



Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

## **PROGRAMA TERTÚLIA: JORNADA DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL PARA POLICIAIS MILITARES DO PARANÁ - 13BT**

### **Maria Rita Taques Michalski**

Servidora Pública Técnica administrativa em Educação da UFPR - Universidade Federal do Paraná. Atualmente em exercício na ESAF-PR (Escola de Administração Fazendária). Coordenadora e autora da tecnologia social "Jornada de Desenvolvimento Pessoal" parte do Programa Tertúlia.

Especialização em Gestão da Programação Neurolinguística Sistêmica  
mariarita@ufpr.br



Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

## 1 CONTEXTUALIZAÇÃO

A Universidade Federal do Paraná é a mais antiga universidade do Brasil e símbolo de Curitiba. Envoltas em uma história de lutas e conquistas desde 1912, a UFPR é referência no ensino superior para o Estado do Paraná e para o Brasil.

Símbolo maior da intelectualidade paranaense, a Universidade demonstra sua importância e excelência através dos cursos de graduação, especialização, mestrado e doutorado, que são norteados pelo princípio da indissociabilidade entre Ensino, Pesquisa e Extensão. A função social da universidade é valorizada justamente através desse tripé, pois todo ensino, pesquisa e atividade de extensão deve devolver a esta comunidade, em forma de conhecimento, tecnologia e cultura, os recursos públicos que a permitem existir enquanto Instituição Federal de Ensino Superior.

Além dos campi em Curitiba, a UFPR está presente no interior e no litoral do estado, tendo papel ativo no desenvolvimento sócio-econômico e na qualidade de vida do paranaense, por meio do acesso à educação superior e das atividades desempenhadas pela comunidade acadêmica em prol da sociedade do Paraná e do Brasil.

O serviço de treinamento do Hospital de Clínicas da UFPR desde 1999 em parceria com o InVIDA- Instituto de Valorização da VIDA realizava o evento de extensão universitária “Jornada de Desenvolvimento Pessoal”. O coronel Daniel Alves de Carvalho, comandante do 13º BPM da Polícia Militar do Paraná tomou conhecimento pelo Jornal Gazeta do povo dessas ações e procurou o gabinete da vice-reitoria da UFPR. Iniciou-se tratativas para viabilizar cursos, palestras para os policiais do seu batalhão buscando ações educativas voltadas a administração do estresse dos policiais. Um projeto piloto foi realizado para os policiais da RP- radio patrulha, autorizado pelo gabinete da vice-reitora e apoio do setor de ciências agrárias. Optou-se por replicar do Programa Tertúlia, a jornada de desenvolvimento pessoal em formato de curso. Iniciou as atividades dentro do batalhão da PM em sala de treinamento e continuou até encerramento na fazenda experimental da UFPR - Universidade Federal do Paraná.



Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

Neste cenário, propõem-se com esse artigo, descrever e relatar a experiência do desenvolvimento pessoal adquirido no Programa Tertúlia: Jornada de Desenvolvimento Pessoal para Policiais Militares do Paraná - 13BT.

## **2 PERCURSO METODOLÓGICO**

A Jornada de Desenvolvimento pessoal para os policiais trata-se de uma abordagem integral, transdisciplinar, processo de aprendizado contínuo, ousado e inovador.

Atuaram uma equipe constituída por voluntários do InVIDA, estagiários de graduação da UFPR e servidores da universidade. A polícia militar apoiou com a liberação dos policiais em sua escala de treinamentos, portanto, em horário de trabalho; também com os lanches e o transporte dos participantes até a fazenda experimental Canguiri da UFPR, localizada na rua Ivone Pimentel, 19 - Jardim das Nascentes, Pinhais - PR.

A Jornada de Desenvolvimento Pessoal para os policiais utilizou o método de autoconhecimento contínuo, resultante de alguns anos de estudos, experimentos e pesquisas desenvolvidas pela coordenação técnica do Programa de Qualidade de Vida da UFPR.

Com um enfoque multidisciplinar, através do qual leva-se o indivíduo a refletir sobre suas necessidades vitais, dentro da visão de Ser Integral, em seus aspectos bio-psico-sócio-ambiental-espiritual. E também proporcionando e discutindo sobre ferramentas para que os participantes trabalhassem suas questões individuais e coletivas. Sempre com o apoio técnico especializado do médico psiquiatra e professor titular da Universidade federal do Paraná.

As diversas dimensões do “Ser” foram elencadas no método, em sete níveis de necessidades, assim nomeadas: a dimensão somática do ser, a dimensão relacional, a dimensão racional, a dimensão afetiva, a dimensão de comunicação e expressão, a dimensão intuitiva e a dimensão espiritual.

O método desenvolveu-se em etapas, em um módulo por mês, em nove meses e tarefas semanais. Tratar-se de um método educação continuada, de base filosófica sistêmica que envolve



um processo de mudança de comportamento. A mudança de comportamento entende-se no sentido de levar o indivíduo a responsabilizar-se por si mesmo, e ainda levá-lo a percepção de sua responsabilidade para com o todo do qual ele é parte. Na intenção de despertar a “consciência” de onde provém a verdadeira liberdade do ser.

Responsabilizar-se, libertar-se e crescer pelo conhecimento de si e do outro, que contribuiu para a melhoria da qualidade do relacionamento interpessoal no trabalho e com a população que atendida nas ocorrências. O enfoque multidisciplinar possibilita uma percepção mais expandida, ao mesmo tempo em que traz a mensagem de tolerância e profundo respeito, ao folclore individual, aos diversos credos religiosos, as diversas filosofias de vida e a ciência nas suas várias linhas de pensamento.

Assim, a aparente anarquia de tantas linhas de pensamento reunidas, retratou a possibilidade de se viver em harmonia diante a diversidade, primordial para o trabalho do policial. Com o intuito também, de levar o indivíduo a criar o seu "próprio" posicionamento perante a vida, rever seus preconceitos. “Ensinar a pensar e não *o que pensar*”

Dentre estes procedimentos metodológicos adotados destaca-se ainda proposta metodológica alicerçada na abordagem transdisciplinar. E o que vem a ser uma abordagem educacional transdisciplinar? Na visão de Nicolescu (2000):

a transdisciplinaridade, como o prefixo trans indica, diz respeito aquilo que está ao mesmo tempo entre as disciplinas, através das diferentes disciplinas e além de qualquer disciplina. Seu objetivo é a compreensão do mundo presente para o qual um dos imperativos é a unidade do conhecimento. A transdisciplinaridade é o reconhecimento da interdependência de todos os aspectos da realidade. É a consequência normal da síntese dialética provocada pela interdisciplinaridade bem-sucedida, e que busca na sua essência, um saber fazer mais global, holístico e integral. Que se configura por um profundo respeito por tudo e todos.

Como elementos norteadores para o exercício efetivo da Transdisciplinaridade. Delors et al. (1996) traz a definição dos 4 pilares para a educação do século XXI (aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a viver juntos, aprender a ser) que, posteriormente são acrescentados dos



Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

dois pilares complementares (aprender a participar e aprender a antecipar) formulados por Coll et al. (2002).

Para tanto, foi utilizado o processo, onde cada um, como ser humano teve as condições adequadas para refletir sobre sua atuação na vida e no trabalho “ciente” e “consciente” de sua realidade global/total, promovendo assim uma revisão de hábitos, costumes, valores, crenças, em alguns casos, posterior transformação destes. Sempre em círculos com seus agasalhos de exercício.

E após cada experimento/vivência utilizava de conversas significativas com abordagem que segundo Moscovici (1980), tal proposta denomina-se Laboratório de Sensibilidade, onde “um pequeno grupo de pessoas se reúne para estudar seu próprio funcionamento ao vivo, suas relações interpessoais e grupais, com a ajuda de um coordenador (trainer). (...) O papel do coordenador é ajudar o grupo a explorar a situação e examinar os eventos, objetiva e subjetivamente, para que cada membro possa aprender com a experiência, isto é, passe a observar e compreender os eventos ocorridos no processo de grupo”.

“Aprender vivendo os conceitos, e não apenas ouvindo ou lendo informações a respeito, pode significar mudança marcante nos processos cognitivos e emocionais do treinamento” (MOSCOVICI, 1980). Além disso o autor ressalta que:

O participante de um laboratório de sensibilidade não é considerado doente, apenas desconhecedor de alguns aspectos de seu comportamento e seus efeitos sobre os outros, de suas dificuldades e possibilidades de incrementar seu relacionamento interpessoal e sua eficiência como líder e membro de grupo (MOSCOVICI, 1980).

### **3 RELATO DA EXPERIÊNCIA**

A Jornada de Desenvolvimento Pessoal é o resultado de ajustes e aprimoramentos de várias edições oferecida dentro do Programa Tertúlia. Para esta edição na Polícia Militar do Paraná foram realizadas seis turmas. Na fase ainda de realização do projeto já se percebia os efeitos benéficos da aplicação desta tecnologia foi reconhecido seus efeitos positivos, em que foi mencionado no alto comando da corporação chegando em reuniões na pela Secretaria Estadual de



Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

Segurança Pública do Paraná. Oportunizou-se relatar experiência ao Diretor Geral da Secretaria de Segurança Pública do estado do Paraná- SESP na época Coronel Rubens Guimarães Souza.

O foco da Jornada consistiu em proporcionar espaço de reflexão e vivência, no qual foram trabalhadas questões relativas ao desenvolvimento pessoal, estabelecendo ações para a melhoria da qualidade de vida e para a promoção da saúde, estudando o stress, a depressão e outros fatores relevantes ao policial tanto na vida pública quanto privada.

Além dos objetivos supracitados que foram alcançados, podem ser ainda enumerados: a melhora do clima organizacional; prevenção dos fatores de risco como abuso de álcool, fumo e outras drogas; oportunizou atividades para repensar as atitudes e o estilo de vida; propiciando uma visão clara do papel e da responsabilidade em relação ao bem-estar da população e da organização; conduzindo a uma reflexão sobre a importância do autoconhecimento, da amizade, da participação, da harmonia e do respeito como elementos capazes de promover saúde integral.

Para colimar os objetivos visados, foram desenvolvidos os seguintes conteúdos: 1) o conhecimento de si mesmo; 2) promoção humana e auto-realização; 3) autoestima e valorização; 4) participação: a diferença entre fazer parte e participar; 5) ausência, omissão e egoísmo; 6) paciência, tolerância e colaboração; 7) a problemática do relacionamento humano; 8) amizade, companheirismo e lealdade; 9) interação com pessoas diferentes de si mesmo; 10) as dimensões psíquicas do ser; 11) psico-endócrino-imunologia e doenças psicossomáticas; 12) a inteligência emocional e múltiplas inteligências; 13) novos paradigmas éticos e estéticos; 14) terapias complementares; 15) técnicas de relaxamento e meditação; 16) atividades corporais diversas; 17) como gerenciar os hormônios do stress, da agressão, etc.; 18) a criatividade e autoexpressão; 19) a família como base estrutural e apoiadora da segurança; 20) práticas corporais reguladoras biopsicológicas.

Foram utilizados os livros didáticos publicados como brochuras na imprensa da UFPR (Michalski, 2001<sup>a</sup>; Michalski, 2001<sup>b</sup>; Michalski, 2001<sup>c</sup>; Michalski, 2001<sup>d</sup>; Michalski, 2001<sup>e</sup>; Michalski, 2001<sup>f</sup>; Michalski, 2001<sup>g</sup>). Também o CD “Caminho do Arco-Íris”, trilha sonora



Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

exclusiva criada especialmente pelo cantor e compositor Plínio Oliveira para atividades dinâmicas de grupo e cedidas para utilização gratuita para essa edição para PM/PR.

Tem-se estes resultados através de palestras de especialistas em cada tema, exposição dialogada e vivências, entrevistas e pesquisas, oficinas de criatividade, dinâmicas de grupo e formação de equipes; gincanas, festas temáticas e atividades recreativas, meditação passiva e dinâmica, relaxamento e visualização criativa, interiorização e concentração, técnicas de observação e aprimoramento sensorial. Alongamentos e consciência corporal, superação dos limites emocionais, atividades ao ar livre. Cada módulo foi desenvolvido em ambientes apropriados para cada atividade: por vezes em salas de aula, auditórios, quadra de esportes e ao ar livre.

Na conclusão das atividades da “Jornada” uma cerimônia de encerramento foi promovida com os participantes e os promotores da ação de capacitação. Os concluintes receberam a certificação pela UFPR - Universidade Federal e o InVIDA - Instituto de Valorização da VIDA.

### **3 CONCLUSÕES**

As análises dos dados foram realizadas por meio dos relatos assinados na avaliação de reação feita pelos participantes, no que tange a fundamentação teórica, destaca-se que desde o princípio das atividades a visão sistêmica da vida, que se aproximam da cosmovisão oriental (medicina oriental, consciência corporal e anatomia sutil) foi o diferencial e era o suporte das atividades.

Outra questão relevante foi a liberdade pedagógica. O que se vê com relação a inovação na educação, educação alternativa, educação livre, na época já se utilizou na jornada.

Aos conteúdos mencionados foram acrescidas noções de psicologia analítica, psicossomática, sociologia cultural, psicologia e sociologia das cores, qualidade de vida integral, psiconeuroendocrinologia, entre outros. A experimentação que possibilitou trabalhar com questões de ordem corporal/física, relacional, emocional, intelectual e espiritual. Com grupo de homens iniciaram com rigidez em sua postura física e comportamental. Quando no encerramento já estavam integrados e adaptados.



Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

Além de receber informação, as pessoas foram cuidadas, atendidas e acompanhadas por um sistema de tutoria contínuo. Pontua-se que só foi possível porque houve dedicação especial de voluntários, exigindo coragem e disponibilidade psicológica de participar de projeto diferente e sem muitas referências anteriores para desenvolvimento de inteligência emocional de homens com técnicas tão arrojadas.

Conclui-se que os policiais têm receptividade e que há necessidade de programa de educação continuada que agregue ações na área de saúde integral, visando o desenvolvimento de competências interpessoais, e de habilidades específicas comportamentais de comunicação, inteligência emocional e gerenciamento do estresse partindo de uma visão ampla e sistêmica.

Os ganhos identificados na Jornada de Desenvolvimento Pessoal, parte do “Programa Tertúlia” nos relatos dos próprios policiais, como: aumento da autoestima, consciência de seu papel para corporação e respeito pela importância do seu trabalho perante a população e na sua própria família, resistência ao estresse. Além de melhoria no relacionamento interpessoal, familiar, social e profissional. Melhor eficácia no desenvolvimento dos seus papéis; melhor interesse no aprendizado sobre si; mais empenho na busca pessoal de soluções para prevenção do estresse e adoecimento; melhoria dos reflexos, da velocidade de raciocínio e da capacidade de tomar decisões, principalmente para garantir sucesso nos empreendimentos e evitar riscos desnecessários.

Para a Instituição verificou-se melhoria do ambiente de trabalho no grupo que participou, do relacionamento entre os policiais e do grau de satisfação e entre eles; contribuição para aumentar o comprometimento e envolvimento; redução de acidentes de trabalho e de doenças ocupacionais; esses comportamentos e atitudes levando mais acertos e diminuição de erros, resultando em redução de custos e prejuízos pessoais e patrimoniais; melhora da imagem pública da instituição em decorrência de estar capacitando policiais na área de prevenção com espírito de cidadania e sustentabilidade. Já para a corporação tem-se na figura 1 o relato do Coronel Daniel Alves de Carvalho, Tenente Coronel QOPM, comandante do 13 BPM.



## Figura 1 - Relatório do Comando do Batalhão



POLÍCIA MILITAR DO PARANÁ  
COMANDO DO POLICIAMENTO DA CAPITAL  
13º BATALHÃO DE POLÍCIA MILITAR

### AVALIAÇÃO DO PROGRAMA TERTÚLIA

O programa realizado na Fazenda Experimental do Canquiri, da Universidade Federal do Paraná, engloba vários objetivos, tais como congrassamento, recreação, relaxamento, meditação, busca de equilíbrio, apoio psicológico, neurolingüístico, evitando as causas negativas do dia-dia conturbado e estressante do Policial Militar, bem como uma mudança de vida, na maneira de percepção, levando uma vida mais descontraída, demonstrando ao Policial como ele pode ser mais feliz e superar seus problemas e os que encontra, principalmente a criminalidade e a desigualdade social.

A violência nas ruas, a marginalidade, o estado de penúria da população nas favelas fazem com que o Policial se sinta continuamente pressionado psicologicamente, e por este motivo, um grupo de apoio, com profissionais especializados, é de suma importância. O Tertúlia tenta canalizar o estresse da atividade policial, evitando possíveis distúrbios na saúde dos Policiais, que além de seus problemas particulares, enfrentam uma cobrança da sociedade que espera uma solução para seus conflitos.

O Policial Militar se depara com ocorrências que podem causar-lhe problemas psicológicos, que com acompanhamento profissional, facilitam a superação destes, buscando uma rotina saudável, evitando que o Policial fuja dos problemas e enverede para possíveis vícios como a bebida, o cigarro, as drogas, medicamentos, ou ainda, que causem a desestruturação de seus lares.

O Tertúlia demonstrou ser um programa importante para a realidade enfrentada pelos Policiais Militares, principalmente os que atuam na operacionalidade, um programa que demonstra resultados positivos e boa aceitação por parte dos Policiais.

Ao término do programa foram recolhidos depoimentos voluntários dos Policiais e constatado uma ótima receptividade, onde nos depoimentos não era




Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

obrigatório a identificação, porém mesmo assim a maioria dos Policiais fizeram questão de colocar seus nomes, e vários foram os casos em que os Policiais, consideraram as instrutoras como “anjos” que muito auxiliaram em suas vidas.

Em um dos relatos o Policial cita que estava prestes a se divorciar de sua esposa, mas que devido ao programa seu casamento foi salvo; outro Policial indagou que além dos Policiais, os familiares destes também deveriam participar, principalmente sua esposa; outros relataram que aprenderam a se gostar, e se amar, a cuidar mais de seu corpo, de se expressar melhor, principalmente seus sentimentos, que no programa se descontraíram como em nenhum outro lugar, e que a qualidade de suas vidas melhorou bastante, além do aumento de sua auto-estima, da valorização da sua família, dos amigos, enfim da sua vida, que aplicaram o que aprenderam e diminuiu o estresse e o cansaço físico, além da melhora do convívio e do relacionamento em casa com as pessoas.

Segundo o que foi observado, no início ocorreu uma temeridade por parte dos Policiais, que diziam tratar-se de um programa que provavelmente não iria terminar, e que os Policiais viam os instrutores como espões, que contariam os desabafos dos Policiais para seus superiores, mas ao vivenciarem os conteúdos programados dentro de cada módulo de trabalho, os Policiais foram angariando confiança e gosto pelo programa, e ao final obteve-se um enorme sucesso.

CURITIBA, PR, 16 Dez 03.



DANIEL ALVES DE CARVALHO, Ten Cel QOPM  
Comandante do 13º BPM



Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

## REFERÊNCIAS

BOFF, Leonardo. **Saber Cuidar**. 7ª ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

Carvalho, Daniel Alves, **Relatório de conclusão** - Tenente Coronel QOPM, comandante do 13 BPM. Curitiba - dezembro 2003.

COLL, Agustí Nicolau; et al. **Educação e Transdisciplinaridade II**. Uma visão mais ampla de Transdisciplinaridade (anexo 4). Coordenação executiva do CETRANS. – São Paulo: TRIOM, 2002. Disponível em: <<http://unesdoc.unesco.org/images/0012/001297/129707POR.pdf>>. Acesso: out. 2017

DELORS, Jacques; et al. **Educação um tesouro a descobrir**. Relatório para a UNESCO da Comissão Internacional sobre Educação para o século XXI, 1996. Disponível em: <<http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/ue000009.pdf>>. Acesso: out. 2017.

MICHALSKI, Maria Rita Taques – **Jornada de Desenvolvimento Pessoal- Dimensão Somática do Ser. 2.ed.** Curitiba -UFPR - abril de 2001a. 200 p.

MICHALSKI, Maria Rita Taques – **Jornada de Desenvolvimento Pessoal- Dimensão Relacional Ser. 2. ed.** Curitiba -UFPR - maio de 2001b. 102 p.

MICHALSKI, Maria Rita Taques – **Jornada de Desenvolvimento Pessoal- Dimensão Mental do Ser.** Curitiba -UFPR - maio de 2001c. 102 p.

MICHALSKI, Maria Rita Taques – **Jornada de Desenvolvimento Pessoal- Dimensão Afetiva do Ser.** Curitiba -UFPR - julho de 2001d. 80 p.

MICHALSKI, Maria Rita Taques – **Jornada de Desenvolvimento Pessoal- Dimensão de Expressão do Ser.** Curitiba -UFPR - agosto de 2001e. 84 p.

MICHALSKI, Maria Rita Taques – **Jornada de Desenvolvimento Pessoal- Dimensão Intuitiva do Ser.** Curitiba -UFPR - setembro de 2001f. 92 p.

MICHALSKI, Maria Rita Taques – **Jornada de Desenvolvimento Pessoal- Dimensão Espiritual do Ser.** Curitiba -UFPR - outubro de 2001g. 92 p.



Seminário Universidades Corporativas e Escolas de Governo

MOSCOVICI, F. ‘Competência interpessoal: uma necessidade negligenciada em Administração.’ **Informe FESP**. Rio de Janeiro, 26, 1980.

NICOLESCU, Basarab, **La Transdisciplinarité – Manifeste**, Éditions du Rocher, Monaco, 1996, pp. 33 e 34.

NICOLESCU, Basarab. **Um novo tipo de conhecimento transdisciplinaridade**. Disponível em: <<http://unesdoc.unesco.org/images/0012/001275/127511por.pdf>>. Acesso: out. 2017.