

**UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL
ÁREA DO CONHECIMENTO DE CIÊNCIAS SOCIAIS**

GABRIELA SOUZA VELHO

**CHOQUE CULTURAL REVERSO: UMA ANÁLISE DO PROCESSO DE
READAPTAÇÃO DE INTERCAMBISTAS AO RETORNAREM AO BRASIL**

CAXIAS DO SUL

2021

GABRIELA SOUZA VELHO

**CHOQUE CULTURAL REVERSO: UMA ANÁLISE DO PROCESSO DE
READAPTAÇÃO DE INTERCAMBISTAS AO RETORNAREM AO BRASIL**

Trabalho de Conclusão de Curso de graduação apresentado ao curso de Comércio Internacional da Universidade de Caxias do Sul, como requisito parcial para obtenção do grau de bacharel em Comércio Internacional. Área de Ciências Sociais Aplicadas.

Orientador: Prof. Dr. Guilherme Bergmann Borges Vieira.

CAXIAS DO SUL

2021

Dedico este trabalho a minha família, principalmente aos meus pais, por todo suporte prestado a mim e por seu amor e compreensão durante todos esses anos de estudos para a realização desta graduação.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por ter me concedido a oportunidade de realizar esse sonho. E por ter me capacitado e me dado sabedoria para passar por todo processo até a conclusão desta graduação.

Agradeço aos meus pais pelo apoio durante todo o curso, por terem confiado em mim e acreditado no meu potencial. Pelo encorajamento e orientação de que o conhecimento é essencial e abre portas para o futuro que eu acredito para mim. Também sou grata pelo amparo, principalmente nos momentos difíceis.

Aos meus amigos por serem meu refúgio e proporcionarem alegria e leveza a minha vida.

Por fim, agradeço ao professor Dr. Guilherme Bergmann Borges Vieira, pela orientação e suporte durante toda a realização deste estudo, ao restante do corpo docente e a todos que de alguma forma fizeram parte da minha formação.

Jamais desista das pessoas que ama. Jamais desista de ser feliz. Lute sempre pelos seus sonhos. Seja profundamente apaixonado pela vida. Pois a vida é um espetáculo imperdível.

Augusto Cury

RESUMO

O choque cultural e o choque reverso têm grande impacto na vida dos intercambistas, dificultando a adaptação em outro país e a readaptação quando retornam ao país de origem. O processo de adaptação exige tempo e apresenta fases que são vivenciadas de forma diferente por cada pessoa. Desse modo, estar ciente que poderá enfrentar esse problema e ter conhecimentos de alguns meios que podem amenizar os impactos do choque cultural e do choque cultural reverso, são fundamentais para a adaptação e readaptação. Neste contexto, o estudo teve como objetivo geral analisar o processo de readaptação dos intercambistas após retornarem ao Brasil. Como método, foi utilizada a pesquisa com abordagem qualitativa de caráter exploratório, que consistiu na aplicação de entrevistas semiestruturadas a estudantes brasileiros que retornaram do exterior, com o intuito de identificar as percepções quanto às dificuldades enfrentadas e as razões causadoras, bem como as estratégias que foram adotadas para diminuir a dificuldade da readaptação. As entrevistas foram realizadas com seis pessoas que já vivenciaram pelo menos um intercâmbio com período mínimo de seis meses, já graduados e em graduação com diferentes perfis. Os resultados do estudo mostraram que dificilmente há uma correspondência perfeita entre as expectativas e a realidade encontrada. Evidenciou-se que, mesmo com as dificuldades de retorno já sendo esperadas, o impacto que causaram foram maiores do que os já esperados. Também foi possível evidenciar que as agências, organizações e instituições que oferecem programas de intercâmbio não dispõem de orientações, nem disponibilizam e ofertam programas de apoio aos regressos do exterior, deixando a desejar no acolhimento oferecido. Notou-se também que meios terapêuticos e contato com pessoas que já experienciaram o choque reverso são fundamentais para a facilitação do enfrentamento a essas dificuldades. Os resultados da pesquisa reforçam a importância do estudo sobre os aspectos do choque cultural reverso e as ações para minimizá-lo.

Palavras-chave: Adaptação cultural. Choque cultural reverso. Intercâmbio universitário.

ABSTRACT

Culture shock and reverse culture shock have a great impact on the lives of exchange students, making it difficult to adapt to another country and to readapt when they return to their home country. The adaptation process takes time and presents phases that are felt differently by each person. In this way, being aware that you may face this problem and having knowledge of some means that can lessen the impacts of culture shock and reverse culture shock are essential for adaptation and readaptation. Therefore, the general objective of this study was to analyze the readaptation process of exchange students after they return to Brazil. The method used was exploratory qualitative research, which consisted of semi-structured interviews with Brazilian students who returned from abroad, in order to identify their perceptions of the difficulties they faced and the reasons that caused them, as well as the strategies they adopted to reduce the difficulty of readaptation. The interviews were conducted with six people who have already experienced at least one exchange with a minimum period of six months, graduates and undergraduates with different profiles. The results of the study showed that there is hardly a perfect match between expectations and the reality found. It was evidenced that even though the return difficulties were already expected, the impact they caused was greater than expected. It was also possible to see that the agencies, organizations, and institutions that offer exchange programs do not provide orientation, nor do they make available and offer support programs for those returning from abroad, not offering an adequate welcome. It was also noted that therapeutic means and contact with people who have already experienced reverse shock are fundamental to facilitate coping with these difficulties. The results of the research reinforce the importance of studying the aspects of reverse culture shock and the actions to minimize it.

Keywords: Cultural adaptation. Reverse culture shock. University exchange.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Triângulo do choque cultural.....	19
--	----

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Características dos (as) participantes da pesquisa	28
Quadro 2 - Experiência prévia ao intercâmbio.....	30
Quadro 3 - Motivação para realizar ao intercâmbio	30
Quadro 4 - Síntese da experiência de intercâmbio	31
Quadro 5 - Percepções quanto aos benefícios obtidos	31
Quadro 6 – Percepções quanto às dificuldades e seus aspectos causadores.....	33
Quadro 7 - Percepções quanto a readaptação	35

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
1.1 DELIMITAÇÃO DO TEMA E PROBLEMA DE PESQUISA	13
1.2 OBJETIVOS	14
1.2.1 Objetivo geral	15
1.2.2 Objetivos específicos	15
1.3 JUSTIFICATIVA	15
2 REFERENCIAL TEÓRICO	17
2.1 CHOQUE CULTURAL	17
2.1.1 Choque cultural reverso	21
2.2 FATORES RELEVANTES NA RESOLUÇÃO DE CONFLITOS RESULTANTES DA DIFÍCIL ADAPTAÇÃO	23
2.3 ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO À DIVERSIDADE CULTURAL	24
3 MÉTODO	26
3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA	26
3.2 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS	26
3.3 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS	27
4 RESULTADOS	28
4.1 PERFIS DOS ENTREVISTADOS	28
4.2 ANÁLISE DAS ENTREVISTAS	29
4.3 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	35
5 CONCLUSÕES	38
5.1 IMPLICAÇÕES GERENCIAIS	38
5.2 LIMITAÇÕES DO ESTUDO E SUGESTÕES PARA PESQUISAS FUTURAS	40
REFERÊNCIAS	40
APÊNDICE A – ROTEIRO DE ENTREVISTA	45

1 INTRODUÇÃO

Como consequência da globalização, ocorre uma maior aproximação entre diferentes países e suas culturas, aumentando as trocas e relações interculturais. O intercâmbio é um dos meios de vivenciar tal aproximação cultural, sendo procurado por jovens que buscam desenvolver conhecimento e experiências internacionais.

Há diversas modalidades de intercâmbio, tais como intercâmbio para estudo, trabalho, entre outros, porém todas as modalidades proporcionam um intercâmbio cultural. Nesse sentido, de acordo com Tamião (2010), é importante mencionar que o intercâmbio não tem apenas o objetivo dos estudos, mas também o de conhecer e vivenciar a rotina de outro país. Por isso é fundamental conhecer o amplo espectro que define uma cultura, mergulhar no modo de vida de outros povos, aceitá-los e integrar-se a eles (MINERVINI, 2019). Por meio do processo de migração internacional é cada vez mais habitual a emigração de intercambistas. A escolha de emigrar por meio do intercâmbio proporciona enriquecimento pessoal, pois os intercâmbios culturais geram mudanças no sentido de desenvolvimento e crescimento humano, além de contribuir para uma educação de valores. Em todos os aspectos a experiência de viver em um contexto com costumes e valores diferentes do habitual, gera aprendizado e possibilita algumas mudanças no indivíduo (TAMIÃO, 2010).

O processo de vivência em outra cultura gera impactos no indivíduo e a necessidade de adaptação. Devido às diferenças culturais, a expectativa gerada ao planejar um intercâmbio e a realidade efetiva ao chegar no destino, pode haver um choque cultural, assim como no retorno ao seu país de origem, pode haver uma difícil readaptação (PÉRICO; GONÇALVES, 2018).

Um dos desafios que os intercambistas enfrentam é o choque cultural, pois o processo de adaptação exige tempo e passa por diversas fases. A reentrada no país de origem, após uma estada prolongada em outra cultura, é geralmente considerada problemática e dolorosa (BRABANT; PALMER; GRAMLING, 1990), sendo sentida de maneira diferente por cada indivíduo (STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015).

Oberg (1960) define choque cultural como uma precipitação da ansiedade que gera a perda de toda a familiaridade das relações sociais. Para Adler (1975) o choque cultural é uma adaptação ou ajuste a uma nova cultura.

A teoria da curva “U”, proposta por Oberg (1954 apud STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015), explica e classifica algumas das fases do choque cultural. Na fase inicial geralmente há excitação e euforia devido ao fato de tudo sobre o país estrangeiro parecer novo

e intrigante, essa fase é chamada de lua de mel. A fase seguinte é chamada de choque cultural, onde se constata que existem muitas diferenças culturais que tinham sido previamente ignoradas devido as aparentes semelhanças. Após tem-se a fase de adaptação ou assimilação à cultura-alvo, quando já não há mais problema com a proficiência na língua e nem com a adaptação. Finalmente tem-se a fase do domínio, sendo o estágio onde o domínio do ambiente está completo, quando o intercambista consegue adquirir uma segunda identidade (STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015).

Oportunamente, a teoria da curva “w” surgiu estendendo os estudos referente ao choque cultural, porém com enfoque no retorno. Explicando que assim como há o choque cultural, também existe o choque cultural reverso, que é quando o intercambista passa um longo período no exterior e retorna para o seu país de origem, enfrentando algumas dificuldades de readaptar-se ao seu ambiente natural (STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015). Sentimentos de nostalgia e o desejo de nunca ter retornado do intercâmbio são exemplos do que pode dificultar esse processo (PÉRICO; GONÇALVES, 2018).

O treinamento *cross-cultural* e o aprimoramento da inteligência cultural são algumas das estratégias que podem diminuir o impacto do choque cultural reverso, pois possibilitam o preparo para o que será enfrentado no retorno do repatriado (SILVESTRE, 2013). Ainda segundo Silvestre (2013), é necessário que os atores do cenário globalizado tenham competência intercultural ou competência *cross-cultural*, com o objetivo de se prevenir ou diminuir a fase de crise dos choques culturais, visando o sucesso das interações empresariais entre os funcionários de grupos culturais diversos.

Segundo Lima e Braga (2010), ter um treinamento antes de retornar para o seu país facilita a aquisição de informações, permitindo a formação de expectativas mais realistas. Ser instruído previamente, antes de viajar, sobre o choque cultural que sofrerá no país de destino, possibilita a minimização e o maior controle dos efeitos do choque cultural reverso no retorno (SEARLE; WARD, 1990).

O preparo no processo de intercâmbio (LIMA; BRAGA, 2010), tendo conhecimento de que o intercambista passará por processos de adaptação e de readaptação durante a sua jornada de ida e volta (PÉRICO; GONÇALVES, 2018), diminuirá o impacto do choque cultural reverso, sendo esse um dos fatores relevantes para a resolução de todo esse conflito de readaptação. O preparo prévio e o desenvolvimento da inteligência cultural são fatores relevantes que permitem o desenvolvimento da habilidade de melhor adaptação (DALMOLIN et al., 2013; SILVESTRE, 2013; MARTINS JUNIOR, 2019).

Diante do exposto, este trabalho tem como tema o choque cultural reverso, focando

em uma análise do processo de readaptação de intercambistas ao retornarem ao Brasil. O estudo foi estruturado em cinco capítulos. O primeiro capítulo contempla a introdução e a definição do problema de pesquisa, bem como os objetivos geral e específicos. O segundo capítulo apresenta a fundamentação teórica que embasa a pesquisa. No terceiro capítulo aborda-se o método utilizado para a realização do estudo. Já o capítulo quatro apresenta os resultados encontrados e, por fim, o capítulo 5 traz as considerações finais do estudo.

1.1 DELIMITAÇÃO DO TEMA E PROBLEMA DE PESQUISA

O fenômeno da globalização possibilita experiências práticas de trocas e interação entre diferentes culturas. Com a difusão da tecnologia, a aproximação cultural torna-se mais fácil. Através dos meios eletrônicos, a comunicação e o processo de deslocamento ficam otimizados, o que possibilita agilidade nas negociações e nas interações transculturais. Conforme Nailevna (2017), a grande tendência é a mistura intercultural e o intercâmbio estudantil, pois o mundo todo vive o processo de globalização.

As relações interculturais são práticas antigas, mas nos dias atuais essa prática toma forma através da busca pelo conhecimento de um novo idioma e aprimoramento do currículo. Em busca do desenvolvimento pessoal e profissional é recorrente que os jovens procurem o intercâmbio para aprimorar-se (ROSA, 2018). Segundo Tamião (2010), o intercâmbio é um fenômeno que vem crescendo principalmente nessa última década do século XXI, podendo ser turístico aliado ao intercâmbio estudantil cultural, pois além de visitar é possível acessar a vivência do povo e da cultura do outro país. Em contexto internacional, o grau de interação pode levar a diferentes níveis de envolvimento social e pode acarretar em vários efeitos no desenvolvimento da adaptação cultural (CHANG; YUAN; CHUANG, 2013).

Desta forma, é fundamental o preparo antes e após o intercâmbio devido ao choque cultural que se enfrenta ao chegar no país estrangeiro, e o choque cultural reverso que se dá ao retornar ao seu país de origem. Conforme Uehara (1986), o choque cultural reverso promove dificuldades psicossociais que as vezes são associadas a problemas físicos, pois o repatriado passará pela fase inicial, que é o processo de ajustamento ao retornar para casa, depois de ter experienciado algum tempo no país estrangeiro.

Ao chegar no exterior o indivíduo passa por diferentes fases de adaptação. Primeiramente fica encantado com o “novo”, e após essa fase entra em crise (comumente chamada de choque cultural), percebendo que algumas situações são diferentes do que havia idealizado. Em seguida inicia um processo de adaptação e se acostuma com as diferenças,

aceitando-as, e por fim, já acostumado com todas as diferenças, torna-se adaptado (STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015). Todo esse processo de adaptação à nova cultura tende a ser difícil, pois o intercambista tem que se desprender dos hábitos, costumes e valores com os quais está acostumado, para então compreender o novo sem julgar ou comparar com os costumes de sua origem (SILVESTRE, 2013). Assim, possibilita-se a vivência desse novo panorama com maior facilidade.

Segundo Brabant, Palmer e Gramling (1990), ao experienciar um longo período no exterior em uma outra cultura, a reentrada ao seu país de origem geralmente é problemática e o intercambista passa por uma difícil readaptação. Esse processo de readaptação à “reentrada” é chamado de choque cultural reverso (GAW, 2000).

As teorias da curva “U” e da curva “W” têm facilitado a compreensão a respeito da adaptação cultural de indivíduos que passam um período no exterior, fornecendo orientação sobre o que se pode oferecer para reduzir os impactos sofridos (STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015). Uma das estratégias de adaptação à diversidade cultural é o preparo prévio das implicações que o processo de intercâmbio tem, focando tanto na ida quanto no retorno.

A ênfase dada é em relação aos expatriados, oferecendo entendimento de que as organizações devem preparar todo o suporte, tanto financeiro quanto psicológico. Cabe também à empresa aproximar o expatriado a sua cultura de origem, deixando-o a par do que acontece no seu país, de modo a diminuir o choque ao retornar (LIMA; BRAGA, 2010). Oferecer capacitações e desenvolver a inteligência cultural são formas de amenizar o choque cultural e o choque reverso que pode ser sofrido (MARTINS JUNIOR, 2019; SILVESTRE, 2013).

Com isso, considerando que o processo de vivenciar um intercâmbio pode causar no estudante, além de um choque cultural ao chegar no exterior, um choque cultural reverso ao retornar ao país de origem, fica a pergunta a ser respondida ao longo deste estudo: Como os intercambistas lidam com o choque cultural reverso ao voltarem ao seu país de origem após passarem um longo período no exterior?

1.2 OBJETIVOS

A seguir, expõem-se o objetivo geral e os objetivos específicos que proporcionarão a resolução do problema de pesquisa proposto neste trabalho.

1.2.1 Objetivo geral

O presente trabalho tem como objetivo geral analisar o processo de readaptação de intercambistas após retornarem ao Brasil.

1.2.2 Objetivos específicos

Visando alcançar o objetivo geral, foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos:

- a) Identificar as dificuldades que os intercambistas enfrentam no processo de readaptação;
- b) Analisar como os intercambistas lidam com a readaptação;
- c) Identificar como os aspectos culturais vivenciados no exterior podem impactar na readaptação ao Brasil;
- d) Identificar estratégias facilitadoras a serem adotadas para uma melhor readaptação dos intercambistas ao retornarem ao Brasil.

1.3 JUSTIFICATIVA

Diante dos desafios da globalização, a interdependência entre pessoas pertencentes a diferentes culturas aumentou significativamente (NAILEVNA, 2017). Com isso, muitas organizações têm procurado desenvolver a adaptabilidade intercultural dos funcionários por meio da experiência internacional (CHANG; CHUANG; YUAN, 2013).

Partindo desse cenário, é importante ressaltar que estudos complementares sobre o aspecto do choque cultural reverso, como é o caso da presente pesquisa, focando em como os intercambistas lidam com todo o processo de readaptação quando retornam de um longo período no exterior, são importantes. Também é necessário aprofundar os estudos dando ênfase nas estratégias e na estruturação de meios eficazes para diminuir o impacto do choque cultural reverso. Nesse sentido, pesquisas com foco na readaptação dos intercambistas por meio de estratégias, devem considerar o desenvolvimento da inteligência intercultural e outros treinamentos que promovem a interação intercultural.

O presente trabalho se mostra relevante diante da necessidade de formalização e estruturação de programas e estratégias que funcionem como meio de suporte para amenizar o impacto do choque cultural reverso entre os intercambistas. A partir dessa pesquisa, será possível ampliar o conhecimento a respeito das fases do choque cultural reverso, e das estratégias que podem ser implementadas pelas instituições, organizações e pelos próprios intercambistas a fim de amenizar os impactos do retorno ao país de origem.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O referencial teórico do presente estudo foi estruturado em quatro tópicos: choque cultural; choque cultural reverso; fatores relevantes na resolução de conflitos resultantes da difícil adaptação; e estratégias de adaptação à diversidade cultural. Em cada tópico foi explorado os conceitos básicos dos temas bem como os aspectos específicos relevantes à pesquisa.

2.1 CHOQUE CULTURAL

O termo choque cultural foi introduzido pelo antropólogo finlandês Kalervo Oberg no ano de 1960. A sua definição para o termo é uma doença ocupacional que pode acometer as pessoas que vão subitamente trabalhar em outras culturas (OBERG, 1960). Conforme Balogun (2007 apud SILVESTRE, 2013), o termo é usado para descrever os sentimentos que as pessoas têm ao adentrar em uma nova cultura ou ambiente social, bem como as dificuldades passadas ao tentarem lidar com a assimilação.

Para Owan (2009 apud SILVESTRE, 2013), o choque cultural é a condição de confusão ou ansiedade que pode afetar um indivíduo repentinamente, quando exposto a um meio social ou a uma cultura estrangeira. Para o autor, é a personificação da nova experiência em um cenário cultural diferente do seu próprio. Já Adler (1975) tem seu foco voltado à reação do indivíduo. O autor esclarece que o choque cultural é primariamente um conjunto de reações emocionais, devido à perda dos reforços à percepção da sua própria cultura, aos novos estímulos culturais que têm pequeno ou nenhum significado e aos equívocos interpretativos de experiências novas e diversas.

Kealy (1978 apud SILVESTRE, 2013) liga o choque cultural à interação entre o indivíduo e o ambiente. De forma similar, Pedersen (1995) define choque cultural como o processo de adaptação inicial a um ambiente desconhecido. Já Ruben et al. (1977 apud SILVESTRE, 2013) conectam o choque cultural a fatores relacionados à adaptação e ao ajuste.

A fim de ampliar a abrangência do conceito choque cultural, Hofstede, Pedersen e Hofstede (2002) propuseram a redefinição do termo, onde o indivíduo não tem convicção do que se espera dele, nem mesmo sobre o que esperar das pessoas ao seu redor. Segundo os autores, isso pode ocorrer em qualquer situação em que o indivíduo seja forçado a se ajustar a um sistema social desconhecido, em que a aprendizagem anterior já não

se aplica.

De modo geral, o choque cultural tem sido visto como o processo de ajuste inicial a um novo ambiente cultural. Diversas teorias e modelos foram criados para explicar o por que e como os indivíduos vivenciam o choque cultural (PRESBITERO, 2016). Também são identificados na literatura estudos sobre o impacto gerado pelo choque cultural em vários fatores, entre os quais a adaptação (PRESBITERO, 2016).

Lysgaard (1955) aprofundou os estudos sobre as mudanças de sentimentos relatadas por pessoas que residem em um ambiente cultural estrangeiro, ao longo do tempo que permanecem no exterior, desenvolvendo a teoria da curva “U”. Essa teoria foi criada a partir de uma análise sobre a vivência de estudantes noruegueses nos Estados Unidos. Lysgaard (1955) entrevistou 200 bolsistas *Fulbright* noruegueses que retornaram do intercâmbio para seu país e descobriu que, ao longo do tempo, as fases de ajuste ao choque cultural inicial, poderiam ser descritas por uma curva em U. Essas fases são representadas por sentimentos que o intercambista experimenta, como uma euforia inicial, depois depressão e, por fim, resolução. O padrão de choque cultural foi representado graficamente como uma curva de ajuste em forma de U, com o bem-estar no eixo das ordenadas e o tempo no eixo das abcissas de um gráfico cartesiano (GAW, 2000).

De forma correlata à teoria da curva “U”, Oberg (1960) encontrou quatro estágios nos quais o choque cultural estaria dividido, são eles: lua-de-mel, crise, recuperação e adaptação (SILVESTRE, 2013). Para esclarecer essas fases de adaptação, Oberg (1954 apud STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015), definiu adaptação cultural como um processo que não necessariamente é invariável, mas geralmente progride em quatro etapas básicas ordenadas e com características.

A primeira fase (lua de mel), foi caracterizada pelo autor como sendo de excitação e euforia para o intercambista. Nessa fase, tudo sobre o país estrangeiro parece novo e intrigante (OBERG, 1954 apud STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015). Essa fase pode durar de poucos dias ou poucas semanas a seis meses, dependendo das circunstâncias (OBERG, 1960).

A fase posterior o autor nomeou de choque cultural. Nessa fase há a constatação de que existem muitas diferenças culturais que, previamente, haviam passadas despercebidas pelo intercambista devido ao foco nas semelhanças mais aparentes. Esta fase se manifesta tanto através de sintomas físicos, quanto emocionais, sendo resultado de situações confusas e ambíguas (OBERG, 1954 apud STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015). Para Manz (2003 apud SILVESTRE, 2013) essa fase corresponde ao choque-cultural

propriamente dito, e inicia quando o indivíduo é “apresentado” à realidade de vida que passa a vivenciar.

A penúltima fase, segundo Oberg (1954 apud STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015) é chamada de adaptação ou assimilação à cultura-alvo. Nessa fase, o indivíduo já não tem mais problemas com a proficiência na língua-alvo nem mesmo com a adaptação.

A quarta e última fase definida por Oberg (1954 apud STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015) é denominada domínio. Essa fase é caracterizada pela aceitação dos hábitos locais e pelo fim da ansiedade (SILVESTRE, 2013). Nesse estágio, o indivíduo já consegue trabalhar efetivamente e passa a gostar das comidas, bebidas e costumes, possibilitando que uma segunda identidade seja adquirida (SILVESTRE, 2013).

Hofstede, Hofstede e Minkov (2010) também apresentou sua teoria sobre as fases da adaptação cultural, no entanto com nomenclaturas e fases diferentes. Os autores alertam possível sobreposição das fases, pois alguns estrangeiros que ficam por um curto período de tempo no exterior (até três meses) experimentam as fases de euforia, choque cultural e estabilidade ao mesmo tempo. A adaptação cultural definida por Hofstede, Hofstede e Minkov (2010) foi sob a óptica da Curva da Aculturação, de que ocorrem mudanças de sentimentos que tendem a acompanhar as pessoas quando elas estão convivendo em um ambiente com uma cultura estranha.

A primeira fase da adaptação, também com nome lua de mel, é caracterizada pela emoção de viajar e de conhecer novas terras. Na sequência, o choque cultural, cujo nome também coincide com o de Oberg (1960), ocorre quando a vida real do intercambista se inicia no novo ambiente. A fase seguinte, identificada como aculturação (HOFSTEDE; HOFSTEDE; MINKOV, 2010), ocorre quando o intercambista aprende lentamente a funcionar conforme as novas condições e adota alguns dos valores locais. Nessa fase, ocorre a integração do estrangeiro em uma nova rede social, o que aumenta a sua autoconfiança. Por último, a fase nomeada como “estado estável da mente” é caracterizada por ocorrer ao longo do tempo, onde o intercambista já está adaptado e não sofre mais com as diferenças culturais (HOFSTEDE; HOFSTEDE; MINKOV, 2010).

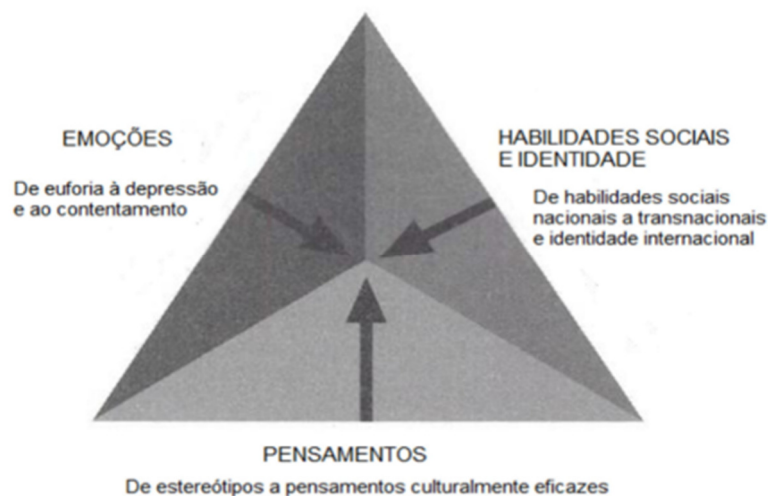
Diversas críticas foram destinadas à curva “U”, tais como discussões que relatam problemas referentes à existência de inúmeras variáveis para avaliar a adaptação e críticas ao formato U, visto que cada pessoa inicia em um estágio, e cada estágio também pode variar muito quanto à duração, o que acarretaria em formatos diferentes para cada indivíduo (PEDERSEN, 1995). Church (1982) avaliou negativamente a curva “U”, caracterizando o

modelo como fraco, não conclusivo e generalizador. Manz (2003 apud SILVESTRE, 2013), por sua vez, argumenta que os principais problemas seriam a pouca clareza na definição dos indicadores e a dificuldade de transferir os resultados da pesquisa de Lysgaard (1955) para culturas que não sejam anglo-americanas.

Pedersen (1995) explica que, devido à grande subjetividade da experiência do choque cultural, é difícil ter um levantamento estatístico que generalize as tendências da maioria das pessoas. O autor alega que o choque cultural é melhor compreendido como um processo interpessoal, em que as fases não necessariamente seguem umas às outras sequencialmente, podendo ocorrer simultaneamente ou sozinhas.

Marx (1999) apresentou o modelo Triângulo do Choque Cultural (Figura 1) em oposição ao modelo da curva 'U'. Nesse modelo o autor considerou além dos aspectos emocionais do choque cultural, o pensamento cultural e as habilidades sociais em conjunto com a identidade internacional.

Figura 1- Triângulo do Choque Cultural



Fonte: SILVESTRE (2013, p. 28).

A respeito dos três aspectos, enfatiza-se que estão inter-relacionados e influenciam uns aos outros, mesmo que sejam tratados como componentes distintos. Para alcançar a eficácia internacional é importante a combinação dos três aspectos (MARX, 1999). A eficácia internacional está relacionada aos três níveis de adaptação internacional: emoção (que se refere a como lidar com o estresse do trabalho internacional); o pensamento (que está relacionado a capacidade do negócio de oferecer soluções); e habilidades sociais e identidade (que estão ligados ao fator de interagir com estrangeiros de maneira eficaz) (MARX, 1999).

2.1.1 Choque cultural reverso

Austin e Jones (1987) identificaram fontes que abordavam indiretamente questões de reentrada, datando de 1935. Porém o choque cultural reverso recebeu atenção acadêmica em 1944 quando Scheutz (1945) examinou as dificuldades enfrentadas por veteranos ao retornarem das forças armadas. Mas a definição do choque cultural reverso só começou com o reconhecimento de Oberg (1960), considerado “pai” do choque cultural.

O choque cultural reverso é o processo de reajustar, reaculturar e reassimilar a própria cultura local depois de viver em uma cultura diferente por um período significativo de tempo (GAW, 2000). A volta ao país de origem pode ser nomeada como reentrada (WERKMAN, 1979 apud VEDANA, 2010), reaculturação (MARTIN, 1984) ou repatriação (HOWARD, 1980).

O choque cultural reverso é semelhante ao choque cultural, mas o processo de ajuste concentra-se nas dificuldades de se readaptar e reajustar à própria cultura local depois que a pessoa viveu em outro ambiente cultural (GAW, 2000). De acordo com Gullahorn e Gullahorn (1963), as expectativas dos estrangeiros são a principal diferença entre choque cultural reverso e choque cultural. Variáveis antecedentes afetam o processo de reajuste, como personalidade (HAWES; KEALEY, 1981), identidade cultural (WARD; SEARLE, 1991), discrepância entre a realidade e a expectativa (WEISMAN; FURNHAM, 1987) e a distância cultural (CHURCH, 1982), segundo (TAMBYAH; CHNG, 2006).

Para Sussman (2000), apesar das semelhanças, diferentes processos cognitivos tornam a readaptação psicologicamente diferente da adaptação comportamental, cognitiva e sociocultural a qual os intercambistas estão sujeitos a passar durante a adaptação cultural em outro país. O processo de retornar ao país de origem, depois de vários anos de ausência, incluindo a readaptação, podem ser traumáticos (TUNG, 1988 apud SILVESTRE, 2013), pois nenhum retorno está isento do choque cultural reverso (ADLER, 1981; CHURCH, 1982).

Resultados empíricos relatam níveis elevados de estresse dos intercambistas ao retornarem para seus países de origem (VEDANA, 2010). Alguns intercambistas podem experimentar somente efeitos temporários da readaptação, podendo ser poucos ou nenhum, enquanto outros podem ter problemas mais sérios que podem durar meses ou até mesmo anos (GAW, 2000; VEDANA, 2010). Problemas como depressão clínica e ansiedade (SAHIN, 1990), conflitos de valores com relacionamentos sociais, interpessoais e papéis profissionais (GAMA; PEDERSEN, 1977), bem como medo de rejeição e adaptação às expectativas sociais do país como costumes e regras sociais.

Ainda assim, a readaptação não apresenta somente resultados negativos. Podem ser identificadas mudanças positivas como ser mais consciente e aceitar as diferenças culturais em geral, ter maior apreciação da cultura estrangeira e desenvolver melhor relação com os pais (MARTIN, 1986).

Gullahorn e Gullahorn (1963) perceberam a dissonância cognitiva experimentada na reentrada como a raiz primária da síndrome do choque cultural reverso, causando desequilíbrio estrutural ou desequilíbrio do esquema cognitivo. Ao aplicarem o constructo do choque cultural a acadêmicos que retornaram do exterior, os autores notaram que o padrão de ajuste do choque cultural reverso era semelhante à curva "U". Ao estender a curva em U com uma segunda curva em U, adicionando o choque cultural reverso que se dá pela experiência de um indivíduo ao retornar à sua cultura de origem, tem-se a curva "W" (GULLAHORN; GULLAHORN, 1963).

Hoffenburger, Mosier e Stokes (1999 apud STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015) também adaptaram a curva "U" para a curva "W", de acordo com os autores, a adaptação inicia com a fase de lua de mel, que acontece nos primeiros dias após a chegada ao exterior, em que o intercambista está entusiasmado com o novo, com as pessoas e com a cultura. Após essa fase, a expectativa não atendida gera sensação de frustração, resultando em dificuldade em se adaptar. Essa fase, que pode durar de três a seis meses após a chegada, é a do choque cultural. Na sequência, tem-se a adaptação inicial, na qual ocorre a adaptação física dos intercambistas que começam a se sentir mais "em casa". Essa fase pode levar entre sete e nove meses. A fase seguinte é caracterizada pelo sentimento de solidão, chamada de isolamento mental. O intercambista já possui adaptação ao ambiente físico, mas as relações ainda são difíceis pelas diferenças culturais. Melhoras são percebidas após dez a doze meses de permanência. Por fim, ocorre a fase de aceitação e integração, com os intercambistas já sentindo que fazem parte do novo ambiente, da nova comunidade. Para atingir essa fase de aceitação e de integração é necessário, pelo menos, doze meses.

Para Joly (1992 apud STALLIVIERI; PILLOTO; GONÇALVES, 2015), a adaptação cultural é um processo. O autor classificou as fases da seguinte maneira: i) encantamento, decorrente de surpresas com as novidades do novo país; ii) negativismo extremo, decorrente das diferenças entre os países em aspectos como humor, gestos, graus de intimidade e ritmos mais lentos ou mais rápidos em relação ao que estava acostumado; iii) distância ou integração, dependendo da forma como o estrangeiro enfrentou a fase anterior, podendo ser marcada pela volta do intercambista ao país de origem ou não; e iv) choque da volta, uma vez que quem retorna ao país de origem já não é mais o mesmo e, conseqüentemente, sofre um novo choque cultural.

Para Sebben (2001), a fase de lua de mel após o retorno ao Brasil, dura poucos dias ou semanas. Segundo Uehara (1986), quando o jovem retorna para seu país pode ter diferentes sentimentos como, alienação, solidão, sentimento de perda, isolamento, infelicidade, perda de identidade, depressão e, algumas vezes, doenças causadas por níveis extremos de mudança. Uehara (1986) entende que o choque cultural reverso promove dificuldades psicossociais, às vezes associadas a problemas físicos que o intercambista experimenta na fase inicial do processo de ajustamento ao voltar para casa, depois de ter vivido no estrangeiro durante algum tempo.

2.2 FATORES RELEVANTES NA RESOLUÇÃO DE CONFLITOS RESULTANTES DA DIFÍCIL ADAPTAÇÃO

A cultura do país de destino tem influência na readaptação ao Brasil. A adaptação a uma nova cultura fortalece as competências interculturais dos estudantes, proporcionando aos intercambistas uma visão de mundo diferente de seus compatriotas (PÉRICO; GONÇALVES, 2018).

Segundo Nunes, Felix e Prates (2017), as relações interpessoais do expatriado desenvolvidas com os moradores locais do país estrangeiro, podem influenciar no grau de adaptação, potencializando a capacidade do expatriado lidar satisfatoriamente com as diferenças da nova cultura. De acordo com Freitas (2006), para ter sucesso no ajustamento a sua cultura original, é fundamental que sejam realizados trabalhos mentais para que o repatriado possa assumir novamente o que lhe pertencia e se integrar com as diferenças da sua cultura.

No caso de empresas, ações como disponibilização de informações claras sobre a organização no país de origem diminuem as incertezas. Dispor um mentor que acompanhe tanto a fase de expatriação como a de repatriação pode ajudar a manter o executivo em contato com a organização, mantendo o vínculo e diminuindo o sentimento de deslocamento. O apoio organizacional antes e durante o processo de repatriação é um fator-chave para o sucesso do retorno do expatriado (LIMA; BRAGA, 2010).

Conforme Ramalu, Wei e Rose (2011), a inteligência cultural facilita o processo de adaptação transcultural do expatriado. Um alto nível de adaptação transcultural está ligado ao alto nível de inteligência cultural metacognitiva e inteligência cultural motivacional, da mesma maneira que o nível mais alto de adaptação de interação está relacionado ao nível mais alto de inteligência cultural metacognitiva, cognitiva e motivacional, e por último, uma maior adaptação do trabalho está associado ao maior nível de inteligência cultural motivacional.

De acordo com Nunes, Felix e Prates (2017), a dimensão cognitiva está relacionada ao conhecimento geral de diferentes culturas, como o conhecimento sobre o sistema econômico, jurídico e social, e sobre as estruturas básicas dos valores culturais e também sobre os sistemas jurídicos, sociais e econômicos. Ainda segundo Nunes, Felix e Prates (2017), a captura de um novo conhecimento cultural acontece através da dimensão metacognitiva, a qual permite que o indivíduo processe e controle as informações e gere estratégias de enfrentamento, a respeito da nova cultura.

Nunes, Felix e Prates (2017) afirma que a dimensão motivacional representa o desejo de interagir e de se adaptar à nova cultura, refletindo a capacidade de direcionar a atenção e energia para assimilar o funcionamento em situações de diferenças culturais.

Os aspectos que podem ser relevantes para a resolução dos conflitos que são gerados devido a difícil adaptação, em síntese são: o desenvolvimento de relações interpessoais com a cultura estrangeira (NUNES; FELIX; PRATES, 2017), associado ao treinamento mental de reassimilação (FREITAS, 2006) e ao desenvolvimento da inteligência cultural (RAMALU; WEI; ROSE, 2011), facilitam o processo de adaptação transcultural do expatriado. Bem como, ter um mentor para conduzir e oferecer suporte, ameniza o sentimento de deslocamento que o intercambista pode ter (LIMA; BRAGA, 2010).

2.3 ESTRATÉGIAS DE ADAPTAÇÃO À DIVERSIDADE CULTURAL

O termo *cross-culturalismo* pode ser definido como qualquer interatividade entre membros de diferentes grupos culturais. O termo apresenta os seguintes sinônimos: relações interculturais, interculturalismo, interatividade cultural, cosmopolitanismo, transculturação e globalismo (SILVESTRE, 2013).

O treinamento *cross cultural*, também chamado de adaptação transcultural, é uma prática que se propõe a capacitar profissionais para viver e trabalhar em lugares com culturas diferentes da sua, a fim de diminuir os possíveis efeitos negativos da fase de crise do choque cultural. Essa prática pode ser usada de forma preventiva ao choque cultural e ao choque cultural reverso (SILVESTRE, 2013).

A competência cultural é uma habilidade pessoal que está entre os fatores críticos para o sucesso do profissional do futuro, fazendo-se tema de estudo de psicólogos, antropólogos e especialistas comportamentais das organizações (MARTINS JUNIOR, 2019). Segundo Ang, Rockstuhl e Tan (2015), competência cultural é um termo genérico para conceitos relacionados

à eficácia intercultural. Capacidades interculturais descrevem o que uma pessoa pode fazer para ser eficaz em contextos interculturais. Exemplos de capacidades interculturais incluem a autoconsciência e o conhecimento de negócios globais (ANG; ROCKSTUHL; TAN, 2015).

A pesquisa de Lima e Braga (2010) revelou que algumas empresas fornecem treinamentos e orientação em termos profissionais, pessoais e culturais antes da expatriação. Porém, no retorno o tratamento é bem diferente, sendo necessários treinamentos que englobam os aspectos profissionais, culturais e pessoais da repatriação com objetivo de diminuir o choque cultural no retorno.

Segundo Lima e Braga (2010), as principais políticas e práticas de recursos humanos para a repatriação encontradas nas empresas pesquisadas e apresentadas na literatura são as seguintes: i) fornecer apoio durante o processo de expatriação, bem como na recolocação do executivo ao mercado de trabalho no retorno; ii) manter o executivo informado sobre as mudanças que ocorrem na organização durante a expatriação; e iii) pagar viagens ao país de origem durante a expatriação. Ainda assim, algumas dessas políticas e práticas são adotadas apenas parcialmente.

O processo de readaptação é complicado e, devido a todas as mudanças que ocorrem, é importante que o intercambista tenha acompanhamento psicológico nos primeiros meses após o retorno. Esse acompanhamento pode diminuir os impactos e implicações do choque cultural reverso, resultando em uma readaptação natural e sem maiores problemas (PÉRICO; GONÇALVES, 2018).

O treinamento *cross cultural* (SILVESTRE, 2013), e treinamentos que englobam os aspectos culturais, profissionais e pessoais a respeito da readaptação (LIMA; BRAGA, 2010) são práticas que podem ser usadas como estratégia preventiva ao choque cultural reverso. Os treinamentos aliados à competência cultural (MARTINS JUNIOR, 2019) e às capacidades interculturais (ANG; ROCKSTUHL; TAN, 2015), juntamente com o acompanhamento psicológico (PÉRICO; GONÇALVES, 2018) são meios que o intercambista pode utilizar para amenizar os impactos do choque cultural de retorno.

3 MÉTODO

Nesta seção são apresentados os métodos utilizados para a realização desta pesquisa. Inicialmente, apresenta-se a caracterização do estudo e na sequência são apresentados os procedimentos de coleta e análise de dados.

3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

O desenvolvimento do trabalho teve como base de fundamentação teórica os estudos de Stallivieri, Pilloto e Gonçalves (2015) e Périco e Gonçalves (2018), além de outros autores que realizaram estudos na área de adaptação e readaptação cultural.

Para atingir os objetivos estabelecidos neste estudo, foi desenvolvida uma pesquisa de natureza qualitativa de caráter exploratório. A pesquisa qualitativa propõe a compreensão e análise de fatos reais de maneira contextualizada em determinado espaço e período de tempo, considerando as perspectivas, atividades, expressões e visões de mundo daqueles envolvidos no processo da pesquisa social (FLICK, 2009).

De acordo com Malhotra (2010), a pesquisa qualitativa tem como base uma amostra pequena e a análise dos dados não utiliza procedimentos estatísticos. Segundo Minayo (1994), a pesquisa qualitativa busca a análise de uma realidade específica que não pode ser quantificada e requer a integração do conjunto de significados para explicação de fenômenos, processos e relações em estudo.

A pesquisa exploratória aproxima e familiariza o pesquisador com o conjunto da pesquisa, proporcionando uma visão geral sobre o tema escolhido e maior vínculo com o problema (GIL, 1987; 2002), permitindo uma compreensão mais aprofundada sobre o tema. Segundo Malhotra (2010), a pesquisa exploratória é em suma um processo de descoberta que depende da curiosidade e percepção do pesquisador.

3.2 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

Para a coleta de dados foram realizadas entrevistas que, segundo Marconi e Lakatos (2003), constituem um método que permite o conhecimento sobre fatos, opiniões, experiências, narrativas de situações, entre outros. Foram realizadas seis entrevistas semiestruturadas entre os meses de setembro e outubro de 2021, através da plataforma virtual *Google Meet*, tendo uma

duração de aproximadamente 30 minutos cada e também através de mensagens de áudio via *Whatsapp*, sendo apenas a entrevista com a E4 por este meio.

A amostra foi constituída por seis pessoas graduadas ou em graduação de distintas áreas, que tiveram a vivência de, pelo menos, um intercâmbio com período mínimo de seis meses entre os anos de 2015 e 2021, e que já haviam retornado ao Brasil há pelo menos três meses. Os entrevistados foram contatados por meio de indicação de alunos e conhecidos que já haviam tido uma experiência internacional, sendo identificadas sete pessoas enquadradas nos critérios pré-estabelecidos. Desses sete potenciais entrevistados, apenas um recusou o contato. Portanto, a coleta de dados foi realizada com seis entrevistados.

Para a coleta de dados, foi utilizado um roteiro semiestruturado de onze questões (Apêndice A). As falas dos entrevistados foram gravadas e transcritas para posterior análise de conteúdo.

3.3 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS

A etapa de análise de dados tem a finalidade de elaboração da compreensão sobre os dados coletados em relação aos objetivos pré-determinados (MINAYO, 1994). Nesse sentido, a análise de conteúdo (BARDIN, 1977) pode proporcionar a compreensão, no caso desta pesquisa a partir da fala dos entrevistados, ou seja, buscar entender sobre os significados, motivações e valores explícitos ou não no discurso das pessoas envolvidas na pesquisa. Segundo Bardin (1977), o processo de análise de dados através da análise de conteúdo apresenta pressupostos de sistematização e objetividade, ao mesmo tempo em que considera a subjetividade na interpretação juntamente do referencial teórico.

Existem quatro etapas básicas para o desenvolvimento da análise de conteúdo: a pré-análise que consiste na leitura flutuante do material coletado e definição da estrutura de análise; Exploração do material, onde é realizada a codificação do conjunto de análise seguida da elaboração das unidades de registro e categorias (iniciais, primárias e finais); e por fim a etapa de tratamento dos resultados, onde o pesquisador realiza inferência sobre o conteúdo das categorias, e elabora a interpretação a partir do aporte teórico (BARDIN, 1977).

Após a realização e transcrição das entrevistas, as mesmas foram analisadas a partir do seu conteúdo e categorizadas com base nos objetivos propostos e em conceitos apresentados por autores citados neste trabalho.

4 RESULTADOS

Neste capítulo são apresentados e analisados os resultados das entrevistas realizadas, destacando as motivações para a realização do intercâmbio, as percepções dos intercambistas sobre a experiência no exterior e a sua opinião sobre o choque reverso, no que se refere às dificuldades encontradas e às estratégias de readaptação.

4.1 PERFIS DOS ENTREVISTADOS

Para elaboração dos perfis dos participantes da pesquisa foram considerados aspectos de idade, sexo, área de formação, tipo de intercâmbio (incluindo local, período e duração da experiência) e vivências no exterior prévias ao intercâmbio. No quadro abaixo (Quadro 1) são apresentados os perfis das pessoas entrevistadas.

Quadro 1 – Características dos (as) participantes da pesquisa

(continua)

Entrevistado	E1	E2	E3	E4	E5	E6
Idade	31	25	21	28	26	26
Sexo	Feminino	Feminino	Masculino	Feminino	Feminino	Feminino
Formação	Sim. Comércio internacional	Sim. Engenharia mecânica	Graduando. Controle de automação	Sim. Comércio internacional	Sim. Marketing	Sim. Medicina
Local	Inglaterra-Londres	EUA-Califórnia	Alemanha	Grécia- Anavyssos	EUA –Carolina do Sul e Califórnia	EUA -Los Angeles e Portugal-Coimbra
Duração	7 meses	2 anos	11 meses	1 ano	3 anos	1 ano e 6 meses EUA – 9 meses em Portugal
Período	12/2018-07/2019	08/2017 a 09/2020	09/2016 a 08/2017	2015 a 2016	07//2018 a 09/2021	EUA-Após terminar o ensino médio. Portugal- 2017-2018
Tipo de intercâmbio	Estudo/trabalho	Aupair. Estudo/trabalho	Estudo do idioma	Turismo/estudo do idioma inglês	Aupair-estudo/trabalho	Estudo/Graduação

(conclusão)

Entrevistado	E1	E2	E3	E4	E5	E6
Experiência internacional prévia	Sim. Mochilão de 40 dias pela Europa	Não	Não	Não	Sim. Viagens curtas nos países de fronteira brasileira	Sim. Viagens curtas de passeio e férias. Intercambio de estudo em Los Angeles.

Fonte: Elaborado pela autora.

Observa-se no Quadro 1 que, dos seis alunos entrevistados, três são da área das ciências sociais, dois da área das exatas e um da área da saúde. A faixa etária dos entrevistados é de 21 a 31 anos. Cinco dos entrevistados já concluíram sua graduação, apenas o E3 ainda cursa sua graduação. No que tange ao tempo do intercâmbio, E1 ficou 7 meses, E5 ficou 9 meses no seu último intercâmbio (mas já havia ficado um 1 ano e 6 meses durante o intercâmbio anterior), E3 ficou 11 meses, E4 ficou 1 ano fora, E5 ficou 3 anos e E2 ficou por 2 anos morando fora. Os entrevistados realizaram o intercâmbio entre os anos de 2015 e 2021. Os países de destino dos entrevistados foram: Estados Unidos, Portugal, Inglaterra e Alemanha. Cada destino citado recebeu um entrevistado, com exceção dos Estados Unidos, que foi destino de três dos seis entrevistados.

Referente ao tipo de intercâmbio, três dos entrevistados optaram pela modalidade de intercâmbio de estudo/ trabalho, dois optaram pela modalidade de estudo de idioma e um escolheu a modalidade de estudo de graduação. Adicionalmente, constata-se que três dos seis entrevistados tiveram uma experiência internacional antes de partir para o intercâmbio, a maioria dessas com a finalidade de passeios curtos e turismo. Em especial, um dos entrevistados (E6) afirma ter realizado, após o ensino médio, um intercâmbio de estudo. Por fim, E1 afirma ter realizado um “mochilão” pela Europa antes de partir para sua experiência de intercâmbio.

4.2 ANÁLISE DAS ENTREVISTAS

Em relação à experiência internacional prévia ao intercâmbio, apenas três dos entrevistados tiveram essa vivência. A entrevistada E1 relatou que, aos 25 anos, realizou sozinha uma viagem no estilo “mochilão”, visitando diversos países da Europa em um período de 40 dias, com estadia média de três a quatro dias em cada país, buscando conhecer as pessoas, a cultura e gastronomia local. A entrevistada relatou que a experiência foi desafiadora,

considerado que realizou a viagem sozinha, enfrentando algumas situações difíceis, mas que foi uma experiência muito boa. A E6, por sua vez, relatou que já teve algumas experiências internacionais, como viagens curtas de férias com a família, viagens de aproximadamente 1 mês para turismo e, após o término do ensino médio, realizou um intercâmbio em Los Angeles por 1 ano e meio. Para ela, de modo geral, foram experiências boas. A entrevistada E5 relatou que as únicas experiências internacionais anteriores ao intercâmbio foram viagens curtas, a passeio, em países fronteiriços ao Rio Grande do Sul, mas que nunca tivera uma experiência de viagem sozinha. Os entrevistados E2, E3 e E4 relataram que nunca tiveram uma experiência de viagem internacional antes da realização do intercâmbio.

Quadro 2 – Experiência prévia ao intercâmbio.

Entrevistado	E1	E2	E3	E4	E5	E6
Experiência internacional prévia	Sim	Não	Não	Não	Sim	Sim
Tipo	Turismo - “mochilão”	-	-	-	Turismo-passeios	Turismo – viagens recorrentes de férias
Tempo - lugar	40 dias – diversos países da Europa	-	-	-	Finais de semana - países fronteiriços ao RS	1 mês- EUA

Fonte: Elaborado pela autora.

As razões pelas quais os seis entrevistados decidiram realizar o intercâmbio foram para aprender e aprimorar o idioma e também para conhecimento de novas culturas. A entrevistada E4 relatou que, além desses motivos, uma das razões foi para ter uma vivência internacional e a E2 relatou que um dos motivos foi pela experiência de vida que o intercâmbio geraria. A E6 relatou que, além da motivação de aprimorar o idioma inglês, buscou cursar um semestre da sua graduação em medicina na universidade de Coimbra, para complementação curricular da graduação.

Quadro 3 – Motivação para realizar ao intercâmbio.

Entrevistado	E1	E2	E3	E4	E5	E6
Aprender o idioma do país e aprimorar o inglês	x	x	x	x	x	x
Conhecer novas culturas	x	x	x	x	x	x
Vivência internacional				x		
Complementar a graduação						x
Experiência que o intercâmbio gera		x				

Fonte: Elaborado pela autora.

Nota-se que, para E1, E2 e E5, o tipo de intercâmbio realizado foi de estudo e trabalho. E1 ficou por 7 meses em Londres, E2 morou por 2 anos na Califórnia (trabalhando como *aupair*), e E5 morou por 1 ano e meio na Carolina do Sul e 1 ano e meio na Califórnia (em ambos lugares trabalhando como *aupair*). Para E3 o tipo de intercâmbio foi de estudo do idioma alemão, com tempo de duração de 11 meses. Para E4 o intercâmbio foi de turismo/ estudo do idioma inglês, com duração de 1 ano. Para a E6 o intercâmbio foi de graduação, com período de 9 meses, mas já havia vivenciado um intercâmbio em Los Angeles por 1 ano e meio.

Quadro 4 – Síntese da experiência de intercâmbio.

Entrevistado	E1	E2	E3	E4	E5	E6
País	Inglaterra	EUA	Alemanha	Grécia	EUA	Portugal
Tempo de duração	7 meses	2 anos	11 meses	1 ano	3 anos	9 meses
Período	12/2018 - 07/2019	08/2017 - 09/2020	09/2016 - 08/2017	05/2015 - 05/2016	07/2018- 09/2021	07/2017 - 04/2018
Intercâmbio de estudo de idioma			x			
Intercâmbio de turismo/estudo de idioma				x		
Intercâmbio de graduação						x
Intercâmbio de estudo/trabalho	x	x			x	

Fonte: Elaborado pela autora.

Sobre os benefícios que o intercâmbio trouxe para os entrevistados, ressaltam-se as repostas unânimes de fluência no idioma, a possibilidade de conhecer diversos lugares e adquirir conhecimento cultural. E2, E4, E5 e E6 relataram o autoconhecimento, evolução e crescimento pessoal como benefícios comuns e o E3 citou os novos hábitos e “abertura de mente” como um benefício percebido. E4 e E5 relataram também o poder de compra e oportunidade de terem adquirido alguns bens materiais enquanto estavam no exterior. E3 e E5 mencionaram que a compreensão e aceitação das diferenças alheias ficou mais fácil. E1, E2, E3 e E5 relataram a amizade feita com diversas pessoas internacionais que ainda continuam estabelecidas.

Quadro 5 - Percepções quanto aos benefícios obtidos

(continua)

Entrevistado	E1	E2	E3	E4	E5	E6
Fluência no idioma	x	x	x	x	x	x
Conhecimento cultural/ lugares	x	x	x	x	x	x

(conclusão)

Entrevistado	E1	E2	E3	E4	E5	E6
Evolução/ autoconhecimento/crescimento pessoal		x		x	x	x
Amizades/ networking	x	x	x		x	
Adquirir bens materiais				x	x	
Abertura da mente/ mudança de pensamento			x			

Fonte: Elaborado pela autora.

Referente às dificuldades encontradas no retorno ao Brasil, os seis entrevistados mencionam que já esperavam que as teriam, porém relatam que essas dificuldades encontradas os afetaram de uma forma mais impactante do que eles estavam esperando. Para E2 uma das dificuldades foi o fato de estar desempregada e ter que voltar a morar com os pais, para E5 e E6 o fato de voltar a morar com os pais também foi uma das dificuldades enfrentadas. E1 relatou que teve dificuldade em administrar o tempo para reconstruir as relações com as pessoas brasileiras e aproveitar esse tempo de maneira otimizada foi difícil. E3 e E6 relataram dificuldades em relação ao sentimento de saudade do exterior, sentindo falta dos amigos e do padrão de vida que tinham no exterior. E6 relatou que

[...] ao retornar já esperava sentir saudade e falta dos momentos que vivenciou no exterior, como a possibilidade de sempre estar viajando e conhecendo novos lugares e que aqui no Brasil é mais dificultoso, como por exemplo, fazer pequenas viagens para conhecer outros Estados e cidades, tendo um impacto e peso muito maior do que tinha imaginado (Entrevistado E6).

O E3 e E4 relataram dificuldades quanto a cultura brasileira, ambos mencionam o fato de estarem acostumados a pensar e agir conforme a cultura do exterior, estranhando assim os hábitos culturais do Brasil. E3 relatou dificuldades com hábitos e costumes brasileiros, “se readaptar vendo com a perspectiva brasileira”. E4 relatou “quando você acostuma com uma cultura, você entra no ritmo do lugar onde você está. É bem difícil voltar e encarar a realidade brasileira, porque as coisas funcionam de uma maneira muito diferente”.

E2, E5 e E6 relataram que tiveram dificuldades com os relacionamentos com as pessoas que eram mais próximas, como pais e amigos, devido à mudança pessoal que tiveram. E5 relatou que “não consegue manter a mesma ligação, conexão que tinha antes com as pessoas”. E5 relatou também que ao retornar se sentiu julgada e pressionada pela sociedade, “o fato de ter retornado era associado que tivesse fracassado lá no exterior”.

Os entrevistados E1, E2, E3, E5 e E6 relataram dificuldades quanto à infraestrutura brasileira, mencionaram como um dos fatores causadores para as demais dificuldades. E1, E4 e E6 relataram dificuldades quanto à segurança. Segundo a E4, “a segurança é um fator determinante que impacta muito”. E6 relatou “que a segurança no Brasil gera medo, estava

acostumada a sair e voltar tarde e sozinha lá em Portugal e aqui no Brasil fazer isso não é seguro”. Mencionaram o fato de o Brasil continuar igual, “sem evolução”. E3 mencionou “a questão cultural e de infraestrutura do Brasil gera o desconforto para a própria readaptação”. O entrevistado E1 citou “a falta de incentivo e investimentos para o brasileiro ter uma qualidade de vida”. E5 mencionou “aspectos como a economia, governo e possibilidade de acesso às coisas, tudo é muito difícil, muito sofrido”. E5 e E1 relataram que o brasileiro trabalha muito e não tem o retorno equivalente. E2 e E5 relataram que a desigualdade social é muito grande no Brasil e muito perceptível, E2 citou “que já no aeroporto pessoas querendo ajudar com as malas para conseguir dinheiro”.

Todos os entrevistados já esperavam encontrar dificuldades na readaptação. E todas essas dificuldades corresponderam com o que já esperavam enfrentar, porém as sentiram de forma mais impactante do que imaginavam (E1, E2, E3, E5, E6). E4 relatou que “a medida que vivenciamos coisas lá fora, vai comparando com as coisas que vive no Brasil, então esse impacto já é esperado desde antes do retorno”.

Quadro 6 - Percepções quanto às dificuldades e seus aspectos causadores.

Entrevistado	E1	E2	E3	E4	E5	E6
Esperava encontrar dificuldades no retorno	x	x	x	x	x	x
Dificuldade em morar com os pais		x			x	x
Dificuldade por estar desempregado (a)		x				
Dificuldade em administrar os sentimentos de saudade do exterior			x			x
Estranhamento a cultura brasileira			x	x		
Dificuldade em reestabelecer os relacionamentos		x			x	x
Infraestrutura brasileira	x	x	x		x	x
Poder de compra				x		x
Segurança	x			x		x
Dificuldade em reestabelecer rotina e administrar o tempo	x					
Dificuldades corresponderam as dificuldades esperadas	x	x	x	x	x	x

Fonte: elaborado pela autora.

Todos os entrevistados relataram que, de modo geral, lidaram bem com a readaptação. E3 relatou que “lidou naturalmente bem com a readaptação”, mas que entrou em estado de negação ao ter voltado, cortando relações com as pessoas do exterior nos primeiros períodos após o retorno. E4 relatou que se manteve tranquila, sempre estando ciente de que tudo na vida

tem o lado bom e ruim. E1 relatou que sofreu de ansiedade, mas acredita que tudo acontece por uma razão e que há um tempo certo para todas as coisas acontecerem e, considerando isso, sempre procurou visualizar cada situação sob a ótica de aprendizado. E2 relatou que, apesar de ter sofrido com a ansiedade, não pensou em retornar ao exterior para amenizar. E6 relatou que logo que retornou passou por um período depressivo. E5 relatou que o primeiro mês foi mais difícil, sentia frustração e negação. Tinha vontade de retornar para o exterior não querendo lidar com o processo de readaptação e desejando a volta como uma fuga. E5 relatou quando sai do país o sentimento é de expansão mental, e quando retorna precisa encolher para encaixar no seu antigo lugar.

E1, E3, E5 e E6 relataram que utilizaram terapia como estratégia para a readaptação. E1 relatou que a terapia ajuda a manter o foco no presente. E2, E3, E5 e E6 relatam que focar, criar e reestabelecer uma rotina e cultivar novos hábitos auxiliam nesse processo. E3 afirmou que “manter o foco em atividades no Brasil ajuda a não ficar divagando no que aconteceu”. E2 e E5 recorreram as amizades que tinham com pessoas que já haviam vivenciado esse processo, passado pela situação de readaptação. Manter o contato com essas pessoas foi uma estratégia que utilizaram. E2 não recorreu a terapia nem a ajuda psiquiátrica. Diferentemente, E3 cortou relação com o exterior no primeiro momento, mas aos poucos foi retomando o contato com as pessoas do exterior. E1 relatou que

A principal estratégia foi buscar estar ciente que passará por dificuldades e que essas dificuldades possibilitarão experiência e aprendizado, entender que, com o passar do tempo, as coisas irão se ajeitar da melhor maneira, se adaptar de forma madura, consciente de que as coisas devem acontecer no seu tempo e exercer a paciência (Entrevistada E1).

E4 relatou que a estratégia que utilizou foi pensar que tudo tem o lado bom e ruim, e que assim como lá haviam coisas que gostava mais que aqui no Brasil, aqui também haviam coisas que preferia. Assim, E4 buscou manter o foco nisso, nas coisas boas que gosta como a cultura mais aberta, e a forma como os brasileiros se relacionam.

Em relação ao processo de autoconhecimento, E5 relatou que

Autoconhecimento é importante para conseguir enfrentar as dificuldades, lembrar que sempre, independente do lugar, a vida apresentará dificuldades, mas que é um ciclo. Respeitar, acolher e aceitar o processo de readaptação, evitando o estado de negação torna o processo mais fácil (Entrevistada E5).

Referente as estratégias de readaptação para diminuir os impactos do retorno, E6 afirmou que

Manter os hábitos adquiridos no exterior, afim de amenizar o impacto da mudança, organizar uma rotina semelhante a que já tinha no exterior, mas adequando a rotina no Brasil. O apoio dos familiares, amigos e principalmente dos pais de entender que o intercambista mudou como pessoa, ficando mais independente, acolhendo e respeitando essa mudança é fundamental (Entrevistado E6).

Quadro 7- Percepções quanto a readaptação

Fatores	E1	E2	E3	E4	E5	E6
Lidou bem com a readaptação	x	x	x	x	x	x
Sofreu com ansiedade	x	x				
Sofreu de depressão						x
Estado de negação			x		x	
Desejo de retornar					x	
Frustração					x	
Consciência de que em tudo tem ônus e bônus	x		x	x	x	
Teve apoio terapêutico como estratégia	x		x		x	x
Criou novos hábitos e reestabeleceu nova rotina como estratégia		x	x		x	x
Contou com apoio de intercambistas que já vivenciaram o choque reverso		x			x	

Fonte: Elaborado pela autora.

Ainda sobre a readaptação, todos os entrevistados (E1, E2, E3, E4, E5 e E6) relataram que não receberam suporte ou orientação quanto ao choque cultural de retorno. Segundo E2, E3 e E5, as agências não oferecem nenhum suporte além de garantir a passagem aérea para a volta. Apesar de todas as dificuldades na readaptação todos os intercambistas recomendam a vivência de intercâmbio.

4.3 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A partir da análise dos dados descritos na seção anterior, foram encontradas quatro categorias principais a partir dos relatos dos entrevistados. São elas: i) motivações para realização do intercâmbio; ii) percepções sobre a experiência no exterior; iii) percepções sobre o choque reverso; iv) e estratégias de enfrentamento do choque reverso.

Sobre as motivações para a realização do intercâmbio, percebe-se o padrão referente ao intercâmbio de estudos e trabalho. Nota-se que as motivações se dão principalmente para adquirir e aprimorar o idioma. Inerente a isso, percebe-se a gama de novos conhecimentos que o intercâmbio proporciona, a busca pelo conhecimento, seja por meio do aprimoramento do idioma ou para aprender novos aspectos culturais.

Em relação as percepções sobre a experiência no exterior, verifica-se os benefícios que o intercâmbio gera como a experiência, o enriquecimento cultural e crescimento pessoal.

A vivência e experiência que o intercâmbio proporciona, principalmente pela possibilidade de conhecer diversos lugares e culturas e ter o contato com pessoas de nacionalidades diferentes, contribuem para o desenvolvimento de habilidades interculturais e inteligência cultural. Conforme afirma Tamião (2010), em todos os aspectos a experiência de viver em um contexto com costumes e valores diferentes do habitual gera aprendizado e possibilita algumas mudanças no indivíduo. Através dessa interação é possível ter uma abertura

de mente, desenvolvendo novos hábitos culturais e mudança nos aspectos intrapessoais, por meio do auto conhecimento e crescimento pessoal. De encontro com o que afirma Tamião (2010), a escolha de emigrar por meio do intercâmbio proporciona enriquecimento pessoal, pois os intercâmbios culturais geram mudanças no sentido de desenvolvimento e crescimento humano, além de contribuir para uma educação de valores.

Referente as percepções sobre o choque cultural reverso, os entrevistados apontaram que estavam cientes das dificuldades que enfrentariam no retorno em relação ao choque reverso, e ainda assim o impacto sentido foi maior do que o esperado. Esse resultado confronta a afirmação de Périco e Gonçalves (2018) de que o conhecimento de que o intercambista passará pelos processos de adaptação e de readaptação durante a sua jornada de ida e volta diminui o impacto do choque cultural reverso.

O padrão e qualidade de vida obtido no exterior são fatores que podem dificultar a habilidade de readaptação no Brasil, visto que a vida é mais difícil e desvalorizada em relação a vida no exterior. A compra de bens materiais que no Brasil são inacessíveis, por serem caros ou por não ter a disponibilidade de oferta, corrobora com a afirmação de Périco e Gonçalves (2018), de que a cultura do país de destino tem influência na readaptação ao Brasil. Como relatado que o padrão e qualidade de vida e a não “distinção grosseira” de classes sociais vivenciadas no exterior, faz com que no retorno os intercambistas se sintam deslocados e desconexos com a cultura brasileira, o que pode afetar seus relacionamentos.

Em relação ao desejo de retornar ao exterior como uma fuga do enfrentamento das dificuldades no país de origem, Périco e Gonçalves (2018) afirmam que sentimentos de nostalgia e o desejo de nunca ter retornado do intercâmbio são exemplos de dificuldades do choque reverso. Nesse sentido, o estado de negação e frustração sentidas pelos intercambistas ao retornar, podem gerar sofrimentos e problemas psicológicos como ansiedade e depressão.

Os relatos de perda de conexão e dificuldades nos relacionamentos com os brasileiros devido a mudança de mente e mudança de visão de mundo reforçam a afirmação de que o intercâmbio proporciona aos intercambistas uma visão de mundo diferente de seus compatriotas (PÉRICO; GONÇALVES, 2018). Essa mudança de mente e visão de mundo pode ser negativa se relacionada com a dificuldade em reestabeler conexões com os brasileiros.

A mudança de visão de mundo e mudança de mente é positiva em relação a evolução pessoal que o intercambista tem, como a melhor aceitação e compreensão das diferenças alheias, corroborando com a afirmação de Nunes, Felix e Prates (2017), de que as relações interpessoais do expatriado desenvolvidas com os moradores locais do país estrangeiro podem influenciar no grau de adaptação, potencializando a capacidade do expatriado lidar satisfatoriamente com as

diferenças da cultura.

Em relação as estratégias facilitadoras para amenizar o impacto da readaptação, tem se a terapia, apoio familiar, o estabelecimento de uma nova rotina e o auto conhecimento como as estratégias principais para o enfrentamento do choque reverso.

O acompanhamento terapêutico, de acordo com os relatos, auxilia os intercambistas a focar no presente e administrar melhor os sentimentos como frustração, ansiedade e depressão. Isso reforçando a afirmação de Périgo e Gonçalves (2018), de que o acompanhamento pode diminuir os impactos e implicações do choque cultural reverso, resultando em uma readaptação natural e sem maiores problemas. Conforme relatado pelos intercambistas, criar novos hábitos e uma nova rotina, bem como reestabelecer hábitos parecidos com o que tinha no exterior, ameniza o impacto do choque reverso.

Outra estratégia é buscar estar ciente de que enfrentará dificuldades e que as dificuldades propiciarão aprendizado. Nesse sentido, o intercambista deve estar ciente de que tudo na vida tem o ônus e bônus, e focar nas coisas boas que o Brasil tem, tais como a cultura mais aberta e a forma como os brasileiros se relacionam. Essa estratégia pode facilitar a readaptação, e vai ao encontro da afirmação de Freitas (2006), que para ter sucesso no ajustamento a sua cultura original, é fundamental que sejam realizados trabalhos mentais para que o repatriado possa assumir novamente o que lhe pertencia e se integrar com as diferenças da sua cultura.

O autoconhecimento foi um fator destacado como importante para conseguir enfrentar as dificuldades. Manter em mente que, independentemente do lugar, na vida sempre existirão dificuldades, ter maturidade e passar por este processo acolhendo e respeitando os sentimentos que fazem parte desse processo de readaptação o tornam mais fácil.

Ter apoio dos familiares, amigos e, principalmente, dos pais é fundamental, pois o intercambista mudou como pessoa, e ser respeitado e compreendido nesse processo proporciona o sentimento de maior acolhimento. Não receber apoio, suporte e assessoria por meio das agências de intercâmbio, ou por meio de programas parceiros, deixa evidente que não há um processo de acolhimento adequado. Conforme Périgo e Gonçalves (2018) afirmam, a falta de apoio institucional, como, por exemplo, o acompanhamento psicológico nos primeiros meses após o retorno, gera sentimentos de abandono e indiferença aos intercambistas.

5 CONCLUSÕES

O presente trabalho teve como objetivo analisar o processo de readaptação de intercambistas após retornarem ao Brasil. Para que isso fosse possível, foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos: i) identificar as dificuldades que os intercambistas enfrentam no processo de readaptação; ii) analisar como os intercambistas lidam com a readaptação; iii) identificar como os aspectos culturais vivenciados no exterior podem impactar na readaptação ao Brasil; e iv) identificar estratégias facilitadoras a serem adotadas para uma melhor readaptação dos intercambistas ao retornarem ao Brasil. O trabalho foi bem sucedido, validando as suposições dos autores sobre as dificuldades enfrentadas na readaptação, o modo como os intercambistas lidam com a readaptação e os aspectos culturais vivenciados no exterior, bem como as estratégias adotadas para uma melhor readaptação,

No entanto, observou-se que as agências, organizações e instituições que oferecem programas de intercâmbio devem dispor maior orientação, estruturação e programas de apoio aos regressos do exterior, proporcionando maior acolhimento. Nota-se, também, que meios terapêuticos e contato com pessoas que já experienciaram o choque reverso são fundamentais para a facilitação do enfrentamento das dificuldades de readaptação. Percebe-se, ainda, que mesmo os intercambistas já estando cientes de que enfrentariam o choque cultural reverso e que teriam dificuldades de retorno, e mesmo que as dificuldades enfrentadas tenham correspondido às expectativas, isso não amenizou o impacto do choque reverso sentido.

5.1 IMPLICAÇÕES GERENCIAIS

Este trabalho pode ser útil para a UCS e, principalmente, para o programa de mobilidade acadêmica internacional (PMAI) entender os benefícios que o intercâmbio traz, mas, principalmente, para oferecer maior acolhimento e suporte aos intercambistas que retornaram do intercâmbio. As motivações para a realização do intercâmbio, as percepções sobre a experiência no exterior e sobre o choque cultural reverso, e as estratégias de enfrentamento ao choque reverso apontados pelos entrevistados, são pontos que podem ser analisados para implementar melhorias nos serviços oferecidos pelo PMAI. Pode-se considerar, inclusive, a oportunidade de se oferecer um serviço de apoio ao retorno de intercambistas, envolvendo intercambistas que já passaram pelo choque reverso, grupos terapêuticos e psicólogos.

Os relatos dos entrevistados sobre o acompanhamento e suporte que tiveram no retorno,

podem ser utilizados pelo programa para criar e oferecer um atendimento eficaz com enfoque no retorno, por meio de diretrizes e ações que aproximem o intercambista da realidade atual do país, bem como ações que demonstrem acolhimento para intercambistas regressos. O programa também poderia organizar encontros preparatórios e eventos de integração entre intercambistas que já passaram pelo processo do choque reverso com intercambistas que estão prestes a retornar, visto que os entrevistados relatam que esse contato com alguém que já experienciou esse processo facilita a readaptação.

5.2 LIMITAÇÕES DO ESTUDO E SUGESTÕES PARA PESQUISAS FUTURAS

Apesar de o presente trabalho ter sido bem sucedido em concretizar os objetivos propostos, devem ser consideradas algumas limitações. A abordagem qualitativa utilizada gera subjetividade, visto que é difícil fazer um levantamento que permita a generalização, devido à experiência de readaptação ser única e subjetiva. De qualquer modo, uma pesquisa quantitativa poderia contribuir para quantificar e mensurar as variáveis/ categorias identificadas neste estudo.

Outra limitação foi a amostra ter sido constituída por apenas uma pessoa do gênero masculino. Nesse sentido, sugere-se a realização de uma pesquisa com quantidade igualitária de gênero dos intercambistas e a comparação dos resultados. Também referente à amostra, não houve um único padrão referente ao tempo de duração do intercâmbio e aos países de destino, impossibilitando a verificação de que o destino e tempo de duração podem gerar maior impacto. Isso também pode ser estudado em pesquisas futuras.

Sugere-se também que os responsáveis pelos programas de mobilidade acadêmica e as agências de intercâmbio verifiquem a satisfação dos intercambistas regressos quanto ao atendimento e suporte que tiveram durante o período de intercâmbio, bem como o apoio e a orientação sobre o choque cultural reverso. Esse tipo de pesquisa pode proporcionar dados relevantes para o estabelecimento de estratégias de redução do impacto do choque cultural reverso e para o aprimoramento do processo de intercâmbio como um todo.

REFERÊNCIAS

- ADLER, P. S. The transitional experience: An alternative view of culture shock. **Journal of Humanistic Psychology**, v. 15, n. 4, p. 13–23, 1975. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/002216787501500403> Acesso em: 6 jul 2021.
- ADLER N. J. Re-Entry: Managing Cross-Cultural Transitions. **Group & Organization Management**, v. 6, n. 3, p.341-356, 1981. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/105960118100600310> Acesso em: 6 jul. 2021.
- ANG, S.; ROCKSTUHL, T.; TAN M. L. Cultural Intelligence and Competencies. **International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences**, v. 5, p. 433-439, 2015. Disponível em: http://soonang.com/wp-content/uploads/2017/04/2015-Ang-et-al-IIEncyclopedia-of-he-Social-and-Behavioral-Sciences_CI-and-Competencies.pdf. Acesso em: 14 abr. 2021.
- AUSTIN, C. N.; JONES, B. V. Reentry among Missionary Children: An Overview of Reentry Research from 1934–1986. **Journal of Psychology and Theology**, v. 15, n. 4, p. 309-318, 1987. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/009164718701500407>. Acesso em: 6 jul. 2021.
- BARDIN, Laurence. **Análise de Conteúdo**. Lisboa: EDIÇÕES 70, LDA. 1977.
- BRABANT, S. PALMER, E. C.; GRAMLING, R. Returning home: an empirical investigation of cross-cultural reentry. **International Journal of Intercultural Relations**, v. 14, n. 4, p. 387-404, 1990. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(90\)90027-T](https://doi.org/10.1016/0147-1767(90)90027-T). Acesso em: 17 abr. 2021.
- CHANG, W.; YUAN, Y.; CHUANG, Y. The relationship between international experience and cross-cultural adaptability. **International Journal of Intercultural**, v. 37, n. 2, p. 268-273, mar. 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2012.08.002>. Acesso em: 2021.
- CHURCH, A. T. Sojourner adjustment. **Psychological Bulletin**, v. 91, n. 3, p. 540–572, 1982. Disponível em: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.91.3.540>. Acesso em: 6 jul. 2021
- DALMOLIN, I. S.; PEREIRA, E. R.; SILVA, R. M. C. R. A.; GOUVEIA, M. J. B.; SARDINHEIRO, J. J. Intercâmbio acadêmico cultural internacional: uma experiência de crescimento pessoal e científico. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 66, n. 3 p. 442-447, maio/jun. 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-71672013000300021>. Acesso em: 10 maio 2021.
- FLICK, Uwe. **Introdução à pesquisa qualitativa**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- FREITAS, M. E. de. Expatriação de executivos. **GV Executivo**, v. 5, n. 4, p. 48-52, set./out. 2006. Disponível em: <http://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/gvexecutivo/article/view/34225/33018>. Acesso em: 16 jun. 2021.
- GAMA, E. M. P; PERDERSEN, P. Readjustment problems of Brazilian returnees from graduate studies in the United States. **International Journal of Intercultural Relations**, v. 1,

n.4, p. 46-59, 1977. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(77\)90031-1](https://doi.org/10.1016/0147-1767(77)90031-1) Acesso em: 6 jul. 2021.

GAW K. F. Reverse culture shock in students returning form overseas. **International Journal of Intercultural Relations**, v. 24, n. 1, p.83-104, jan. 2000. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0147-1767\(99\)00024-3](https://doi.org/10.1016/S0147-1767(99)00024-3). Acesso em: 18 abr. 2021.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 1987.

GULLAHORN, J. T.; GULLAHORN, J. E. An extension of the U-curve hypothesis. **Journal of Social Issues**. v. 19, n. 3, p. 33–47, 1963. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1963.tb00447.x> Acesso em: 6 jul. 2021.

HAWES, F.; KEALY, D. J. An empirical study of Canadian technical assistance: Adaptation and effectiveness on overseas assignment. **International Journal of Intercultural Relations**, v. 5, n. 3, p. 239-258, 1981. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(81\)90028-6](https://doi.org/10.1016/0147-1767(81)90028-6) Acesso em: 6 jul. 2021.

HOFSTEDE, G. H.; HOFSTEDE, G. J.; MINKOV, M. **Cultures and organizations: software of the mind**. 3. ed. United States of America: Mc Graw Hill, 2010.

HOFSTEDE, G. J.; PEDERSEN, P. B.; HOFSTEDE, G. H. **Exploring culture: exercises, stories, and synthetic cultures**. Londres: Nicholas Brealey Publishing, 2002. 234 p. ISBN 1-877864-90-0

HOWARD, C. G. The expatriate manager and the role of the MNC. **Personnel Journal**. v. 59, n. 10, p. 838–844, 1980. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/1980-33542-001> Acesso em: 6 jul. 2021.

LIMA, M. B.; BRAGA, B. M. Práticas de recursos humanos do processo de repatriação de executivos brasileiros. **Revista de Administração Contemporânea**. Curitiba, v. 14, n. 6, art. 3, p. 1031-1053, nov./dez. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-65552010000700004>. Acesso em: 18 abr. 2021.

LYSGAARD, S. Adjustment in a foreign society: Norwegian Fullbright Ggantees visiting the United States. **International Social Science Bulletin**. v. 7, p. 45-51, 1955. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000033411>. Acesso em: 6 jul. 2021

MALHOTRA, Naresh. **Pesquisa de marketing: foco na decisão**. 3. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2010.

MARCONI, M de A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

MARTIN, J. N. The intercultural reentry: Conceptualization and directions for future research. **International Journal of Intercultural Relations**. v. 8, n. 2, p. 115-134, 1984. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(84\)90035-X](https://doi.org/10.1016/0147-1767(84)90035-X). Acesso em: 6 jul. 2021.

MARTIN, J. N. Communication in the intercultural re-entry: student sojourners' perceptions of change in reentry relationship. **International Journal of Intercultural Relations**, v. 10, n. 1, p.1–22, 1986. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(86\)90031-3](https://doi.org/10.1016/0147-1767(86)90031-3). Acesso em: 6 jul. 2021.

MARTINS JUNIOR, Arlindo Maciel. **A formação em competência intercultural do estudante de Comércio Internacional**. 72 f. 2019. Monografia. (Bacharelado em Comércio Internacional) - Universidade de Caxias do Sul. Caxias do Sul, 2019.

MARX, E. **Breaking Through Culture Shock: What you need to succeed in international business**. 1. ed. Londres: Nicholas Brealey Publishing, 1999.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (Org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 1994.

MINERVINI, Nicola. **O exportador: Construindo o seu projeto de internacionalização**. 7. ed. São Paulo: Actual, 2019.

NAILEVNA, T. A. Acculturation and Psychological Adjustment of Foreign Students (the Experience of Elabuga Institute of Kazan Federal University). **Procedia - Social and Behavioral Sciences**, v. 237, p. 1173-1178, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2017.02.175>. Acesso em: 18 abr. 2021.

NUNES, I. M.; FELIX, B.; PRATES, L. A. Cultural intelligence, cross-cultural adaptation and expatriate performance: a study with expatriates living in Brazil. **Revista de Administração**, v. 52, n. 3, p. 219-232, jul./set. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.rausp.2017.05.010>. Acesso em: 17 abr. 2021.

OBERG, K. Cultural Shock: Adjustment to New Cultural Environments. **Practical Anthropology**, v. 7, n. 4, p. 177-182, jul. 1960. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/009182966000700405>. Acesso em: 6 jul. 2021.

PEDERSEN, P. **The five stages of culture shock: critical incidents around the world**. Westport: Greenwood Pres, 1995.

PÉRICO, F. G.; GONÇALVES, R. B. Intercâmbio acadêmico: as dificuldades de adaptação e de readaptação. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 44, e182699, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634201844182699>. Acesso em: mar. 2021.

PRESBITERO, A. Culture shock and reverse culture shock: The moderating role of cultural intelligence in international students' adaptation. **International Journal of Intercultural Relations**, v. 53, p. 28-38, jul. 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2016.05.004>. Acesso em: 4 maio 2021.

RAMALU, S. S.; WEI, C. C.; ROSE, R. C. The Effects of Cultural Intelligence on Cross-Cultural Adjustment and Job Performance amongst Expatriates in Malaysia. **International Journal of Business and Social Science**, v. 12, n. 9, p. 59-71, maio 2011. Disponível em: http://www.ijbssnet.com/journals/Vol._2_No._9_%5BSpecial_Issue_-_May_2011%5D/9.pdf. Acesso em: 6 jul. 2021.

ROSA, Lisiara Vargas da. **Programa de mobilidade acadêmica internacional da Universidade de Caxias do Sul: desafios linguístico-culturais dos intercambistas**. 85 f. 2018. Dissertação (Mestrado em Letras, Cultura e Regionalidade) - Universidade de Caxias do Sul. Caxias do Sul, 2018.

SAHIN, N. H. Re-entry and the academic and psychological problems of the second generation. **Psychology and Developing Societies**, v. 2, n. 2, p. 165-182, 1990. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/097133369000200202> Acesso em: 6 jul. 2021.

SCHUETZ, A. The Homecomer. **American Journal of Sociology**, v. 50, n. 5, p. 369–376, 1945. Disponível em: <https://www.journals.uchicago.edu/doi/pdf/10.1086/219654>. Acesso em: 6 jul. 2021.

SEARLE, W.; WARD, C. The prediction of psychological and sociocultural adjustment during cross-cultural transitions. **International Journal of Intercultural Relations**, v. 14, n. 4, p. 449-464, 1990. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(90\)90030-Z](https://doi.org/10.1016/0147-1767(90)90030-Z). Acesso em: 6 jul. 2021.

SEBBEN, Andrea. **Intercâmbio cultural: um guia de educação intercultural para ser cidadão do mundo**. Porto Alegre: Artes e Ofícios, 2001.

SILVESTRE, Carolina Souza. **O treinamento *Cross-cultural* como ferramenta preventiva ao choque-cultural**. 44 f. 2013. Monografia (Bacharelado em Secretariado Executivo Trilíngue) - Universidade Federal de Viçosa. Viçosa, 2013.

STALLIVIERI, L. PILOTTO, D. Z.; GONÇALVES, R. B. Análise da adaptação cultural de estudantes internacionais sob o ponto de vista das teorias da curva “U” e da curva “W”. **Revista Gestão Universitária na América Latina – GUAL**, Florianópolis, v. 8, n. 3, p. 26-47, set. 2015. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5007/1983-4535.2015v8n3p26>. Acesso em: 17 abr. 2021.

SUSSMAN, N. M. The dynamic nature of cultural identity throughout cultural transitions: why home is not so sweet. **Personality and Social Psychology Review**, v. 4, n. 4, p. 355-373, 2000. Disponível em: https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0404_5 Acesso em: 6 jul. 2021.

TAMBAYAH, S. K.; CHNG, R. Revisiting the cultural identity model: sojourners’ negotiations of identity and consumption experiences. **Advances in Consumer Research**, v.33, n. 1, p. 464-465, 2006. Disponível em: <https://www.acrwebsite.org/volumes/12385/volumes/v33/NA-33> Acesso em: 6 jul. 2021

TAMIÃO, T. S. Revisão da literatura sobre intercâmbio cultural estudantil: renovação das práticas turísticas. *In: SEMINÁRIO DE PESQUISA EM TURISMO DO MERCOSUL*, 6, 2010, Caxias do Sul. **Anais [...]**. Caxias do Sul: UCS, 2010. p. 1-12.

UEHARA, A. The nature of American student reentry adjustment and perceptions of the sojourn experience. **International Journal of Intercultural Relations**, v. 10, n. 4, p. 415-138, 1986. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(86\)90043-X](https://doi.org/10.1016/0147-1767(86)90043-X). Acesso em: 6 jul. 2021

VEDANA, S. N. **Viver no exterior e voltar para o Brasil**: uma análise do processo de aculturação e de readaptação de consumidores brasileiros. 138 f. 2010. Dissertação (Mestrado em Administração) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2010.

WARD, C.; SEARLE, W. The impact of value discrepancies and cultural identity on psychological and sociocultural adjustment of sojourners. **International Journal of Intercultural Relations**, v. 15, n. 2, p. 209-224, 1991. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/0147-1767\(91\)90030-K](https://doi.org/10.1016/0147-1767(91)90030-K) Acesso em: 6 jul. 2021

WEISMAN, D; FURNHAM, A. The expectations and experiences of a sojourning temporary resident abroad: A preliminary study. **Human Relations**, v. 40, n. 5, p. 313-326, 1987. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/001872678704000505> Acesso em: 6 jul. 2021.

APÊNDICE A – ROTEIRO DE ENTREVISTA

QUESTÕES INTRODUTÓRIAS

1. 1.Você teve alguma experiência internacional anterior ao intercâmbio? Como foi essa experiência?
2. 2.Quais as razões pelas quais você decidiu realizar intercâmbio?
3. 3. Em que país você realizou seu intercâmbio? Qual o tipo de intercambio realizado? Quando foi realizado? Qual a duração do seu intercâmbio?

QUESTÕES CENTRAIS

4. 4. Quais os principais benefícios que o intercâmbio trouxe para você?
5. 5. Você esperava encontrar dificuldades ao retornar do intercâmbio para o Brasil?
6. 6. Quais foram as dificuldades enfrentadas?
7. 7. Quais os aspectos causadores dessas dificuldades?
8. 8. As dificuldades encontradas corresponderam às dificuldades esperadas?
 9. 9. Como você lidou com a readaptação?
10. 10. Que estratégias facilitadoras podem ser adotadas pelos diferentes agentes envolvidos para facilitar a readaptação de quem retorna de um intercâmbio internacional?

QUESTÃO DE FECHAMENTO

11. 11. Que sugestões você daria a futuros intercambistas, considerando o processo de readaptação vivenciado por você?