

DA COMUNICAÇÃO NÃO-VIOLENTA À CULTURA DE PAZ: círculos, narrativas e contribuições

FROM NON-VIOLENT COMMUNICATION TO THE CULTURE OF PEACE: circles, narratives and contributions

DE LA COMUNICACIÓN NO VIOLENTA A LA CULTURA DE LA PAZ: círculos, narrativas y contribuciones

Cristovao Domingos de Almeida¹
Simone Barros Oliveira²
Letícia Souza Brum^{3, 4}

RESUMO

Investiga-se a possibilidade de uma prática não ideológica que se aproxima da Cultura de paz. Essa possibilidade se materializa através dos círculos de construção de Paz que juntamente com os fundamentos teóricos da comunicação não-violenta e dos estudos de paz, alicerçam e tornam palpável a transformação de uma cultura tradicional para uma cultura de Paz. O trabalho utiliza-se do método dedutivo de abordagem do problema que, junto com o

¹ Pós-doutor em Comunicação (ESPM), Doutor em Comunicação e Informação (UFRGS), mestre em Educação (Unisinos) e graduado em Relações Públicas (PUC-Campinas/SP) e é professor do curso de Publicidade e Propaganda e da Pós-Graduação em Estudos de Cultura Contemporânea (ECCO/UFMT). E-mail: crisovaoalmeida@gmail.com.

² Pós-doutora, doutora, mestra e graduada em Serviço Social, líder do Grupo de Pesquisa Educação, Direitos Humanos e Fronteira Unipampa/CNPQ e pesquisadora do Grupo de Pesquisa Diálogos do Pampa Unipampa/CNPQ. Mediadora judicial. E-mail: simoneoliveira@unipampa.edu.br.

³ Graduada em Serviço Social na Universidade Federal do Pampa. E-mail: leticiabrumleticia@gmail.com.

⁴ Endereço de contato dos autores (por correspondência): Universidade Federal de Mato Grosso, UFMT, CEP: 78060-900 - Cuiabá, MT – Brasil.

dialético crítico parte das teorias que fundamentam a comunicação não-violenta, demonstrando que a ferramenta dos círculos de construção de Paz pode ser um meio para se chegar a cultura de Paz. O caráter da pesquisa é bibliográfico e documental.

PALAVRAS-CHAVE: Cultura de paz; Círculos de construção de Paz; Comunicação não-violenta.

ABSTRACT

The possibility of a non-ideological practice approaching the culture of peace is investigated. This possibility is materialized through the circles of peace building that together with the theoretical foundations of non-violent communication and Peace Studies, foundation and make palpable the transformation of a traditional culture into a culture of peace. The work uses the deductive method of addressing the problem that, together with the critical dialectic part of the theories that substantiate non-violent communication, demonstrating that the tool of peace building circles can be a means to reach Culture of peace. The character of the research is bibliographical and documentary.

KEYWORDS: Peace Culture; Peacebuilding Circles; Nonviolent Communication.

RESUMEN

Se investiga la posibilidad de una práctica no ideológica que se aproxima a la cultura de paz. Esta posibilidad se materializa a través de los círculos de construcción de paz que junto con los fundamentos teóricos de la comunicación no violenta y de los estudios de paz, fundamentan y hacen palpable la transformación de una cultura tradicional hacia una cultura de paz. El trabajo se utiliza del método deductivo de abordaje del problema que, junto con el dialéctico crítico parte de las teorías que fundamentan la comunicación no violenta, demostrando que la herramienta de los círculos de construcción de



revista
Observatório

ISSN nº 2447-4266

Vol. 5, n. 4, Julho-Setembro. 2019

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

Paz puede ser un medio para llegar a la cultura de Paz. la investigación es bibliográfica y documental.

PALABRAS CLAVE: Cultura de paz; Círculos de construcción de paz; Comunicación no violenta.

Recebido em: 03.03.2019. Aceito em: 19.05.2019. Publicado em: 01.07.2019.

Introdução

Os crescentes índices de violência trazidos pelas estatísticas a cada ano são assustadores. Esses fatos evidenciam que o modo de vida das pessoas em sociedade, inserido em um contexto em que o poder e o capital perpassam as relações sociais, é de certa maneira danoso na medida em que a violência se torna corriqueira, pensada e articulada no obscurantismo.

No contexto de violência banalizada, é importante que se busque alternativas e formas construtivas de relacionamento social com vistas a resolução de conflitos não violenta, nesse sentido, propomos e executamos diversos círculos de construção de paz. Os círculos têm como proposta a realização de comunicação e abordagem não violenta no que respeita não só à resolução de conflitos, mas também as formas de relações sociais, incentivando qualidade e humanização na convivência cotidiana dos sujeitos.

O objetivo do presente artigo é identificar se os círculos de construção de paz são estratégias eficazes para modificar as ações da cultura tradicional para as vivências da cultura de Paz e, também, como a comunicação não violenta pode transformar a cultura, reconhecida nos valores, costumes, tradições, memória e pertencimento. O caminho da investigação utiliza-se do método dedutivo de abordagem do problema que, junto com o dialético crítico parte das teorias que fundamentam a comunicação não-violenta, demonstrando que as ferramentas utilizadas nos círculos de construção de Paz pode ser um meio para se chegar a cultura de Paz.

Os Círculos, a construção e a materialização da cultura de Paz

A origem dos círculos de construção de Paz está impregnada na cultura dos ancestrais indígenas norte-americanos. Eles realizavam e ainda realizam os

círculos de diálogo, os quais consistem em reuniões com os membros tribais no formato de uma roda, com o intuito de discutir questões relevantes para a comunidade. Tal ação também faz parte das raízes tribais de grande parte dos povos indígenas. (PRANIS, 2010). Iniciaram-se nos Estados Unidos dentro da esfera da justiça restaurativa onde participavam tanto a vítima de um crime quanto o causador e a comunidade envolvida na questão. Essas pessoas em parceria com o Poder Judiciário determinavam em conjunto a melhor reação em relação ao crime a fim de se gerar bem-estar e segurança. A prática dos círculos de construção de Paz vem sendo utilizada por mais de trinta anos e é uma forma de reunir as pessoas de maneira que todos sejam respeitados; tenham igual oportunidade de falar sem interrupções e explicar-se contando a sua história dentro de um preceito de igualdade e que acolhe aspectos emocionais das experiências individuais (PRANIS, 2010).

A metodologia do círculo de construção de Paz consiste em um encontro onde as pessoas sentam em roda em cadeiras ou sobre um tapete e, no centro, coloca-se algum objeto que tenha significado comum ao grupo. O formato circular remete à “[...] liderança partilhada, igualdade, conexão, inclusão e também promove foco, responsabilidade e participação de todos”. (PRANIS, 2010, p. 25). Nos círculos, utilizam-se elementos estruturais intencionais a fim de gerar um espaço em que os participantes sintam segurança para a autenticidade, mesmo em situações de conflito, dano ou dificuldade. Há várias etapas a serem desenvolvidas, são elas: a cerimônia; o bastão da fala; o facilitador ou guardião; as orientações e o processo decisório consensual (PRANIS, 2010). A cerimônia marca dois momentos: o início e o fechamento de um círculo como um espaço sagrado, buscando criar uma atenção ao conflito por parte dos participantes no sentido de que suas presenças sejam

qualificadas dentro do círculo, diferenciando-se da presença dos encontros corriqueiros das atividades do cotidiano. O bastão da fala ou também objeto da palavra serve para dar voz a cada participante no momento, porque no momento que ele o detêm em mãos, não pode ser interrompido em sua fala, viabilizando a expressão plena das emoções que causa a escuta qualificada e o espaço seguro para dizer verdades difíceis, e também ficar em silêncio se o desejar.

O facilitador ou guardião do círculo ajuda a criar um espaço coletivo em que os participantes se sintam seguros para se expressar. Ele supervisiona a qualidade do processo e estimula as reflexões através de perguntas ou pautas. O guardião não controla ou direciona as conclusões, mas pode intervir para garantir uma interação grupal de qualidade. As orientações consistem em compromissos que os participantes assumem entre si a fim de estabelecer condutas claras e mútuas que serão esperadas durante o processo e que ocasionará um ambiente respeitoso e seguro para todos. As orientações são adotadas por consenso do grupo.

Os círculos de conflito têm o propósito de contribuir para o fortalecimento de vínculos ou resolução de conflitos entre as pessoas. Já o processo decisório consensual traz o compromisso de compreender as necessidades e interesses de todos. "Nem sempre o consenso é possível, mas é uma raridade não chegar a um consenso quando tenha sido alocado ao processo Circular tempo suficiente para a escuta integral de todos os pontos de vista" (PRANIS, 2010, p. 54).

Os cinco elementos estruturais facilitam a criação de um ambiente harmônico aos participantes darem o melhor de si na relação com os outros e

estabelecerem vínculos profundos a partir da partilha de histórias pessoais, fortalecendo, a conexão entre si e com os demais membros do círculo.

Em alguns círculos, é crucial se tirar o tempo para que as pessoas compartilhem histórias de suas próprias vidas, de modo que possam aumentar sua compreensão uma da outra e construir empatia. As histórias frequentemente fragmentam estereótipos ou suposições que as pessoas possam ter umas das outras. Uma base de compreensão mais aberta torna possível que elas escutem umas às outras de maneira mais clara quando forem discutir assuntos delicados mais tarde no círculo. (BOYES, PRANIS, 2011, p. 46)

Nessa perspectiva, e como parte de um projeto de pesquisa desenvolvido na Unipampa, trabalhamos em quatro escolas localizadas em São Borja, RS, sendo, duas da rede municipal de ensino e duas da rede estadual de ensino, bem como nos órgãos gestores, na Secretaria Municipal de Educação/SMED e 35ª Coordenadoria Regional de Educação/CRE. Ressaltamos alguns relatos: "Agradecida pelo compartilhamento das histórias que se conectaram com as minhas histórias". (participante da Escola municipal); "Surpresa pelas histórias compartilhadas e que a gente não conhecia" (participante da Escola estadual); "Poder ver que todos tem suas histórias" (participante da SMED).

Também desenvolvemos oficinas para formar multiplicadores e disseminadores dos conhecimentos da educação para a Paz. A partir do processo de formação, as escolas elaboram uma proposta concreta de enfrentamento e prevenção da violência sob o viés da Justiça restaurativa. O objetivo foi a construção de um objeto concreto, tendo em vista que as relações sociais que são constituídas nas escolas obedecem às ordens hierárquicas, que, podem servir de insumo para o desempenho do projeto. As oficinas foram executadas de acordo com a necessidade apresentada no decorrer do processo e a partir dos diálogos dos grupos que sugeriram os temas a serem discutidos.

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

Ao término do processo de formação, foram realizados os círculos de construção de paz com os profissionais dos órgãos gestores. Os gestores narraram: “Gostei muito, poder olhar de frente e ouvir os colegas” (35ª CRE); “Saber ouvir, falamos muito e ouvimos pouco” (35ª CRE); “Se a gente pudesse se ouvir, quantos problemas poderiam ser resolvidos” (35ª CRE)⁵.

E, das quatro escolas mencionadas, concretizando as vivências da educação para a paz, rumo à mudança de paradigma, superando a cultura tradicional em direção à cultura de Paz. Desse trabalho extraiu-se quatro relatórios de trabalho que demonstram o resultado dessa experiência e aqui elencamos uma visão geral dos participantes: “Agradecida pelo compartilhamento das histórias que se conectaram com as minhas histórias. Surpresa pelas histórias compartilhadas e que a gente não conhecia. Poder ver que todos têm suas histórias”⁶.

Existe, nos círculos de construção de paz, a junção da antiga sabedoria comunitária com os ensinamentos contemporâneos do respeito pelos talentos, dons, pelas necessidades e diferenças individuais na medida em que se “[...] respeita a presença e dignidade de cada participante, valoriza as contribuições dos participantes, salienta a conexão entre todas as coisas, oferece apoio para a expressão emocional e espiritual e dá voz igual para todos” (PRANIS, 2010, p. 18). Evidenciamos que a escuta qualificada em relação aos falantes, de forma ordenada, causa surpresa e permite que as pessoas se conheçam, uma vez que da análise das falas registra-se a impressão e o estado emocional dos sujeitos, em especial, ao final da prática no qual o ato de “ouvir” o outro passa a ser uma necessidade no espaço de trabalho: “Gostei muito, poder olhar de frente e ouvir

⁵ Optamos pela não identificação das pessoas, apenas as expressões anotadas nos relatórios.

⁶ Parte das falas extraídas dos relatórios após a realização das oficinas e sem identificação das pessoas.

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

os colegas. Saber ouvir, falamos muito e ouvimos pouco. Se a gente pudesse se ouvir, quantos problemas poderiam ser resolvidos”.

Para Rosemberg (2006), a ênfase da escuta profunda de si e dos outros, gera atenção e respeito além do desejo da entrega mútua e sincera perante o círculo. Essa metodologia também pode ser definida como uma forma de aprimoramento das relações sociais e de crescimento emocional, que favorece, inclusive os processos de aprendizagem,

[...] Esta metodologia pode ser associada ao Círculo de Cultura de Freire, em que o diálogo em círculo, em colaboração, permite a reelaboração do mundo, emergindo uma consciência crítica, onde os participantes extrojetam, pela força catártica da metodologia, seus sentimentos, suas opiniões: de si, dos outros e do mundo. (FURTADO, 2012, p. 11).

Percebe-se que dentro dos círculos de construção de Paz, através da fala e também da escuta, ocorre um processo simultâneo de reconhecimento de si mesmo e identificação com o outro de forma orgânica através da compaixão, gerando uma conexão empática,

[...] Oportunizou que as pessoas falassem de seus sentimentos. Vi minhas próprias fraquezas. Superando minha timidez. Encontrei várias respostas aqui estou me conhecendo mais. Satisfeito, foi produtivo, aprendi a me conhecer mais. Saio mais comprometida com meus sentimentos e valores.

De acordo com Boyes e Pranis (2011) o uso dos círculos de construção de Paz desenvolve a inteligência emocional, promovem a cura e constroem relacionamentos saudáveis. Os círculos ainda podem ser utilizados em situações em que duas ou mais pessoas, necessitam tomar decisões em conjunto, especialmente quando discordam de alguma coisa ou sentem que precisam discutir uma questão que causou danos a alguma delas e, ainda quando desejam comemorar, partilhar dificuldades e aprender com o outro. (PRANIS, 2010). Os Círculos de construção de Paz têm um vasto campo para execução

podendo tanto prevenir a violência como introduzir uma temática ainda não abordada para o grupo.

Círculos de Construção de Paz: tipologia e desenvolvimento

Existem vários tipos de círculos de construção de Paz, em que cada modalidade se adequa a determinado tipo de questão ou problema, são eles: círculo de diálogo; círculo de compreensão; círculo de restabelecimento; círculo de sentenciamento; círculo de apoio; círculo de construção de senso comunitário; círculo de resolução de conflitos; círculo de reintegração e círculo de celebração.

A partir dessas tipologias dos Círculos existem várias aplicações para diversas situações, como por exemplo,

[...] Contato mútuo dentro de um processo grupal em andamento (classe, equipe de funcionários, organizações da sociedade civil, comitê, conselho, grupo de trabalho); reflexão sobre um experiência grupal, como um filme, vídeo, aula ou livro; dar retorno a um líder ou facilitador em relação a um processo grupal; oferecer subsídios para tomadores de decisões; dialogar sobre questões comunitárias ou sociais, como por exemplo, racismo; explorar os diferentes significados de uma experiência ou evento para pessoas envolvidas; partilhar perspectivas entre pessoas de diferentes gerações; comparar pontos de vista divergentes quanto a questões emocionalmente carregadas, como casamento de homossexuais ou aborto (PRANIS, 2010 p.70).

Com o fim de esclarecer e elucidar o que são os círculos de construção de Paz, objetivando evitar confusões teóricas acerca dessa metodologia, Pelizzoli (2014) aponta o que não é um círculo de construção de Paz:

[...] Não é propriamente mediação ou resolução de conflitos convencional que coloca o peso do papel resolutivo no mediador. Não é julgamento moral das pessoas, nem correção ética. Não é uma conversa livre com poucas regras. Não é algo que prescindia de um facilitador. Não se trata de perdoar o ofensor ou de consolar a vítima. Não se trata de não ter acordos formais e legais. Não é um espaço

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

comum com objetos comuns. Não é um espaço de correção psicológica dos indivíduos que cometeram danos, os ofensores (PELIZOLLI, 2014, p.11).

Como se percebe, ao ressaltar o que não é um círculo de construção de Paz, nos ajudam a esclarecer e sanar as dúvidas, fazendo com que o interessado pelo tema possa obter a clareza no uso da ferramenta e nos sentidos práticos e simbólicos vivenciados no Círculo.

Círculos de construção de paz e a relação com a cultura de paz

Pranis (2010), a criadora dos círculos de construção de Paz afirma que, para que haja cultura de Paz, existe a exigência de mudanças profundas das compreensões, e para isso, os círculos são ferramentas práticas para proporcionar as mudanças e sustentá-las. A autora aponta que na sociedade atual há um “buraco” no que se refere ao sentimento de pertença e de significado, o que segundo ela, são necessidades humanas profundas. Na cultura tradicional, o sentimento de pertença gera inclusão e exclusão, ou seja, há uma ausência de conexão com os outros sujeitos. Em uma cultura de Paz todos devem ter o sentimento de pertença sendo valorizados como são. O significado, seria uma necessidade em relação a compreensão da vida onde o ser humano está cada vez mais desconectado, uma vez que contemporaneamente, o ritmo é acelerado e automático, existem muitas distrações no materialismo que regem a existência humana e que nas quais não emerge a significação de que se necessita.

A consequência dessa carência de significado é a de que as inquietudes internas vêm à tona por meio de conflitos com os outros. Logo, os círculos de construção de Paz são uma ferramenta para passar de uma sociedade de exclusão para uma de pertencimento, auxiliando a reencontrar os aspectos da

vida que mais importam. Uma cultura de Paz também demanda da habilidade de acomodar a diferença no sentido do encontro de valores comuns, e diante disso, perceber as diferenças como enriquecedoras e não ameaçadoras, gerando interesse ao invés de temor. Nos círculos, as diferenças emergem como conflitos e a cultura de Paz é necessária para equilibrar essas manifestações (PRANIS, 2017).

O círculo de construção de Paz como instrumento de transformação das relações sociais é expresso na Resolução 53/243 da Assembleia Geral da ONU - Declaração e programa de ação sobre Cultura de Paz, de 1999 que elucida o que é a cultura de Paz em seu artigo 1º:

[...] Cultura de Paz é um conjunto de valores, atitudes, tradições, comportamentos e estilos de vida baseados: a) No respeito à vida, no fim da violência e na promoção e prática da não-violência por meio da educação, do diálogo e da cooperação; c) No pleno respeito e na promoção de todos os direitos humanos e liberdades fundamentais; d) No compromisso com a solução pacífica dos conflitos; i) Na adesão aos princípios de liberdade, justiça, democracia, tolerância, solidariedade, cooperação, pluralismo, diversidade cultural, diálogo e entendimento em todos os níveis da sociedade [...]. (Resolução 53/243/199 da ONU).

Dessa forma, a prática dos círculos tem a capacidade de fomentar e proporcionar o efeito descrito e almejado na Declaração internacional. Em circunstância da cultura tradicional já imbricada nas estruturas da sociedade, os círculos de construção de Paz repercutem em retornos que estão alinhados com cultura de Paz, uma vez que promovem o contato emocional consigo e com os demais, proporcionando aos participantes sentirem-se suficientemente livres para se expressarem de forma verdadeira e honesta, já que existe um acordo mútuo de não – julgamento e punição. A partir da fala e da escuta ocorrem o reconhecimento e identificação, como narram os participantes:

Oportunizou que as pessoas falassem de seus sentimentos (Escola estadual).

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

Vi minhas próprias fraquezas (Escola estadual).
Superando minha timidez (Escola municipal).
Encontrei várias respostas aqui estou me conhecendo mais (35ª CRE).
Satisfeito, foi produtivo, aprendi a me conhecer mais (SME).
Saio mais comprometida com meus sentimentos e valores (35ª CRE).

O impacto de estar em uma situação e ambiente seguro para falar e ouvir sem precisar dispor do arsenal de artifícios que a cultura tradicional impele ao comportamento das relações humanas é significativo, pois “[...] o espaço do círculo está projetado para nos ajudar a ir em direção ao nosso melhor eu ou verdadeiro eu – de onde quer que estejamos”. (BOYES E PRANIS, 2011, p. 36). E assim, conseqüentemente torna-se favorável para que os valores, atitudes, comportamentos e estilos de vida desenvolvam-se em uma perspectiva de cultura de Paz até que assumam o *status quo* de uma nova dinâmica de interações sociais.

Comunicação não violenta: aspectos no processo decisório

A comunicação não violenta foi desenvolvida pelo psicólogo americano Marshall Rosenberg que vivenciou a segregação racial dos anos 60, inclusive sofrendo agressões por ser judeu. Rosenberg se questionava porquê algumas pessoas são mais violentas e outras, diante de circunstâncias praticamente insuportáveis, mantem-se em estados compassivos. A comunicação não violenta (CNV) é uma ferramenta que estimula o despertar da compaixão natural humana.

A pesquisa busca responder, como a comunicação não violenta pode impactar e transformar as culturas. Dessa forma, observamos que a comunicação não violenta é a forma concreta de materializar a cultura de Paz nos círculos de construção de Paz. Não se realizam os círculos sem o diálogo entre os participantes. Chrispino e Chrispino (2007) atentam para o fato da

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

ausência de diálogo e uma comunicação eficaz estar intimamente ligada aos obstáculos que originam os conflitos, os quais muitas vezes suscitam a violência, evidenciando o papel primordial da comunicação para a construção de uma atmosfera preventiva perante as diversidades culturais e sociais.

A humanidade está acostumada a um modo básico de pensamento que acabou sendo enraizado intrinsecamente como algo natural à condição do ser social. Esse modo vem a criar um padrão mental de separação e de exclusão ao qual estamos condicionados onde impera o modelo ou/ou: “[...] ou isso ou aquilo; ou amigo ou inimigo; ou bem ou mal; ou eu ou o outro; ou você está comigo ou está contra mim. As demais possibilidades – a reflexão, o diálogo, a negociação, a criatividade, a descoberta de outros modos de convivência- ficam desde logo excluídas” (THOT, 2001, p. 1).

No senso comum, o diálogo é que uma interação verbal que ocasionalmente gera acordos ou conclusões. Para Humberto Mariotti (2010), o diálogo é uma metodologia de conversação que almeja os efeitos da melhoria da comunicação entre os interlocutores, a observação compartilhada da experiência e a produção de novas ideias e percepções. O diálogo expande a percepção cooperativa da experiência assim como reflexão conjunta, sendo sua principal característica a fertilização mútua. Diferentemente da intenção, da discussão e do debate, que têm por objetivo estabelecer sínteses e tomadas de decisões, a interação dialógica propõe novos modos de perceber e compreender e ainda, a criação de significados em conjunto sem ter que analisar e julgar as situações instantaneamente a fim de não fragmentar, imediatizar e simplificar os conflitos. Opõe-se ao atual modelo mental de percepção de mundo, inclusive na ciência, tecnologia e conseqüentemente na cultura.

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

Diante de tal diferenciação, cabem algumas observações do autor que pontua que o diálogo não é melhor ou pior que o debate ou a discussão, pois são maneiras diferentes, porém complementares de conversar. A separação das colunas não é estanque, já que em muitos casos de conversação, alteram-se as discussões e debates para o diálogo e vice-versa. Não existe normas de postura rígidas para o diálogo, uma vez que isso quebraria a naturalidade do processo. O que existe são algumas regras operacionais.

É bastante comum que durante um diálogo haja a tendência do automatismo concordo-discordo, dada a dificuldade que o ser humano tem de ouvir o outro na ânsia de emitir juízos instantâneos, concordando ou discordando de quem fala e recaindo então no condicionamento na lógica binária do "ou/ou, sim/não". Mariotti (2010) propõe que para um diálogo eficiente, seja feito algo equivalente a *Epoché* husserliana que preconiza a suspensão momentânea das certezas humanas a fim de se modificar as perspectivas de percepção para um mesmo problema dando vazio a quebra de convicções e pré-julgamentos internalizados que anulam a possibilidade de agir-se defensivamente, compreender e aprender com o outro.

O objetivo da comunicação não-violenta é ensinar as pessoas a reaprender a se doar em cada interação. Dito de outra forma, o que acabou sendo, a conexão com o outro passou a ser secundária em razão do ser humano ser treinado ao que Rosemberg (2006) denomina como o "jogo de quem tem razão". Esse jogo envolve punição, uma vez que se estiverem errados, são castigados, contribuindo para uma cultura de violência e, se estiverem certos, são recompensados induzindo as pessoas a sentirem culpa e vergonha. Essa cultura violenta se expressa também na linguagem, o que o autor refere como "linguagem chacal" que nos desconecta do estado natural compassivo

facilitando a violência. Ele ressalta que em culturas de dominação existe o condicionamento para as pessoas acharem a violência agradável e compensadora. Isso se manifesta, em especial, durante duas horas por noite, mais precisamente entre 19h e 21h, quando as crianças mais assistem televisão e, em 75% dos programas, veem o herói matando alguém ou lhe dando uma surra, quando o programa chega ao clímax. Somos educados há algum tempo a sentir prazer com a violência.

A linguagem chacal (ou do lobo) é constituída de julgamentos moralistas em termos de quem está certo/errado, é bom/mau, é normal/anormal. A linguagem chacal também é constituída do "*Amtssprache*," uma linguagem que nega a escolha e a responsabilidade sobre as próprias ações. Ao ler a obra de Hannah Arendt sobre um prisioneiro de guerra nazista - Eichmann em Jerusalém -, Rosenberg (2006) identifica essa linguagem quando no julgamento de Adolph Eichmann lhe perguntaram se foi difícil conduzir dezenas de milhares de pessoas à morte⁷, quando ele responde que foi fácil porque a linguagem facilitou. Relatou que ele e seus colegas tinham uma linguagem própria a "*Amtssprache*", que seria equivalente a linguagem burocrática ou de escritório. Essa linguagem nega a própria responsabilidade, uma vez que a resposta para a motivação do ato, encontra-se no outro: "não tinha alternativa, fui obrigado, são ordens superiores". Marshall enfatiza que a "*Amtssprache*", é uma linguagem muito perigosa.

Para a Comunicação não violenta, Rosenberg (2006) traz a "linguagem girafa" que é a linguagem do coração. Ele utiliza a girafa como símbolo da não violência porque ela possui o maior coração de todos os animais terrestres e, portanto, a girafa requer estar sempre consciente das próprias escolhas. "As

⁷ Ele organizava as deportações para encaminhar as pessoas para os campos de extermínio.

mensagens transmitidas pela girafa são de sua inteira responsabilidade; ela não culpa o outro por aquilo que está sentindo interiormente, mas expressa com sinceridade como o comportamento do outro está lhe afetando” (CAPPELLARI, 2012, p. 65). O autor revela ainda, que,

A linguagem girafa” conecta-se com as necessidades dos outros e fundamentalmente com as próprias do praticante que estão além dos juízos rotuladores. Esse é, pois, um ponto estratégico nesse tipo de comunicação, já que as necessidades humanas não são negligências, e busca-se na medida em que for possível atendê-las. [...] Na “linguagem girafa” preza-se pela autenticidade nas relações, já que o comunicador não tem medo de revelar-se e expressar o que identifica que está sentindo, de maneira que vive as suas relações “sem armaduras” (CAPPELLARI, 2012, p. 65).

A espontaneidade é um fator que salta aos olhos nessa forma de comunicar, já que essa linguagem se sustenta na empatia, na compaixão, na verdade e na cooperação e busca a resolução pacífica dos conflitos em que não acarrete danos aos envolvidos. A “linguagem girafa” volta-se “para a aceitação do outro, enquanto o lobo usa a linguagem de rejeição” (CAPPELLARI, 2012, p.70).

A Comunicação não violenta é um guia que contribui para a reformulação de como ser humano se expressa e ouve o outro, focalizando quatro componentes essenciais a observação, o sentimento, a necessidade e o pedido. O primeiro elemento da CNV consiste em observar sem julgar. Deve-se apenas observar sem realizar nenhum tipo de avaliação ou inferência. Quando há julgamento e avaliação a tendência é que soe ao interlocutor como crítica e isso gera reação, podendo ocorrer em forma de resistência, atitudes defensivas e /ou agressivas ou ainda do afastamento, justamente o contrário do que a CNV almeja, que é a aproximação. As palavras sempre, nunca e jamais geralmente estão associadas a exageros de linguagem e trazem um caráter avaliativo às observações, fator que provoca reações defensivas. (ROSEMBERG, 2006).

O autor evidencia que as comparações bloqueiam a compaixão, podem ser tanto em relação aos outros, quanto a si mesmo e, também, são uma forma de julgamento. Outro fator que deve ser observado é o da negação da responsabilidade. A negação da responsabilidade pessoal por nossos sentimentos e pensamentos fica evidente quando alguém diz “Você me faz sentir culpado”, pois é atribuído ao outro a responsabilidade pelo estado de alguém. Rosenberg aponta que “O que os outros fazem pode ser o estímulo para nossos sentimentos, mas não a causa”. (ROSEMBERG, 2006, p.79). Quando a observação é feita sem a avaliação, as generalizações são desestimuladas, sendo realizada de maneira específica em um tempo e contexto bem determinados.

Outro componente fundamental da CNV é a expressão dos sentimentos porque, por detrás de todo o sentimento, há uma necessidade. Expressar-se de acordo com o que se sente de forma fidedigna não é comum, pelo fato do ser humano não se sentir à vontade e ficando vulnerável quando exterioriza seus sentimentos. De acordo com a CNV, saber identificar e nomear os sentimentos de forma clara e diferenciá-los dos pensamentos, das avaliações e das interpretações, facilita a conexão entre as pessoas, auxiliando na resolução de conflitos. Como exemplo, utiliza-se as frases abaixo, extraídas da obra de Rosenberg: “Acho que você não me ama”. É uma frase que não expressa um sentimento, e sim um pensamento em relação a outra pessoa. Rosenberg (2006) atenta ainda para quando “[...] a palavra sinto é seguida de pronomes como eu, você, ele, ela, eles, isso, que, como ou como se, o que se segue geralmente não é o que eu consideraria um sentimento” (ROSEMBERG, 2006, P. 76).

“Estou triste porque você está partindo”. Nessa sentença consta uma pura expressão de sentimento. E, “Fico com medo quando você diz isso”, a frase cumpre o propósito de expressar um sentimento verbalmente. Outra frase interessante é “Quando você não me cumprimenta, sinto-me negligenciado”. Nesse caso, Rosenberg (2006) considera que a palavra “negligenciado” não seja propriamente um sentimento, e sim um pensamento do que a pessoa acha que estão fazendo com ela, é uma interpretação dos outros. Quanto a esse tipo de palavra que expressa pensamento em relação ao outro, o autor faz uma lista para demonstrá-las, e entre elas estão: “ameaçado, pressionado, ignorado, rejeitado, negligenciado, etc.”. (ROSENBERG, 2006, p.71).

Conhecer e reconhecer as necessidades que estão por detrás dos sentimentos, tantos os próprios como o dos outros também é importante para que haja uma CNV. Quando alguém se comunica de maneira negativa, existem as opções para acolher essa mensagem: “1) culpar a nós mesmos; 2) culpar os outros; 3) perceber nossos próprios sentimentos e necessidades; 4) perceber os sentimentos e necessidades escondidos por trás da mensagem negativa da outra pessoa” (ROSENBERG, 2006, p. 95). Quanto mais diretamente se conectarem os sentimentos às necessidades humanas, haverá mais facilidade para o outro reagir compassivamente.

O autor frisa que para as mulheres torna-se ainda mais complicado a prática de percepção das necessidades e os sentimentos ligados a elas, uma vez que são ensinadas socialmente a ignorar as próprias necessidades a fim de dedicar cuidado aos demais. Através do desenvolvimento da responsabilidade emocional, Rosenberg (2006) apresenta os três estágios comuns ao decorrer desse processo: 1º) a escravidão emocional - acreditar que somos responsáveis pelos sentimentos alheios; 2º) o estágio ranzinza - no qual nos recusamos a

admitir que nos importamos com os sentimentos e necessidades de qualquer outra pessoa; 3º) a libertação emocional, que consiste na total aceitação da responsabilidade pelos próprios sentimentos, sem atribuí-los aos outros, na medida em que a responsabilização pelos sentimentos alheios é eliminada. Não é necessário que o interlocutor conheça os conceitos da CNV, pois, ao modificar a maneira de comunicar implica em uma reação também diferente. Cappellari (2012) revela que existem necessidades humanas básicas que precisam ser atendidas, são elas: “[...] subsistência, proteção, pertencer, respeito, autonomia, liberdade, ócio, informação, gratidão, confiança, justiça e paz”. “Eu preciso de respeito; “necessito de sua atenção”; “quero autonomia” são exemplos de expressão das necessidades. (CAPPELLARI, 2012, p. 91)

O pedido é utilizado para atender as necessidades humanas e “enriquecer a vida” revelando-se também como necessário na CNV. O pedido constitui em “solicitar ações e comportamentos que possam satisfazer as necessidades, e, para isso, é necessário que ele seja claro, específico e afirmativo, porque é muito comum começar um pedido com uma palavra ou frase negativa como “Não quero que você vá” e o “não”, para Rosenberg (2006), bloqueia a dinâmica da escuta e outro não compreenderá a proposição do pedido.

Constatamos essas expressões nas instituições educacionais em que os relatórios dos círculos de construção de Paz foram aplicados, a demanda pelo diálogo entre as pessoas gerada pela percepção de que, mesmo convivendo por tanto tempo, não se conheciam efetivamente, evidencia a tendência ao individualismo e ao isolamento que a cultura tradicional deixa posta, pela automatização da vida em sociedade em detrimento da organicidade das relações, o que gera fragmentação e perda do senso de cooperação:

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

[...] Acho que criou maior integração e nos mostrou a necessidade do diálogo. (Escola municipal). A certeza de que trabalhamos anos no mesmo espaço e não nos conhecemos. (Escola Estadual). A gente convive há tantos anos e não sabe da vida dos colegas, precisamos conversar mais. (SME). Interessante observar que a gente mesmo convivendo se conhece pouco. (Escola Municipal). Necessidade de destinar mais tempo uns para os outros. (35ª CRE).

A comunicação não violenta requer um processo de alfabetização em sentimentos que objetiva não mudar as pessoas a fim de que supram as necessidades alheias, mas, gerar relações honestas e empáticas que, em consequência disso, poderão atender às necessidades dos envolvidos. Na tentativa de responder, se os círculos de construção de paz previnem a violência, buscamos o apoio teórico em Lederach (2012) e Galtung (1985) e prático nos relatórios dos círculos de construção de Paz realizados. Os autores propõem processos construtivos e criativos acerca dos objetivos de mudança da transformação de conflitos em quatro níveis: pessoal, estrutural, relacional e cultural (LEDERACH, 2012, p. 42).

A partir dessas proposições de mudança, ratifica-se o conceito da Paz positiva Galtunguiana quando se acredita que a ausência de violência não é o suficiente para que a paz aconteça, sendo indispensável a interação e a inter-relação positiva e dinâmica, o apoio, a confiança, a reciprocidade e a cooperação para a sua edificação. E os círculos de construção de Paz cumprem os objetivos elencados por Lederach (2012), uma vez que é um processo criativo que atende a necessidade de gerir conflitos em uma perspectiva de transformação de ordem pessoal, estrutural, relacional e de maneira contundente no âmbito cultural. Quando o conflito é administrado de forma saudável, previne a violência.

Através da metodologia que utiliza como ferramenta, os círculos de construção de Paz e concomitantemente os fundamentos teórico-práticos da

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

CNV, a prevenção da violência se delinea a partir da passagem de uma perspectiva de competitividade para a dimensão de cooperação. E, para tanto, retomam-se as analogias Rosenberg, quando ele estabelece a metáfora da linguagem de girafa e da linguagem de chacal (ou do lobo), acrescentando um novo exemplar de espécie do reino animal. “Acrescento ao trabalho de Rosenberg a ovelha, como um símbolo de submissão e obediência, que se intimida e se anula diante da dominação e das investidas do Lobo” (CAPPELLARI, 2012, p. 21). A analogia da ovelha é feita no sentido da atribuição do comportamento de quem se deixa escravizar pelos jogos de poder do Lobo. Cappellari (2012) explica que a ovelha é simbolicamente a expressão de submissão e obediência sendo atribuída ao longo da história aos sacrifícios aos deuses a fim de limpar os pecados, além do fato de ficar em silêncio durante os ritos de sua morte. O autor explica que na cultura do lobo, a concepção de uma “boa pessoa” é tida como alguém que evita responder as suas próprias necessidades no sentido de anulá-las em benefício de outrem e, isso faz com que, as pessoas com comportamento de ovelha falem “sim” quando na verdade querem dizer “não” e vice-versa. A motivação para esse comportamento é causada por condições como desejo de agradar, o medo de magoar alguém, a culpa e o dever.

Para que o lobo imponha o seu poder, necessita de alguém com a submissa condição de aceitar a sua liderança, comando e direção, pois, se assim não for, sua condição de lobo estará ameaçada. O lobo age por comparação e competição agregando comportamentos como cobiça, manipulação, julgamento, culpabilização, arrogância e desprezo (CAPPELLARI, 2012). O autor descreve que as condutas tanto de lobo quanto de ovelha são reflexos de “[...] valores subjacentes herdados do patriarcalismo que pavimentaram o nosso

psiquismo com grande intensidade, e permanecem ainda hoje como cultura dominante em nosso jeito de viver” (CAPPELLARI, 2012, p. 34). Através desse sistema valorativo, a violência cultural se reafirma, perpetuando-se na sociedade, pois, o que é aprendido na infância tende a se fixar como um dogma comportamental da existência, eis a importância de proporcionar o contato com a prática dos círculos de construção de Paz e comunicação não violenta para crianças, uma vez que “[...] o cérebro da girafa é essencialmente biológico, ele está a serviço da vida natural, já o lobo e a ovelha são fruto dos aprendizados culturais” (CAPPELLARI, 2012, p. 21). Enquanto o lobo exerce o seu papel dominando através do poder e a ovelha pela submissão, a girafa age de forma autêntica, compassiva e conectada com suas necessidades.

Pranis (2010) ressalta que quando os círculos de construção de Paz são utilizados com o intuito de prevenção à violência, os resultados são positivos, uma vez que a prática permite a resolução de problemas comportamentais e de conflitos em um espaço em que há trocas de reflexão e experiência. Dessa forma, os círculos de construção de Paz previnem a violência quando os participantes são automaticamente estimulados a se comunicarem e agir de forma cooperativa, visto que, quando estão com o objeto da palavra em mãos se estabelece o poder da fala e o poder da escuta entre eles havendo, necessariamente, o senso de cooperação e *a posteriori* a saída de uma cultura julgadora, competitiva, de sobreposição em relação ao outro para uma cultura que dialoga, pratica a empatia e a compaixão.

Através dos círculos de construção de Paz é possível superar e transformar o lobo e a ovelha em uma perspectiva de ampliação da girafa, já que os três animais análogos estão de forma intrínseca potencialmente presentes nas ações humanas. Por conseguinte, na medida em que existe a

substituição dos velhos padrões violentos comportamentais, emerge a abertura da percepção de si mesmo e do outro com novo enfoque e a postura defensiva e as reações violentas são minimizadas. (ROSENBERG, 2006). Os círculos de construção de Paz e “[...] a comunicação não violenta está orientada no sentido de promover harmonia nas relações humanas, por isso o diálogo eficaz resulta na paz tão desejada” (CAPPELLARI, 2012, p. 70).

Buscando responder ainda quais os desafios e possibilidades dos círculos de construção de Paz no enfrentamento da violência na cultura tradicional, identificou-se que o artigo 2º da Declaração e Programa de Ação sobre uma Cultura de Paz” ONU/1999 descreve o caminho do movimento que precisa ser feito para se conquistar a almejada cultura de Paz referindo que “O progresso até o pleno desenvolvimento de uma Cultura de Paz se conquista através de valores, atitudes, comportamentos e estilos de vida voltados ao fomento da paz entre as pessoas, os grupos e as nações.” Pontua-se que os círculos de construção de Paz com a presença da CNV vão ao encontro da marcha para o desabrochar de uma cultura de Paz com vistas ao enfrentamento da violência e superação da cultura tradicional.

Da mesma forma, o Relatório mundial da cultura de Paz divulgado em 2005 no meio da Década Internacional de uma Cultura de Paz e Não Violência para as Crianças do Mundo (2001-2010), proclamada pela Assembleia Geral das Nações Unidas, informa que se avançou no processo da construção da Paz no mundo, apesar do silêncio das lideranças e dos meios de comunicação em relação ao tema. A ausência de divulgação das ações de cultura de Paz pela mídia, ajuda a impedir o processo e é um desafio a ser superado. Entretanto, com o advento e democratização da internet, a possibilidade de difundir a cultura de Paz a um grande público torna-se uma alternativa viável de ser

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

explorada, já que a violência cultural se enraíza e se reafirma consideravelmente pelas vias da comunicação midiática mais tradicionais como a tv, o rádio e os jornais impressos e que justifica e naturaliza a violência estrutural e as suas tipificações. Portanto, a divulgação e o acesso à informação é um modo de realizar o enfrentamento à violência da cultura tradicional e um mecanismo de abertura de grande alcance para difundir os círculos de construção de Paz, a Comunicação Não Violenta e a Cultura de paz.

Outro desafio consiste em entrar nos variados locais onde a violência emerge, fazendo com que sejam inseridos na metodologia dos círculos de construção de Paz, difundindo a CNV em uma perspectiva de popularização dessas ferramentas, para proporcionar situações em que as pessoas possam exercitar seu potencial compassivo e empático consigo e com os outros e a médio e longo prazo a cultura de Paz se torna uma vivência na realidade cotidiana dos sujeitos. Quanto mais se formar multiplicadores da CNV e pessoas qualificadas para aplicar as ferramentas dos círculos de construção de Paz, existe a possibilidade de transformação da cultura tradicional para a cultura de Paz. O artigo 8º da Declaração e Programa de Ação sobre uma Cultura de Paz ONU/1999, prescreve que,

[...] Desempenham papel-chave na promoção de uma Cultura de Paz os pais, os professores, os políticos, os jornalistas, os órgãos e grupos religiosos, os intelectuais, os que realizam atividades científicas, filosóficas, criativas e artísticas, os trabalhadores em saúde e de atividades humanitárias, os trabalhadores sociais, os que exercem funções diretivas nos diversos níveis, bem como as organizações não-governamentais. (Artigo 8º - Declaração e Programa de Ação sobre uma Cultura de Paz ONU/1999).

Os círculos de Paz contêm em si uma dimensão pedagógica que atendem a exigência da necessidade de mudanças culturais e comportamentais que caminham para edificação da cultura de Paz que, apesar de ser um grande

desafio, fornecem as ferramentas necessárias para a realização prática e a materialização e ampliação da busca pela paz enquanto exercício diário, consigo mesmo e com os outros.

Considerações finais

Percebemos que os círculos de construção de Paz e a Comunicação Não Violenta são ferramentas estratégicas para modificar a cultura tradicional, transformando-a em uma cultura de Paz, porque promovem transformações nas ações estabelecidas, na medida em que fomentam e reconhecem o protagonismo humano como necessário, preconizando a solidariedade, a cooperação ao invés da competição, desenvolvendo a horizontalidade do diálogo e estimulando a auto-gestão dos conflitos. A CNV apresenta-se como alternativa de linguagem, além de ser um processo que inspira conexões e ações compassivas, pois, disponibiliza uma estrutura básica para abordar os problemas humanos, desde os relacionamentos pessoais, internos e externos, evitando-os e apresentando soluções pacíficas e de cooperação.

A CNV concentra-se nos sentimentos e nas necessidades humanas e não nos padrões rotulados que desumanizam e contribuem para o fomento da violência contra si e contra os outros. Com a comunicação não violenta há um processo de capacitação das pessoas para o diálogo criativo que impacta, consequentemente nas relações sociais de forma positiva, proporcionando transformações da cultura tradicional para a cultura de Paz.

Por fim, afirmamos que a efetividade dos círculos de construção de Paz, com auxílio da Comunicação Não Violenta servem para viabilizar a cultura de Paz porque transformam os conflitos e os sujeitos que dela participam. A possibilidade da prevenção de conflitos por meio dessas ferramentas se

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

expande, quando a “linguagem do lobo” e a “linguagem da ovelha” dão passagem para o desenvolvimento da “linguagem girafa”, pois essa, demanda de um senso de honestidade emocional acerca das próprias necessidades e dos outros, e a partir daí, requer o sentido empático, compassivo e cooperativo numa sociedade que precisa, com urgência, retomar as interações humanizadoras, conciliadores e respeitosas.

Referências

BOYES, Carolyn Watson e 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. Porto Alegre: Tribunal de Justiça do Estado do Rio Grande do Sul, Departamento de Artes Gráficas, 2011.

CAPPELLARI, Jéfferson. **ABC do Girafês**: Aprendendo a ser um comunicador emocional eficaz. Curitiba: Multideia, 2012.

CHRISPINO, Álvaro. Gestão do conflito escolar: da classificação dos conflitos aos modelos de mediação. **Ensaio: aval. pol. públ. Educ.** Rio de Janeiro, v. 15, n. 54, p. 11-28, Mar. 2007.

FURTADO, Flávia Vasato. Círculo de construção da paz como alternativa de prevenção ao *bullying*. **Monografia de especialização em Psicologia**, UFRGS. Porto Alegre, 2012.

GALTUNG, Johan. **Sobre la paz**. Barcelona: Fontamara, 1985.

LEDERACH, John Paul. **The little book of conflict transformation**. Clear articulation of the guiding principles by a pioneer in the field. Intercourse, Good Book, 2012.

DOI: <http://dx.doi.org/10.20873/ufv.2447-4266.2017v5n4p463>

MARIOTTI, Humberto. **Diálogo: a competência do conviver em Cultura de paz em ação.** Brasília, 2010. Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/46291460/Cultura-de-paz-da-reflexao-a-acao-UNESCO>, acesso em: 03 de fevereiro de 2019.

ONU. **Relatório mundial de cultura de paz.** Década de Cultura de Paz, Resolução da Assembleia Geral A/59/143, 1999.

PELIZZOLI, Marcelo L. Círculos de Diálogo: Base restaurativa para a Justiça e os Direitos Humanos. In: SILVA, Eduardo F., GEDIEL, José A. P., TRAUZYNSKI, Silvia C. **Direitos humanos e políticas públicas.** Curitiba: Universidade Positivo, 2014. 432 p.

PRANIS, Kay. **Processos circulares.** São Paulo: Palas Athena, 2010.

ROSENBERG, Marshall B. **Comunicação Não Violenta violenta: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais.** São Paulo: Ágora, 2006.