças no bem-estar, nas estratégias (aculturativas e enfrentamento) e nos valores de acordo com o sexo dos participantes;

5. Identificar as experiências vivenciadas no processo de adaptação à cultura brasileira, suas estratégias de enfrentamento e as aculturativas.

Panorama dos Estudos

Com base nos objetivos indicados anteriormente, foram realizados dois estudos. O primeiro estudo investigou a relação entre o bem-estar subjetivo e as estratégias de aculturação, as estratégias de enfrentamento e os valores humanos, assim como também se identificaram os perfis dos estudantes, que são provenientes da América Latina e que realizam um curso de Pós-Graduação em universidades do Brasil.

O segundo estudo investigou as experiências vivenciadas no processo de adaptação à cultura Brasileira dos estudantes que realizam um curso de Pós-Graduação com tempo de permanência mínima de seis meses na Universidade Federal de Espírito Santo, provenientes da América Latina que têm como língua nativa o espanhol. Pretende-se com esses dois estudos apresentar de modo mais específico como o bem-estar subjetivo e as experiências vivenciadas pelos estudantes influenciam no processo adaptativo à cultura brasileira.

ESTUDO I

Esse estudo tem por objetivo identificar o perfil dos estudantes estrangeiros no que diz respeito às suas estratégias de aculturação, estratégias de enfrentamento e aos valores humanos, bem como as relações que estes estabelecem com o bem-estar dos estudantes.

Método

Participantes

A amostra é não probabilística de conveniência, sendo que a natureza da nossa pesquisa envolve estudantes da América latina que têm como língua nativa o espanhol e realizam atualmente cursos de pós-graduação em universidades brasileiras.

Neste estudo, participaram 103 pessoas das quais 65% realizam curso de mestrado e o 35% restante curso de doutorado, sendo 54 homens (52,4%) e 49 mulheres (47,6%), com idades compreendidas entre 22 e 52 anos ($M=29,43$; $DP=4,35$). A maioria dos respondentes são solteiros (80,6%), sem filhos (89,3%), de religião católica (44,7%), possuem bolsa de estudos (87,4%) e provêm de universidades públicas (91,3%).

Instrumentos

Os participantes responderam a um questionário feito em espanhol, sendo formados pelos seguintes instrumentos:

Questões sociodemográficas. Os participantes foram convidados a responder perguntas para caracterização da amostra, compreendendo idade, sexo, nacionalidade, estado civil, se têm filhos e quantos, tempo de residência no

Brasil, cidade onde reside, se tem parceiro, de que país é, se moram juntos, religião, o nível de religiosidade (eles responderam o quanto se consideram religiosos em uma escala, tipo Likert, de 5 pontos, em que 1 é nada e 5 é muito), se tem bolsa, o tipo de bolsa, o curso que realiza, área de estudo, universidade, o porquê da escolha pelo Brasil e pela universidade (ver Anexo 2).

Índice de Aculturação. Foi selecionado um questionário de 21 itens, desenvolvido por Ward e Rana-Deuba (1999), baseado no modelo bidimensional de Berry (1997, citado por Castro, 2011), para avaliar as similaridades entre o país de origem e o país anfitrião com relação a uma série de itens comportamentais (por exemplo, *La comida de mi país es similar a la comida brasileña*, ou *El estilo de vestir es similar al de mi país*). Os itens deviam ser respondidos em uma escala que varia de 1 (Nada similar) a 7 (Muito similar) (ver Anexo 3). Os participantes foram classificados em grupos de acordo com a sua pontuação nas duas escalas: *Separação* = alta pontuação em aculturação do país de origem e baixa em aculturação no Brasil; *Marginalização* = baixa pontuação em aculturação do país de origem e baixa em aculturação Brasil; *Assimilação* = baixa pontuação em aculturação do país de origem e alta em aculturação Brasil; *Integração* = alta pontuação em aculturação do país de origem e alta em aculturação Brasil (ver Anexo 3).

Inventário de Estratégias de Enfrentamento (CSI). Desenvolvido por Tobin, Holroyd, Reybolds e Kigal (1989) e adaptado por Cano, Rodríguez e García (2006), o CSI permite avaliar as respostas de enfrentamento que uma pessoa usa para um problema ou uma situação estressante. O questionário é composto de duas partes diferentes: na primeira, é solicitado ao participante fazer uma

descrição da problemática ou situação difícil que tem enfrentado no processo de adaptação nos últimos meses. Na segunda parte pede-se que o participante avalie como reage ao problema mediante uma lista de 40 itens, variando entre **0** (De forma alguma) a **4** (Totalmente). Estes itens avaliam oito tipos de estratégias: 1) resolução de problemas (ex.: *Luché para resolver el problema*); 2) autocrítica (ex.: *Me critique por lo ocurrido*); 3) expressão emocional (ex.: *Deje salir mis sentimientos para reducir el estrés*); 4) pensamento desiderativo (ex.: *Deseé que la situación nunca hubiera empezado*); 5) apoio social (ex.: *Encontré a alguien que escuchó mi problema*); 6) reestruturação cognitiva (ex.: *Repasé el problema una y otra vez en mi mente y al final vi las cosas de una forma diferente*); 7) evitação de problemas (ex.: *No dejé que me afectara; evité pensar en ello*); e 8) afastamento social (ex.: *Pasé algún tiempo solo*) (ver Anexo 4).

Escala de Bem-Estar Afetivo no Trabalho. Validada no Brasil por Gouveia et al. (2008), esta escala de 24 itens avalia com que frequência (de 1 = Nunca a 5 = Sempre) o participante apresenta afetos positivos (ex.: *Mi trabajo me hace sentir tranquilo*) e afetos negativos (ex.: *Mi trabajo me hace sentir rabia*) com relação ao trabalho (ver Anexo 5).

Escala de Satisfação com a Vida. Validada no Brasil por Gouveia et al. (2005), esta escala é constituída por cinco itens que avaliam um componente cognitivo do bem-estar (ex.: *En la mayoría de las formas de mi vida se acerca a mi ideal; Si pudiera vivir mi vida de nuevo, no cambiaría casi nada*). Estes itens devem ser respondidos em uma escala de sete pontos, que varia de 1 (Discordo totalmente) a 7 (Concordo totalmente) (ver Anexo 6).

Questionário dos Valores Básicos (QVB). Este instrumento, elaborado e validado por Gouveia et al. (2009), é constituído por 18 itens ou valores específicos, seguidos de situações (por exemplo, *Éxito. Obtener lo que se propone; ser eficiente en todo lo que hace; Salud. Preocuparse por su salud permanentemente, no sólo cuando se está enfermo; no estar enfermo*), que devem ser respondidos em uma escala composta por 7 pontos; com os extremos 1 = Totalmente não importante e 7 = Totalmente importante (ver Anexo 7).

Procedimentos

Após aprovação do projeto pelo Comitê de Ética, os instrumentos foram criados on-line com ajuda de *Google Docs* disponibilizados para preenchimento através das redes sociais, sendo este divulgado com a técnica da bola de neve. O preenchimento foi liberado apenas após a leitura e concordância com o termo de consentimento livre e esclarecido (ver Anexo 1), que informava a cada um dos participantes sobre o estudo e o anonimato das respostas, para posteriormente responderem se aceitavam ou não participarem do estudo.

Os participantes que não aceitaram responder ao estudo foram redirecionados para uma página agradecendo seu interesse na pesquisa. Aqueles que aceitaram participar foram direcionados para a página seguinte, onde era explicado como funcionava a atividade e onde foi oferecida a opção de recebimento, via *e-mail*, dos resultados gerais da pesquisa. Foi explicitado nas instruções de preenchimento que o questionário deveria ser feito enquanto o/a participante estivesse sozinho/a, sem observadores que pudessem influenciar em suas respostas.

Análise dos Dados

Os dados foram digitados em um banco de dados e analisados mediante o *software* estatístico SPSS (versão 18). Foram realizadas análises descritivas dos resultados, para identificar o perfil dos estudantes estrangeiros no uso das estratégias de enfrentamento e das estratégias aculturativas. Também foram realizadas análises de regressão para as variáveis satisfação com a vida, afetos positivos e afetos negativos. Foi investigada, ainda, a existência de possíveis associações com a variável sexo através da comparação entre grupos como o teste *t Student*.

Resultados e Discussão parcial

Os resultados sociodemográficos são descritos na Tabela 1 onde se apresentam um breve resumo da caracterização da amostra, compreendendo idade, sexo, estado civil, se têm filhos e quantos, tempo de residência no Brasil, cidade onde reside, se tem parceiro, se moram juntos, religião, o nível de religiosidade, frequência com que visita reuniões religiosas, se tem bolsa, o tipo de bolsa, porquê da escolha pelo Brasil.

Tabela 1

Informações sociodemográficos dos estudantes estrangeiros

Variável	Respostas = F			
Sexo	Mulheres = 49	Homens = 54		
Estado civil	Casado = 9	Solteiro = 83	União livre = 11	
Filhos	Não tem = 92	1 filho = 8	2 filhos = 3	
Estado de Residência	ES = 27 PR = 3	RJ = 26 BA, AM, PE = 2	MG = 17 CE, SE, PA, DF, MT = 1	SP = 11 RS = 8
Tempo de Residência	Mínimo = 1 mês Máximo = 276 meses Média = 23,29 meses (DP = 34,15)			
Parentes no Brasil	Sim = 8		Não = 95	
Tem parceiro e mora com ele	Sim, não moram juntos = 36		Sim, mora com ele = 22	Não = 45
Religião	Católica = 46 Agnóstica, Evangélica, Espirita = 5	Não tem = 25	Cristã = 7 Muçulmano = 2	Ateu = 6
Nível de Religiosidade	Mínimo = 1 (Nada religioso) a Máximo = 5 (Muito religioso) Média = 2,86 (DP = 1,27)			
Frequência de reuniões	Mínimo = 1 (Nunca) a Máximo = 5 (Sempre) Média = 1,76 meses (DP = 1,04)			
Bolsa	Sim = 90		Não = 13	
Tipo de Bolsa	CAPES = 61 CONACYT, FACEPE SENESCYT, IBP = 2	CNPq = 15	Nenhuma = 11 FAPERJ, CONICET, ANP = 1	OEA = 5
Pós-graduação	Mestrado = 67		Doutorado = 36	
Universidade	Pública = 94		Particular = 9	
Por que escolheu Brasil?	Bolsas de estudo = 38 Bom nível acadêmico = 27 Por sua parceira = 3 Já conhecia Brasil = 6 Irmã estava com ele = 1 Cultura = 10		Clima = 2 Trabalho = 2 Parceria com outras Universidades = 2 Sugestão = 2 Idioma = 6 Erro, Maior economia, Nenhuma = 1	

Nota. Frequência frente à resposta dada pelos participantes.

Figura 1 apresentam os dados relativos aos países de origem dos participantes. Observa-se que são de 13 países latino-americanos os indivíduos que participaram desta pesquisa, sabendo que do total de 21 países que constituem a América Latina, 18 países têm como língua nativa o espanhol.

Estes resultados estão de acordo com os dados fornecidos pelo Ministério das Relações Exteriores do Brasil (MRE-2012), que apontam os colombianos como o grupo estrangeiro que mais busca cursos de Pós-Graduação no país. Sendo assim, a Figura 1 destaca que 48,5% da amostra é constituída por pessoas de origem colombiana, tendo o México e o Peru em segundo lugar, cada um deles representando 13,6% dos estudantes que participaram desta pesquisa.

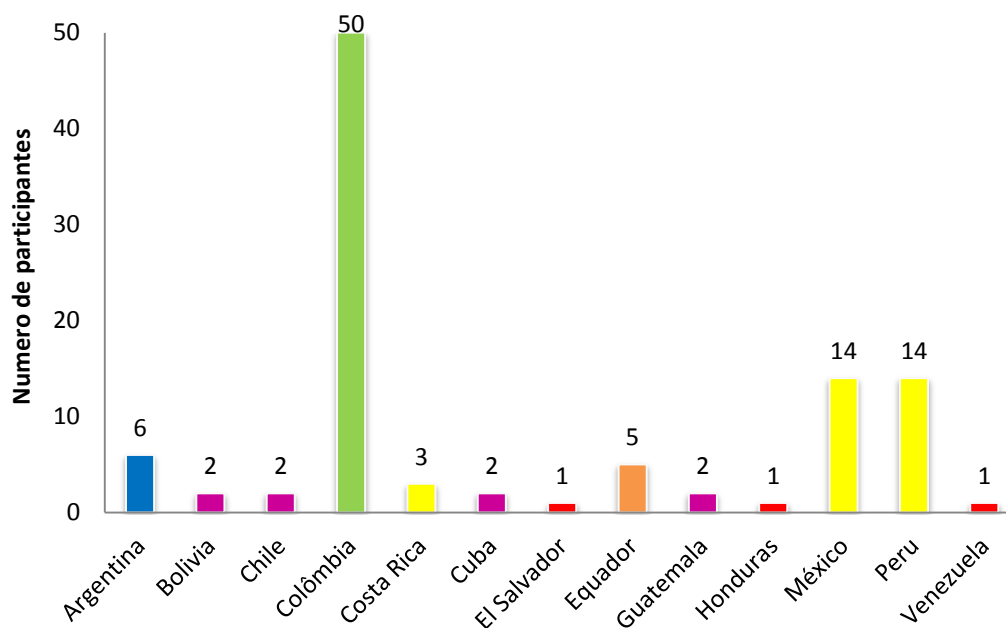


Figura 1. Frequência absoluta de participantes por país.

Adicionalmente, também participaram estudantes da Argentina (5,8%), Equador (4,9%), Costa Rica (2,9%), Bolívia (1,9%), Chile (1,9%) e Cuba (1,9%), concluindo-se a amostra com participantes de El Salvador, Honduras e Venezuela,

com 1% cada. Estes dados são considerados importantes, já que dentro do contexto brasileiro existem poucas pesquisas multiculturais focadas na população de estudantes, e as existentes discutem a inserção de pessoas da população africana (Garcia, 2013; Andrade & Teixeira, 2009; Subuhana, 2007).

Perfil das estratégias aculturativas dos estudantes estrangeiros

Como dito anteriormente, a aculturação é um processo mediante o qual o indivíduo experimenta mudanças em sua identidade étnica, suas atitudes, seus valores e seus comportamentos a partir da vivência de uma cultura diferente à de origem (Berry, 2005). De acordo com os resultados apresentados na Tabela 2, é possível observar que os tipos de estratégias de aculturação mais comuns entre os estudantes latino-americanos são dois: a estratégia *integrativa* (35%) e a estratégia de *marginalização* (35%). Para Berry (1997), o tipo integrativo é aquele onde o estrangeiro pretende manter sua identidade cultural (país de origem) e ao mesmo tempo concorda em adotar a identidade da cultura de acolhida (por exemplo, Brasil), enquanto a estratégia de marginalização é caracterizada pelo afastamento da cultura de acolhida (Brasil) e da própria cultura, existindo sentimentos de alienação pela perda de identidade, podendo chegar a ter níveis elevados de estresse (Bochner, 2006). As outras estratégias (*assimilação* e *separação*) foram menos utilizadas e obtiveram as mesmas percentagens (13.6%), lembrando que a primeira é onde o indivíduo renuncia à cultura de origem para assimilar a de acolhida e a segunda é onde a pessoa prefere manter sua cultura de origem, portanto se afastam da cultura de acolhida (Mariel & Zubieta, 2012).

Tabela 2

Estratégias de aculturação de estudantes estrangeiros no Brasil

Tipo de Estratégia	Médias de aculturação		Frequência	%
	Origem	Brasil		
Integração	5,2	4,8	36	35,0
Assimilação	3,7	4,3	14	13,6
Separação	5,0	3,0	14	13,6
Marginalização	2,9	2,7	36	35,0
Subtotal			100	97,1
Não responderam			3	2,9
TOTAL				103

A utilização de uma estratégia de *marginalização* é um aspecto relevante a ser discutido, já que temos que considerar que eles estão no país por um tempo determinado e que sua vinda tem como objetivo o curso de pós-graduação. Então, para se focar em seus estudos, estes indivíduos preferem se afastar de tal forma que utilizem a marginalização como uma estratégia positiva e não negativa, como se apresenta em diversos estudos. Diversos estudos favorecem a *integração*, considerada a estratégia que ajuda aos migrantes a obter uma melhor adaptação psicológica e sociocultural (Berry et al., 2006; Varela, 2005; Basabe et al., 2004; Ward & Rana-Deuba, 1999).

Um estudo realizado por Castro (2011) confirma que aqueles estudantes estrangeiros que optaram pela estratégia integrativa percebiam maior satisfação com a vida e melhor adaptação à vida acadêmica em geral. Este autor menciona que a estratégia de marginalização foi a menos escolhida, resultado também observado por Yañez e Cárdenas (2010). Basabe et al. (2004) observou que grupos marginalizados apresentam os piores níveis em afetos, ajuste psicossociais, elevado grau de dificuldade para se adaptar e de discriminação,

podendo contribuir para um choque cultural que prejudique seu bem-estar e sua qualidade de vida.

No entanto, os participantes desta pesquisa são *sojourners*, ou seja, irão retornar ao seu país de origem após a conclusão de seus estudos. Neste sentido, estratégias aculturativas diferentes podem ser necessárias para lidar com seu processo adaptativo que favoreça tanto seu bem-estar como sua qualidade de vida, podendo não somente recorrer à utilização da estratégia integrativa, se não também à de marginalização. Sabendo que, para os *sojourners*, a cultura é um modelador poderoso do comportamento: os indivíduos agem como sempre fizeram em sua cultura de origem e, nesse novo contexto, agir da mesma maneira na cultura do país de acolhimento será algo mais complexo, pois estão dentro do processo aculturativo, sendo necessário fazer uso de outras estratégias como assimilar alguns valores, costumes, modos de agir, dentro do país de acolhida. Este processo deve ocorrer levando em conta a não rejeição da cultura de origem para assimilar a nova, de forma a fazer com que o indivíduo busque um equilíbrio para trazer estabilidade em seu processo de adaptação e para obter um bem-estar subjetivo.

Perfil das estratégias de enfrentamento dos estudantes estrangeiros

Em seguida, também foram identificadas as estratégias de enfrentamento mais utilizadas pelos pós-graduandos estrangeiros (Tabela 3), com destaque em negrito para as médias mais elevadas. Como dito anteriormente, Lazarus e Folkman (1986, citados por Gonzalez-Trijueque et al., 2012) mencionam que o enfrentamento é um processo de mudanças, onde o uso de uma determinada

estratégia dependerá da situação estressante associada à avaliação cognitiva, o controle percebido, emoções, e/ou resposta fisiológica experimentada pela pessoa.

Na Tabela 3, é possível observar que as estratégias acima da média são a *resolução de problemas* e o *apoio social*. Em seguida, aquelas que apresentam valores próximos à média são *reestruturação cognitiva* e *pensamento desiderativo*. Aqui, cabe destacar que a estratégia de resolução de problemas que os “*sojourners*” preferem tem a função de ajudá-los a eliminar o estresse vivenciado e/ou mudar as situações estressantes lidando com o problema de forma direta (Cano et al. 2007). Neste caso, a situação estressante seria a saída de seu país de origem e se encontrar num país diferente, que não fala a mesma língua.

Tabela 3

Estratégias de enfrentamento dos estudantes estrangeiros

Estratégias de Enfrentamento	M	DP
Resolução de Problemas	2,68	1,01
Autocrítica	0,88	0,96
Expressão Emocional	1,58	1,01
Pensamento Desiderativo	1,96	1,28
Apoio Social	2,05	1,04
Reestruturação Cognitiva	1,98	0,99
Evitação de Problemas	1,33	0,94
Afastamento Social	1,28	0,99

Nota. N = 103.

No que diz respeito à segunda estratégia preferida pelos estudantes (*apoio social*), alguns estudos mencionados pela literatura indicam que esta se encontra

relacionada com níveis mais elevados de bem-estar (Bardi & Guerra, 2011; Mikelsen, 2009), sobretudo por ser uma fonte de orientação ou conselho.

Cabe destacar que as estratégias que foram observadas em terceiro e quarto lugar como mais utilizadas pelos estudantes (*reestruturação cognitiva* e *pensamento desiderativo*) são estratégias cognitivas, sendo a primeira definida como aquela onde o indivíduo tentará modificar a situação que ocasiona-lhe estresse e, a segunda, é aquela onde o indivíduo permanece envolvido pela ruminação do desejo de que a situação estressante não exista (Cano et al. 2007). Grande parte dos problemas vivenciados pelos estudantes de pós-graduação está relacionada com questões acadêmicas: o novo sistema educativo lhes exige desenvolver diversas habilidades para obter um desempenho bem sucedido. Assim, espera-se que esforços sejam feitos para resolver os problemas mais relevantes que os atingem no momento, sendo usada a estratégia de *resolução de problemas* em conjunto com a de *apoio social*, permitindo-lhes adaptar-se da melhor maneira possível mediante o uso desses recursos, para que possam alcançar um bem-estar adequado no país de acolhida.

Perfil dos estudantes estrangeiros com relação a seus valores humanos básicos

Na Tabela 4, podem ser observadas as médias das subfunções dos valores humanos. Como indicado em negrito, a subfunção valorativa considerada mais importante pelos estudantes foi a de existência, que inclui os valores de estabilidade, saúde e sobrevivência.

Tabela 4

Perfil valorativo dos estudantes estrangeiros

Valores	M	DP
Experimentação (Emoção, Prazer e Sexualidade)	5,25	0,89
Realização (Êxito, Poder e Prestígio)	4,82	1,02
Suprapessoais (Beleza, Conhecimento e Maturidade)	5,68	0,68
Existência (Estabilidade pessoal, Saúde e Sobrevivência)	5,81	0,85
Interativos (Afetividade, Apoio social e Convivência)	5,36	0,97
Normativos (Obediência, Religiosidade e Tradição)	4,52	1,31

Nota. N = 103.

Esta subfunção está fundamentada nas necessidades fisiológicas básicas e de segurança (Gouveia et al. 2009). Neste sentido, a atribuição de importância dada pelos estudantes estrangeiros parece coerente com o momento vivenciado e com a escolha de resolução de problemas enquanto estratégia de enfrentamento. Ao sair de seu país e chegar a um lugar diferente, a maioria procura cobrir as necessidades básicas para a sua sobrevivência em um ambiente desconhecido, desejando encontrar uma estabilidade no país de acolhida.

Em segundo lugar, os estudantes indicaram a importância atribuída aos valores suprapessoais. De acordo com a Teoria Funcionalista dos Valores, estes são descritos como valores centrais, representam o eixo onde os outros valores se organizam (Gouveia, 2013). Ao adotar estes valores, o indivíduo procura alcançar seus objetivos sendo mais maduro, contribuindo para a organização cognitiva de seu mundo de uma maneira mais concreta e enfatizando menos preocupações materiais (Gouveia, 2003). Além disso, esta subfunção enfatiza a busca de conhecimento que levou o estudante estrangeiro a sair de seu país.

Adicionalmente a se sentir realizado, o indivíduo se encontra em situações que favorecem seu amadurecimento pessoal.

A terceira subfunção considerada mais importante foi a de valores interativos. Esta subfunção representa as necessidades de pertença, amor e filiação (Maslow, 1954), focalizando o compromisso e o destino comum com os demais indivíduos (Gouveia 2003). A importância atribuída pelos estudantes internacionais está associada à necessidade de criar vínculos afetivos (amizades, relacionamentos românticos), em suas interações com professores, colegas, vizinhos em geral no contexto em que se encontram. Essa busca enfatiza o sentimento de pertença a um grupo social que os ajude em seu processo adaptativo na cultura receptora para o favorecimento do seu bem-estar e também demonstra coerência com o uso de estratégias de enfrentamento de apoio social.

As três funções restantes (experimentação, realização e normativos) também apresentaram médias acima do ponto médio da escala de resposta, sugerindo a importância geral atribuída pelos participantes aos seus valores pessoais. É particularmente interessante notar que as duas subfunções com menores médias (realização e normativos) apresentam motivadores materialistas, de acordo com a Teoria Funcionalista. Tal resultado sugere uma maior importância de valores idealistas, quando comparados com materialistas, na busca por um aperfeiçoamento profissional que gere melhores condições de vida.

Diferenças de médias entre homens e mulheres

Em seguida, foram calculadas separadamente as médias e desvios-padrão de homens e mulheres, realizando o cálculo da diferença de médias (teste t) correspondente aos construtos estudados (bem-estar subjetivo (que contém a satisfação com a vida, os afetos positivos e os afetos negativos), estratégias de aculturação, estratégias de enfrentamento e valores humanos).

Como pode ser observado na Tabela 5, não foram encontradas diferenças significativas entre homens e mulheres com relação às dimensões do bem-estar subjetivo ou às subfunções dos valores humanos. Com relação às estratégias de enfrentamento, as mulheres mostraram maior preferência pelo “apoio social” do que os homens. Resultados semelhantes foram observados para as estratégias “expressão emocional” e “pensamento desiderativo”, com as mulheres apresentando maiores médias de uso dessas estratégias. Tais resultados corroboram os observados por Mikulic (2009), que sugere que as mulheres mostram maiores quantidades de respostas de enfrentamento dentro das oito dimensões propostas. Mikkelsen (2009) observou que as mulheres preferem usar estratégias como apoio social, busca de pertença ou de apoio espiritual, e resolução de problemas. Conforme mencionado anteriormente, em diversos contextos culturais, e mais especificamente no contexto latino-americano, a mulher tende a expressar suas emoções mais que os homens, o que encontra respaldo na escolha por estratégias de expressão emocional.

Tabela 5

Resultado do teste t na comparação das médias de mulheres e homens para as diversas variáveis

Variáveis	Homens		Mulheres		t	P
	M	DP	M	DP		
Bem-estar						
Satisfação	5,04	1,43	5,43	0,99	1,60	0,11
Afetos Positivos	3,87	0,73	3,80	0,58	-0,52	0,60
Afetos Negativos	2,09	0,68	2,32	0,53	1,89	0,06
Valores humanos						
Experimentação	5,35	0,86	5,14	0,92	-1,18	0,23
Realização	4,95	1,03	4,69	0,99	-1,27	0,20
Normativa	4,53	1,32	4,51	1,29	-0,80	0,93
Interativa	5,43	0,83	5,26	1,09	-0,90	0,36
Suprapessoal	5,66	0,69	5,69	0,67	2,47	0,80
Existência	5,92	0,71	5,68	0,97	-1,46	0,14
Estratégias de enfrentamento						
Resolução de Problemas	2,63	0,96	2,71	1,05	0,40	0,68
Autocrítica	0,96	0,84	0,78	0,89	-1,03	0,30
Expressão Emocional	1,21	0,92	1,77	1,03	2,87	0,00
Pensamento Desiderativo	1,74	1,12	2,20	1,19	2,02	0,04
Apoio Social	1,78	0,98	2,34	1,02	2,84	0,00
Restruturação Cognitiva	1,97	0,90	1,98	1,09	0,06	0,94
Evitação Problemas	1,30	0,84	1,36	1,03	0,34	0,73
Afastamento Social	1,18	1,07	1,17	0,89	-0,04	0,96
Aculturação						
Aculturação Origem	81,94	27,40	92,67	24,03	2,10	0,03
Aculturação Brasil	76,11	26,19	79,46	22,09	0,70	0,48

Nota: variáveis em negrito apresentam diferenças significativas entre os grupos; graus de liberdade = 101.

O uso do “pensamento desiderativo” chama a atenção, pois este tipo de estratégia pode ser considerado inadequado quando comparado com “apoio social” e “expressão emocional”, que são estratégias adequadas para lidar com situações estressantes (Cano et al., 2007). No entanto, todas as estratégias fornecem ferramentas eficazes para que os estudantes obtenham um bom

desempenho acadêmico, social e cultural dentro do país anfitrião, contribuindo para reduzir o estresse.

Mulheres também apresentaram maiores médias com relação ao nível de identificação com a aculturação referente ao país de origem quando comparadas aos homens. Para Ward et al. (1994), os migrantes que têm uma forte identificação com o seu país de origem apresentam menores níveis de incidência de transtornos mentais, enquanto aqueles que apresentam maiores níveis de identificação com o país anfitrião apresentam menores níveis de dificuldades sociais.

Cabe destacar aqui que a variável sexo, em sua associação com os papéis de gênero, pode influenciar o bem-estar dos estudantes estrangeiros de forma indireta. Como não foram observadas diferenças significativas entre homens e mulheres com relação às dimensões de bem-estar, corroborando estudos anteriores (Diener & Suh, 2000), para entender o bem-estar, fez-se necessário testar um modelo preditivo com os construtos que se abordaram nesta pesquisa.

Explicando o bem-estar subjetivo

Foram realizadas regressões múltiplas com o objetivo de verificar quais são os construtos (estratégias aculturativas, estratégias de enfrentamento e valores humanos) que explicam o bem-estar subjetivo dos estudantes estrangeiros no Brasil. A Tabela 6 apresenta o resultado referente ao modelo explicativo da dimensão cognitiva do bem-estar satisfação com a vida. Como pode ser observado, a satisfação com a vida foi explicada significativamente pelo uso das estratégias de enfrentamento de reestruturação cognitiva e pensamento

desiderativo, pelos valores normativos, valores de existência e valores de experimentação, e pela semelhança identificada com a cultura do Brasil no índice de aculturação. Cabe distinguir que o valor do β encontrou-se negativo tanto no pensamento desiderativo como no valor de existência, indicando, portanto, que essas variáveis predizem negativamente a satisfação, ao contrário das outras variáveis antes mencionadas.

Tabela 6

Explicando a Satisfação com a Vida

Variável	Preditores	R^2	β	t	p
Satisfação	<i>*Enfrentamento</i>				
	Restruturação Cognitiva	0,43	0,25	3,06	0,003
	Pensamento Desiderativo		-0,20	-2,38	0,019
	<i>*Valores Humanos</i>				
	Valores Normativos		0,48	5,35	0,000
	Valores de Existência		-0,23	-2,53	0,001
	Valores de Experimentação		0,27	3,33	0,013
	<i>* Aculturação</i>				
	Semelhança com o Brasil (assimilação e integração)		0,23	2,94	0,004

Nota: R^2 = tem o mesmo valor para todos os preditores. Método *stepwise*.

Os construtos que predizem positivamente a satisfação com a vida são a reestruturação cognitiva, os valores normativos, os valores de experimentação e a aculturação com o Brasil, dentro das estratégias de assimilação e integração. O pensamento desiderativo e os valores de existência explicaram a satisfação negativamente. Neste sentido, os estudantes que atribuem maior importância aos valores normativos e aos de experimentação, que utilizam a reestruturação cognitiva como estratégia para lidar com as dificuldades e que sentem-se identificados com a cultura brasileira (estratégias de integração e assimilação)

encontram-se mais satisfeitos com a vida. O uso do pensamento desiderativo e a importância atribuída aos valores de existência contribuem para baixar o nível de satisfação dos estudantes.

No que diz respeito à dimensão “afetos positivos”, como pode ser observado na Tabela 7, os principais preditores foram o pensamento desiderativo, que explica os afetos positivos de forma negativa, os valores normativos e os valores de experimentação, que estão associados de forma positiva com esta dimensão do bem-estar. Deste modo, os estudantes que atribuem mais importância aos valores de experimentação e aos valores normativos apresentam maiores índices de afetos positivos. Novamente aqui, o uso da estratégia do pensamento desiderativo para lidar com situações estressantes está associada à uma redução no nível de afetos positivos. Finalmente, os afetos negativos foram explicados exclusivamente pelo uso do pensamento desiderativo (ver Tabela 7).

Tais resultados referentes à importância do pensamento desiderativo são coerentes com a literatura da área, que sugere que o uso de estratégias de fuga ocasiona influências negativas para a saúde e qualidade de vida do indivíduo (Mikkelsen, 2009; Páez & Costa, 2014). A adoção de tais estratégias pode, neste sentido, dificultar o processo de adaptação dentro do país de acolhida.

Tabela 7

Explicando os Afetos Positivos e os Afetos Negativos

Variável	Preditores	R ²	B	t	p
Afetos Positivos	Pensamento desiderativo	0,25	-0,34	-3,75	0,000
	Valores Normativos		0,30	3,42	0,001
	Valores Experimentação		0,20	2,18	0,032
Afetos Negativos	Pensamento desiderativo	0,21	0,46	5,22	0,000

Nota: R² = tem o mesmo valor para todos os preditores. Método *stepwise*.

De acordo com Diener et al. (1999), o equilíbrio afetivo é alcançado através da subtração da frequência de emoções negativas da frequência de emoções positivas vivenciadas. Ao adicionar o nível de satisfação com a vida do indivíduo com este índice de equilíbrio afetivo, obtém-se o nível de bem-estar subjetivo. Neste sentido, o uso de estratégias de enfrentamento que contribuem para elevar o nível de afetos negativos faz com que o índice geral de bem-estar seja reduzido como um todo. Já o uso da reestruturação cognitiva ajuda a modificar ou mudar o significado daquela situação estressante (García & Ilabaca, 2013), fornecendo ao estudante ferramentas para lidar de uma forma mais adequada com o evento estressante (ex.: sua chegada ao Brasil) e gerando um equilíbrio que irá se refletir em seu bem-estar.

No que diz respeito à aculturação, a integração com a cultura brasileira é um fator preponderante para sua adaptação tanto psicológica como sociocultural (Ward & Rana-Deuba, 1999). No entanto, para Castro (2011), o uso da estratégia de integração permite apenas a adaptação psicológica do indivíduo, mas não fornece as habilidades necessárias para se desenvolver num contexto social complexo.

Para adaptar-se de uma maneira adequada, o estudante deve se sentir bem no entorno. A importância atribuída a valores normativos pode contribuir para que o migrante reflita sobre as normas e as tradições que contém a cultura de acolhida para trazer segurança e a manutenção de costumes familiares ao migrante. No que diz respeito à importância de valores de experimentação, estas predizem o bem-estar na sua ênfase na busca de aventura, de satisfação dos

desejos para se sentir bem. Os *sojourners* saem de seus países de origem em busca de aperfeiçoamento que resulte em melhores condições de vida para o retorno. Assim, a importância da experimentação está associada ao afastamento de seu entorno familiar e à exposição do indivíduo a situações potencialmente estressantes por seu nível de desconhecimento cultural.

De acordo com Gouveia (2013), valores normativos e de experimentação apresentam baixa congruência. No entanto, neste contexto, a combinação entre as duas subfunções permite a vivência de novas experiências (garantindo, assim, à adaptação na nova cultura), de forma associada à manutenção de seus costumes (garantindo a permanência de suas crenças e valores pessoais).

Levando em conta que cada indivíduo percebe sua realidade de forma diferente, um segundo estudo foi realizado, a partir de uma abordagem qualitativa, buscando as descrições das experiências de vida de estudantes, suas dificuldades e estratégias diferenciadas para manutenção do bem-estar.

ESTUDO II

Esta é uma pesquisa qualitativa (Creswell, 2010) de tipo descritivo (Hernández, 2010), já que este tipo de estudo busca apresentar características fundamentais sobre temas homogêneos, para em um futuro desenvolver ou ampliar novas perspectivas teóricas e/ou metodológicas. Neste sentido, o trabalho seguinte tem como objetivo identificar as experiências vivenciadas no processo adaptativo à cultura brasileira dos estudantes latino-americanos que realizam um curso de Pós-Graduação na Universidade Federal de Espírito Santo.

Método

Participantes

Participaram deste estudo 14 estudantes que realizam um curso de Pós-Graduação na Universidade Federal do Espírito Santo, sendo 7 mulheres e 7 homens, com idades entre 25 e 35 anos ($M = 28,86$), provenientes de países da América Latina que têm como língua nativa o espanhol e que residem há, no mínimo, seis meses no Brasil. Eles haviam participado, anteriormente, do primeiro estudo que integra esta dissertação.

Instrumentos

Para a coleta de dados, utilizou-se um roteiro de entrevista semiestruturada composto por questões relacionadas com a cultura brasileira, a língua, as relações interpessoais, a motivação, o processo de adaptação, diferenças culturais, experiência de vida no Brasil e expectativas sobre o futuro (Apêndice 8). Também foram levantados dados sociodemográficos para caracterização dos participantes,

com questões que compreenderam sua idade, sexo, nacionalidade, estado civil, se têm filhos e quantos, tempo de residência no Brasil, cidade onde reside, se tem ou não um parceiro e qual o país de origem do parceiro, se mora junto com seu parceiro, religião, se tem bolsa e de que tipo é, que curso realiza e em que área de estudo. Todas as questões foram realizadas na língua espanhola, buscando fazer com que os participantes encontrassem um contexto de familiaridade, facilitando a expressão de suas emoções e vivências ao utilizar sua língua nativa.

Procedimentos

Nessa etapa, os participantes foram entrevistados individualmente em lugares de sua preferência. Após a apresentação dos objetivos, de caráter voluntário da pesquisa e da confidencialidade de seus dados pessoais, os participantes foram convidados a assinar um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Neste, eles foram novamente informados com relação aos seus direitos, ao objetivo da pesquisa, que se tratava de uma pesquisa de Mestrado relacionada com sua experiência de vida no Brasil e suas dificuldades adaptativas, e que não havia respostas corretas ou incorretas. Foi-lhes solicitado que a entrevista fosse gravada com ajuda de um gravador digital. Em média, a entrevista teve uma duração de 25 minutos.

Análise dos dados

As respostas às entrevistas foram transcritas e as transcrições revisadas cuidadosamente a partir do relato das experiências vividas de cada estudante estrangeiro. A partir do método fenomenológico (Batista, 2014; Coutinho, 2008; Gümüşeli, Hacifazlıoğlu & Dalgiç, 2010; Trindade, Menandro, & Gianórdoli-Nascimento, 2007), os relatos foram analisados, fazendo surgir as “unidades de

significado” para tentar construir as estruturas de compreensão das experiências dos participantes. Este método mostrou-se relevante e apropriado para a obtenção e análise dos dados recolhidos com o intuito de entender as experiências subjetivas de cada um dos estudantes estrangeiros.

Segundo Trindade (1991), a construção das estruturas fenomenológicas seguem por 5 fases:

- 1) *Transcrição inicial das entrevistas* - conhecida também como a colheita dos dados brutos, onde é realizada a descrição literal das falas de cada um dos participantes;
- 2) *Leitura extenuante de cada uma das entrevistas transcritas e criação das unidades de significado* – realizada de maneira minuciosa, esta fase é relevante na identificação dos temas mais significativos a partir das perspectivas de 15 estudantes estrangeiros;
- 3) *Ordenação das falas dos participantes* - são distribuídas as falas dos participantes em sequência de acordo com cada unidade de significado;
- 4) *Padronização da linguagem* - os relatos são resumidos em uma linguagem padronizada, transcritos em terceira pessoa;
- 5) *Transformação das estruturas* - são apresentadas em forma narrativas, para a compreensão das vivências expostas por cada um dos participantes.

Dentro deste trabalho, utilizou-se cada uma das fases mencionadas anteriormente, para a compreensão do processo adaptativo e aquelas dificuldades que giram em torno aos estudantes estrangeiros dentro da UFES. Adicionalmente, a esta forma de análise de dados, foi feita uma tentativa de localizar nas falas dos

participantes conteúdos relacionados às estratégias aculturativas e de enfrentamento.

Resultados e Discussão Parcial

De forma a manter o anonimato dos participantes, foram utilizados nomes de personagens representativos de seus países de origem. Os dados sociodemográficos encontram-se apresentados na Tabela 8. Nesta, é possível observar que 7 participantes são do sexo masculino e 7 do sexo feminino, com idades variando entre 25 e 35 anos ($M = 28,86$). Do total, nove realizam curso de mestrado, sendo o restante de doutorado. Com relação ao estado civil, 8 são solteiros, 5 estão em união estável, mas apenas 4 moram com seus parceiros e 1 é divorciado.

As estruturas construídas para cada uma das entrevistas estão apresentadas no Anexo 9. Cada entrevista foi escrita em forma narrativa, descrevendo a perspectiva de cada participante. O texto inicia com os aspectos biográficos do estudante, seguidos pelas experiências, dificuldades, e expectativas encontradas dentro deste processo transitório.

A experiência do “*sojourner*”

No começo de cada entrevista evidenciou-se a experiência vivida que cada estudante estrangeiro apresentou em sua chegada ao Brasil. Considerando que esses eventos marcam sua história de forma subjetiva, foram identificadas as unidades temáticas presentes nas falas, permitindo surgir os seguintes eixos temáticos: 1) *Antes de vir ao Brasil* (Apêndice 8: itens 01, 02, 03, 10); 2) *Ao chegar ao Brasil: Idioma e Cultura* (Apêndice 8: itens 04, 05, 06, 07, 08, 09, 13, 14); 3)

Dificuldades e estratégias de enfrentamento (Apêndice 8: itens 06, 11, 12); e 4) *Experiência atual e objetivos futuros* (Apêndice 8: itens 15, 16, 17).

Perfil dos estudantes entrevistados

Os dados sociodemográficos dos participantes indicam que a maioria dos entrevistados são procedentes da Colômbia (N = 7). Essa maioria de estudantes de origem colombiana corresponde com os oferecidos pelo Ministério das Relações Exteriores (MRE, 2012).

As estruturas construídas com ajuda do *método fenomenológico* para investigação em Psicologia demonstram a percepção e interpretação individual da vivência dos estudantes durante seu processo adaptativo, variando de um estudante para outro. No entanto, é possível observar padrões que se repetem, contribuindo para a identificação do perfil dos estudantes a partir dos construtos mencionados.

Neste sentido, dentre os temas abordados, observa-se o desejo de sair de seu país, de assumir desafios e de se aventurar. No entanto, os participantes não descartam o fator comum que os motivou a seguir em frente com esse desejo: “a oportunidade de ter uma bolsa de estudos” e, em segundo, “curiosidade pela língua e a cultura”. Tais resultados estão de acordo com o trabalho de Castro (2011), que se refere ao aprendizado de uma nova língua como o principal interesse dos estudantes internacionais ao chegarem ao país anfitrião. No entanto, os estudantes apresentaram em primeiro lugar a importância atribuída ao aperfeiçoamento profissional com bolsa de estudos, considerado difícil em seus países de origem.

Tabela 8

Informações sociodemográficos dos estudantes estrangeiros

Nome fictício	Idade	País de origem	Nº de meses no Brasil	Curso	Estado Civil	Filhos	Tem parceiro / Mora com ele	Origem do parceiro	Religião
Cecilia Baena	32	Colômbia	14	Mestrado	Divorciada	1	Não/Não	-	Católica
Susana Baca	26	Peru	26	Doutorado	União Estável	0	Sim/Sim	Peru	Cristã
Mario Vargas Llosa	35	Peru	26	Doutorado	União Estável	0	Sim/Sim	Peru	Nenhuma
Fernando Botero	28	Colômbia	14	Mestrado	União Estável	0	Sim/Sim	México	Católica
Mario Moreno	28	México	10	Doutorado	Solteiro	0	Não/Não	-	Católica
Pablo Milanés	32	Cuba	10	Doutorado	União Estável	0	Sim/Sim	Brasil	Católica
Cesar Vallejo	30	Peru	28	Doutorado	Solteiro	0	Não/Não	-	Mórmon
Oswaldo Guayasamín	26	Equador	14	Mestrado	Solteiro	0	Não/Não	-	Católica
Pedro Suárez	32	Peru	14	Mestrado	Solteiro	0	Não/Não	-	Católica
Laura Restrepo	29	Colômbia	16	Mestrado	União Estável	0	Sim/Sim	Brasil	Espirita
Andrea Echeverri	26	Colômbia	13	Mestrado	Solteiro	0	Não/Não	-	Nenhuma
Sonia Osorio	26	Colômbia	10	Mestrado	Solteiro	0	Não/Não	-	Católica
Sonia Bazanta	25	Colômbia	16	Mestrado	Solteiro	0	Sim/Sim	Brasil	Nenhuma
Patricia Janot	29	Colômbia	16	Mestrado	Solteiro	0	Não/Não	-	Cristã

Tabela 9

Análise de conteúdo temática das estruturas geradas pela análise fenomenológica (N = 14)

Eixos temáticos	Temas principais	Frequência	Frequência Total / %
Antes de vir ao Brasil	Pouca informação sobre o país	13	F = 45 / 19,9%
	Idioma:		
	Não conhecia	12	
	Cursos de idiomas no país de origem	04	
	Motivação:		
	Aperfeiçoar-se profissionalmente com uma bolsa	13	
	Conhecer outras culturas	03	
Ao chegar ao Brasil: Idioma e Cultura	Idioma muito difícil	12	F = 84 / 37,2%
	Amizades:		
	Principalmente com outros latino-americanos	10	
	Principalmente com brasileiros	06	
	Diferenças:		
	Custo de vida	14	
	Ritmo de vida	08	
	População receptiva e aberta	03	
	População fechada com estrangeiros	02	
	Falta de interesse dos brasileiros	02	
	Saudades:		
	Família e amigos	14	
Comida	08		
Cultura	05		
Dificuldades e estratégias de enfrentamento	Dificuldades principais:		F = 62 / 27,4%
	Custo de vida	14	
	Idioma	09	
	Burocracia brasileira	03	
	Distância da família e amigos	02	
	Busca de moradia	02	
	Serviço de saúde	02	
	Estratégias utilizadas:		
	Fazer coisas que gosta	14	
	Passar tempo com amigos latino-americanos	10	
Relacionar-se com brasileiros	06		
Experiência atual e objetivos futuros	Avaliação subjetiva da experiência:		F = 35 / 15,5%
	Positiva	13	
	Muito difícil	03	
	Objetivos futuros:		
	Continuar estudando	09	
	Concluir os estudos	05	
Inserir-se no mercado de trabalho	05		
TOTAL		F = 226 / 100%	

No que diz respeito às estratégias aculturativas, aquelas que foram observadas nos dados qualitativos são a *integração* (ver Anexo 9, por exemplo, o fato de ter curiosidade pela língua e pela cultura, destacam um fator positivo para interagir mais com a cultura de acolhida em busca da integração) e a *separação* (ver Anexo 9, por exemplo, os estudantes preferem amizades com os estrangeiros que falam a mesma língua). A estratégia de integração permite uma inserção mais adequada na cultura anfitriã, pois está orientada para a obtenção do biculturalismo (Mariel & Zubieta, 2012). No entanto, é importante questionar se esta estratégia é a adequada para este grupo específico de migrantes temporários, que vieram para o Brasil aperfeiçoar seus estudos de pós-graduação. Com a estratégia integrativa, o indivíduo busca ativamente manter sua identificação com sua cultura de origem e, ao mesmo tempo, adotar valores, normas de se comportar, e costumes que são novos para ele, buscando elementos que permitam uma identificação com o novo país de inserção. Porém, a estratégia de separação poderia ser catalogada pelos mesmos estudantes como um tipo de mecanismo de defesa, para não criar vínculos de apego (chame-se namoros, amizades), posto que ao retornar também terão que passar por um processo de readaptação, ou seja, devem se acostumar novamente à sua própria cultura e reaprender a se comportar em seu "novo" ambiente.

De acordo com as pesquisas realizadas a estratégia de separação não permite um envolvimento dos *sojourners* com a cultura anfitriã. Estes, por sua vez, buscam ativamente a manutenção de sua identidade cultural de origem, relacionando-se apenas com outros estudantes internacionais, mais especificamente com aqueles que dominam a mesma língua e que compartilham

de experiências e condições de vida semelhantes. Apesar de existir um contato moderado com colegas brasileiros, sentem-se mal compreendidos, atribuindo isso a um desconhecimento e um desinteresse por parte dos brasileiros com relação aos estrangeiros (*sojourners*).

Tais resultados podem ser associados àqueles encontrados por Martínez et al. (2007) com equatorianos. Neste estudo, estes autores observaram participantes que mantinham contato exclusivamente com pessoas de sua própria cultura ou àqueles que compartilham da mesma língua apresentam pouca tolerância com as diferenças culturais e desejos mais fortes por manter sua própria cultura. Neste sentido, a escolha deste tipo de aculturação está associada com altos níveis de estresse aculturativo (Ward & Kennedy, 1994) e a uma redução no nível de bem-estar pelo sentimento de não pertença (Castro, 2011).

No que diz respeito às estratégias de enfrentamento utilizadas pelos participantes para lidar com esses níveis de estresse, observa-se claramente nas narrativas dos participantes a utilização de estratégias de apoio emocional, exemplificada por ações como: pedir conselhos, pedir informação, obter apoio social com amigos latino-americanos, a formação de uma rede de apoio para ajudar aos outros estrangeiros que chegavam nas mesmas condições, oferecer / receber ajuda com a busca de moradia e a tramitação de documentos (*Ver Anexo 9*). Estes resultados corroboram os encontrados por Mikkelsen (2009), que indica que o aumento do uso da estratégia de buscar apoio social está diretamente associado com sentimentos de bem-estar e boa saúde. Em oposição ao apoio social, um dos participantes demonstrou o uso da estratégia de afastamento social, exemplificada por seus comentários de que não convive com estrangeiros

nem com pessoas do país anfitrião. Tal estratégia pode prejudicar seu processo adaptativo, pois de acordo com a literatura, esta não é uma estratégia adequada para lidar com eventos estressantes (Cano et al., 2011). Por outro lado, ele poderia estar usando esse tipo de estratégia para ter sucesso acadêmico e concluir seus estudos de doutorado.

Na questão da importância atribuída aos valores humanos, encontram-se em primeiro lugar os valores de experimentação (emoção, sexualidade e prazer), que podem ser ressaltados para este grupo de pessoas no movimento de sair de seu país em busca experiências no país anfitrião (ex.: uma língua nova, uma cidade nova, culturas novas). Em segundo lugar, observam-se os valores de existência (estabilidade pessoal, saúde e sobrevivência), enfatizados na busca pela sobrevivência em diferentes âmbitos: os estudantes se deparam com a busca por segurança física, emocional e econômica num país desconhecido para encontrar estabilidade. Em seguida, com os valores interacionais (afetividade, apoio social e convivência), é possível perceber a importância que atribuem os estudantes na criação de vínculos afetivos. Seja através de namoros ou amizades, eles buscam apoio social para encontrar estabilidade na conservação do seu bem-estar. Por último, se observam os valores suprapessoais (beleza, conhecimento e maturidade), com a necessidade de autorrealização obtida mediante o aperfeiçoamento acadêmico e amadurecimento emocional vivenciados.

De acordo com Mahmud e Schölmerich (2011), um dos principais fatores intervenientes para que o estrangeiro possa sobreviver e obter sucesso no país de acolhida é ter proficiência na língua. Tais resultados foram corroborados pelas falas dos estudantes neste estudo, que apontaram as dificuldades relacionadas ao

idioma como uma das principais dificuldades vivenciadas no Brasil. Chegar sem nenhum conhecimento básico da língua e enfrentar a falta de compreensão das pessoas e a exclusão de não compreender jargões, gírias e piadas são alguns dos exemplos apresentados pelos participantes (*Ver Anexo 9*).

Outra dificuldade observada nas entrevistas foi a tramitação de documentos, pois refere-se à burocracia envolvida nas questões migratórias, ocasionando perda de tempo e dinheiro. Sebben (2008) menciona que migrantes estão envolvidos em gestões complicadas, que levam em conta realidades para as quais não foram preparados, passando por aspectos econômicos, legais, políticos (migratórios e laborais), psicológicos, familiares e socioculturais.

Subuhana (2007) menciona este aspecto econômico com estudantes provenientes da África, pois, alguns têm que se sustentar com apoio de bolsas e outros com ajuda de seus pais. Andrade e Teixeira (2009) também destacam a distância da família, a busca por serviços de saúde de qualidade e por moradia. Lidar com essas dificuldades com um orçamento apertado e restrito pela bolsa de estudos, pagar o aluguel de uma casa e a alimentação, comprar móveis para seu conforto, sem falar a língua, sem nenhuma rede de apoio e sem conhecer a cidade. Essas experiências ou áreas de oportunidades foram mencionadas pela maioria dos participantes desta pesquisa, podendo afetar seu processo adaptativo e, conseqüentemente, seu bem-estar.

DISCUSSÃO GERAL

Esta pesquisa teve como objetivo investigar os correlatos do bem-estar subjetivo de estudantes latino-americanos de pós-graduação no Brasil. Definido como uma avaliação individual que a pessoa faz com relação à sua vida (Diener, 1994) associada à frequência com que vivencia afetos positivos e negativos, o bem-estar subjetivo está relacionado aos contextos em que o indivíduo se encontra (Diener, et al. 2002). Nesta dissertação, a vivência da mudança de país, enfrentando uma cultura totalmente desconhecida, é o contexto que pode promover a experiência de situações estressantes, onde os estudantes terão que se adaptar de uma maneira adequada para equilibrar seu bem-estar.

Resultados Encontrados

Estudo I

O primeiro estudo utilizou uma abordagem quantitativa de pesquisa para levantar um perfil dos estudantes latino-americanos realizando cursos de pós-graduação no Brasil. Além disso, este estudo também buscou investigar uma possível associação entre o bem-estar subjetivo (Satisfação com a vida, Afetos Positivos e Afetos Negativos) dos estudantes, suas estratégias de enfrentamento, de aculturação e seus valores humanos.

Um panorama interessante dos dois estudos com relação às questões sociodemográficas no âmbito da nacionalidade dos respondentes observou-se que a maioria deles provém da Colômbia, de forma coerente com os dados do Ministério de Relações Exteriores (2012). A pequena diferença no que diz respeito à maior participação masculina não pode ser considerada significativa, de forma a

causar impacto na associação entre os construtos. No entanto, a literatura indica uma maior participação dos homens com relação à busca por aperfeiçoamento profissional, especialmente dentro das sociedades latino-americanas, existem elevados índices de machismo e aceitação da saída dos homens de seu lar (Dominguez & Polo, 2006; Navas, et al. 2004).

Diferenças significativas entre homens e mulheres apontaram que as mulheres apresentam maior uso de estratégias de enfrentamento (apoio social, expressão emocional e pensamento desiderativo) quando comparadas com os homens. Estes resultados concordam com aqueles apresentados por Mikullic (2009) e Mikkelsen (2009), que demonstraram que a população feminina se encontra focada na busca de suporte social e em liberar suas emoções.

Além disso, as mulheres também apresentam uma preferência significativa por identificar-se nas estratégias aculturativas com relação a seu país de origem, corroborando resultados encontrados por Martínez et al. (2007). Estes autores concluem que as mulheres apresentam um maior grau de compromisso e participação em tradições culturais por mulheres equatorianas imigrantes quando comparadas com os homens.

Os resultados também indicaram que, dentro dos construtos abordados no marco teórico, os principais preditores são a estratégia de aculturação com o país de acolhida (Brasil), as estratégias de enfrentamento denominadas reestruturação cognitiva e pensamento desiderativo, e, finalmente, os valores normativos, de existência e de experimentação que predizem significativamente o bem-estar subjetivo. Desse conjunto de variáveis, o pensamento desiderativo e os valores de

existência contribuem negativamente para a compreensão do bem-estar e positivamente para a compreensão da dimensão de afetos negativos.

Dentro do processo adaptativo, os estudantes estrangeiros contribuem para a manutenção ou promoção de seu bem-estar ao identificar-se com a cultura do país de acolhida (Brasil), sem deixar de lado os valores e costumes aprendidos na sua cultura de origem. A estratégia de integração é mencionada na literatura como essencial na adaptação e satisfação dos migrantes (Mahmud & Schölmerich, 2011; Yañez & Cárdenas, 2010). Em estudos com estudantes estrangeiros, observou-se que esta permite apenas a adaptação psicológica, mas não as habilidades necessárias para interagir num contexto social (Castro, 2011; Mariel & Zubieta). Neste sentido, é importante refletir sobre o porquê da escolha também da marginalização: este não seria utilizado como um tipo de mecanismo de defesa para o momento de retornar ao país de origem? De acordo com Nava et. al. (2006), a marginalização implica um aumento no nível de emoções negativas vivenciadas nas experiências estressantes para os *sojourners* contribuindo, conseqüentemente, para a redução do bem-estar dos participantes, enquanto o tipo integrativo seria uma associação positiva com os valores de autotranscedência e conservação (ambos orientados ao social e a autoproteção), que reforçam uma direção ao biculturalismo, destacando uma adaptação social (Mariel & Zubieta, 2012).

Além das estratégias aculturativas, em uma pesquisa com estudantes internacionais, Bardi e Guerra (2011) estabeleceram a relação entre os valores e as estratégias de enfrentamento, levando em conta sua personalidade e as dificuldades percebidas no país de acolhida para com seu processo de adaptação.

Neste sentido, a associação do bem-estar com as estratégias de enfrentamento, as estratégias aculturativas e os valores humanos está documentada na literatura internacional e contribuem para o favorecimento do bem-estar do *sojourner*.

No que diz respeito aos perfis valorativos, os estudantes atribuíram maior importância aos valores centrais, conhecidos como os de existência (saúde, estabilidade pessoal e sobrevivência) e os suprapessoais (beleza, conhecimento e maturidade) (Gouveia, 2013). Tal orientação valorativa por parte dos *sojourners* é compreensível, pois a preocupação deles ao chegar a um país desconhecido é maior nas questões de segurança, da alimentação, da língua, da moradia, etc. Eles procuram garantir a própria sobrevivência ainda enfatizando a busca pela autorrealização que os trouxe até o país, em busca de alcançar seus objetivos (Fonseca, et al. 2006) de conhecimento e amadurecimento.

Além disso, também foram enfatizados os valores interativos (afetividade, apoio social e convivência), que enfatizam a importância dos relacionamentos interpessoais para a integração na cultura de acolhida, posto que refletem o desejo de pertencer a algum grupo que lhes permita vivenciar uma certa estabilidade (Gouveia, et al. 2009).

Estudo II

No Estudo II, os participantes apresentaram estratégias aculturativas de integração e de separação. Estratégias de integração são observadas em comportamentos como relacionar-se com brasileiros e com outros estrangeiros ao mesmo tempo, fazer as coisas de que gosta e ter interesse e curiosidade por atividades da cultura brasileira. Esta estratégia, conforme apresentado no Estudo

I, favorece a adaptação psicológica (Ward et al., 1999). Já a estratégia de separação é observada em comportamentos como falar quase exclusivamente sua língua mãe com outros latino-americanos, manter os costumes do país de origem, enfatizar as dificuldades de adaptação e a rejeição ou falta de interesse por parte dos brasileiros. Esta estratégia reduz a possibilidade de fazer parte e socializar-se na cultura de acolhida, fazendo com que o migrante sinta-se discriminado e se apoie na sua cultura de origem (Nava et al., 2006). Neste sentido, aqueles que utilizam estratégias de separação não conseguem se adaptar na cultura de acolhida, tendo maiores dificuldades de socialização (Castro, 2011).

Cabe destacar que, neste Estudo, a estratégia de separação poderia estar sendo determinada pela inserção dos participantes na cultura capixaba. Os residentes desta cidade são representados como “fechados, desconfiados e pouco receptivos” pelos seus moradores, na mesma intensidade com que estes são considerados “alegres, comunicativos e receptivos”, indicando uma falta de consenso e uma maior variação na forma de estabelecer relacionamentos interpessoais (Souza, Wanderley, Ciscon-Evangelista, Bertollo-Nardi, Bonomo & Barbosa, 2012).

Porém, a maioria dos estudos enfatiza o lado positivo da estratégia da integração, que é a que ajuda ao estrangeiro a se adaptar melhor. De modo diferente, neste caso, o que acontece com os estudantes estrangeiros de pós-graduação que preferem a estratégia de separação? Será que esta não favorece seu processo de adaptação nem seu bem-estar? Dentro do contexto acadêmico, também existe sofrimento e estresse, regras, critérios que definem o sucesso do pós-graduando (Louzada & Silva Filho, 2005), em geral baseado em muito

trabalho realizado de forma solitária. Neste sentido, seria justificada essa escolha, já que não é igual um intercâmbio de graduação por um período de 6 meses, mas a realização de uma pós-graduação por 2 ou 4 anos, que apresenta diversas exigências acadêmicas, participação em congressos, publicações de artigos, participações de pesquisas e, além disso, o desenvolvimento de uma pesquisa para obter seu grau de mestre ou doutor. Assim, poderia se considerar que o tipo de estratégia integrativa não permite que este tipo de estudante cumpra com seu objetivo de realizar a pós-graduação, por mudar o foco para a adaptação na sociedade; então, a estratégia de separação seria a indicada para este tipo de migrante temporário.

Com relação às estratégias de enfrentamento escolhidas pelos participantes, a busca por apoio social é um fator importante na vida do estrangeiro para sua adaptação satisfatória no país anfitrião. As criações de vínculos os ajudarão através de conselhos, de escutas, de conversações, de um suporte emocional em geral, a enfrentar adequadamente as situações estressantes. Garcia, (2012) menciona que através dos vínculos afetivos, mais especificamente as amizades com pessoas do país de acolhida poderão auxiliar o estudante estrangeiro a se integrar melhor, destacando-o como um fator positivo para o bem-estar subjetivo. Além disso, pode-se destacar que não só o apoio dos amigos, mas também dos colegas, professores, vizinhos, de uma religião ou de algum clube. Para Mikkelsen (2009), o fato de ter uma rede eficaz contribui para a satisfação com a vida.

Além da estratégia de apoio social, também foram encontradas outras estratégias, tais como afastamento social, apresentado pelos participantes que

utilizam uma estratégia aculturativa de separação. No afastamento social, o indivíduo se afasta das pessoas associadas com o processo estressante (Cano et al., 2007), isto é, os brasileiros, especialmente pela dificuldade associada ao idioma. E, finalmente, a estratégia de reestruturação cognitiva faz com que o indivíduo modifique o significado da situação vivenciada, reavaliando suas dificuldades e pensamentos de uma maneira positiva, abrindo caminho para um bem-estar mais elevado (Guedea et al., 2006). Esta reestruturação pode ser observada na avaliação final que os estudantes fazem de suas experiências: apesar de todas as dificuldades, a maioria dos participantes percebe a experiência como sendo positiva e tem interesse em continuar os estudos.

No que diz respeito aos perfis valorativos, no Estudo II, observam-se comportamentos condizentes com valores de experimentação (emoção, sexualidade e prazer), tais como a busca por culturas novas, experiências diferentes, e fazer as coisas que gosta no país anfitrião; com valores de sobrevivência, em comportamentos que enfatizam a busca por segurança na moradia, no uso do dinheiro, na busca por saúde e na alimentação; com valores interacionais, na importância das amizades e do apoio social para a manutenção do bem-estar; e com valores suprapessoais, na busca pela autorrealização através do conhecimento e do aperfeiçoamento profissional.

Implicações Teóricas e Práticas da Pesquisa

Não existem pesquisas na literatura nacional que tenham abordado esse conjunto de construtos como preditores do bem-estar em *sojourners*. A vivência da inserção em uma nova cultura pode originar certa renovação e reestruturação da

personalidade, provocada pelo encontro de ambas as culturas. Tendo em conta uma ambivalência por parte dos participantes no que diz respeito à escolha das estratégias aculturativas (Integração vs. Marginalização), o interesse por conseguir uma inserção rápida no país de acolhida levará aos participantes a vivenciar uma confusão em suas emoções, posto que a existência de experiências os leve a refletir sobre sua cultura de origem e a cultura do país anfitriã em busca de novas perspectivas (Rampi, 2009).

Os resultados apresentados são importantes porque há poucos estudos que utilizam a perspectiva da Psicologia Positiva em estudos multiculturais latino-americanos, investigando o processo aculturativo de estudantes estrangeiros. Tais dados fornecem validade empírica adicional para a utilização de tal abordagem ao incluir pessoas de diferentes características culturais.

Além disso, através deste trabalho, procurou-se contribuir para o estudo do bem-estar de estudantes pós-graduandos durante seu processo adaptativo na cultura brasileira, destacando o uso adequado das estratégias aculturativas, das estratégias de enfrentamento e o papel protetivo dos valores humanos no bem-estar subjetivo dos *sojourners*.

Enquanto a maioria das pesquisas está focada nas patologias (Seligman, & Csikszentmihalyi, 2000) e nas experiências vivenciadas, esta abordagem, aplicada aos processos aculturativos, pode ampliar o horizonte das investigações sobre o tema, enfocando os recursos que favoreceram a adaptação de estudantes dentro de outros contextos culturais. A análise global destas variáveis é extremamente importante se quisermos criar intervenções que promovam o bem-estar na qualidade de vida dos estudantes e assim ajuda-los a lidar com uma cultura

diferente, que apresenta valores diferentes, de tal forma que possa reduzir as situações estressantes ou de risco para seu desenvolvimento adequado dentro da cultura anfitriã.

Em um sentido mais regional, é possível desenvolver um programa piloto dentro da Universidade Federal de Espírito Santo com os estudantes estrangeiros, identificando seus perfis aculturativos, seus valores e suas necessidades e dificuldades. Em seguida, propor trabalhar diretamente com os estudantes a partir de um enfoque prático e clínico em conexão com a Psicologia Positiva, reavaliando suas experiências depois de algum tempo e com as novas gerações de estudantes.

Limitações e Indicações de Pesquisas Futuras

Apesar de os dois estudos desta dissertação terem conseguido alcançar seus objetivos, diversas limitações podem ser identificadas. Com relação ao Estudo I, a população dos participantes em sua maioria foi do sexo masculino, de nacionalidade colombiana, e, realizavam seus estudos nos estados de Espírito Santo e Rio de Janeiro. No entanto, não se pretende generalizar os resultados para outros grupos, especialmente porque este estudo enfatiza um tipo específico de migração (*sojourners*). Pesquisas futuras deveriam expandir as possibilidades de amostra para diferentes tipos de migração e/ou níveis acadêmicos.

Outra limitação do primeiro estudo é que o Índice de Aculturação construído por Ward e Rana-Deuba (1999) não está adaptado e validado para o contexto latino-americano. Esta pesquisa indica que o instrumento funciona como o proposto pelas autoras, fornecendo indicativos de validade. No entanto,

investigações futuras devem solucionar tais limitações, com a adaptação e validação em larga escala na América Latina. Por outro lado, pesquisas futuras precisam levar em conta outras variáveis sociodemográficas e questões relacionadas à personalidade, à saúde física e mental, assim como outras dimensões dentro da Psicologia Positiva, tais como a resiliência.

Sobre o Estudo 2, a principal limitação foi a disponibilidade dos estudantes estrangeiros, o que atrasou a coleta de dados. Lembrando que os resultados deste estudo se limitam aos pós-graduandos estrangeiros bolsistas da Universidade Federal do Espírito Santo, não podendo ser generalizado para outras populações. Pesquisas futuras poderiam explorar em maior profundidade diversos aspectos além dos já estudados, com a utilização de outras formas de análises através de *softwares* de análise qualitativa (ex.: *Alceste*, *Iramuteq* ou *EVOC*), para um aprofundamento das questões inicialmente investigadas.

Embora a pesquisa informe sobre o perfil da aculturação, estratégias de enfrentamento, valores e dificuldades em seu processo adaptativo, pode-se supor que o processo não ocorre igualmente em todas as populações migrantes no Brasil. Então se sugere a realização de novos estudos que incluam uma população de diversos países latino-americanos, e até a realização de um estudo longitudinal.

Conclusão

Os construtos abordados nesta pesquisa mostraram-se relevantes para a compreensão dessas vivências. Pode-se observar que os *sojourners* precisam não só de estratégias aculturativas para o favorecimento do seu bem-estar, mas também de diversas estratégias de enfrentamento, em junção com uma compreensão sobre seus valores para, assim, poder se inserir na cultura de acolhida.

Este estudo permite colaborar com uma base para a realização de atividades que permitam o favorecimento tanto do bem-estar como da adaptação do estudante estrangeiro no país de acolhida, mais especificamente no contexto brasileiro, pois existem poucos trabalhos com este enfoque. Espera-se que este trabalho estimule a realização de projetos em várias universidades brasileiras e organizações que promovem bolsas de estudo como, por exemplo, a Organização dos Estados Americanos (OEA).

Posto que a busca pelo bem-estar é algo inerente ao ser humano, este dependerá dele para tentar manter um equilíbrio físico e mental. Ao chegar ao Brasil, os estudantes terão que enfrentar uma série de situações potencialmente estressantes, como por exemplo, o aprendizado da língua, a busca de moradia, a mudança do clima, da alimentação, dos seus valores e hábitos, diferenças econômicas, para mencionar apenas algumas. Com base em suas experiências subjetivas e seus aprendizados anteriores, o estudante escolherá os recursos que considera mais adequados para fazer frente aos eventos estressantes. Neste sentido, tendo conhecimento das preocupações e como resolvê-las permitirá reconhecer não só se as estratégias (de enfrentamento e aculturativas) funcionam,

mas também que valores priorizar, de forma a que sirvam para que sua adaptação seja eficiente, eficaz e flexível, contribuindo para a manutenção de seu bem-estar.

Castro (2011), Mariel e Zubieta (2012) e Varela (2004), enfatizam que o estilo integrativo promove uma adaptação psicológica, maior satisfação com a vida e melhor desempenho acadêmico, contrariando os resultados desta dissertação. Apenas o 35% dos estudantes estrangeiros nesta pesquisa preferem a estratégia integrativa e o outro 35% prefere a marginalização, mesmo caso no estudo 2 com estudantes estrangeiros na UFES, preferem o tipo integrativo e o de separação. Esses resultados também contrariam os estudos de Berry, et. al. (2006), e Ward e Searle, (1991) que mencionam que a integração é a estratégia mais saudável para se adaptar e ter bem-estar.

Acredita-se que alguns fatores intervêm nessas escolhas, tais como o fato de serem migrantes temporários que vieram com um objetivo específico. Nesta busca por qualificação, estes acabam por pesar numa balança os prós e contras de se integrar e, ao mesmo tempo, saber que eles só vieram para estudar e que têm uma data de retorno. Isso permite que os estudantes acabem por menosprezar os aspectos relacionais, como criar vínculos de amizade ou namoro, ou envolver-se com os anfitriões.

Neste sentido, pode-se questionar se a utilização da estratégia de separação para os *sojourners* não é a que permite a manutenção da saúde, enquanto a integração não se torna um fator dificultador da vida acadêmica dos pós-graduandos, especialmente na hora de retornar ao seu país de origem.

Os *sojourners* demonstram em suas respostas essa ambivalência. Ao chegar no Brasil, desconheciam várias coisas (língua, moradia, serviços de saúde,

etc.), e se encontraram por vários momentos decisivos ao longo da sua trajetória, onde tinham que responder a esses desafios, que apresenta várias etapas diferentes: o migrante temporário começa passando pelas situações mais difíceis, depois passa por momentos mais otimistas até chegar a encontrar um equilíbrio, já próximo ao seu retorno, sentindo-se realizado, com um amadurecimento e uma satisfação pessoal, pelos desafios e pelos objetivos alcançados.

Referências

- Agência Brasil (2013). *Oportunidade de emprego motiva estudantes estrangeiros a virem ao Brasil*. Acessado em agosto de 2013, de <http://agenciabrasil.ebc.com.br/noticia/2013-02-1/oportunidadedeemprego-motiva-estudantes-estrangeiros-virem-ao-brasil>
- Aguirre, A. (1997). *Cultura e identidade cultural. Introducción a la antropología*. Barcelona: Bárdenas S. L.
- Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal, *Revista de Psicología de la PUCP*, 19(1), 28-46.
- Albert, M. C. G. (2004). *Las escalas como técnica para la medición del proceso de aculturación o competencia intercultural*. Em 4º Congresso sobre a imigração em Espanha: Cidadania y participação, Espanha, Girona.
- Ampaw, F. D., & Jaeger, A. J. (2012). Completing the three stages of doctoral education: An event history analysis. *Research in Higher Education*, 53 (6), 640-660.
- Andrade, A. M. J., & Teixeira, M. A. P. (2009). Adaptação à universidade de estudantes internacionais: um estudo com alunos de um programa de convênio. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*, 10 (1), 33-44.
- Bardi, A., & Goodwin, R. (2011). The dual route to value change: Individual processes and cultural moderators. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42 (2), 271-287.
- Bardi, A., & Guerra, V. M. (2011). Cultural values predict coping using culture as an individual difference variable in multicultural samples. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42, 908-927.
- Bardi, A., Lee, J. A., Hofmann-Towfigh, N., & Soutar, G. (2009). The structure of intraindividual value change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97 (5), 913-929.

- Basabe, N., Zlobina, A., & Páez, D. (2004). Integración sociocultural y adaptación psicológica de los inmigrantes extranjeros en el País Vasco. *Cadernos Sociológicos Vascos*, 15. Vitoria: Governo Vasco.
- Batista, R. R. (2014). *Brasileiros imigrantes na Europa: das representações sociais aos processos identitários*. Dissertação de Mestrado não publicada. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória/ES.
- Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(6) 697-712.
- Berry, J. W. (2006). Stress perspectives on acculturation. In D. Sam, D. & J. Berry. (Eds.), *The Cambridge handbook of acculturation psychology* (pp. 43-57). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Berry, J. W. (2011). Integration and multiculturalism: Ways towards social solidarity. *Papers on Social Representations*. 20, 2.1-2.21. Acessado de http://psych1.lse.ac.uk/psr/PSR2011/20_02.pdf
- Bochner, S. (2006). Sojourners. In D. L. Sam & J. W. Berry (Eds.), *The Cambridge handbook of acculturation psychology* (pp. 181-197). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Brislin, R., W. (1981) *Cross Cultural Encounters in Face-to-Face Interactions*. New Yew: Pergamon Press.
- CAPES (2012). *Relação de cursos recomendados e reconhecidos*. Acessado em agosto de 2012, de <http://conteudoweb.capes.gov.br/conteudoweb/ProjetoRelacaoCursosServlet?acao=pesquisarGrandeArea>
- Castro Solano, A. (2011). Estrategias de aculturación y adaptación psicológica y sociocultural de estudiantes extranjeros en la Argentina. *Interdisciplinaria*, 28 (1), 115-130.
- Casullo, M. M. (1998). *Adolescentes en riesgo*. Buenos Aires: Paidós.

- Coppari, N., Argaña, B., Bartels, D., Bilbao, A., Bitar, L., Díaz, A., Díaz, L., Garay, F., Gómez, J., Paiva, V., & Paredes, L. (2012) Nivel de Bienestar Psicológico Estudiantes de Secundaria de dos Instituciones Educativas (Pública y Privada) de Asunción. *Eureka*, 9 (1), 47-57.
- Cornejo, M., & Lucero, M. (2005). Preocupaciones vitales en estudiantes universitarios relacionado con Bienestar psicológico y modalidades de afrontamiento. *Fundamentos en Humanidades*, VI (12), 143-153.
- Costa, P., Mc Crae, R. & Zonderman, A. (1987). Environmental and dispositional influences on well-being: Longitudinal follow-up of an American National Sample. *British Journal of Psychology*, 78, 299-306.
- Coutinho, S. M. S. (2008). *A dona de tudo: o que é ser mulher, mãe e esposa de acordo com as representações sociais de mulheres de duas gerações*. Tese de doutorado, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória/ES.
- Creswell, J. W. (2010). *Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto*. Porto Alegre: Artmed.
- Dela Coleta, J., A. & Dela Coleta, M., F. (2006) Felicidade, bem-estar subjetivo e comportamento acadêmico de estudantes universitários. *Psicologia em Estudo*, Maringá, 11 (3), 533-539.
- Delfino, G., I., & Zubietta, E., M., (2011) Valores y política: Análisis del perfil axiológico de los estudiantes universitarios de la ciudad de Buenos Aires *Interdisciplinaria*, 28 (1), 93-114.
- Dicionário Básico da Língua Portuguesa*. (2008-2015) Acessado de <http://www.dicionariodoaurelio.com/aculturacao>.
- Diener, E. (1994). El Bienestar Subjetivo. *Intervención Psicosocial*, 3 (8), 67-113.
- Diener, E., Suh. E., Lucas, R., & Smith, H. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.

- Diener, E., & Oishi, S. (2000). Money and Happiness: Income and Subjective Well-Being across Nation. In Diener, E., & Suh, E. M. (Eds.), *Culture and subjective wellbeing*. Cambridge:MIT.
- Diener, Lucas, R. & Oishi, S. (2002). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. In Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 63-73). Oxford University Press.
- Dominguez, A. E., & Polo, A. V., (2006). Migrantes Potenciales Mexicanos: sus Motivaciones y Actitudes hacia la Aculturación. *Psicología Iberoamericana*, 14, (2), 57-62.
- Freitas, M. E. (2001). Multiculturalismo: Vida de Executivo expatriada - A Festa Vestida de Riso ou de Choro. In Davel, E., & Vergara, S.,(Org.); *Gestão com Pessoas e Subjetividade* (pp. 288-302). 1ed. Petrópolis: Vozes.
- Fischer, R., Milfont, T. L., & Gouveia, V. V. (2011). Does social context affect value structures? Testing the within-country stability of value structures with a functionally theory of values. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42 (2), 253-270.
- Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The Broaden and Build Theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Fonsêca, P. N., Chaves, S. S. S., & Gouveia, V. V. (2006) Professores do ensino fundamental e bem-estar subjetivo: uma explicação baseada em valores. *Psico-USF*, 11, 45-52.
- García, A. (2012). Amizades de universitários estrangeiros no Brasil: um estudo exploratório. *Estudo de Psicologia*, 29 (4), 471-479.
- García, F. E., & Ilabaca, D. M. (2013). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. *Ajayu*, 11(2), 42-60.
- García-Viniegras, C. R. V.(2005). El bienestar psicológico: dimensión subjetiva de la calidad de vida. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 8 (2),12-19.

- García-Viniegras, C. R. V. & González, I. B. (2000). El bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 6 (6), 586-592.
- Gonzalez, A. (1993). Business Internships in Latin America: Issues in cross-cultural adjustment. *Hispania*, 76 (4), 892- 901. Published by: *American Association of Teachers of Spanish and Portuguese* Stable URL: <http://www.jstor.org/stable/343927UTH>. Accessed: 01/08/2013
- González, R., B., Montoya, I., C., Casullo, M., M., & Bernabéu, J., V. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14 (2), 363-368.
- González-Trijueque, D., Tejedó, R., A., & Delgado, S. M. (2012). Estrategias de afrontamiento en víctimas de mobbing: diferencias entre trabajadores españoles e inmigrantes latinoamericanos y consideraciones clínicas. *Psychologia: avances de la disciplina*, 6 (2) 45 – 57.
- Gouveia, V. V. (2003). A natureza motivacional dos valores humanos: evidências acerca de uma nova tipologia. *Estudos de Psicologia*, 8(3), 431-443.
- Gouveia, V. V. (2013). *Teoria funcionalista dos valores humanos: fundamentos, aplicações e perspectivas*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Gouveia, V. V, Barbosa, G. A., Andrade, E. O, & Carneiro, M. B. (2005) Medindo a satisfação com a vida dos médicos no Brasil. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 54, 298-305.
- Gouveia, V. V., Chaves, S. S. S., Oliveira, I. C. P., Dias, M. R., Gouveia, R. S. V., & Andrade, P. R. (2003). A utilização do QSG-12 na população geral: estudo de sua validade de construto. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 19 (3), 241-248.
- Gouveia, V. V., Gouveia, V. V., Milfont, T. L., Fonseca, P. N., & Coelho, J. A. P. M. (2009). Teoria Funcionalista dos Valores Humanos: aplicações para organizações. *Revista de Administração Mackenzie*, 10(3), 34-59.

- Gouveia, V. V., Milfont, T. L., Fischer, R., & Santos, W. S. (2008). Teoria funcionalista dos valores humanos. In M. L. M. Teixeira (Ed.), *Valores humanos e gestão: Novas perspectivas* (pp. 47-80). São Paulo: Senac.
- Gouveia, V. V., Santos, W. S., Milfont, T. L., Fischer, R., Clemente, M., & Espinosa, P. (2010) Teoría Funcionalista de los Valores Humanos en España: Comprobación de las Hipótesis de Contenido y Estructura. *Interamerican Journal of Psychology*, 44 (2), 213-224,
- Guedea, M., T., D., Albuquerque, F., J., B., Tróccoli, B., T., Noriega, J., A., V., Seabra, M., A., B., & Guedea, R., L., D. (2006) Relação do Bem-Estar Subjetivo, Estratégias de Enfrentamento e Apoio Social em Idosos. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19 (2), 301-308.
- Guerra, V. M. (2005). *Bases valorativas do liberalismo sexual*. Dissertação de Mestrado não-publicada. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, PB.
- Gümüşeli, A. Í., Hacifazlıoğlu, Ö, & Dalgiç, G. (2010) La transición hacia un nuevo escenario académico: historias narrativas de académicos extranjeros que trabajan en universidades turcas. *Revista de Curriculum y Formación del Profesorado*, 1 (3) 99-116. (Index: Latino Education Indexes).
- Hernández, H. V. (2000). Procedimiento para la construcción de escalas de valoración según la técnica de Likert. *Revista de Investigación en Psicología*, 3 (2), 117-121.
- Hernández, S. R. (2010). *Metodología de la investigación*. (5ª ed.,) México: McGraw-Hill.
- Index Psi*. (2012). *Pós-graduação*. Acessado em 28 de maio de 2012, em <http://www.bvs-psi.org.br/>.
- International Organization for Migration* (2004). Acessado em novembro de 2014 <http://www.iom.int/cms/en/sites/iom/home/where-we-work/americas/south.default.html?displayTab=facts-and-figures>.

- Keyes, C., Ryff, C., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Louzada, R. C. R., & Silva Filho, J. F. (2005). Formação do pesquisador e sofrimento mental: Um estudo de caso. *Psicologia em Estudo*, 10 (3), 451-461.
- Llull, D. M., Zanier, J., & García, F. (2003). Afrontamiento y calidad de vida. Un estudio de pacientes con cáncer. *Psico-USF*, 8 (2), 175-182.
- Mahmud, S. H., & Schölmerich, A., (2011). Acculturation and Life Satisfaction: Immigrants in Germany. *Psychology Research*, 1(4), 278-286.
- Martínez, M., C., M., Paterna, C., B., López, J., A., P., & Martínez, J., M., P. (2007). Autoestima colectiva y aculturación en inmigrantes ecuatorianos. *Apuntes de Psicología*, 25 (1), 67-78
- Mariel, F. S., & Zubieta, M. E., (2012). Aculturación psicológica y creencias en estudiantes universitarios migrantes y no migrantes. *Hologramatica*, 2 (17), 45-70.
- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row.
- McPherson, B., & Szul, L. (2008). Business students must have cultural adaptability. *Journal of Organizational Culture, Communications and Conflict*, 12 (2), 39-48.
- Meis, L., Velloso, A., Lannes, D., Carmo, M. S., & Meis, C. (2003). The growing competition in Brazilian science: Rites of passage, stress and burnout. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*, 36 (9), 1135-1141.
- Mikkelsen, F. (2009). *Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en un grupo de adolescentes universitarios de Lima*. Tesis de Licenciatura,

Facultad de Letras y Ciencias Humanas, Pontificia Universidad Católica del Perú.

Mikulic, I.M. (1998). *Calidad de vida aportes del inventario de calidad de vida percibida y del inventario de respuestas de afrontamiento a la evaluación psicológica*. Buenos Aires: Ed. Sainte Claire.

Moos, Rudolf. (1993). *Coping Responses Inventory Adult Form professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment s, Inc.

Navas, M., L., Pumares, P., F., Sánchez, J., M., García, M., C., F., Rojas, A., J., T., Cuadrado, I., G., Asensio, M., G., & Fernández, J., S., P. (2004). *Estrategias y actitudes de aculturación: la perspectiva de los inmigrantes y de los autóctonos en Almería*. Sevilla: Junta de Andalucía.

Noriega, J. A. V., Carvajal, C. K. R e Grubits, S.. (2009). La psicología social y el concepto de cultura. *Psicología & Sociedade*, 21 (1), 100-107.

Organización Internacional para las Migraciones (2006) Glosario sobre Migración. Derecho Internacional sobre Migración N°7. Acessado em <http://www.iom.int/es/los-terminos-clave-de-migracion>

Rampi, N. de M. P. (2009). *Fatores Individuais e Institucionais no Processo de Adaptação de Profissionais Estrangeiros: um estudo na Fundação Dom Cabral*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Ciências Empresariais, Universidade Fundação Mineira de Educação e Cultura, Belo Horizonte/MG.

Real Academia Española. (2001). *Diccionario de la Lengua Española*. Acessado em <http://lema.rae.es/drae/srv/search?key=bienestar>.

Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York: Free Press.

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 10-28. <http://dx.doi.org/10.1159/000353263>

- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069 – 1081.
- Sam, D. L. (2006). Acculturation: Conceptual background and core components. In D. L. Sam & J. W. Berry (Eds.), *The Cambridge handbook of acculturation psychology* (pp. 11-26). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Samamé, D. (2006). Representaciones sociales de estudiantes peruanos en la universidad española. *Revista Alternativas - Cuadernos de trabajo social*, 14, 141-152.
- Santos, A. F., & Alves Jr., A. (2007). Estresse e estratégias de enfrentamento em mestrandos de ciências da saúde. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20, 107-116.
- Sebben, A. (2008). Gestão de expatriados e a psicologia intercultural como um novo recurso. *Revista ESPM*, 15 (1), 70-75. Disponível em http://www.andreasebben.com.br/m_espm.pdf
- Seidl, E. M. F. & Zannon, C. M. L. C. (2004). Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. *Cadernos de Saúde Pública*, 20 (2), 580-588.
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American psychologist*, 60 (5), 410-421.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.
- Scherer, L. A., Minello, Í. F., Scherer, F. L., & Moura, G. L. (2013). O processo de resiliência de brasileiros expatriados na Índia. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 7 (1), 2-16.
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the structure and contents of human values? *Journal of Social Issues*, 50, 19-45.

- Simonton, D.K., & Baumeister, R. (2005). Positive Psychology at the summit. *Review of General Psychology, 9* (2), 99-102.
- Souza, L., Wanderley, T. C., Ciscon-Evangelista, M. R., Bertollo-Nardi, M., Bonomo, M., & Barbosa, P. V. (2012). Representação social de capixaba: identidade em processo. *Psicologia & Sociedade, 24* (2), 462-471.
- Subuhana, C. (2007). Estudantes moçambicanos no Rio de Janeiro, Brasil: Sociabilidade e redes sociais. *Imaginário-USP, 13*(14), 321-355.
- Trindade, Z. A., Menandro, M. C. S., & Gianórdoli-Nascimento, O. F. (2007). Organização e interpretação de entrevistas: uma proposta de procedimento a partir da perspectiva fenomenológica. In M. M. P. Rodrigues, & P. R. M. Menandro (Orgs.), *Lógicas Metodológicas* (pp. 71-92). Vitória: UFES– Programa de Pós-Graduação em Psicologia/ Vitória: GM Editora.
- Veenhoven, R. (1991). Is Happiness Relative? *Social Indicators Research, 24*, 1-34.
- Vera, B. (2006). Psicología positiva. Una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del psicólogo, 27* (1), 3-8.
- Varela, M. (2005). Análisis de la relación existente entre aculturación y nacionalidad. *Psicología para América Latina, 3*, 0-0. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n3/n3a06.pdf>
- Ward, C., Bochner, S. & Furnham, A. (2001). *The psychology of culture shock*. New York: Routledge.
- Waterman, A. S. (1993), Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment, *Journal of Personality and Social Psychology, 64*, 678-691.
- Yañez, S., & Cardenás, M., (2010). Estrategias de Aculturación, Indicadores de Salud Mental y Bienestar Psicológico en un grupo de inmigrantes sudamericanos en Chile. *Revista Salud & Sociedad, 1* (1), 51 – 70.

ANEXO 1 - Término de Consentimiento Libre y Esclarecido (T.C.L.E.)

Yo, _____, siendo invitado (a) para participar como voluntario del estudio "Adaptando-Se À Pós-Graduação: Correlatos Do Bem-Estar De Estudantes Estrangeiros No Brasil" recibí de la investigadora Kissel Quintana Bello, del Departamento de Psicología Social y del Desarrollo de la Universidad Federal del Espíritu Santo, las siguientes informaciones que me harán entender sin dificultades e sin dudas los siguientes aspectos:

- Que el estudio se destina a investigar mis opiniones, actitudes y valores sobre la adaptación de estudiantes extranjeros en Brasil.
- Que la importancia de este estudio es de enriquecer en el campo de la investigación las discusiones sobre la aculturación, la adaptación, el bienestar psicológico y los valores humanos de estudiantes extranjeros en Brasil, cuyos resultados serán utilizados como base para la capacitación de profesionales que actúan en el área.
- Que tendré como beneficio por mi participación conocer más sobre mis creencias, valores y actitudes sobre el tema en evidencia.
- Que la participación en este estudio no prevé ningún riesgo para mí, sin embargo si fuese constatado algún riesgo o daño a mi persona, mi participación será terminada y la investigadora me dará apoyo psicológico el que más fuera necesario para la recuperación de mi bienestar.
- Que este estudio comenzará en Marzo de 2014 y terminará en Febrero de 2015.
- Que el estudio será realizado con aplicación colectiva de cuestionarios.
- Que el estudio será hecho con entrevistas basadas en un modelo semi- estructurado, realizadas individualmente con cada participante y grabadas con mi autorización a partir del final de la lectura de este término.
- Que yo participaré de la siguiente etapa: recolección de datos a través de la realización de unas entrevistas.
- Que serán proporcionados los esclarecimientos sobre cada una de las etapas del estudio y que en cualquier momento yo podré rechazar la participación de este estudio, pudiendo retirar el presente consentimiento, sin que eso me traiga cualquier penalidad o prejuicio.
- Que las informaciones adquiridas a través de mi participación no permitirá la identificación de mi persona y que la divulgación de las informaciones prestadas será destinada apenas a los estudiosos del proyecto.
- Que los resultados de la actual investigación podrán ser publicados en revistas científicas, con el objetivo de generar nuevos conocimientos para la capacitación de profesionales y que en esta divulgación mi identificación no será posible.

Dirección de los responsables por la investigación

Universidad Federal do Espírito Santo, Depto de Psicologia Social y del Desarrollo

Av. Fernando Ferrari, 514, Goiabeiras, CEP 29075-210, Vitória – ES

Teléfonos para contacto: 4009-2505 (institucional) e 99917-4811 (Kissel Quintana Bello)

Divulgación de los resultados: www.redepso.org o e-mail kisselqbpsicolog@gmail.com

ATENCIÓN: En caso de que usted tenga una dificultad en entrar en contacto con él investigador responsable, comuníquese de facto con la Comisión de Ética en investigaciones por el e-mail cep.goiabeiras@gmail.com

_____ Firma del voluntario (a)	_____ Kissel Quintana Bello
-----------------------------------	--------------------------------

ANEXO 2 - Cuestionario Sociodemográfico

Principalmente, nos gustaría que comience respondiendo algunas preguntas relacionadas con usted.

1. Edad: _____
2. Sexo () Femenino () Masculino
3. País: _____
4. Estado Civil: Soltero () Casado () Divorciado/Separado ()
5. Nº de hijos (si no tiene pase a la siguiente pregunta) _____
6. Tiempo que lleva en Brasil: _____
7. Ciudad/Estado de Residencia: _____
8. Tiene parientes en Brasil _____
9. ¿Tiene pareja? ¿De dónde es esa persona y si él está acompañándote?
10. Religión/Doctrina/Creencia:
11. ¿En qué medida se considera una persona religiosa/espiritual?

Nada	1	2	3	4	5	Muy
------	---	---	---	---	---	-----
12. ¿Con que frecuencia va a sus reuniones religiosas?

Nunca	1	2	3	4	5	Siempre
-------	---	---	---	---	---	---------
13. ¿Actualmente recibe beca (en caso de responder si continúe con la siguiente pregunta)?

Si ()	No ()
--------	--------
14. ¿Cuál? _____
15. ¿Cuál curso realiza en Brasil? _____
16. ¿En cuál universidad?
17. ¿Por qué eligió Brasil?
18. ¿Por qué eligió esta universidad y el curso de ella?

ANEXO 3 - Índice de aculturação

SOURCE: Ward, C., & Rana-Deuba, R. (1999). Acculturation and adaptation revisited. *Journal of Cross-cultural Psychology*. 30, 422-442.

A continuación se te presenta una serie de palabras que describen la forma en que te ves a ti mismo en relación con tus compatriotas y en relación con los brasileños. Se te pide que consideres tu estilo de vida actual en las preguntas para poder responder de una manera más rápida, por ejemplo tus experiencias y comportamientos son similares a las de tus compatriotas? O tus experiencias y comportamientos son más similares a las de los brasileños?

Conteste, por favor, cada una de las preguntas que se refieren al problema o situación que se describió anteriormente, utilizando la siguiente escala para indicar que tan parecidas son sus experiencias de la vida cotidiana con relación a los habitantes de su país de origen y con relación a los brasileños.

No muy parecido 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 Parecido

		Personas del país de origen	Brasileños
1	Vestimenta		
2	Ritmo de vida		
3	Conocimiento General		
4	Comida/Alimentación		
5	Creencia Religiosa		
6	Comodidad material (nivel de vida)		
7	Actividades recreativas		
8	Auto identidad		
9	Vida en Familia		
10	Acomodación/residencia		
11	Valores		
12	Amistades		
13	Estilos de comunicación		
14	Actividades Culturales		
15	Lenguaje		
16	Percepción de sus compatriotas		
17	Percepción de las personas del país anfitrión		
18	Ideología Política		
19	Visión/concepción del mundo		
20	Costumbres sociales		
21	Actividades de empleo		

ANEXO 4 - Escala de Estrategias de Enfrentamiento

(Tobyn, Holroyd, Reynolds y Kigal, 1989, Adaptación por Cano, Rodríguez y García, 2006).

Instrucciones

El propósito de este cuestionario es de encontrar el tipo de situaciones que causa problemas a las personas en su proceso de adaptación y cómo éstas se enfrentan a estos problemas. Piense durante unos minutos en un hecho o situación que ha sido estresante para usted en este mes. Por estresante entendemos una situación que causa problemas, le hace sentir a uno mal o le cuesta mucho enfrentarse mucho a ella. Puede ser con la familia, en la escuela, en el trabajo, con los amigos, etc. Describa esta situación en el espacio en blanco en esta hoja. Escriba que ocurrió e incluya detalles como el lugar, quién o quiénes estaban implicados, por qué le dio importancia y qué hizo usted. La situación puede estar sucediendo ahora o puede haber sucedido ya. No se preocupe por si esta mejor o peor escrito o mejor o peor organizado, solo escríbala como se le ocurra.

De nuevo piense unos minutos en la situación o hecho que haya elegido. Responda a las siguiente lista de afirmaciones basándose en como usted manejó esta situación. Lea cada frase y determine el grado en que usted hizo lo que cada frase indica en la situación que antes eligió marcando el número que corresponda

0=En absoluto 1= Un poco 2= Bastante 3= Mucho 4= Totalmente

Este seguro de que responde a todas las frases y de que marca sólo un número en cada una de ellas. No hay respuestas correctas o incorrectas, solo se evalúa lo que usted hizo, pensó sintió en ese momento.

1	Luché para resolver el problema	0	1	2	3	4
2	Me culpé a mí mismo	0	1	2	3	4
3	Deje salir mis sentimientos para reducir el estrés	0	1	2	3	4
4	Deseé que la situación nunca hubiera empezado	0	1	2	3	4
5	Encontré a alguien que escuchó mi problema	0	1	2	3	4
6	Repasé el problema una y otra vez en mi mente y al final vi las cosas de una forma diferente	0	1	2	3	4
7	No dejé que me afectara; evité pensar en ello	0	1	2	3	4
8	Pasé algún tiempo solo	0	1	2	3	4
9	Me esforcé para resolver los problemas de la situación	0	1	2	3	4
10	Me di cuenta de que era personalmente responsable de mis dificultades y me lo reproché	0	1	2	3	4
11	Expresé mis emociones, lo que sentía.	0	1	2	3	4
12	Deseé que la situación no existiera o que de alguna manera terminase	0	1	2	3	4
13	Hablé con una persona de confianza	0	1	2	3	4
14	Cambié la forma en que veía la situación para que las cosas no parecieran tan malas.	0	1	2	3	4
15	Traté de olvidar por completo el asunto	0	1	2	3	4
16	Evité estar con gente	0	1	2	3	4
17	Hice frente al problema	0	1	2	3	4
18	Me critiqué por lo ocurrido	0	1	2	3	4
19	Analice mis sentimientos y simplemente los dejé salir	0	1	2	3	4

20	Deseé no encontrarme nunca más en esa situación	0	1	2	3	4
21	Dejé que mis amigos me echaran una mano	0	1	2	3	4
22	Me convencí de que las cosas no eran tan malas como parecían	0	1	2	3	4
23	Quitó importancia a la situación y no quise preocuparme más	0	1	2	3	4
24	Oculte lo que pensaba y sentía	0	1	2	3	4
25	Supe lo que había que hacer, así que doble mis esfuerzos y trate con más ímpetu de hacer que las cosas funcionaran	0	1	2	3	4
26	Me recriminé por permitir que esto ocurriera	0	1	2	3	4
27	Dejé desahogar mis emociones	0	1	2	3	4
28	Deseé poder cambiar lo que había sucedido	0	1	2	3	4
29	Pasé algún tiempo con mis amigos	0	1	2	3	4
30	Me pregunté qué era realmente importante y descubrí que las cosas no estaban tan mal después de todo	0	1	2	3	4
31	Me comporté como si nada hubiera pasado	0	1	2	3	4
32	No dejé que nadie supiera como me sentía	0	1	2	3	4
33	Mantuve mi postura y luché por lo que quería	0	1	2	3	4
34	Fue un error mío, así que tenía que sufrir las consecuencias	0	1	2	3	4
35	Mis sentimientos eran abrumadores y estallaron	0	1	2	3	4
36	Me imaginé que las cosas podrían ser diferentes	0	1	2	3	4
37	Pedí consejo a un amigo o familiar que respeto	0	1	2	3	4
38	Me fijé en el lado bueno de las cosas	0	1	2	3	4
39	Evité pensar o hacer nada	0	1	2	3	4
40	Traté de ocultar mis sentimientos	0	1	2	3	4
41	Me consideré capaz de afrontar la situación	0	1	2	3	4

ANEXO 5 - Escala de Bienestar Afectivo en el Trabajo

Por favor, responda las preguntas de abajo utilizando la escala que a continuación se muestra:

1	2	3	4	5
Nunca	Raramente	Algunas veces	Frecuentemente	Siempre

Mi trabajo me hace sentir

01. _____ Tranquilo
02. _____ Con rabia
03. _____ Enojado/molesto
04. _____ Ansioso
05. _____ Incomodo
06. _____ Alegre
07. _____ Calmado
08. _____ Confuso
09. _____ Contento
10. _____ Depresivo
11. _____ Arrepentido
12. _____ Desanimado
13. _____ Orgullosa de lo que hago
14. _____ Con energía
15. _____ Animado
16. _____ Emocionado
17. _____ Entusiasmado
18. _____ Asustado/temeroso
19. _____ Fracasado
20. _____ Furioso
21. _____ Triste
22. _____ Cansado
23. _____ Feliz
24. _____ Tímido
25. _____ Inspirado
26. _____ Miserable
27. _____ Agradecido
28. _____ Honrado
29. _____ Satisfecho
30. _____ Cómodo

ANEXO 6 - Escala de Satisfacción con la Vida

A continuación se presentan cinco afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo o en desacuerdo. Utilizando la escala de abajo, indique cuan de acuerdo está con cada elemento, eligiendo el número apropiado asociado a cada elemento. Por favor, sea abierto y honesto al responder.

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

- 01._____ En la mayoría de las formas de mi vida se acerca a mi ideal.
- 02._____ Las condiciones de mi vida son excelentes
- 03._____ Estoy satisfecho con mi vida.
- 04._____ Hasta ahora, he conseguido las cosas importantes que quiero en la vida.
- 05._____ Si pudiera vivir mi vida de nuevo, no cambiaría casi nada.

ANEXO 7 - Cuestionarios de Valores Básicos

Instrucciones: Por favor, lea atentamente la lista de valores básicos descritos a continuación, considerando su contenido. Utilizando la siguiente escala de respuesta, **escriba un número al lado de cada valor** para indicar en qué medida usted le considera importante como **un principio que guía su vida**.

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente sin importancia	No Importante	Poco Importante	Más o Menos Importante	Importante	Muy Importante	De máxima Importancia

01. ___ **PLACER**. Disfrutar de la vida; satisfacer todos sus deseos.
02. ___ **ÉXITO**. Obtener lo que se propone; ser eficiente en todo lo que hace.
03. ___ **APOYO SOCIAL**. Obtener ayuda cuando la necesite; sentir que no está sólo en el mundo.
04. ___ **CONOCIMIENTO**. Procurar noticias actualizadas sobre asuntos poco conocidos; intentar descubrir cosas nuevas sobre el mundo.
05. ___ **EMOCIÓN**. Disfrutar con desafíos o situaciones desconocidas; buscar aventuras.
06. ___ **PODER**. Tener poder para influir en los otros y controlar decisiones; ser el jefe de un equipo.
07. ___ **AFECTIVIDAD**. Tener una relación de afecto profunda y duradera; tener a alguien con quien compartir sus logros y fracasos.
08. ___ **RELIGIOSIDAD**. Creer en Dios como el salvador de la humanidad; cumplir la voluntad de Dios.
09. ___ **SALUD**. Preocuparse por su salud permanentemente, no sólo cuando se está enfermo; no estar enfermo.
10. ___ **SEXUALIDAD**. Tener relaciones sexuales; obtener placer sexual.
11. ___ **PRESTIGIO**. Saber que mucha gente le conoce y admira; cuando sea mayor recibir reconocimiento por sus contribuciones.
12. ___ **OBEDIENCIA**. Cumplir sus deberes y obligaciones del día a día; respetar a sus padres, superiores y a los mayores.
13. ___ **ESTABILIDAD PERSONAL**. Tener la certeza de que mañana tendrá todo lo que tiene hoy; tener una vida organizada y sin altibajos.
14. ___ **PERTENENCIA**. Llevarse bien con los vecinos; formar parte de algún grupo (por ejemplo, social, religioso, deportivo, entre otros).
15. ___ **BELLEZA**. Ser capaz de apreciar lo mejor del arte, la música y la literatura; ir a museos o exposiciones donde pueda ver cosas bellas.
16. ___ **TRADICIÓN**. Seguir las normas sociales de su país; respetar las tradiciones de su sociedad.
17. ___ **SUPERVIVENCIA**. Tener agua, comida y poder dormir bien todos los días; vivir en un sitio con suficientes alimentos.
18. ___ **MADUREZ**. Sentir que sus objetivos en la vida se han cumplido; desarrollar todas sus capacidades.

APÉNDICE 8 - Roteiro de Entrevista

Modelo de Entrevista

1. ¿Antes de su viaje conocía algo de la cultura brasileña?
2. ¿Antes de su viaje conocía o mantenía algún contacto con alguien en Brasil?
3. ¿Realizo algún curso de portugués en su país y si lo realizo cuánto fue la duración de este?
4. ¿Para usted el aprendizaje del portugués ha sido difícil?
5. ¿Con qué frecuencia usa usted su lengua materna y durante que situaciones lo hace?
6. ¿Los amigos que ha encontrado en Brasil son Brasileños o de que nacionalidad son?
7. ¿En este momento siente curiosidad por aprender cosas nuevas sobre la cultura Brasileña hacia qué aspectos se enfoca esta?
8. ¿Qué tan diferente es la cultura brasileña con relación a la cultura de su país?
9. Extraña algo de su país ¿Qué es?
10. ¿Por cuál motivo decidió estudiar fuera de su país?
11. ¿Con quién vive actualmente?
12. ¿Cuáles son las dificultades que ha encontrado durante su proceso de adaptación?
13. ¿Qué tan diferente es el costo de vida en Brasil con respecto al costo de vida en su país?
14. ¿En qué difiere el ritmo de vida que tenía en su país comparado con el ritmo de vida que lleva actualmente en Brasil?
15. ¿Qué actividades realiza en su tiempo libre?
16. Describa brevemente como ha sido su experiencia de vida en Brasil hasta el día de hoy.
17. ¿Qué planes tiene para cuando haya finalizado el curso que actualmente está desarrollando en Brasil?

ANEXO 9 - Estruturas fenomenológicas

Cecilia Baena¹: Colombiana, mãe e estudante.

Cecilia é procedente da Colômbia, tem 32 anos e chegou ao Brasil há quatorze meses para realizar um mestrado em Psicologia, sendo sustentada por uma bolsa da Organização dos Estados Americanos (OEA). Ela decidiu trazer seu filho depois do primeiro período do mestrado.

Antes de vir para o Brasil, Cecilia não conhecia nada do país, além das informações dos noticiários da televisão, ela não sabia nada do idioma português e também não conhecia ninguém. Cecilia estava interessada em estudar saúde no trabalho e viajou motivada pela oportunidade de estudar com apoio de uma bolsa.

Ao chegar, Cecilia considerou muito difícil o aprendizado do *idioma*, mas empenhou-se em estudar por causa da exigência das aulas e dos trabalhos. Ela teve avanços em curto tempo e de forma intensa, ocasionando-lhe que tivesse menos contato com sua língua materna, a qual usava com outros latino-americanos esporadicamente, pois geralmente, ela estava com seus colegas brasileiros de turma.

Cecilia afirmou que possui contato com amigos latino-americanos, mas conhece pessoas brasileiras por conta da universidade que a ajudam a se inserir na *cultura*. Ela também afirmou que gostaria de conhecer mais a *cultura* brasileira, mais especificamente, suas gírias e seus ditados populares, pois considera que o Brasil e seu país de origem possuem muitas semelhanças, entre elas mencionou a comida e a alegria das pessoas. Porém, percebe que há diferenças referentes ao trato das pessoas, na língua, e no preço das coisas (ex.: no aluguel das casas e nos alimentos). Ela sente falta da sua casa, de sua família, dos seus amigos e atividades de lazer que não pode realizar devido ao elevado custo destas no Brasil, chegando a afirmar que seu ritmo de vida mudou por depender de uma bolsa de estudos e por seu papel atual de estudante.

Ela considerou como *dificuldades* a distância com sua família e seus amigos, a nova administração de recursos econômicos, o idioma, principalmente no entendimento das piadas na língua portuguesa. No último ano, Cecilia trouxe seu filho para morar com ela, e com ele o espanhol voltou para seu dia a dia. Em seu tempo livre, Cecilia gosta de ir à praia, caminhar, de se encontrar com amigos e em algumas ocasiões assistir filmes ou até visitar um shopping.

Cecilia *avaliou sua experiência* de forma enriquecedora e positiva em termos gerais, pois aprendeu a olhar o mundo de outra forma, para além da própria cultura. *Seu principal objetivo* ainda é obter um título de mestrado na área de saúde no trabalho e continuar com o desenvolvimento de pesquisas e, assim, se inserir no mercado de trabalho ou na realização de um doutorado.

¹ Homenagem a Cecilia Margarita Baena Guzmán, patinadora da Colômbia, campeã do mundo em 6 ocasiões em patinação sobre rodas.

Susana Baca²: Enfermeira com coração de psicóloga

Susana é procedente de Peru, tem 26 anos e realiza um doutorado em Psicologia. Mora no Brasil há 26 meses e sustenta-se com uma bolsa que ganhou da OEA.

Antes de vir para o Brasil, Susana tinha um conhecimento básico sobre seu país de destino, considerando-o como um país bem aberto e com muito deboche. Embora tenha estudado o *idioma*, disse que apresentou dificuldades para a busca de moradia e na realização dos trâmites burocráticos para sua permanência, tendo que ser ajudada por uma tia que mora no Brasil. O que motivou a Susana foi a oportunidade que o Brasil oferece para os estudantes com bolsas de estudos, posto que em seu país é muito difícil ter acesso a estudos de pós-graduação, sendo esta uma possibilidade que unicamente têm aquelas pessoas com um alto nível socioeconômico.

Susana disse que quando *chegou ao Brasil*, ela pensou que o idioma seria fácil e que um curso de 3 meses que realizou no Peru era uma grande ferramenta. No entanto, quando as pessoas começaram a falar, descobriu que não entendia, nem falava nada, sendo um obstáculo maior. Além disso, ela reconheceu que tem muito contato com estudantes estrangeiros provenientes da América Latina, sendo mais frequentes suas conversações em espanhol do que em português.

Apesar de Susana manter contato com amigos latino-americanos, também conhece brasileiros que fizeram acentuar o interesse sobre a *cultura* e as tradições brasileiras. Sendo assim, ela teve mais contato com a religião local denominada candomblé. Para ela, existem várias diferenças entre seu país de origem e o Brasil. Dentre elas, ela repete que o Brasil tem libertinagem, com perda de valores, que possui um índice elevado de doenças sexualmente transmissíveis, que o custo de vida é elevado e o ritmo de vida é acelerado, porque ninguém se importa com ninguém. Ela afirmou que aqui todos vivem suas vidas, que as pessoas desde adolescentes moram sozinhas, e por tudo isso, Susana sente falta da sua casa, dos seus pais, dos seus amigos, da comida típica, da sua cultura, da sua língua e do estilo de vestir.

Susana considerou como as maiores *dificuldades* a língua portuguesa, o custo de vida elevado, a rejeição de alguns brasileiros para com sua cultura, pelo qual ela prefere morar com estrangeiros, especificamente latino-americanos, sendo que atualmente mora com um peruano. Susana em seu tempo livre gosta de ler, ir à praia para caminhar e, algumas vezes, sair com peruanos ou com pessoas estrangeiras, ela quase não interage com brasileiros.

Susana *avalia sua experiência* como difícil, já que demorou 2 anos para poder se adaptar ao tipo de comida, ao estilo de vida, às pessoas, ao clima, à forma de estudar, aos sistemas e à inflação nos preços em Brasil. Ela tem como *objetivo* entrar em uma organização chamada Médicos Sem Fronteiras, porque esse foi seu estímulo para realizar seus estudos de pós-graduação desde o começo.

² Homenagem a Susana Esther Baca de la Colina, cantora e compositora peruana, duas vezes ganhadora do Grammy Latino, representante do folclore latino-americano. Presidente da Comissão interamericana da Cultura da Organização dos Estados Americanos.

Mario Vargas³: um físico sem rodeios

Mario tem 35 anos, é nativo de Peru, realiza um doutorado em Física, com uma bolsa da fundação CAPES e chegou há 26 meses ao Brasil.

Antes de vir para o Brasil, Mario não conhecia nada do país nem sabia o *idioma* português, porém sabia que dois de seus amigos conterrâneos realizavam estudos no Brasil. Com tudo isso, Mario viu que tinha uma oportunidade para obter uma bolsa de estudos no Brasil, já que em seu país realizar um estudo de pós-graduação é custoso, sendo possível apenas para pessoas que são de um estrato socioeconômico alto.

Na sua chegada ao Brasil, Mario considerou que aprender o *idioma* seria difícil, já que ele só conseguia conversar com colegas da universidade, mas com pessoas diferentes do seu ambiente universitário não, posto que ele não gosta de interagir com desconhecidos. Assim, ele mantém contato basicamente com peruanos e com poucos brasileiros, o que dificulta a prática do português.

Mario não tem interesse de conhecer mais *da cultura* brasileira, porém, considera que o Brasil e seu país de origem possuem muitas semelhanças. No entanto, afirmou que as principais diferenças entre o Brasil e o Peru são a falta de ordem no seu país e o elevado custo de vida brasileiro, acompanhado de um ritmo de vida monótono. Ele afirmou que só sente falta de sua família.

Mario afirmou que não tem *dificuldades* porque ele sempre conviveu com peruanos, já conhece seus costumes, suas gírias, e o tipo de comida que eles gostam, fato que seria diferente se tivesse morado com brasileiros ou outros estrangeiros devido ao choque pelas diferenças culturais. Atualmente, mora com sua namorada peruana. Em seu tempo livre, ele admitiu estar assistindo vídeos, filmes ou lendo, sempre rodeado da tecnologia.

Mario avalia sua *experiência* como boa, porque está estudando e gosta disso. Ele tem como *objetivo* concluir seu doutorado e se focar só nisso.

Fernando Botero⁴: um engenheiro curioso

Fernando tem 28 anos, provém da Colômbia, está há 14 meses morando no Brasil realizando um mestrado em engenharia, sendo sustentado por uma bolsa da OEA.

Antes de vir para o Brasil, Fernando tinha um conhecimento básico da cultura, relacionado à música, à política e ao esporte. Não tinha conhecimento do *idioma*, porém sabia que colegas da Colômbia realizavam cursos de pós-graduação, o qual foi um incentivo para começar a procurar oportunidades de bolsas de estudo, então ele viu uma oportunidade de concorrer para obter uma bolsa no Brasil, e a aproveitou para correr atrás dela.

Ao chegar ao Brasil, Fernando encontrou que o aprendizado do *idioma* é difícil. Mesmo que considere o português parecido com sua língua, ele acha que é

³ Homenagem a Jorge Mario Pedro Vargas Llosa é um escritor, jornalista e ensaísta peruano, galardoado com o prêmio “*Nobel de literatura*” em 2010, e é membro da *Real Academia Española* (RAE).

⁴ Homenagem a Fernando Botero, pintor e escultor colombiano, que é destacado por suas obras com figuras redondas, as quais realiza a maneira de crítica social.

por isso que tem mais dificuldades. Além disso, ele frequentemente encontra seus amigos estrangeiros, ocasionando-lhe conversar mais no espanhol.

Fernando assegurou que possui contato com amigos latino-americanos e que também conheceu pessoas brasileiras por conta da universidade. Fernando disse que sempre teve vontade de aprender coisas novas sobre a *cultura* brasileira, especificamente com a música, a comida e o modo de viver das pessoas dentro das diferentes regiões no Brasil. Ele considerou que o Brasil e seu país de origem possuem muitas semelhanças, como na cultura afrodescendente, no esporte, o gosto pela cultura norte-americana e o ritmo de vida que havia levado. No entanto, percebe diversas diferenças, como por exemplo, que são fechados com os estrangeiros, que existe falta de interesse pelas outras regiões, que não estão tão perto da região original, já que Brasil é um país grande, o custo de vida elevado e também que não pode encontrar com facilidade uma mercearia popular, dizendo que “aqui tem mais supermercados”. Fernando sente falta de sua família, de sua música, de sua comida e de sair a qualquer lugar sem que as pessoas o achem estranho por ser estrangeiro.

Assegurou que a maior *dificuldade* é o *idioma*, tendo como principais amigos só estrangeiros e morando com sua namorada que também chegou nas mesmas condições que ele. Em seu tempo livre, tenta estar informado do que acontece em seu país de origem, de aprender coisas novas tanto de Brasil como de outros estrangeiros que chegaram junto com ele e mantém sempre contato com sua família.

Fernando *avaliou sua experiência* como boa, porque conheceu gente de outros países, não só brasileiros, porque visitou lugares bonitos e aprendeu da cultura brasileira e ainda quer aprender mais do português e de sua cultura, quer aproveitar o tempo restante. Ele tem como *objetivo* concluir seu mestrado, e arrumar um emprego pois não quer estudar mais.

Mario Moreno⁵: um mexicano sorridente

Mario tem 28 anos e é procedente do México. Chegou há 10 meses ao Brasil, para realizar uma parte de seu doutorado em biotecnologia, sustentado por uma bolsa do governo do México.

Antes de vir para o Brasil, Mario não conhecia nada do país, nem da língua, mas, tinha contato com uma colega colombiana que o ajudou recebendo-o na sua chegada. Ele sempre teve o desejo de realizar estudos no exterior para conhecer outra cultura, aprender outro idioma e conhecer outros tipos de pessoas.

Ao chegar ao Brasil, Mario achou que o aprendizado do *idioma* é difícil. Ele disse que tinha receio de conversar porque as pessoas não entendiam o que ele falava em várias ocasiões. Ele mantém contato tanto com amigos latino-americanos quanto com amigos brasileiros, mas a maioria das suas conversações é em espanhol.

⁵ Homenagem a Mario Moreno Reyes conhecido como “Cantinflas”, ator e humorista mexicano, ganhador do *Globo de Ouro* de melhor ator em comédia ou musical em cinema pelo filme “*A volta ao Mundo em 80 Dias*” em 1956.

Mario assegurou que possui amigos brasileiros por conta da universidade, mas convive mais com os amigos estrangeiros vindos da América Latina. Ele disse que gostaria de aprender mais sobre a língua portuguesa e *conhecer mais do Brasil*, dado que com México existem diversas diferenças, especificamente no relacionamento interpessoal, costumes, ritmo de vida acelerado, e custo de vida elevado. Mario sente falta de sua família e da comida típica mexicana.

Ele reconheceu como maior *dificuldade* a língua, mais que tudo para se comunicar com as outras pessoas. Onde ele mora, residem uma brasileira e vários peruanos e em seu tempo livre sai com seus amigos que falam espanhol. Ele também gosta de passear e conhecer outros lugares no Brasil.

Mario avaliou *sua experiência* como agradável, porque até agora ele não sofreu nenhum acidente, roubo ou tipo de doença, pois quando chegou isso lhe preocupava muito, sobretudo no efeito que teria sobre seu desempenho acadêmico. Ele também tem como *objetivo* realizar um pós-doutorado no Brasil ou na Europa.

Pablo Milanés⁶: um engenheiro com ritmo no sangue

Pablo é procedente da Cuba e tem 32 anos. Chegou ao Brasil há 10 meses, para realizar um doutorado em engenharia elétrica sustentado por uma bolsa da fundação CAPES.

Pablo era estudante de uma universidade cubana, a qual realiza trabalhos de robótica junto com algumas universidades brasileiras. *Antes de vir para o Brasil*, ele não conhecia nada sobre o país nem do *idioma*, mas o que motivou sua chegada foi o maior investimento que existe aqui para o tipo de pesquisa que ele realiza, já que em seu país é mais difícil ter acesso a qualquer tipo de tecnologia.

Com *sua chegada ao Brasil*, Pablo considerou o *idioma* como uma dificuldade, pois para ele é parecido com o espanhol, fazendo-lhe cometer mais erros na pronúncia e na estrutura das frases. Além do fato de desconhecer o português, o laboratório no qual ele trabalha também é frequentado por outros estudantes da América Latina, o que despertou o interesse dos brasileiros por falar com ele em espanhol, dificultando seu processo de aprendizado. Esta situação faz com que ele procure mais oportunidades para praticar o português.

Pablo assegurou que tem amigos brasileiros e dos outros países da América Latina, sendo a maioria da Colômbia, mas ele quer conhecer mais sobre *a cultura* do país no qual agora ele mora, quer apreciar a cultura dos povos indígenas e suas danças. Para ele, o custo de vida brasileiro é mais alto e o serviço de saúde não corresponde com este. Também disse que a educação brasileira tem uma melhor qualidade, que o desperdício de comida é maior, e que as danças são diferentes. Não obstante, ele afirmou que o Brasil e seu país possuem muitas semelhanças. Pablo também sente saudade das danças cubanas, da segurança, dos bons atendimentos nos hospitais para quando ele está doente, de se comunicar bem com sua família, pois a diferença de horários não ajuda e a internet tem restrições.

⁶ Homenagem a Pablo Milanés Arias, cantor, compositor e guitarrista cubano que foi preso em 1967 pelo governo de seu país, e motivado por esse evento, começou a criar músicas de protesto.

Pablo considerou como *sua maior dificuldade* a insegurança, já que ele fica preocupado quando caminha pelas ruas. Por outro lado, ele gosta de ir à praia com sua namorada brasileira com quem mora atualmente, gosta também de se encontrar com amigos latino-americanos para conversar ou dançar e em algumas ocasiões assistir jornais, jogos de futebol ou programas humorísticos na televisão.

Pablo avaliou *sua experiência* como boa pelo fato de ter sido acolhido pelos colegas latino-americanos, que lhe ofereceram moradia por um tempo enquanto procurava seu próprio lar. Ele reclama da burocracia que existe no Brasil, pois gastou muito dinheiro e tempo para obter os documentos necessários para sua permanência. Para finalizar, ele afirmou ter sentido o apoio constante, tanto dos colegas brasileiros como dos latino-americanos e que seu principal *objetivo* é adquirir mais conhecimento para aplicá-lo em uma nova linha de pesquisa que contribuirá com seu crescimento como profissional, seja em seu país ou no Brasil.

César Vallejo⁷: fora de Peru tenho mais possibilidades

César é oriundo do Peru, tem 30 anos, reside no Brasil há 28 meses e realiza um doutorado em física sustentado por uma bolsa do CNPq.

Antes de vir para Brasil, Cesar tinha um conhecimento básico deste país, mais especificamente do seu bom futebol e do samba, mas não da sua língua. Ele conhecia um colega de Peru que realizava um mestrado dentro da Universidade Federal de Espírito Santo, sendo motivado por isso para conseguir uma bolsa de estudo e assim, depois, conseguir um emprego bem remunerado, posto que em seu país, não existe esse tipo de oportunidades para as pessoas que escolheram estudar física.

Ao chegar ao Brasil, César considerou o *idioma* difícil, mas esforçou-se para interagir mais com pessoas nativas, utilizando isso como estratégia para que eles corrigissem sua pronúncia. Afirmou que desde o começo preferiu não estar muito com os estrangeiros já que dificultaria seu processo de aprendizado. Ele somente usava o espanhol com amigos latino-americanos, geralmente na hora do almoço.

César assegurou que possui contato com amigos brasileiros e com outros estrangeiros latino-americanos. Além disso, *gostaria de conhecer* mais sobre a culinária brasileira, sobretudo, do tipo de comida que lhes ajuda a manter o corpo atlético.

Ele percebeu que aqui são bem mais abertos do que em seu país, também são receptivos, carismáticos e muito confiantes. Por outro lado, ele acha que sua inflação é maior e que o custo de vida é elevado. Ele disse que o ritmo de vida como estudante não mudou, mas no relacionamento interpessoal sim, porque aqui são receptivos, sinceros, abertos e tem vontade de conviver e sair mais que no Peru. Ele sente falta de sua família, e afirmou ter desejo de trazê-la porque considera que aqui tem mais oportunidade de emprego.

Ele considerou *como dificuldades* a língua portuguesa tanto como o inglês, já que os dois são fundamentais no desenvolvimento do seu doutorado, e

⁷ Homenagem a César Vallejo quem foi um poeta e escritor reconhecido como um dos maiores poetas hispano-americanos do século XX e o maior representante da literatura peruana.

também, a procura de moradia representa um problema, dizendo que se não fosse pelos colegas estrangeiros que o acolheram e ajudaram, seria mais difícil. César atualmente mora com um brasileiro e com outros estrangeiros latino-americanos e em seu tempo livre gosta de praticar futebol, ir à academia, e andar de bicicleta.

César avaliou *sua experiência* como boa no sentido do acolhimento, da receptividade e no relacionamento interpessoal, porque ele fez muitos amigos. No entanto, também existem coisas más como a burocracia no Brasil, e até o serviço de saúde pública, onde tem que aguardar por uma especialidade ou pagar um médico particular, afirmando que no Brasil é proibido adoecer. Ele recomendaria para outros estudantes que gostem da tranquilidade, de um custo de vida baixo e de cidades pequenas, que venham para Vitória. César tem como *objetivo* fazer um pós-doutorado e assim obter um emprego bem remunerado no Brasil, mas para realizá-lo, terá que voltar para seu país, posicionando-se no mercado de trabalho e assim melhorar seu currículo.

Oswaldo Guayasamín⁸: comprometido com Equador

Oswaldo tem 26 anos e é natural do Equador. Chegou há 14 meses para realizar um mestrado em engenharia elétrica sustentado por uma bolsa do governo do Equador.

Antes de vir ao Brasil, Oswaldo conhecia pouco do país e não tinha conhecimento da língua portuguesa, mas conhecia um conterrâneo que estudava na Universidade Federal do Espírito Santo, o qual enviou informações do programa e da cidade. Sua principal motivação foi a bolsa de estudo que oferecem em seu país e o bom nível acadêmico que tem o Brasil.

Ao chegar ao Brasil, Oswaldo considerou o *idioma* difícil, sendo assim preferiu interagir só com pessoas nativas, fazendo-o ter menor contato com sua língua materna, usada apenas esporadicamente. Apenas depois de 6 meses começou a se juntar com outros estrangeiros vindos da América Latina.

Oswaldo assegurou que atualmente possui contato tanto com brasileiros como com estrangeiros, mas ele disse ter visto aumentar a população latino-americana, devido a existência de uma rede de apoio entre eles. Além disso, também gostaria de conhecer a *cultura brasileira* e sua história, mas como é ampla, faltaria tempo para conhecê-la toda. Ele considerou que entre Equador e Brasil existem semelhanças, no entanto percebeu que há diferenças na língua, no custo de vida elevado para os brasileiros, e que seu ritmo de vida mudou, pois lá era mais tradicional, aqui se liberou, obtendo uma maior abertura para conviver com pessoas de diferentes culturas. Oswaldo sente falta de quase tudo, porém o mais significativo é sua família, seu *idioma* e sua comida.

Ele considerou como a *maior dificuldade* a língua portuguesa, já que influencia no seu processo para se adaptar tanto na universidade como no meio social. Onde ele mora, residem um peruano e um brasileiro, mas ele tem seu

⁸Homenagem a Oswaldo Guayasamín Calero foi um reconhecido artista do Equador, que devido a suas raízes indígenas, realizou obras que denunciavam as tragédias e os horrores sofridos pela comunidade indígena.

espaço. Em seu tempo livre, Oswaldo se encontra com amigos normalmente com latino-americanos e também com brasileiros, e gosta de fazer qualquer esporte.

Oswaldo avaliou *sua experiência* no começo como complicada pelo aprendizado do português. Com o tempo, tornou-se mais positiva pelo acolhimento e o ensinamento da cultura e da língua pelos colegas. Ele disse que o governo de seu país o obriga a voltar, porque ele tem que retribuir com trabalho em solo equatoriano, os benefícios recebidos durante sua estadia no Brasil.

Pedro Suárez⁹: sem vergonha para o português

Pedro é proveniente do Peru, tem 32 anos, realiza um mestrado em Física e chegou há 14 meses ao Brasil, sendo sustentado por uma bolsa da CAPES.

Antes de vir para o Brasil, Pedro conhecia pouco do país, mas especificamente conhecia sobre sua música, algumas danças, o futebol e das bolsas de estudos para pós-graduação. Ele tinha conhecimento básico da língua, pois, estudou 4 meses em seu país. O que motivou Pedro foi a oportunidade que o Brasil oferece com bolsas de estudos, já que em seu país tinha que ter um emprego bem remunerado, e assim ter acesso a um curso de pós-graduação, porque, segundo Pedro, lá é custoso.

Ao chegar ao Brasil, Pedro considerou o aprendizado do *idioma* difícil. Disse que o curso que fez foi insuficiente e que ainda lhe falta aprender mais. Ele tem mais contato com seus colegas da turma, o que lhe ajudou a ter mais oportunidades de praticar o português e ocasionalmente conversa em espanhol com pessoas estrangeiras latino-americanas.

Pedro disse que possui contato com amigos brasileiros por conta da universidade, mas conhece vários latino-americanos com os quais interage através do esporte. Ele também gostaria de conhecer mais sobre a *cultura* brasileira, sua gastronomia e as pesquisas que realizam em sua área de estudo. Pedro também percebeu que existem diferenças na comida, na vestimenta, e no custo de vida que é elevado para os brasileiros. Pedro sente falta de sua família, de sua comida e o tipo de roupa que usava no Peru. Ele asseverou que o ritmo de vida mudou porque em seu país trabalhava e estudava ao mesmo tempo e aqui no Brasil ele só estuda.

Pedro considerou como a maior *dificuldade o idioma*, principalmente no entendimento das aulas, já que ele entendia dos números. Neste último mês, ele mudou-se de residência, mas sempre morou com peruanos. Em seu tempo livre, Pedro gosta de escutar música, jogar futebol, ir para o cinema, e em ocasiões sair.

Pedro avaliou *sua experiência* como difícil no começo, pelo aprendizado do português. Apesar disso, menciona que foi boa pelo acolhimento dos peruanos e com o tempo, mais tranquila com a convivência agradável com seus colegas e outros estrangeiros latino-americanos. Ele disse que a bolsa de estudos que recebeu o obriga a voltar para seu país, porque ele tem que retribuir com trabalho em seu país os benefícios que recebeu durante sua estadia no Brasil. Ele tem

⁹ Homenagem a Pedro Suárez Vértiz é um músico e compositor peruano, que com sua música pede que as pessoas cuidem da água e do ambiente. Ganhador do prêmio “*Save the Planet*” em Washington.

como *objetivo* concluir seu mestrado, e começar seus estudos de doutorado. Ele também quer obter seu visto de MERCOSUL que lhe permite trabalhar no Brasil.

Laura Restrepo¹⁰: uma apaixonada pelo Brasil

Laura tem 29 anos, é procedente da Colômbia, chegou há 16 meses ao Brasil para realizar um mestrado em Educação Física na UFES, sendo bolsista pela OEA.

Antes de vir para o Brasil, Laura já tinha um conhecimento do país e da língua, a qual estudou durante 2 anos na Colômbia, fato que fez se aproximar mais com a *cultura*, para após realizar um intercâmbio por 6 meses em Florianópolis durante a graduação no 2011. Ao concluir este período, ela continuou em contato com professores brasileiros, que são significativos na educação física dentro da América Latina. Laura realizou pesquisas na Colômbia, incentivando-a para começar seus estudos de pós-graduação e concorrer a uma bolsa de estudo. Aliás, devido à curiosidade que teve quando escutou música em português, incitou-lhe a conhecer mais sobre a *cultura* até se apaixonar, e ter vontade de realizar um intercâmbio com a intenção de praticar e consolidar sua aprendizagem.

Laura afirmou que o *idioma* foi fácil de aprender *na sua chegada*. Ela tem contato com estudantes latino-americanos e pessoas brasileiras, fato que permitiu com que mantivesse conversas em espanhol mais do que em português. Laura assegurou que possui contato com amigos brasileiros por meio da universidade, que fizeram inseri-la rapidamente na cultura, até o ponto de interagir com estrangeiros para realizar eventos culturais e festas referentes à América Latina. Ela gostaria de conhecer mais sobre a *cultura* brasileira, a música, as danças típicas, a comida típica, as gírias, e também conhecer cada território asseverando que o nordeste e o sul são como dois países dentro do Brasil. Ela considerou que a Colômbia e o Brasil possuem semelhanças na comida, no entanto percebeu diferenças na língua, no preço para o aluguel de casas, dos alimentos, e da vestimenta; em geral, o Brasil tem um custo de vida elevado para Laura. Ela sente falta da sua casa, de sua família, e das atividades de lazer que não pode fazer pelo custo de vida no Brasil. Laura também afirmou que o ritmo de vida não mudou tanto, pois desempenha outras atividades além do estudo, sendo que em seu país trabalhava e estudava ao mesmo tempo.

Ela considerou *como dificuldades* a distância da família, o clima que lhe originou alergias e os meios tecnológicos para se comunicar melhor com sua família. Em seu tempo livre, Laura gosta de sair para a praia, passear com seu namorado, viajar, andar de bicicleta, se encontrar com amigos estrangeiros, estudar música, estudar inglês e tocar violino.

Laura avalia *sua experiência* como sendo cheia de transformações, de autoconhecimento; que este evento foi significativo pelo acolhimento e as amizades boas que fez, sabendo que ainda lhe faltam mais aprendizagens. Ela tem como *objetivo* continuar com um doutorado no Brasil ou na Colômbia, mas

¹⁰ Homenagem a Laura Restrepo, escritora e jornalista colombiana, conhecida por sua novela “*Delírio*” pela qual ganhou o prêmio Alfaguara em 2004.

está cheia de dúvidas por saber que pode perder alguns acontecimentos importantes em seu país.

Andrea Echeverri¹¹: encarando as oportunidades

Andrea é originária da Colômbia, tem 26 anos e esta há 13 meses morando no Brasil realizando mestrado em biotecnologia, sustentada por uma bolsa da OEA.

Antes de vir para o Brasil, Andrea tinha um conhecimento básico sobre o país, mas não do *idioma* e como estratégia para o aprendizado da mesma, manteve conversações nas redes sociais com alguns brasileiros. No entanto Andrea tinha interesse em sair de sua zona de conforto, conhecer outra *cultura* e aprender outro idioma, e quis aproveitar a oportunidade de obter uma bolsa de estudo no Brasil, o que a motivou ainda mais.

Ao chegar ao Brasil, Andrea considerou o *idioma* difícil, pois é complexo falar orações mais elaboradas para ela. Mantém muito contato com outros estudantes estrangeiros latino-americanos, fato que traz mais conversas em espanhol do que em português para seu dia a dia.

Andrea assegurou que a maioria de seus amigos são estudantes estrangeiros latino-americanos. Ela gostaria de conhecer o tipo de personalidade que tem as pessoas de outras regiões no Brasil, além da capixaba, e também quer conhecer a *cultura* de outros estados. Andrea considerou que o Brasil e seu país de origem possuem muitas semelhanças com relação às problemáticas que os atingem, tendo pobreza, desigualdade, corrupção, impontualidade e dupla moral (ou uma moral ambígua), mas que as pessoas são positivas, acolhedoras, e alegres. Porém, diz que existem diferenças como o fato de estabelecer vínculos afetivos, o preço dos alimentos, o preço do transporte público, em geral o custo de vida extremamente alto no Brasil, afirmando que para um estudante estrangeiro com a bolsa de estudos que recebe, só dá para sobreviver. Ela sente falta de certas tradições, de sua comida, e sobretudo, da música, porque sempre que sai, isso a fez lembrar que é estrangeira. Ela afirma que o ritmo de vida não mudou, só que no Brasil é mais monótono.

Andrea afirmou que as *dificuldades* que apresentou são o *idioma* e a busca de casa onde possa ter uma boa qualidade de vida. Andrea em seu tempo livre está sempre na internet assistindo filmes, escutando música. Também gosta de sair para correr, ver televisão, se encontrar com amigos latino-americanos para conversar ou cozinhar.

Andrea avaliou *sua experiência* como enriquecedora, positiva, e boa, porque adquiriu conhecimento de outras *culturas* da América Latina além da brasileira, viajou e também aprendeu mais, graças à oportunidade do investimento que tem o curso que ela fez. Ela tem como *objetivo* permanecer no Brasil e realizar um doutorado e aproveitar a oportunidade do doutorado sanduiche que lhe oferecem.

¹¹ Homenagem a Andrea Echeverri, cantora e ceramista colombiana que ganhou prêmios *Grammy Latino*, *MTV*, e *Lo Nuestro*. Participou num grupo chamado “*Aterciopelados*”.

Sonia Osorio¹²: Escolhida pelo Brasil

Sonia é procedente da Colômbia, tem 26 anos e está morando há 10 meses no Brasil, realizando um mestrado em engenharia elétrica, sendo bolsista da CAPES.

Antes de vir para o Brasil, Sonia tinha um conhecimento básico e também sabia das bolsas de estudo que o país oferece. Ela não tinha nenhum conhecimento da língua, mas sabia da existência de dois colegas colombianos que realizavam também o curso na Universidade Federal do Espírito Santo, graças a um professor brasileiro que conheceram na sua universidade em Colômbia, e que hoje é seu orientador. Sonia veio motivada pela oportunidade de uma bolsa de estudo no exterior, para a obtenção de um título dentro da área que ela gosta, a robótica, sendo que também mudaria de ambiente e conheceria outro tipo de pessoas.

Ao chegar ao Brasil Sonia considerou o aprendizado do *idioma* muito difícil, porque convive o tempo todo com pessoas da América Latina. Além disso, desempenha suas atividades num laboratório de robótica, onde há muitos estudantes estrangeiro e onde seu orientador e colegas brasileiros, muitas vezes, conversam em espanhol, dificultando o aprendizado da língua portuguesa.

Sonia afirmou que possui mais contato com amigos latino-americanos, do que com brasileiros. Ela gostaria de conhecer outros ambientes além do capixaba, e assim saber mais sobre a *cultura* brasileira, as favelas, as danças, a comida típica. Entre as principais diferenças que ela percebe entre o Brasil e a Colômbia, estão o *idioma*, o apoio para os projetos de pesquisa maior no Brasil, o aluguel de casas, o preço da vestimenta, dos alimentos e da comida que é vendida por peso, tudo devido ao alto custo de vida brasileiro. Sonia sente saudade de sua família, dos seus amigos, da comida típica e dos preços baixos da Colômbia. Ela afirmou que o ritmo de vida mudou por causa da independência e da constância no laboratório, porque em seu país ela morava com seus pais e tinha um trabalho mais flexível.

Ela considerou *como dificuldades* a falta de tolerância, a falta de prudência, a falta de paciência no fato de conviver com outras culturas. Sonia mora com pessoas latino-americanas e uma brasileira. Ela disse que em seu tempo livre gosta de andar de bicicleta, de caminhar, de ler, de estudar, e de estar em seu computador assistindo filmes, vídeos no Youtube e usando o Facebook.

Sonia *avaliou sua experiência* como excelente, porque fez boas amizades, bons contatos, porque ainda tem vontade de conhecer o Brasil apesar de algumas coisas ruins que aconteceram. Tem como *objetivo* seguir estudando e começar o doutorado, já que ela viu que seu trabalho na robótica de reabilitação contribuirá muito para a sociedade.

¹² Homenagem a Sonia Osorio, bailarina de balé e coreógrafa colombiana, que deu a conhecer ao mundo o folclore de seu país através de suas danças.

Sonia Bazanta¹³: desfrutando as experiências

Sonia é procedente da Colômbia, tem 25 anos, está morando há 16 meses no Brasil realizando mestrado em geografia, sustentada por uma bolsa da OEA.

Antes de vir para o Brasil, Sonia já tinha conhecimento da música, das expressões culturais, e da língua portuguesa, pois a estudou por dois anos em seu país. Apesar disso, ela não tinha nenhum contato no Brasil e sua motivação foi à oportunidade que o Brasil oferece com bolsas de estudos já que em seu país não é tão fácil de obter. Além disso, também queria ter contatos interculturais, novas experiências e aperfeiçoar seu aprendizado do português.

Ao chegar ao Brasil Sonia pensou que se comunicar coloquialmente é fácil, mas dentro da universidade, sobretudo na escrita, é muito difícil. Ela tem pouco contato com estudantes estrangeiros latino-americanos; no geral convive mais com brasileiros, pois ela mora com seu namorado brasileiro.

Ela gostaria de conhecer mais sobre a *cultura*, música, seus diversos ritmos, e suas histórias. Sonia considerou que o Brasil e seu país de origem possuem semelhanças no sentido de que nenhum deles é sistemático, nem pontual. Entretanto, disse que existe diferença cultural em alguns aspectos, e que o custo de vida é elevado. Ela sente falta de sua comida, sua família, seus amigos, sua casa, dos sítios conhecidos, seu *idioma* e as piadas. Ela afirma que o ritmo de vida não difere muito, só na intensidade.

Ela preferiu chamar as *dificuldades* de diferenças *culturais*, e enfatizou o ritmo de vida diferente. Atualmente mora com seu namorado brasileiro e outra brasileira. Em seu tempo livre, Sonia gosta de cozinhar, de ler, andar de bicicleta, e praticar algum esporte.

Sonia avaliou *sua experiência* como inesquecível, única e importante para sua vida. Além disso, é uma experiência cheia de autoconhecimento e a fez valorizar mais sua família, amigos, e ambientes de seu país. Ela tem como *objetivo* continuar com um doutorado dentro da mesma universidade.

Patricia Janiot¹⁴: com saudades da Colômbia

Patricia tem 29 anos, é nativa da Colômbia, está há 16 meses morando no Brasil, realizando um mestrado em biotecnologia, sustentada por uma bolsa da OEA.

Antes de vir para o Brasil, Patricia conhecia o que a mídia vende comumente: o futebol, o samba e o Rio de Janeiro. Ela não tinha conhecimento do *idioma*, mas tinha contato com dois colegas colombianos estudando no Brasil. O que motivou a Patricia foi a oportunidade de fazer um curso de Pós-Graduação

¹³ Homenagem a Sonia Bazanta Vides, mais conhecida como “Totó la Momposina”, cantora do folclore colombiano, que mistura os ritmos tradicionais dos índios sul-americanos com a música afro-latina.

¹⁴ Homenagem a Ángela Patricia Janiot Martirena, jornalista colombiana que trabalha como apresentadora de notícias na CNN em espanhol, ganhadora de vários prêmios de jornalismo, como a *Golden Mike Award* em 1990 e o Prêmio de Jornalismo Simón Bolívar, na Colômbia.

com uma bolsa de estudo, porque em seu país as pessoas que geralmente realizam estudos de pós-graduação são pessoas com um nível socioeconômico alto.

Ao chegar ao Brasil, Patricia considerou o *idioma* difícil, pois viu muitas mudanças, nos valores, nos hábitos e na *cultura* em geral. Ela tinha mais contato com amigos estrangeiros vindos da América Latina, acontecimento que fez com que utilizasse mais sua língua espanhola.

Patricia manteve contato com amigos estrangeiros latino-americanos, sendo a maioria da Colômbia, e com alguns brasileiros por conta do mestrado. Por outro lado, ela percebe várias diferenças entre seu país e o Brasil, dizendo que o custo de vida brasileiro é elevado e a qualidade de vida é melhor. A respeito das pessoas brasileiras, elas são mais abertas, extrovertidas, e comunicativas. Patricia sente falta da sua casa, de sua família, dos seus amigos, da comida típica, do seu trabalho, dos ambientes conhecidos, e dos lugares onde possa se sentir bem.

Ela considera como *dificuldades* a distância da família e de seus amigos. Patricia mora atualmente com uma colombiana e um brasileiro. Em seu tempo livre, Patricia gosta de ir à praia a caminhar, e andar de bicicleta.

Patricia *avaliou sua experiência* de forma enriquecedora, porque chegou como uma pessoa e retornará como outra. Além disso, conseguiu lidar com algumas coisas boas e outras ruins que aconteceram ao longo de sua estadia e que, com certeza agora, conseguirá lidar mais facilmente. Ela tem como *objetivo* criar um departamento técnico de inspeção agrícola e ser diretora deste, e também quer fazer um curso de fotografia, tudo isso na Colômbia.