



## Modelos de Adaptação Cultural

..para o AFS e  
amigos do  
AFS

**U**so de modelos para explicar o processo de adaptação cultural é inestimável porque eles mostram que muitos dos desafios que se encontram durante uma experiência intercultural são normais e esperados. A adaptação cultural é considerada o processo para ajustar a uma nova cultura diferente da nossa. Os modelos de adaptação cultural lidam com o tempo e o processo de uma pessoa para assimilar esses tipos de diferenças de uma nova cultura. Eles também permitem que os participantes se preparem para tais desafios, desenvolvendo antecipadamente estratégias de enfrentamento construtivas.

É necessário levar em consideração vários modelos ao explicar ou analisar o processo de adaptação, uma vez que os desafios de ajuste apresentados em um único modelo não existem necessariamente em cada indivíduo ou situação, nem qualquer modelo aborda todos os aspectos do processo de adaptação cultural.

### TRÊS MODELOS DE ADAPTAÇÃO CULTURAL

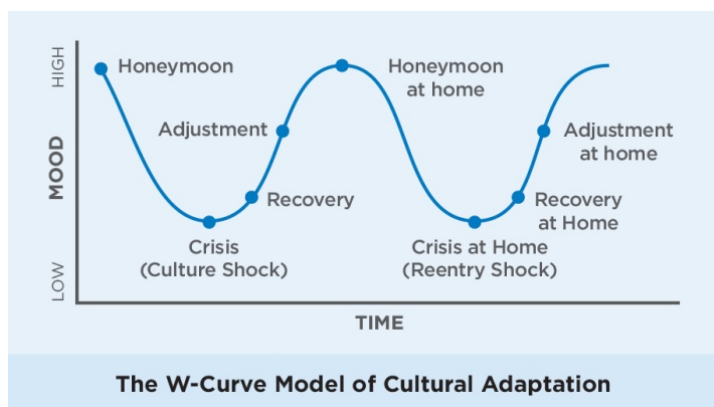
A aculturação é a mudança que acontece em um indivíduo ou em uma sociedade por serem expostos a uma cultura diferente por um longo período de tempo. Colleen Ward, especialista em aculturação, definiu três momentos de adaptação: 1) Stress e Enfrentamento, 2) Aprendizagem da Cultura e 3) Identificação Social. Abaixo estão descrições de vários modelos bem conhecidos e aceitos internacionalmente, de acordo com os momentos de Ward.

#### 1 - STRESS E ENFRENTAMENTO

O quadro de stress e enfrentamento foca nos componentes afetivos do processo de adaptação. Tópicos pertinentes a esse quadro incluem mecanismos de enfrentamento para o choque cultural e o stress da aculturação.

#### MODELOS U E W DE CURVAS DE AJUSTE INTERCULTURAL (OBERG; GULLAHORN & GULLAHORN)

O modelo da Curva U, criada por Kalvero Oberg (1854), utiliza a forma da letra "U" para descrever as subidas e descidas das emoções que ocorrem nesse período intercultural. Aplica-se ao tempo em que se passa em uma cultura estrangeira e sugere que o estudante começa sua experiência intercultural com expectativa elevada, contudo, cai para a um estado mais negativo logo após o período inicial em que a "lua de mel" termina, eventualmente se

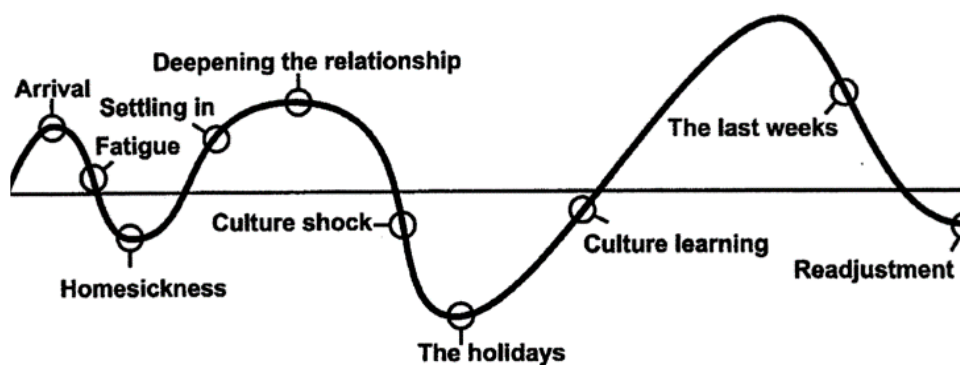


recupera para uma perspectiva mais positiva e mais confortável na cultura de acolhimento.

A Curva W, criada por Gullahorn & Gullahorn (1963) simplesmente adiciona outro “U” ao modelo da Curva U. O segundo U descreve a experiência do participante no seu regresso para casa. Sugere que, uma vez em casa, o estudante novamente experimenta um mergulho emocional negativo durante o processo de reentrada, mas recupera uma perspectiva positiva à medida que o tempo passa.

### MODELO DE ADAPTAÇÃO CULTURAL/ O CICLO DE AJUSTE (BETTINA HANSEL)

Bettina Hansel (2007), que apoiou o AFS por 29 anos, veio com o Ciclo de Adaptação\_que parece uma versão mais detalhada do modelo da Curva U de Oberg:



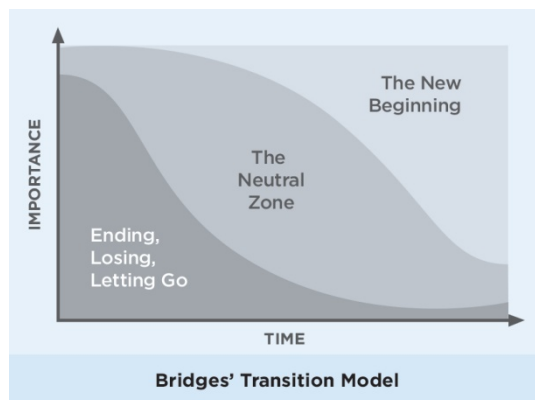
Betsy Hansel's Cultural Adaptation Model

Inicialmente, a chegada no novo país hospedeiro pode ser sentida de formas bem diferentes. Alguns estudantes podem se sentir bem animados e outros mais ansiosos com a experiência. Exaustão e fadiga podem aparecer devido a todas as novas impressões ou dificuldades linguísticas. Esta fase poderia se deteriorar em saudade no primeiro ponto emocional baixo durante a estada no exterior. No passar do tempo, o estudante ganha uma perspectiva positiva, desenvolve mais entendimento intercultural e começa a se instalar. Isso leva a um aprofundamento nos relacionamentos - quando o estudante passa a não ser mais um hóspede. Como próxima etapa, Hansel prevê um choque cultural, em que as diferenças com o país de origem tornam-se mais óbvias e confusão e desconforto podem ocorrer. Feriados podem ser um período especialmente desafiador por causa de diferentes tradições na família e celebrações da comunidade. Após se recuperar desses estágios difíceis, o participante ganha confiança e estará pronto para aprender mais sobre si e sobre a cultura do país hospedeiro. Durante as últimas semanas, confusão, tristeza e excitação são sentimentos comuns que podem causar novamente a exaustão. Assim como Gullahorn & Gullahorn, Hansel enxerga a necessidade de um reajuste quando o estudante retorna para seu país de origem.

**A curva U, a curva W e o Ciclo de Ajuste são meios atrativos para demonstrar os altos e baixos emocionais que podem ocorrer com o estudante durante a experiência; no entanto, eles não são aplicáveis para as experiências de todas as pessoas.**

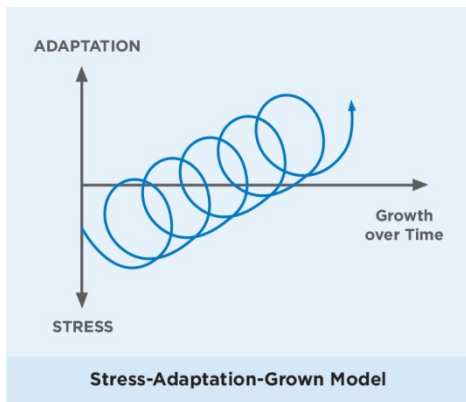
## MODELO DE TRANSIÇÃO (W. BRIDGES)

O Modelo de Transição, de William Bridges (1980,2004), retrata todas as transições (no nosso caso, de ajustes culturais) como tendo três fases, começando com 1) uma fase final ou onde se abandona o familiar, e está associado a um sentimento de tristeza. Em seguida, está 2) a zona neutra, onde ele/ela emocionalmente se desconecta do passado. Uma pessoa nesta fase não está animada nem triste, e muitas vezes sente uma mistura de ansiedade, curiosidade e ceticismo. Eventualmente, o estudante avança para 3) um novo começo quando ele é emocionalmente capaz de aceitar e acolher a mudança. No caso da adaptação cultural, isso poderia significar abraçar a nova cultura. Embora apenas um estágio predomine de cada vez, Bridges argumenta que os três estágios estão presentes simultaneamente ao longo de todo o processo de adaptação.



**Existem três coisas que Bridges orienta cada conselheiro ou staff a fazer enquanto assiste ao processo de transição do estudante:** 1) mostrar preocupação pelos sentimentos e pensamentos da pessoa, 2) comunicar muito claramente o que vai acontecer e onde a transição acontecerá, e 3) tentar se conectar ao estudante, por exemplo, contando sobre uma situação semelhante que o voluntário/staff experienciou e como ele resolveu.

## MODELO DE CRESCIMENTO E ADAPTAÇÃO PELO STRESS (Y.Y. KIM)



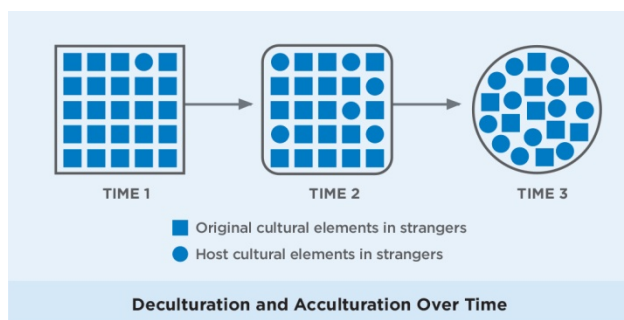
O Modelo de Adaptação e Crescimento pelo Stress, de Young Yun Kim (2004), propõe que a adaptação cultural e crescimento pessoal acontece gradativamente, em um processo tipo espiral. O estudante alterna entre experiências estressantes e eventual crescimento e adaptação que resulta do desafio. Cada situação estressante sucessiva leva o participante para um alto nível de adaptação. A mensagem desse modelo é que **os desafios que o estudante enfrenta são importantes para seu crescimento pessoal e que é experimentando desafios que nós aprendemos e nos adaptamos**, ou, em outras

palavras, crescemos. Também é importante notar que o modelo mostra um processo contínuo onde você não volta para o ponto de partida, mas continua subindo a espiral pois toda crise leva a nova aprendizagem e crescimento. Com o tempo, a adaptação torna-se mais fácil. Conforme a espiral avança, cada vez menos estresse é experimentado e mais adaptação é alcançada.

## 2 - APRENDIZAGEM INTERCULTURAL

Aprendizagem cultural, o modelo comportamental, refere-se ao processo de aquisição de conhecimentos e habilidades sociais necessárias para ser bem-sucedido na nova cultura. Estas incluem fluência do idioma, etiqueta social e comunicação não-verbal adequada.

## MODELO DE DESCULTURAÇÃO E ACULTURAÇÃO AO LONGO DO TEMPO (Y.Y. KIM)



O modelo de Desculturação e Aculturação ao longo do tempo de Young Yun Kim (1988, 2001), demonstra que, quanto mais tempo o estudante passa na sua cultura de acolhimento, mais ele incorpora aspectos dessa cultura em suas crenças, comportamentos e valores. Eventualmente, o estudante reorganiza sua mente de modo que sua visão de mundo se ajuste para acomodar novos e velhos valores culturais,

normas e comportamentos, resultando em uma nova construção. É necessário que os voluntários e staff prestem atenção que, **para a maioria dos alunos, a jornada do AFS os ajuda a passar do Tempo 1 para o Tempo 2 e que os participantes não devem esperar alcançar a aculturação completa apenas através de sua experiência com o AFS.**

## 3 - IDENTIFICAÇÃO SOCIAL

Por fim, a identificação social, a estrutura cognitiva, vê como os indivíduos ou grupos se vêem e os efeitos dos estereótipos e da discriminação na sua identidade. Preocupa-se com o deslocamento das identidades individuais, culturais e sociais, um processo que ocorre inevitavelmente durante uma experiência intercultural.

## MODELO DA ACULTURAÇÃO (J. BERRY)

J. Berry (2001) desenvolveu um modelo de aculturação que explica as atitudes e os resultados das estratégias de dois diferentes grupos culturais que estão interagindo. Observando os grupos não dominantes dentro de uma sociedade, Berry identifica os seguintes indicadores de aculturação:

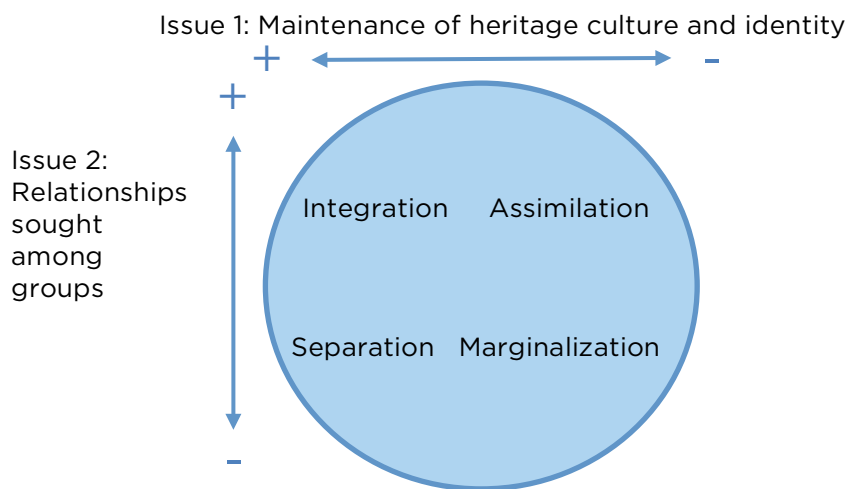
**O alcance das pessoas que procuram (ou evitam) o contato com pessoas fora de seu próprio grupo.**

**O alcance das pessoas que desejam manter (ou desistir) o seu patrimônio cultural e identidade.**

Essas atitudes de aculturação levam a quatro estratégias diferentes. Quando indivíduos do grupo não-dominante desejam contato com outros seres culturais e não atribuem muita importância à manutenção cultural, seguem a estratégia de **assimilação**. Caso busquem interação, mas também desejem manter sua identidade cultural, a estratégia de **integração** é escolhida. Se não houver interesse em entrar em contato com pessoas fora de seu próprio grupo e as pessoas colocam um valor na manutenção de sua cultura, a estratégia é chamada de **separação**. A **marginalização** representa a estratégia de não buscar a interação intercultural nem a manutenção cultural.

O modelo de Berry é baseado na suposição de que as pessoas são livres para escolher as suas estratégias de interação intercultural, no entanto, é necessário notar que a liberdade não é sempre dada devido às circunstâncias políticas e sociais. Isso mostra que a escolha da estratégia se correlaciona com as sociedades maiores, uma vez que elas também têm uma

maneira preferida de adaptação dos estudantes, o que leva a uma interdependência do grupo menor e da sociedade maior.



J. Berry's model of acculturation

## CONCLUSÕES

Esses são apenas alguns dos modelos que podem ser usados para explicar o processo de adaptação cultural. Não tem um modelo perfeito para um processo tão complexo e cada um dos apresentados aqui ajuda a explicar um aspecto diferente da adaptação cultural, de uma perspectiva efetiva, comportamental ou cognitiva. É benéfico para os voluntários e staff do AFS se familiarizar com vários modelos, para aplicar o mais apropriado para um contexto específico.

### Modelos de Adaptação Cultural...

- ✓ Variam em como apresentam o processo de adaptação cultural: não tem apenas um modelo perfeito.
- ✓ Tornam o abstrato concreto, muitas vezes fornecem um gráfico ou modelo para entender o processo de adaptação cultural.
- ✓ Cobrir os elementos de adaptação cultural afetivos, comportamentais e cognitivos.
- ✓ Permitir voluntários e funcionários do AFS apoiar os estudantes de formas que são apropriadas para um contexto específico e pessoa, tendo em consideração vários modelos.

### PARA MAIS INFORMAÇÕES:

- C. Ward, (2004). *The Psychology of Culture Shock*.
- J.E. & J.T. Gullahorn, (1963). *An extension of the U-curve hypothesis*.
- Y. Y. Kim, (2001). *Becoming intercultural: An integrative theory of communication and cross-cultural adaptation*.
- W. Bridges, (2004). *Transitions: Making sense of life's changes, 2<sup>nd</sup> ed.*
- J. Berry, (2001). *A Psychology of Immigration*.
- B. Hansel, (2007). *The Exchange Student Survival Kit*.
- K. Oberg, (1954). *Culture Shock*.