PROJETO OAB CONSTELA: FUNDAMENTOS SISTÊMICOS, SAÚDE MENTAL E A HUMANIZAÇÃO DA ADVOCACIA NO CENÁRIO PÓS-PANDEMIA

Maria Edineide da Silva[1]

Marianna de Moraes Prezia Moura[2]

1 A ADVOCACIA CONTEMPORÂNEA DIANTE DO CONGESTIONAMENTO JUDICIAL E A CRISE DE RESOLUTIVIDADE

A advocacia contemporânea atravessa um de seus períodos mais desafiadores, posicionada no epicentro de uma crise estrutural do Poder Judiciário. Apesar dos inegáveis avanços tecnológicos e das rígidas metas de produtividade impostas aos tribunais, o volume de demandas revela-se cada vez mais insustentável. No Tribunal de Justiça de São Paulo, o acervo de processos pendentes ultrapassa rotineiramente a marca de vinte milhões. Segundo o Conselho Nacional de Justiça[3], uma execução fiscal pode levar até onze anos para ser baixada, enquanto um processo de conhecimento comum tramita por quase três anos apenas para obter uma sentença de primeiro grau.

Esse cenário evidencia uma profunda crise de resolutividade. A Constituição de 1988[4] trouxe uma necessária ampliação do acesso à Justiça, mas essa abertura não foi acompanhada pelo desenvolvimento de mecanismos institucionais e culturais capazes de garantir a pacificação social. Na prática, o Estado passou a distribuir sentenças, mas não necessariamente a solucionar a essência dos conflitos.

Para a advocacia, essa realidade impõe um fardo duplo e solitário. O profissional torna-se um verdadeiro "para-raios" entre a urgência emocional do cliente e a morosidade da máquina judiciária. A demora processual e a imprevisibilidade dos resultados geram ansiedade e frustração contínuas, sentimentos que são agravados por uma cultura jurídica histórica que ainda privilegia o confronto direto em vez da construção de consensos.

Como já alertavam Mauro Cappelletti e Bryant Garth[5] em seus estudos clássicos sobre acesso à justiça, a efetividade do sistema contemporâneo exige ir além de um modelo exclusivamente adjudicatório e estatal. Uma justiça plena requer a criação de

1 Maria Edineide da Silva. Advogada, Pós graduada em Pensamento Sistêmico e Constelações Familiares pela SBDSIS

2 Marianna de Moraes Prezia Moura. Advogada, pós-graduada em Direito Civil e em Processo Civil, com ênfase em Direito de Família e Sucessões, pela PUC Minas, *campus* Poços de Caldas/MG.

3 CONSELHO NACIONAL DE JUSTIÇA (CNJ). **Justiça em Números 2023: ano-base 2022**. Brasília: CNJ, 2023. p. 195.

4 BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF: Presidência da República, [1988]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br. Acesso em: 7 abr. 2026.

5 CAPPELLETTI, Mauro; GARTH, Bryant. **Acesso à Justiça**. Tradução de Ellen Gracie Northfleet. Porto Alegre: Sergio Antonio Fabris Editor, 1988. p. 12.

mecanismos capazes de produzir soluções que sejam, de fato, adequadas e socialmente satisfatórias para os litígios humanos.

Diante dessa crise estrutural, torna-se evidente que a resposta à explosão de litigiosidade não reside apenas em reformas processuais paliativas, mas em uma profunda transformação cultural na forma de administrar conflitos. É precisamente nesse cenário de urgência que ganham força as práticas jurídicas inspiradas no pensamento sistêmico, destacando-se o Projeto OAB Constela. Ao ampliar o olhar do operador do Direito sobre as raízes ocultas das disputas, essas abordagens pavimentam o caminho para uma atuação mais consciente, relacional e humanizada.

2 A ESSÊNCIA DO PROJETO OAB CONSTELA: UM NOVO OLHAR PARA AS RELAÇÕES HUMANAS

A gênese e o próprio nome do Projeto OAB Constela nascem de um movimento institucional de grande envergadura e coragem: o reconhecimento, por parte da classe advocatícia, de que o Brasil tem abraçado de forma pioneira as Constelações Sistêmicas como um caminho valioso, legítimo e eficaz para a resolução de controvérsias complexas.

Ainda que muitos observem essa ferramenta fenomenológica precipuamente pelo prisma terapêutico, no contexto das Constelações encontramos uma dimensão que vai muito além do mero tratamento emocional: trata-se de uma verdadeira filosofia de vida e de uma postura profissional disruptiva para o operador do Direito. A abordagem sistêmica tem a capacidade singular de revelar dinâmicas invisíveis e trazer harmonia aos sistemas, especialmente no delicado âmbito das relações familiares e sucessórias, permitindo que cada pessoa encontre, reconheça e ocupe o seu lugar de direito e de responsabilidade dentro da dinâmica do conflito. É apenas no restabelecimento desse equilíbrio estrutural que pode florescer a pacificação que o litígio, de forma disfuncional, tenta reivindicar.

A segunda parte da nomenclatura do projeto, "um olhar sobre as relações humanas na advocacia", é o elemento que confere verdadeira alma à iniciativa. Ela se amalgama ao propósito intrínseco do Direito Sistêmico a partir de uma premissa fundamental: por trás de cada petição inicial que chega ao Judiciário, existe um histórico de vínculos rompidos, necessidades não atendidas e um latente pedido de socorro emocional.

A vivência prática, especialmente nas varas cíveis e de família, demonstra que, muitas vezes, o que o cliente busca não é apenas a adjudicação de um direito ou uma sentença impositiva. A verdadeira demanda oculta engloba uma escuta ativa, empática e isenta de julgamentos morais, aliada a um acolhimento autêntico que respeite a sua dor. O jurisdicionado anseia por um tratamento humanizado que reconheça a complexidade de sua história e, no fundo, por uma solução que vá muito além do rigor frio, binário e objetivo da lei.

Este projeto ergue-se, acima de tudo, como um convite à reflexão da classe. O objetivo primordial é que advogados e advogadas, ao receberem a carga emocional e a dor de seus constituintes, estejam munidos não apenas do arsenal técnico-legislativo e jurisprudencial, mas de refinadas habilidades humanas e comportamentais. A proposta é

capacitar o profissional para olhar além das aparências fáticas narradas na exordial, identificando a raiz sistêmica do litígio e ajudando o cliente a acessar seus próprios recursos internos em prol da autocomposição.

Nesse diapasão, o Projeto OAB Constela nasce para honrar a missão constitucional outorgada à advocacia pelo artigo 133 da Carta Magna de 1988: a de sermos agentes indispensáveis à administração da justiça e instrumentos vivos de transformação social. Acreditamos, entretanto, que a transformação real das estruturas sociais apenas se inicia quando o profissional tem a capacidade de olhar para si mesmo.

Por essa razão, o projeto caminha lado a lado e em total consonância com as diretrizes estabelecidas pela Cartilha de Saúde Mental da Advocacia[6]. Abraça-se a ideia inegociável de que cuidar de si, de suas emoções e de seus próprios limites é condição essencial para preservar e defender o direito do outro com excelência. A finalidade última é proporcionar aos profissionais um espaço seguro de reencontro com sua própria humanidade. Pois é inconteste que, somente quando somos capazes de olhar com acolhimento para a nossa própria história e para o nosso sistema familiar, tornamo-nos verdadeiramente aptos a enxergar a humanidade de nossos clientes.

3 A SAÚDE MENTAL NA ADVOCACIA CONTEMPORÂNEA, FADIGA DE COMPAIXÃO E O FENÔMENO DO BURNOUT

A saúde mental dos profissionais da advocacia tornou-se, finalmente, tema central e inadiável no debate contemporâneo. Durante décadas, a cultura jurídica tradicional sustentou a imagem de um profissional infalível e totalmente invulnerável. Exigia-se um advogado capaz de suportar pressões extremas sem demonstrar traços de fragilidade humana, uma visão irrealista que contribuiu para o silenciamento do profundo sofrimento psíquico presente na rotina da atividade jurídica.

Levantamentos estatísticos e estudos científicos recentes de abrangência global desenham um panorama que exige intervenção imediata. Dados apontam que aproximadamente 28% dos advogados apresentam quadros clínicos compatíveis com a depressão, enquanto cerca de 23% enfrentam níveis crônicos e severos de estresse, e aproximadamente 19% convivem com transtornos incapacitantes de ansiedade[7]. Esses números revelam uma verdadeira epidemia silenciosa, exigindo profunda reflexão sobre as condições estruturais, ambientais e relacionais do trabalho na advocacia.

O cerne do adoecimento reside no fato de que o exercício da profissão envolve um contato direto, permanente e diário com conflitos humanos dotados de elevadíssima carga emocional. O advogado atua, rotineiramente, como receptor e depositário de narrativas de dor extrema. Ele conduz processos que envolvem divórcios litigiosos

6 CONSELHO FEDERAL DA ORDEM DOS ADVOGADOS DO BRASIL (OAB). **Cartilha de Saúde Mental da Advocacia: O cuidado de si como inerente à preservação dos direitos dos outros**. Coordenação de Sandra Krieger. Brasília, DF: CFOAB, 2018. p.14-17

7 KRILOV, Patrick R. et al. The Prevalence of Substance Use and Other Mental Health Concerns Among American Attorneys. **Journal of Addiction Medicine**, v. 10, n. 1, **p. 49**, fev. 2016.

destrutivos, alienação parental, disputas patrimoniais fratricidas no âmbito do Direito das Sucessões, falências que destroem legados familiares e severas restrições de liberdade.

A exposição ininterrupta e sem anteparos de proteção psicológica a essas narrativas pode desencadear o fenômeno clínico conceituado pela psicologia como "fadiga de compaixão". Trata-se de uma forma de trauma vicário em que o profissional passa a experimentar um esgotamento emocional severo e progressivo, decorrente do esforço constante e da empatia contínua despendida frente à dor alheia[8]. O advogado, inadvertidamente, absorve a carga tóxica do conflito para si.

Nesse cenário de extrema vulnerabilidade, destaca-se a explosão de casos da Síndrome de *Burnout*, caracterizada por um estado agudo de despersonalização, cinismo e exaustão física, mental e emocional. As causas são multifatoriais: jornadas de trabalho ininterruptas, exigência implacável por resultados favoráveis, competitividade predatória imposta pelo mercado e a completa dissolução das fronteiras entre a vida profissional e a vida privada. O advento do processo eletrônico, associado à onipresença das comunicações digitais, criou a figura do "advogado 24 horas", intensificando drasticamente o desenvolvimento desse adoecimento ocupacional.

A Cartilha de Saúde Mental da Advocacia aborda o tema com a devida gravidade, ressaltando que o cuidado profilático com a saúde psíquica do advogado deixou de ser uma questão de foro íntimo para se tornar uma condição essencial para o exercício responsável e ético da profissão. O desequilíbrio emocional afeta de maneira direta e prejudicial a capacidade do profissional de realizar análises estratégicas lúcidas, compromete a qualidade de sua escuta ativa e inviabiliza sua habilidade de mediar conflitos. Torna-se imperativa, portanto, a construção de espaços institucionais que promovam a reflexão, o desenvolvimento humano e a profilaxia emocional.

4 OS FUNDAMENTOS SISTÊMICOS E A OBSERVÂNCIA DOS PRINCÍPIOS SISTÊMICOS NO LITÍGIO

O Projeto OAB Constela foi instituído em 14 de agosto de 2020, sob o crítico panorama da pandemia de COVID-19. A iniciativa emanou da Comissão de Direito Sistêmico da Subseção de Itapevi, idealizada por sua então presidente, Dra. Maria Edineide da Silva, e submetido à Dra. Cristiane Furlani, presidente da referida Subseção, que prontamente o referendou. O projeto contou, ainda, com o apoio fundamental da Dra. Fabiana Quezada, presidente da Comissão Estadual de Direito Sistêmico, responsável por viabilizar a homologação junto à Seccional da OAB São Paulo em dezembro do mesmo ano.

Mais do que uma iniciativa administrativa, o projeto representou uma resposta institucional madura às drásticas transformações psicossociais do período. Evidenciou-se a urgência de uma atuação jurídica capaz de transcender a dimensão puramente técnica do conflito para acolher seus intrincados aspectos humanos. Nesse sentido, a fundamentação teórica do projeto ancora-se no pensamento sistêmico-fenomenológico

8 FIGLEY, Charles R. (Ed.). **Compassion Fatigue: Coping with Secondary Traumatic Stress Disorder in Those Who Treat the Traumatized**. Nova York: Brunner/Mazel, 1995. p. 14.

de Bert Hellinger[9], propondo uma leitura da lide que ultrapasse a violação do direito material e alcance os princípios sistêmicos que regem as relações humanas.

Sob a ótica do Projeto OAB Constela, a perenidade de grande parte dos conflitos judiciais decorre de sua natureza sintomática, revelando transgressões a tais princípios. Ao utilizar a técnica das constelações para conferir visibilidade a essas dinâmicas, o advogado não assume um papel terapêutico, mas atua como um facilitador jurídico da compreensão fenomenológica.

É imperativo ressaltar que tal abordagem não tenciona substituir os mecanismos de garantia do Estado Democrático de Direito. O pensamento sistêmico não anula o ordenamento jurídico vigente; ao contrário, humaniza-o e potencializa sua eficácia. A prática encontra suporte normativo na Resolução nº 125/2010 do Conselho Nacional de Justiça (CNJ)[10] e no art. 3º, §§ 2º e 3º, do Código de Processo Civil de 2015[11], que estabelecem a autocomposição como paradigma prioritário da jurisdição contemporânea.

Ao adotar a postura sistêmica, o profissional da advocacia abdica da rigidez da lógica puramente adversarial. Ao restituir a autonomia aos constituintes, permitindo que estes assumam o protagonismo de suas decisões após a conscientização de dinâmicas antes invisíveis, o advogado mitiga o peso emocional do resultado sobre seus ombros. Reduz-se, por conseguinte, o estresse ocupacional e resgata-se o propósito teleológico da advocacia: servir como instrumento de pacificação social e justiça.

5 O SENTIMENTO DE COMUNIDADE E A EXPANSÃO DA CONSCIÊNCIA PARA ALÉM DO EGO

A arquitetura teórica do Projeto OAB Constela estabelece uma interlocução profunda com os postulados da Psicologia Individual de Alfred Adler. Central a essa análise é o conceito de "sentimento de comunidade" (*Gemeinschaftsgefühl*), que Adler define como a capacidade inata e o estágio de maturação de um indivíduo para reconhecer-se como parte integrante e interdependente de um sistema social complexo[12].

Na perspectiva adleriana, a saúde psíquica do sujeito é diretamente proporcional à sua aptidão para a cooperação e ao seu interesse genuíno pelo bem-estar coletivo. Por outro lado, a neurose e a escalada do conflito destrutivo seriam subprodutos de um isolamento egóico e da desconexão com o todo. Esta compreensão psicológica constitui o núcleo axiológico do projeto: as abordagens sistêmica e adleriana convergem ao refutar a premissa de que o ser humano possa ser analisado de forma atomizada e fragmentada.

9 HELLINGER, Bert. **Ordens do amor: um guia para o trabalho com constelações familiares**. Tradução de Newton A. de Queiroz. São Paulo: Cultrix, 2003. p. 19-23

10 CONSELHO NACIONAL DE JUSTIÇA (CNJ). **Resolução nº 125, de 29 de novembro de 2010**. Dispõe sobre a Política Judiciária Nacional de tratamento adequado dos conflitos de interesses no âmbito do Poder Judiciário e dá outras providências. Brasília, DF: CNJ, 2010.

11 BRASIL. **Lei nº 13.105, de 16 de março de 2015**. Código de Processo Civil. Brasília, DF: Presidência da República, [2015]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br.

12 ADLER, Alfred. **O sentido da vida**. Tradução de Luz Garcia. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1939. p. 32-38.

No ecossistema jurídico, tal paradigma exige que o litígio transite de um evento pontual, tradicionalmente lido sob a lógica do nexo de causalidade mecanicista, para uma compreensão como "sintoma" de disfunções sistêmicas. Estas abrangem heranças transgeracionais, vínculos rompidos e demandas emocionais não verbalizadas.

Dessa forma, ao internalizar o sentimento de comunidade, o advogado opera um deslocamento ético: retira o ego do centro da estratégia processual. A cultura do litígio, frequentemente impulsionada pela busca narcísica da vitória judicial, cede espaço a uma práxis comprometida com a preservação do tecido social. A humanização do Direito deixa de ser um constructo abstrato para consolidar-se como uma tecnologia social aplicada.

Como assevera Friedrich Nietzsche, a evolução do conhecimento ocorre quando o sujeito se permite aprofundar na fenomenologia da experiência, transcendendo certezas superficiais para expandir a compreensão da natureza humana[13]. Em última análise, a integração entre o rigor técnico-dogmático e a sensibilidade sistêmica representa o ápice da evolução do operador do Direito contemporâneo.

6 DADOS METODOLÓGICOS, IMPLEMENTAÇÃO PRÁTICA E PODER DE EXPANSÃO DO PROJETO

Para aferir a dimensão objetiva da transformação promovida pelo Projeto OAB Constela, é imperativo analisar os dados de sua implementação empírica. A aprovação institucional pela Seccional ocorreu formalmente em 20 de dezembro de 2020, com o início das atividades práticas em 20 de março de 2021. Em março de 2026, o projeto consolidou a expressiva marca de cinco anos de implementação ininterrupta, totalizando 42 encontros realizados e um impacto direto sobre um público de 1.008 participantes.

A dinâmica operacional segue um rigoroso padrão de excelência, desenhado para garantir sigilo, segurança jurídica e acessibilidade. Os encontros ocorrem mensalmente, às segundas quartas-feiras de cada mês, via plataforma Zoom. Nesses espaços pedagógicos e vivenciais, são conduzidos dois movimentos sistêmicos baseados em litígios reais, majoritariamente oriundos das esferas de Família, Sucessões, Direito Tributário e Previdenciário. A abrangência geográfica é notável: os casos provêm de jurisdições das regiões Sul, Sudeste, Centro-Oeste e Nordeste, incluindo processos com histórico de tramitação patológica superior a quinze anos.

A análise fenomenológica desses encontros permitiu identificar um padrão de relevância metodológica: a forma de condução do processo pelo advogado está diretamente correlacionada ao seu estado de saúde física e emocional. Restou evidenciado que posturas estritamente belicosas e o emaranhamento do profissional no conflito do cliente elevam drasticamente os índices de exaustão clínica e adoecimento.

A capilaridade da iniciativa confirma sua solidez estrutural. O modelo original expandiu-se para as subseções de Osasco, Paulínia, Santo Amaro e Jundiaí (SP), além de alcançar as

13 NIETZSCHE, Friedrich. **Humano, demasiado humano: um livro para espíritos livres**. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2000. p. 45.

OABs da Barra da Tijuca (RJ), Palhoça (SC) e a Seccional do Espírito Santo. O projeto serviu, outrossim, como matriz inspiradora para iniciativas coirmãs em Serra Negra, Bragança Paulista e Amparo.

Os depoimentos de profissionais que vivenciaram a metodologia materializam essa ruptura paradigmática, atestando como o olhar sistêmico ressignifica o múnus público da advocacia:

> *"Depois do OAB Constela, redescobri o amor pela advocacia. Agora durmo tranquila sabendo que ajudo pessoas a se reconectarem, não apenas a vencerem processos." (Participante anônima).*
>
> *"O Projeto OAB Constela de São Paulo foi, e é transformador da minha carreira de advogada. Ele mostrou-me que o conflito trazido pelo cliente merece profundo respeito na busca de solução, mas não pode custar a minha saúde. Por meio da vivência de qual papel eu estava exercendo no processo para 'prolongar' o litígio, corrigi hábitos, autorizando o enfrentamento só das partes, se assim escolhessem. Advogar é bastante leve, quando as responsabilidades ficam com quem as tem!" (Raquel Barbosa, Advogada - Patos de Minas/MG).*
>
> *"O Projeto OAB Constela proporciona olharmos as questões jurídicas para além do ordenamento pátrio, mas sob o enfoque das leis sistêmicas. Proporcionando mais clareza e permitindo agir de acordo com o nosso lugar nesse grande sistema, pois estamos a serviço deste e não o contrário. Gratidão pela oportunidade de ter participado e que este projeto possa alcançar muitas pessoas." (Verônica Aparecida de Sousa Freitas Neves, Advogada - SP).*

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A articulação profunda entre princípios sistêmicos de Bert Hellinger, a psicologia comunitária de Adler e a premente necessidade de humanização das práticas jurídicas revela o alvorecer de um novo paradigma na advocacia contemporânea. O Projeto OAB Constela consolida-se como instrumento dessa transformação ao propor uma práxis que equilibra, com idêntica relevância, a dimensão normativa e a dimensão relacional dos conflitos.

Ao viabilizar a ampliação do campo de percepção do advogado e a ressignificação de sua função no complexo sistema de justiça, a abordagem sistêmica transcende a mera resolução de disputas. Ela contribui para a construção de soluções efetivas e duradouras aos jurisdicionados e, fundamentalmente, para a preservação da saúde mental de todos os atores envolvidos.

Neste estágio de maturação institucional, a advocacia distancia-se da exaustiva lógica do enfrentamento adversarial para assumir um papel mais amplo e digno na promoção da pacificação social. A integração harmônica entre o rigor técnico, a consciência sistêmica e

a responsabilidade ética apresenta-se, de forma inconteste, como o caminho para uma prática jurídica equilibrada, sustentável e visceralmente comprometida com a consolidação de uma cultura de paz.