

APRESENTANDO O PROJETO LITTERAPIA: PROMOVENDO BEM-ESTAR POR MEIO DA LITERATURA ENTRE IMIGRANTES RESIDENTES EM PELOTAS

ISMAEL FELIPE DE PAULA ANGELI¹; RICARDO PEREIRA²; TAÍS BOPP DA SILVA³

¹*Universidade Federal de Pelotas – maelangelisou@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – ricardospereiras97@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – taisbopp@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O Projeto Litterapia é uma ação de caráter extensionista vinculada ao Centro de Letras e Comunicação da Universidade Federal de Pelotas (UFPel). Ele surgiu frente à necessidade de ampliação de espaços em que a comunidade imigrante de Pelotas possa ser acolhida. A ação encontra-se no campo da Literatura, em face da Biblioterapia, mais especificamente, situa-se em leitura terapêutica; e tem como interface a Psicologia Positiva, focando no desenvolvimento de potencialidades humanas. O principal objetivo do projeto é proporcionar aos participantes um espaço de bem-estar psíquico e social. Nele, os imigrantes, por meio de leituras literárias, são levados a refletir sobre as situações narradas e identificações pessoais. Além disso, o espaço também oportuniza a prática da língua portuguesa e se propõe como um grupo de apoio mútuo.

Segundo Guedes e Baptista (2013), a Biblioterapia surgiu do uso da leitura para melhorar a qualidade de vida. E da leitura, por sua vez, surgiram as interpretações de informações com propósitos que podem ajudar no cotidiano. Para as escritoras, as informações resultam da interação de duas estruturas cognitivas: (I) a mente e o (II) texto externo; ou seja, as informações estão envolvidas no processo cognitivo e na ação de compreensão. Nesse sentido, Freire (2008) diz que a leitura pode nos ensinar um valor mutável, seja em nós mesmos ou nos outros, e podemos buscá-la ou provocá-la. Ele ainda afirma que há na leitura uma relação entre a literatura e a psicologia de forma que a literatura ofereça o material humano para o entendimento da subjetividade ou do comportamento humano. Para Borrman (2019), as palavras têm o poder de transformar, elas estruturam as nossas ideias e ajudam em nosso desenvolvimento como indivíduos. Portanto, o ato de ler produz o pensamento, gera oportunidades e possibilita mudanças em seres humanos. Uma vez realizada a leitura, a pessoa não é mais a mesma, o ser humano passa a ser outro e com outro conhecimento sobre o objeto lido.

Destas considerações, a leitura no Projeto Litterapia serve de mote para o diálogo e a troca de experiências entre os participantes. Após o compartilhamento de informações, esperamos que o grupo produza cumplicidade no fortalecimento de redes e que ele consiga extrair reflexões pessoais para ampliarem a sua capacidade de autoconsciência. Dos benefícios psicossociais, o ato de ler como um exercício prescrito, permite-nos abrir para o outro ao mesmo tempo em que encontramos um tempo para nós mesmos. Nesse entorno da leitura, uma antropóloga francesa que temos estudado escreveu que “a leitura pode ser, em todas as idades, justamente um caminho privilegiado para se construir, se pensar, dar um sentido à própria experiência, à própria vida”. (PETIT, 2008, p.72). E sobre a função social que este projeto cumpre, a resiliência é “... uma das formas de tentar entender como

os indivíduos podem enfrentar de forma positiva às situações adversas da vida. " (ZANON et al, 2020, p.4).

A proposta do Projeto Litterapia está embasada nas observações e reflexões de Michèle Petit em seu livro *Os jovens e a Leitura*, obra que discute algumas preocupações que cercam os sujeitos que estão em contextos migratórios. Majoritariamente, a autora apresenta como referência os moradores de periferia das grandes cidades francesas, que se configuram como foco de sua pesquisa. Acerca dessa população de imigrantes, a autora apresenta (I) o contexto em que vivem esses imigrantes; (II) seus depoimentos acerca do papel da leitura em suas vidas; (III) suas participações em ações de leitura mediada. Partindo deste modelo, em que a leitura desempenha um papel de construção de si mesmo, buscamos construir um projeto similar, visando os imigrantes da cidade de Pelotas. Nele, cogitamos que a aplicação da Litterapia ocorra de modo que os indivíduos do grupo possam ressaltar as suas forças de caráter e traços pessoais positivos.

À medida em que ocorram os encontros, almeja-se, por meio de rodas literárias a promoção do bem-estar como um fator preventivo de estresse que pode acompanhar os imigrantes, sem tentativas de psicopatologização de suas experiências. Nesse caminho migratório, "a falta de apoio social adequado pode levar ao estresse de aculturação, que é o resultado do contato do imigrante com duas culturas diferentes, a do país de origem e a do país de acolhimento". (MUHLEN, DE-WES e LEITE, 2010). Em suma, a leitura possui um papel fundamental no compartilhamento de experiências dentro do Projeto Litterapia, ela oportuniza momentos de escuta que colaboram para o alívio de sintomas como os de estresse e ansiedade.

2. METODOLOGIA

Para atingirmos o objetivo de nosso projeto, tomamos a seguinte metodologia: (I) reuniões semanais de planejamento das atividades; (II) atividades de planejamento; (III) organização das intervenções com os participantes; (IV) participação nas intervenções com os participantes. No primeiro passo, apresentamos as leituras teóricas que serviram de pressupostos para o planejamento das atividades, realizamos um *Brainstorming* para proposição de atividades, selecionamos o material para cada intervenção e discutimos os possíveis resultados das intervenções. Na segunda etapa, realizamos leituras teóricas e literárias que serviram de pressupostos no projeto, e um levantamento de recursos a serem utilizados nas intervenções junto à comunidade. No terceiro passo, serão agendados os encontros e faremos contato com os participantes. Na última etapa, serão conduzidas as atividades do círculo de leitura, coordenadas em sessões de leituras orais, a fim de estimular os participantes a interagirem.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto encontra-se em andamento. Na atual etapa, estamos procedendo uma análise do material que, por sua vez, já foi selecionado. Decidimos por adotar o livro *A Revolução dos Bichos*, de George Orwell, como base para as rodas de leitura e discussões do grupo. Essa escolha está diretamente ligada às tomadas de perspectivas, tema que pode estar diretamente relacionado às experiências dos participantes. Nesse sentido, a ficção e a realidade podem se complementar, e esperamos que os participantes possam trazer relatos, interpretações e vivências a partir das experiências de leitura. Neste projeto, nos inspiramos na abordagem

biblioterápica, mais especificamente, na biblioterapia do desenvolvimento pessoal, que preocupa-se em lidar com os problemas do cotidiano com caráter preventivo. Em torno da aplicação do projeto, na medida em que ocorram os encontros, os resultados serão avaliados qualitativamente com vistas a implementar melhorias em suas próximas edições

4. CONCLUSÕES

Com este projeto, esperamos que os novos residentes possam encontrar no âmbito do grupo, formado dentro do Projeto Litterapia, um lugar de acolhimento, escuta, desenvolvimento pessoal e formação de redes de apoio. Além disso, levando em consideração que existem poucos projetos preocupados em proporcionar benefícios psicosociais aos imigrantes, o Projeto Litterapia serve de estímulo para que sejam realizadas outras iniciativas junto a essa população.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BORRMANN, L. Biblioterapia usa a leitura para tratar depressão e reduzir estresse e ansiedade. **ComCiência Revista Eletrônica de Jornalismo Científico**. Dossiê 213, 2019. Acesso em: 09 ago. 2022. Online. Disponível em <https://www.comciencia.br/biblioterapia-usa-a-leitura-para-tratar-depressao-e-reduzir-estresse-e-ansiedade>

FREIRE, J. C. Literatura e psicologia: a constituição subjetiva por meio da leitura como experiência. **Arquivos Brasileiros de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 60, p. 1-9, 2008. Acesso em: 12 ago. 2022. Online. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672008000200002

GUEDES, M. G.; BAPTISTA, S. G. Biblioterapia na ciência da informação: comunicação e mediação. **Encontros Bibli: Revista Eletrônica de Biblioteconomia e Ciência da Informação**, v. 18, n. 36, p. 231-253, 2013. Acesso em: 11 ago. 2022. Online. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/eb/article/view/1518-2924.2013v18n36p231>

MUHLEN, B. K. V.; DEWES, D.; LEITE, J. C. C. Stress e Processo de Adaptação em Pessoas que Mudam de País: Uma Revisão de Literatura. **Ciência em movimento**, v. 12, n. 24, p.59-68, 2010. Acesso em: 13 ago. 2022. Online. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.15602/1983-9480/cmbs.v12n24p59-67>

ORWELL, G. **A Revolução dos Bichos**. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

PETIT, M. **Os jovens e a leitura: uma nova perspectiva**. São Paulo: Editora 34, 2008.

ZANON, C.; LOVATO DELLAZZANA ZANON, L.; MUGLIA WESCHLER, S.; RODRIGUES FABRETTI, R.; NALEIVAKO DA ROCHA, K. COVID-19: Implications and applications of Positive Psychology in times of pandemic. **SciELO Preprints**, 2020. Acesso em: 10 ago. 2022. Online. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/99>