



## CEMPRE: CONSTRUINDO UMA COMUNIDADE ACADÊMICA RESTAURATIVA<sup>1</sup> CEMPRE: CONSTRUYENDO UNA COMUNIDAD ACADÊMICA RESTAURATIVA

Andressa de Medeiros Venturini<sup>2</sup>  
Isabel Cristina Martins Silva<sup>3</sup>

### RESUMO

A complexidade de relações e demandas do Ensino Superior eleva o potencial de o ambiente acadêmico se tornar estressor e de intensa sobrecarga. Com o intuito de romper esse paradigma, o Centro de Mediação e Práticas Restaurativas (CEMPRE) da FADISMA construiu uma proposta de trabalho que visa (re) conectar e desenvolver a educação emocional dos acadêmicos com a promoção de valores e criação de um espaço que sirva como suporte social, através da compreensão e respeito. O Projeto “CEMPRE: Construindo uma Comunidade Acadêmica Restaurativa”, através da metodologia das Práticas Restaurativas, notadamente dos Círculos de Construção de Paz, pautado na Teoria de Base de Kay Pranis, constituiu-se na realização de “Círculos de Construção de Paz de Autocuidado” para a comunidade acadêmica da Faculdade de Direito de Santa Maria. Ao término da primeira Edição do Projeto, depreendeu-se que a proposta logrou êxito quanto aos objetivos propostos, sobretudo com o *feedback* do público-alvo, que demonstrou 100% de satisfação com a atividade, bem como manifestou interesse na continuidade do referido Projeto.

<sup>1</sup> Resumo expandido que apresenta os resultados de uma atividade de prática profissional.

<sup>2</sup> Autora. Mestranda em Direito no Programa de Pós-Graduação - PPGD da Universidade Federal de Santa Maria - UFSM, na Área de Concentração Direitos Emergentes na Sociedade Global; e Linha de Pesquisa Direitos na Sociedade em Rede: atores, fatores e processos na mundialização. Assessora Voluntária na Promotoria Regional da Educação de Santa Maria (PREDEC-SM). Membro sênior do Núcleo de Estudos em Webcidadania (NEW). Mediadora e facilitadora do Centro de Mediação e Práticas Restaurativas (CEMPRE/NUPPE) da FADISMA. Pesquisadora do Centro de Estudos e Pesquisas em Direito e Internet da Universidade Federal de Santa Maria (CEPEDI), cadastrado na plataforma de pesquisas do CNPq. Atuação na linha de pesquisa Riscos e (des)controles do ciberespaço; e Integrante do projeto de pesquisa Ativismo Digital e as novas mídias: desafios e oportunidades da cidadania global;. Bacharel em Direito pela Faculdade de Direito de Santa Maria. Endereço eletrônico: andressa.ventu@gmail.com.

<sup>3</sup> Orientadora. Coordenadora do Curso de Especialização em Justiça Restaurativa e Mediação de Conflitos no Âmbito Público e Privado da Faculdade de Direito de Santa Maria (FADISMA). Professora do Curso de Direito da Faculdade de Direito de Santa Maria (FADISMA). Professora Membro do Centro de Mediação e Práticas Restaurativas (CEMPRE) na Faculdade de Direito de Santa Maria (FADISMA). Mestranda em Ciências Jurídicas da Universidade Autônoma de Lisboa. Especialista (2013) em Direito da Criança e do Adolescente pela Escola Superior do Ministério Público. Graduada (2009) em Direito pela Faculdade Metodista de Santa Maria. Coautora do livro ” Práticas Restaurativas: uma Metodologia ao Alcance do Educador”. Assessora Jurídica na Promotoria de Justiça Regional de Educação de Santa Maria, do Ministério Público do Rio Grande do Sul. Atuação como Facilitadora nos Cursos de Formação em Justiça Restaurativa. Palestrante e Coordenadora de Procedimentos Restaurativos e Círculos de Construção de Paz. Endereço eletrônico: cris.praticasrestaurativas@gmail.com



**Palavras-chave:** Círculos de Construção de Paz. Comunidade Acadêmica. Práticas Restaurativas.

## RESUMEN

La complejidad de relaciones y demandas de la Enseñanza Superior eleva el potencial de que el ambiente académico se vuelva estresante y de intensa sobrecarga. Con el fin de romper este paradigma, el Centro de Mediación y Prácticas Restaurativas (CEMPRE) de la FADISMA construyó una propuesta de trabajo que busca (re) conectar y desarrollar la educación emocional de los académicos con la promoción de valores y la creación de un espacio que sirva como soporte social, a través de la comprensión y el respeto. El Proyecto "CEMPRE: Construyendo una Comunidad Académica Restaurativa", a través de la metodología de las Prácticas Restaurativas, especialmente de los Círculos de Construcción de Paz, pautado en la Teoría de Base de Kay Pranis, se constituye en la realización de "Círculos de Construcción de Paz de Autocuidado" Para la comunidad académica de la Facultad de Derecho de Santa María. Al término de la primera Edición del Proyecto, se desprendió que la propuesta logró éxito en cuanto a los objetivos propuestos, sobre todo con el feedback del público objetivo, que demostró el 100% de satisfacción con la actividad, así como manifestó interés en la continuidad del referido Proyecto.

**Palabras clave:** Círculos de Construcción de Paz. Comunidad Académica. Prácticas Restaurativas

## INTRODUÇÃO

Desde sua instauração, o CEMPRE vem enaltecendo os métodos adequados de resolução de conflitos, na busca de uma sociedade mais harmônica e colaborativa, sejam por meio da Mediação ou da Justiça Restaurativa no âmbito extrajudicial.

Deste modo, o Centro de Mediação e Práticas Restaurativas (CEMPRE) da FADISMA possui como objetivo estimular a autonomia das pessoas para encontrarem a melhor solução para os seus conflitos com base no diálogo, respeito e na cultura da paz.

Partindo dos ensinamentos de Howard Zehr de que devemos internalizar os princípios da Justiça Restaurativa como uma bússola que orienta na direção do diálogo e experimentações, o CEMPRE acredita que a promoção dessa cultura da paz deve partir da autoconscientização das relações do indivíduo com a comunidade e consigo mesmo.

O mês de setembro é simbólico na valorização da vida e o CEMPRE propõe a promoção de relacionamentos saudáveis no âmbito acadêmico através de Círculos De Construção de Paz de Autocuidado. Pretende-se estimular a criação de vínculos e



fortalecimento da comunidade acadêmica em prol de um objetivo comum: o bem-estar de todos.

O CEMPRE reconhece que o ambiente universitário pode ser de intensa sobrecarga e pretende construir uma proposta de trabalho responsável por uma mudança de cultura nos relacionamentos e na forma de falar e ouvir. O principal objetivo do Projeto é conectar e desenvolver a educação emocional dos acadêmicos com a promoção de valores como autocuidado, autoestima e respeito.

Portanto, a presente atividade prático-profissional se justifica na relevância Acadêmico-Social do Projeto, eis que se preocupa diretamente com o bem-estar da comunidade acadêmica. Ademais, tal projeto está inserido na área de concentração “Cidadania, Políticas Públicas e Diálogo entre Culturas Jurídicas”, abrangendo a linha de pesquisa “Meios Alternativos de resolução de Conflitos”.

## 1. REFERENCIAL TEÓRICO

O ingresso e permanência no Ensino Superior apresentam aos jovens adultos desafios e possibilidades inéditas em uma fase de transição para a vida adulta. A busca pelo aprimoramento educacional ocorre em conjunto com novas perspectivas pessoais e profissionais.

Entretanto, além dos universitários perpassarem por situações acadêmicas desafiadoras, “enfrentam outras questões desenvolvimentais, como a autonomização, a separação da família de origem, o desenvolvimento de relacionamentos pessoais mais íntimos e a criação de novas famílias”. Essas situações podem predizer a ocorrência de patologias mentais, comprometendo o desenvolvimento do estudante. (Celeste SILVEIRA et al, 2011, p. 248).

Nessa esteira afirmam Ricardo da Costa Padovani et al (2014, p. 3) que “as exigências e demandas da vida universitária evidenciam que o estudante universitário, desde o seu ingresso na instituição, deve apresentar recursos cognitivos e emocionais complexos para o



manejo das demandas desse novo ambiente”. Os autores referem que fatores como desconhecimento podem elevar a situação para casos de estresse, ansiedade e depressão:

Considerando as elevadas expectativas, as demandas inerentes ao mercado de trabalho e as aspirações pelo seu futuro profissional e pessoal, comumente se encontra como resultante uma alta prevalência de problemas psicoafetivos, por vezes desconhecidos. Tal desconhecimento pode levar à desvalorização de determinados sintomas ou mesmo a tratamento equivocado. Exemplos claros dessa problemática envolvem a identificação tardia e o tratamento inadequado da depressão e da ansiedade (Breedlove & Schorfheide, 2001), consumo e dependência de substâncias psicoativas lícitas e ilícitas (Botti, Lima, & Simões, 2010; Prince, Carey, & Maisto, 2013), alimentação inadequada, inatividade física (Sousa, José, & Barbosa, 2013), bem como outros sintomas que são desvalorizados, muito embora devam ser reconhecidos como associados a condutas negativas à saúde. (PADOVANI et al, 2014, p. 3)

Alguns dados corroboram a emergência em tratar da temática. O Fórum de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (Fórum Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis [FONAPRACE]) em pesquisa sobre o perfil dos acadêmicos das universidades federais do país em 2010, constatou que 47,7% dos estudantes relataram sofrer alguma dificuldade emocional. Desses, 29% procuraram atendimento psicológico, 9% procuraram atendimento psiquiátrico, 11% usaram ou estão usando medicação psiquiátrica e 10% procuraram atendimento psicopedagógico (PADOVANI et al, 2014, p. 4).

Portanto, há cerca de oito anos atrás, quase metade dos universitários se queixaram de problemas psíquicos. Nesse sentido, as pesquisas na área demonstram que a academia será um local com potencial estressante quando não oferece condições que permitam uma socialização adequada, com o incentivo para comunicação entre discentes, professores, gestores, família e sociedade. (PADOVANI et al, 2014, p. 3).

Com efeito, os especialistas na área apontam que “uma das principais estratégias de enfrentamento do estresse é o suporte social, pois, quando o indivíduo é exposto a um estressor e tem alto nível de suporte social, os efeitos negativos do estresse tendem a não aparecer”. Tal suporte social deve ser feito com a

[...] oportunidade de compartilhar interesses comuns e situações em que o indivíduo se sinta compreendido e respeitado [...] não é apenas a presença desses recursos que proporciona o suporte social, é a percepção que a pessoa tem de tal presença que torna o suporte eficaz (PADOVANI et al, 2014, p. 3).



Portanto, a partir do embasamento científico de que o caminho para superar o ambiente estressor da academia deve ocorrer com a “oportunidade de compartilhar interesses comuns e situações em que o indivíduo se sinta compreendido e respeitado” as práticas restaurativas surgem como um método de excelência. Isso porque “a filosofia subjacente aos Círculos reconhece que todos precisam de ajuda e que, ajudando os outros, estamos ao mesmo tempo, ajudando a nós mesmos”. (PRANIS, 2010, p. 18)

As práticas restaurativas possuem inspiração em uma antiga tradição de índigenas norte-americanos de utilizar um objeto denominado de bastão de fala, que “passa de pessoa para pessoa dentro do grupo, e que confere a seu detentor o direito de falar enquanto os outros ouvem”. Ao trazer os elementos dessa antiga tradição para a metodologia dos Círculos de Construção de Paz, mesclam-se os paradigmas de democracia e inclusão. (PRANIS, 2010, p. 15)

A ideia de compartilhamento para proporcionar um ambiente acadêmico saudável é contemplada nos círculos através do processo “do contar histórias”, vez que cada indivíduo, a partir de suas vivências possui histórias, que por sua vez oferecem uma lição. “No círculo as pessoas se aproximam das vidas umas das outras através da partilha de histórias significativas pra elas [...] as histórias unem as pessoas pela sua humanidade comum e as ajudam a apreciar a profundidade e a beleza da experiência humana” (PRANIS, 2010, p. 16).

Além disso, os aspectos metodológicos do círculo proporcionam que se crie um espaço seguro e acolhedor, em detrimento de um ambiente potencialmente hostil e estressante que a academia pode se tornar. Os elementos do círculo são responsáveis por essa mudança de paradigma, iniciando pelo próprio formato espacial do círculo, o qual “simboliza liderança partilhada, igualdade, conexão, inclusão. Também promove foco, responsabilidade e participação de todos” (PRANIS, 2010, p. 25).

A utilização de um objeto da palavra, outro elemento estrutural intencional, promove a “escuta profunda e respeitosa de todos os participantes”. (PRANIS, 2010, p. 54) Todos esses elementos, desde uma cerimônia de abertura que promova acolhimento até a postura do



Facilitador, “objetivam criar um espaço onde os participantes se sentem seguros para serem totalmente autênticos e fiéis a si mesmos” (PRANIS, 2010, p. 25).

Não há como negar, pois, que “os círculos partem do pressuposto que existe um desejo humano universal de estar ligado aos outros de forma positiva” (PRANIS, 2010, p. 39).

## 2. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES, METODOLOGIA E RECURSOS

O Projeto “Cempre: Construindo uma comunidade Acadêmica Restaurativa”, parte do pressuposto que os membros do CEMPRE são capacitados enquanto Mediadores e Facilitadores, estando à disposição para as demandas da comunidade, inclusive acadêmica. Considerando o cenário exposto no referencial teórico, compreende-se que os recursos humanos do projeto advêm dos próprios voluntários cempreanos, os quais foram os facilitadores nos “Círculos de Construção de Paz de Autocuidado”, atividade Piloto ao Projeto, realizado especialmente em atenção às atividades do Setembro Amarelo da FADISMA.

Nesse contexto, o Projeto teve início com a realização de Círculos de construção de Paz, com foco no Autocuidado. O público-alvo do Projeto foram os discentes da Instituição, tanto dos Cursos do Direito e Ciências Contábeis, como da Pós-Graduação.

As atividades inaugurais ocorreram em duas datas, quais sejam o dia 1º e 03 de outubro de 2018, no Centro de Mediação e Práticas Restaurativas da FADISMA, que fica localizado junto ao Serviço de Assistência Jurídica da IES. Os “Círculos de Construção de Paz de Autocuidado” possuíam previsão de início às 17 horas e término às 19h, horário definido de modo que pudesse contemplar a agenda de acadêmicos tanto do diurno, como noturno.

O roteiro do Círculo de Autocuidado que foi utilizado como base para a atividade, foi retirado do livro “No coração da esperança: guia de práticas circulares: o uso de círculos de construção da paz para desenvolver a inteligência emocional, promover a cura e construir relacionamentos saudáveis” de Carolyn Boyes-Watson e Kay Pranis.



Portanto, através da metodologia de práticas restaurativas foi seguido o seguinte roteiro:

#### **ABERTURA SUGERIDA**

Explique que a respiração pode ser uma fonte importante para curar e nutrir a si mesmo.

Conduza o círculo no seguinte exercício de respiração em ritmo lento:

Sente-se confortavelmente e feche seus olhos se assim o desejar. Imagine e sinta como se seu corpo fosse um tubo oco e que, quando você toma o ar, a respiração sobe pelos seus pés e vai passando pelas suas pernas... subindo pelo seu abdômen, passando pelo estômago e, subindo pelo seu peito e costas, subindo até seus ombros, pescoço, cabeça. Ainda enquanto toma o ar, imagine e sinta sua respiração passando pelo tubo oco de seu corpo e varrendo para fora toda a tensão, estresse ou sentimentos desconfortáveis. Quando sua respiração chegar ao topo de seu corpo, solte o ar normalmente. Permita que cada vez que você soltar o ar seu corpo relaxe mais e mais. Repita as instruções para as inspirações várias vezes. [...]

#### **APRESENTE O OBJETO DA PALAVRA**

Explique como funciona.

#### **RODADA DE APRESENTAÇÃO/CHECK-IN**

Passa o objeto da palavra, convidando os participantes a se apresentarem, se eles ainda não se conhecerem, ou para verificar se o Círculo já se encontrou antes. Nós sugerimos que o facilitador, nessa rodada, seja o primeiro a falar. Novamente, para possíveis perguntas ou para inspirar contribuições significativas,

#### **GERAÇÃO DE VALORES E DIRETRIZES**

Se o círculo já se encontrou antes, reveja e exponha os valores e as diretrizes do círculo anterior. [...]

Após estabelecer os valores, desenvolva as diretrizes para o círculo, pedindo aos participantes que expressem um acordo que seja importante para a sua participação no Círculo. Passe o objeto da palavra. Registre as diretrizes e coloque-as em um lugar à vista de todos.

#### **ATIVIDADE PRINCIPAL**

Convide os participantes a desenharem um círculo grande em uma folha de papel, desenhar linhas dividindo o círculo em quatro partes iguais e identificar uma seção “mental”, uma “física”, uma “emocional” e uma “espiritual”. Peça aos participantes que escrevam em cada seção o que eles fazem para cuidar de si mesmos em cada dimensão de suas vidas. Quando os participantes tiverem terminado, peça-lhes para pensar se eles gostariam e estar tendo mais autocuidado em alguma dessas dimensões. Depois, convide-os a criarem um objetivo para que tenham mais autocuidado em cada quadrante e escrevam esse objetivo ao lado do quadrante. Traga todos de volta para o círculo. Passe o objeto da palavra e convide os participantes a compartilharem suas reações ao processo de avaliarem seu autocuidado desta maneira, seus insights, ou seus objetivos. Passe o objeto da palavra e pergunte aos participantes: “Qual é o maior desafio para você cuidar de si mesmo?” Passe o objeto da palavra perguntando aos participantes: “O que você aprendeu neste círculo que você pode usar em sua vida?”

#### **RODADA DE CHECK-OUT**

Passa o objeto da palavra convidando os participantes a compartilharem seus pensamentos a respeito do círculo. Você poderá também pedir que os participantes se manifestem usando uma palavra que resuma como eles estão se sentindo neste



momento, quando o círculo está por terminar. Nós sugerimos que o facilitador seja o último a falar.

#### FECHAMENTO SUGERIDO

[...] Passe o objeto da palavra pedindo que cada participante faça uma afirmação positiva sobre si mesmo para cada parte de papel que eles têm. Encoraje-os a fazer afirmações sobre seu ser físico, seu ser mental, seu ser emocional e seu ser espiritual. Nós sugerimos que o facilitador seja o primeiro para servir de modelo nessa atividade. (BOYES-WATSON; PRANIS, 2011, p. 171-173).

### 3. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os resultados apresentados foram em sua totalidade positivos, visto que dentro da proposta apresentada, os objetivos foram alcançados integralmente.

No segundo dia de atividade o questionário de avaliação abaixo foi aplicado ao público-alvo do Projeto:

**QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DE PARTICIPAÇÃO**

**Aspectos Acadêmicos**

A formulação da proposta da atividade estava clara?  
( ) SIM ( ) NÃO ( ) INDIFERENTE

Você considera que a atividade desenvolvida foi satisfatória aos seus interesses pessoais?  
( ) SIM ( ) NÃO ( ) INDIFERENTE

O conteúdo trabalhado no curso agregou valor à sua jornada acadêmica?  
( ) SIM ( ) NÃO ( ) INDIFERENTE

Você recomendaria essa atividade para terceiros?  
( ) SIM ( ) NÃO ( ) INDIFERENTE

Você teria interesse de participar novamente dessa atividade?  
( ) SIM ( ) NÃO ( ) INDIFERENTE

---

**Aspectos da Infraestrutura Organizacional**

O material de divulgação foi adequado e suficiente?  
( ) SIM ( ) NÃO ( ) INDIFERENTE

A recepção aos alunos foi satisfatória?  
( ) SIM ( ) NÃO ( ) INDIFERENTE

Você considera que o espaço físico contemplou as necessidades da atividade?  
( ) SIM ( ) NÃO ( ) INDIFERENTE

Você considera que o número de participante foi adequado aos objetivos da atividade?  
( ) SIM ( ) NÃO ( ) INDIFERENTE

---

**Relevância Social**

Como você avalia o impacto dessa atividade na sua formação acadêmica e/ou profissional, bem como nas relações interpessoais?  
( ) POSITIVA ( ) NEGATIVA ( ) INDIFERENTE

Como você avalia a possibilidade de aplicação imediata dos resultados dessa atividade no seu cotidiano?  
( ) POSSÍVEL ( ) IMPOSSÍVEL ( ) INDIFERENTE

Como você avalia a abordagem de questões sociais relevantes para o desenvolvimento de uma comunidade acadêmica restaurativa, a partir dessa atividade?  
( ) CONTEMPLA ( ) NÃO CONTEMPLA ( ) INDIFERENTE





Ao fim, 9 (nove) questionários respondidos, dos 14 participantes do Círculo, excluindo-se os membros do CEMPRE que participaram. Os questionários obtiveram 100% de respostas positivas em todas as perguntas, o que demonstra o cumprimento dos objetivos propostos inicialmente.

Outrossim, as manifestações no “Check out”, ao fim do roteiro do Círculo, demonstraram em ambos os dias que a intenção de promover um momento acolhedor e de escuta para os acadêmicos da Instituição foi alcançada. Isso porque, além das palavras positivas, houve o enaltecimento da proposta e solicitação por continuidade do Projeto.

#### 4. CONCLUSÃO

O objeto do presente trabalho não possuía o escopo de esgotar a matéria a respeito do Projeto “CEMPRE: Construindo uma Comunidade Acadêmica Restaurativa”, o qual realizou apenas sua primeira Edição, alusiva ao mês de Promoção da Vida, o Setembro Amarelo. Ao revés, buscou demonstrar as potencialidades das Práticas Restaurativas no ambiente acadêmico, para o fortalecimento de laços e promoção de valores.

Deste modo, concluiu-se que a FADISMA possui a oportunidade, através do CEMPRE, de proporcionar aos seus discentes um espaço de acolhimento e amorosidade. Isso porque a situação da saúde no cenário universitário exige uma postura de empatia e humanidade por parte de toda a comunidade acadêmica.

#### REFERÊNCIAS

BOYES-WATSON, Carolyn; PRANIS, Kay. **No coração da esperança**: guia de práticas circulares: o uso de círculos de construção da paz para desenvolver a inteligência emocional, promover a cura e construir relacionamentos saudáveis. Tradução: Fátima De Bastiani. Porto Alegre: Tribunal de Justiça do Estado do Rio Grande do Sul, Departamento de Artes Gráficas, 2011.

Celeste SILVEIRA et al. Saúde mental em estudantes universitários. **Acta Med Port.** 2011; 24(S2): 247-256. Disponível em:  
<<https://www.actamedicaportuguesa.com/revista/index.php/amp/article/view/1504>>. Acesso em 13 out. 2018.



PADOVANI, Ricardo da Costa et al . Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. **Rev. bras.ter. cogn.**, Rio de Janeiro , v. 10, n. 1, p. 02-10, jun. 2014 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872014000100002&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872014000100002&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 14 out. 2018.

PRANIS, Kay. **Processos Circulares**. Tradução de Tônia Van Acker. São Paulo: Palas Athena, 2010.