

MESTRADO INTEGRADO
PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE

“Esta é a minha casa”: Facilitadores e
Obstáculos de Sentimento de Pertença em
pessoas Migrantes e Refugiadas em
Portugal

Bárbara Pinheiro Martins Alves

M

2020



Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**“ESTA É A MINHA CASA”:
FACILITADORES E OBSTÁCULOS DE SENTIMENTO DE PERTENÇA EM
PESSOAS MIGRANTES E REFUGIADAS EM PORTUGAL**

Bárbara Pinheiro Martins Alves

Outubro, 2020

Dissertação apresentada no Mestrado Integrado de Psicologia,
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da
Universidade do Porto, orientada pela Professora Doutora **Susana
Coimbra** (FPCEUP) e coorientada pelo Professor Doutor **João
Caramelo** (FPCEUP).

Avisos Legais

O conteúdo desta dissertação reflete as perspetivas, o trabalho e as interpretações do autor no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceptuais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, o autor declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. O autor declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Agradecimentos

Como não poderia deixar de ser, aproveito esta secção da dissertação para agradecer a todas as pessoas que marcaram significativamente todo este processo.

Em primeiro lugar gostaria de destacar a Professora Doutora Susana Coimbra e o Professor Doutor João Caramelo, sem eles tudo isto não teria sido possível. Sendo de áreas distintas conseguiram propiciar-me a junção de conhecimentos ideal para a elaboração desta dissertação e, decerto, que não encontraria melhor dupla para me ter acompanhado nesta caminhada. Obrigada por todo o profissionalismo, carinho e cuidado.

De seguida, agradeço aos meus avós por estarem sempre presentes e por acompanharem o meu percurso.

Ao Miguel, companheiro de todas as horas e peça fundamental para me sentir inteira e nunca perder a coragem e motivação de ser mais e melhor.

A todos/as os/as restantes que marcam presença na minha vida e que acompanham todos os momentos importantes.

À Carla e à Ana por terem auxiliado as traduções em Francês.

Por fim, gostaria de agradecer à Dr.^a Isabel Batista e ao Sr. Paulino por toda a disponibilidade e simpatia em colaborarem na busca de participantes para esta investigação. Assim como, agradeço a todos/as os/as participantes que contribuíram com as suas entrevistas, partilhando aspetos da sua vida, muitas vezes, complicados de serem abordados e pela confiança que depositaram em nós e no nosso trabalho para analisar esse material.

Resumo

Portugal, um país tradicionalmente de emigração, tem registado, nos últimos anos, um aumento de imigração e de requerentes de asilo, ocupando o segundo lugar no índice de políticas de integração de migrantes (MIPEX). Contudo, poucas pessoas, em particular refugiados/as ou requerentes de asilo, permanecem no país. As diminutas oportunidades de emprego podem prejudicar o seu sentimento de pertença. No presente estudo pretendeu-se investigar os facilitadores e/ou obstáculos ao sentimento de pertença; explorar o papel da aprendizagem ao longo da vida e dos papéis de género; e identificar diferenças e semelhanças entre migrantes e refugiados/as nas suas experiências de integração. Para este efeito foi realizado um estudo de natureza qualitativa, baseado em 14 entrevistas, seis com migrantes e oito com refugiados/as. O sentimento de pertença afigura-se elevado, sendo que apenas um entrevistado revelou não se sentir em casa em Portugal. Foi possível explorar a complexidade de fatores que contribuem para o sentimento de pertença no contexto nacional. Fatores, muitas vezes, interrelacionados. Diversas categorias relativas a esses fatores são partilhadas, detetando-se diferenças em função do estatuto de migrante ou de refugiado. As pessoas refugiadas destacaram as questões da segurança, autonomia e bem-estar como propiciadoras de sentimento de pertença e a Língua como obstáculo. Os resultados sugerem que o sentimento de pertença e o de inclusão são fomentados através da disponibilização e do acesso a recursos legais e socioeconómicos para todos/as. Destaca-se também a importância de oportunidades em termos educativos/formativos, principalmente de aprendizagem da Língua e de acesso ao emprego. A sensibilidade intercultural das pessoas da sociedade de acolhimento revela-se igualmente importante, principalmente, a dos/as diversos/as profissionais e voluntários/as responsáveis pelo acolhimento de migrantes e de refugiados/as, assim como a sensibilidade intercultural destas últimas pessoas. Esta surge associada a outro elemento central: o suporte social, instrumental e afetivo, encontrado no país de acolhimento, assim como a manutenção das relações com a sociedade de origem. Por fim, as diferenças culturais não são apenas obstáculos ao sentimento de pertença, estas podem proporcionar oportunidades de empoderamento através da liberdade e da consagração de direitos a grupos mais vulneráveis, como é o caso das mulheres.

Palavras-chave: Migrantes, Refugiados/as, Sentimento de pertença, Integração, Sensibilidade intercultural, Género, Aprendizagem ao longo da vida.

Abstract

Portugal, traditionally a country of emigration, has registered, in recent years, an increase in immigration and asylum seekers, occupying the second place in the index of integration policies for migrants (MIPEx). However, few people, in particular refugees or asylum seekers, remain in Portugal. Fewer job opportunities can damage their sense of belonging. In the present study, it was intended to research the facilitators and/or obstacles to the feeling of belonging; explore the role of lifelong learning and gender roles; and to identify differences and similarities between migrants and refugees in their integration experiences. For this purpose, a qualitative study was carried out, based on 14 interviews, six with migrants and eight with refugees. The sense of belonging appears to be high, since only one interviewee revealed that he didn't feel at home in Portugal. It was possible to explore the complexity of factors that contribute to the sense of belonging in the national context. Factors are often interrelated. Several categories related to these factors are shared, with differences being identified according to the status of refugee or migrant. Refugee people highlighted the issues of security, autonomy and well-being as providing a sense of belonging and language as an obstacle. The results suggest that to foster a sense of belonging and of inclusion it is essential that legal and socio-economic resources are available and accessible to all. It also highlights the importance of opportunities in terms of education/training, especially in language learning and access to employment. The intercultural sensitivity of people in the host society is equally important, mainly those of the professionals and volunteers responsible for welcoming migrants and refugees, as also the intercultural sensitivity of refugees and migrants. This appears to be related with another central element: the social support, instrumental and affective, found in the host country, as well as maintaining the relationships with the society of origin. Lastly, cultural differences aren't only obstacles to the sense of belonging, they can provide opportunities for empowerment through freedom and the proclamation of rights to vulnerable groups, such as women.

Keywords: Migrants, Refugees, Sense of belonging, Integration, Intercultural sensitivity, Gender, Lifelong learning.

Résumé

Portugal, un pays avec une tradition d'émigration, a connu pendant les dernières années une augmentation de l'émigration et de demandeurs d'asile, se classant en deuxième position dans l'indice de politiques d'intégration des migrants/des personnes migrantes (MIPEX). Toutefois, en particulier, il reste peu de réfugiés ou demandeurs d'asile dans le pays. Comme l'opportunité d'emploi est faible, le sentiment d'appartenance de ces personnes devient peut-être affecté. Cette étude vise à investiguer les facilitateurs et/ou les obstacles au sentiment d'appartenance ; à explorer le rôle de l'apprentissage tout au long de la vie et les rôles de genre ; il vise aussi à identifier les différences et les similitudes entre migrants et réfugiés/ées dans leurs expériences d'intégration. À cette fin, une étude qualitative a été menée, basée sur 14 entretiens, six avec des migrants et huit avec des réfugiés/ées. Le sentiment d'appartenance semble être élevé, une seule personne interrogée ayant révélé ne pas se sentir chez elle au Portugal. Il a été possible d'explorer la complexité des facteurs qui contribuent au sentiment d'appartenance dans le contexte nationale. Ces facteurs sont souvent interdépendants. De nombreuses catégories de ces facteurs sont communes, ce qui permet de détecter des différences, notamment en fonction du statut. Comme on pouvait s'y attendre, les réfugiés ont mis l'accent sur les questions de sécurité, d'autonomie et de bien-être comme créateurs du sentiment d'appartenance, mais aussi sur la langue comme un obstacle. Les résultats suggèrent que, pour favoriser un sentiment d'appartenance et d'inclusion, il est essentiel que les ressources juridiques et socio-économiques soient disponibles et accessibles à tous. L'importance des possibilités d'éducation, en particulier l'apprentissage des langues, pour accéder à l'emploi est soulignée. La sensibilité interculturelle des personnes de la société d'accueil se révèle également importante, principalement en ce qui concerne les différents/es professionnels et bénévoles responsables par l'accueil des migrants et réfugiés/ées, mais aussi d'eux mêmes responsables par l'accueil des personnes migrantes et réfugiées, mais aussi de ces personnes elles-mêmes. Cette sensibilité interculturelle apparaît associée à un autre élément central : le soutien social, instrumental et affectif trouvé dans le pays d'accueil, ainsi que le maintien des relations dans la société d'origine. Les différences culturelles ne sont pas seulement des obstacles au sentiment d'appartenance, mais elles peuvent offrir des opportunités d'autonomisation grâce à la liberté et à la consécration des droits des groupes les plus vulnérables, comme les femmes.

Mots-clés : Migrants/es, Réfugiés/ées, Sentiment d'appartenance, Intégration, Sensibilité interculturelle, Genre, Apprentissage tout au long de la vie.

Índice

Introdução	1
Parte I – Revisão da Literatura	2
1. Migrantes e refugiados/as: Semelhanças e diferenças	2
2. Fases do processo migratório/de refúgio	3
3. Migrantes e refugiados/as no contexto Português	5
4. Sentimento de Pertença.....	7
4.1.Facilitadores e consequências do sentimento de pertença.....	7
5. Competência e sensibilidade intercultural	10
6. Género e educação: Promoção do sentimento de pertença e da sensibilidade intercultural	12
6.1.Desigualdades de género vividas por mulheres migrantes e refugiadas.....	13
6.2.Educação e género: A importância da alfabetização e das competências linguísticas.....	16
6.3.Aprendizagem ao longo da vida e integração de migrantes e refugiados/as.....	17
Parte II – Estudo Empírico	21
1. Método	21
1.1.Objetivos e questões de investigação.....	21
1.2.Instrumentos.....	22
1.3.Amostra.....	23
1.4.Procedimento de recolha.....	23
1.5.Procedimento de análise.....	25
2. Apresentação e Discussão dos Resultados	26
2.1. Características pessoais.....	26
2.2. Redes de suporte social.....	29
2.2.1. Relações familiares, amorosas e de amizade.....	29
2.2.2. Recursos tecnológicos.....	30

2.2.3. ONG'S e outros.....	31
2.3. Características socioeconómicas, políticas e burocráticas do país de acolhimento.....	32
2.3.1. Diferenças entre migrantes e refugiados/as.....	35
2.4. Cultura e clima.....	38
2.4.1. Sensibilidade intercultural.....	40
2.5. Aprendizagem ao longo da vida.....	42
2.5.1. Formal.....	43
2.5.2. Informal.....	46
2.6. Sensibilidade de género.....	47
3. Conclusões.....	52
Referências bibliográficas.....	59
Anexos.....	67
Anexo 1.....	67
Anexo 2.....	69
Anexo 3.....	70
Anexo 4.....	71
Anexo 5.....	76

Introdução

Em 2018, aproximadamente 200 mil pessoas deslocaram-se para a Europa (English & Mayo, 2019). Com a contribuição da crescente globalização, observa-se um aumento na abertura e fluidez das fronteiras entre países e na diversidade cultural na maior parte das sociedades (Guo, 2010). A globalização acaba ainda por exacerbar as desigualdades já existentes entre as nações, transformando a migração numa necessidade para muitas pessoas (Čiarnienė & Kumpikaitė, 2008), quer económica, quer de sobrevivência.

Estes movimentos migratórios, de emigração, imigração e/ou procura de refúgio, têm atingido grande destaque, sendo um dos assuntos mais polémicos e mediáticos da atualidade. No entanto, usualmente, alguns mal-entendidos são gerados pelos termos empregues, já que, apesar das diferenças de estatuto de migrante ou de refugiado, a situação precária que partilham confere-lhes grande semelhança, no que diz respeito à importância de suprir as suas necessidades, a fim de melhorar as condições em que se encontram (English & Mayo, 2019).

Ao longo desta dissertação de mestrado serão abordados aspetos teóricos e empíricos que consideramos essenciais para permitir uma análise mais pormenorizada da presença ou ausência de um sentimento de pertença; perceções relativas ao mesmo por parte de migrantes e refugiados/as que se encontram em Portugal; o que o influencia e como pode ser maximizado. Desta forma, começamos por analisar e esclarecer as semelhanças e diferenças entre migrantes e refugiados/as, tentando compreender a sua expressão no contexto português. De seguida, abordamos constructos teóricos que nos permitem problematizar os processos de inclusão e/ou acolhimento de migrantes e refugiados/as. Em particular, o sentimento de pertença e seus facilitadores, destacando a competência e sensibilidade intercultural, decisivos nestes processos. Finalmente, procuramos tematizar de que forma o género e a educação podem determinar a experiência do processo de integração numa nova sociedade e determinar um sentimento de pertença ou inviabilizá-lo. Na segunda parte é apresentado o estudo empírico, de natureza qualitativa, realizado com suporte em entrevistas semiestruturadas a 14 pessoas, seis migrantes e oito refugiados/as, sendo aqui apresentado o método, os resultados e sua discussão. No final, serão tecidas algumas considerações finais relativas às limitações, potencialidades e implicações do estudo para futuras investigações e intervenção.

Parte I – Revisão da Literatura

1. Migrantes e refugiados/as: Semelhanças e diferenças

Apesar das semelhanças presentes na situação, muitas vezes, precária e desafiante de integração na sociedade de acolhimento, é importante esclarecer as diferenças, direitos e deveres de quem migra e de quem se refugia (Edwards, 2015). Caso contrário, poderemos estar a provocar problemas com consequências graves, em particular para a vida e segurança dos refugiados/as.

Como pode ser lido no *site* do ACNUR, a Convenção de 1951 da ONU postula que os/as refugiados/as fogem de conflitos armados e de perseguições, em virtude da sua religião, nacionalidade, opiniões políticas e/ou por pertença a certo grupo social, cruzando fronteiras internacionais em busca de segurança (Edwards, 2015). Estes/as vivem uma problemática particular, de tal forma que se o asilo lhes for negado, poderão sofrer consequências trágicas. Perante isto, o Estado da sociedade de acolhimento tem a responsabilidade da sua proteção: evitando que voltem para os contextos que os/as expõem aos perigos dos quais fugiram, assegurando que os procedimentos de asilo sejam justos e eficientes e garantindo que os seus direitos humanos básicos sejam respeitados, permitindo-lhes encontrar uma solução a longo prazo. Apesar disto, o repatriamento dos/as refugiados/as é forçado, com frequência, principalmente, devido à incapacidade de os países de acolhimento sustentarem o custo financeiro associado (Pittaway & Bartolomei, 2001). Daqui compreende-se que empregar os dois termos, “refugiado/a” e “migrante”, nos processos institucionais de acolhimento, sem considerar a distinção entre ambos, pode inviabilizar o acesso dos/as refugiados/as a uma resposta legal adequada de proteção, o apoio público que lhes poderá ser oferecido e o acesso a uma instituição de refúgio.

Aqueles/as que não se enquadram na definição legal de refugiado/a e que saem do seu país em busca de melhores condições de vida, de um trabalho, educação ou para reunir a família são considerados migrantes. Ao contrário dos anteriores, continuam a receber proteção do governo do seu país de origem, sendo tratados de acordo com a sua própria legislação e seguindo os procedimentos de emigração que lhes são próprios (Edwards, 2015). Para além disto, existe ainda a proteção subsidiária, a qual é atribuída aos sujeitos que, apesar de não poderem ser considerados refugiado/a, possuem razões significativas

que apoiem o facto de que o seu regresso ao país de origem poderia incluir a violação sistemática dos seus direitos humanos ou o risco de sofrerem ofensas graves à sua integridade física, como pena de morte, tortura ou tratamento desumano (SEF, 2017).

Por fim, quando os termos aparecem juntos, “refugiado/a e/ou migrante” é porque a distinção entre ambos os grupos e a definição do que motivou a sua partida do país de origem pode ser desafiante (Edwards, 2015), estando, por exemplo, juntos a fazer a mesma travessia. De facto, como referido por Jenkins (1968 cit in Mestheneos & Ioannidi, 2002), apesar dos diferentes contextos, o sonho de atingir igualdade de oportunidades e direitos, participação democrática e aceitação da diversidade, com a ausência de preconceitos e discriminação é partilhado por migrantes e refugiados/as. Por estes motivos, analisamos as suas problemáticas em conjunto, sem nunca, no entanto, esquecer as suas especificidades.

2. Fases do processo migratório/refúgio

O processo migratório pode ser dividido em três momentos (Bhugra & Arya, 2005; Murray, Davidson, & Schweitzer, 2010; Pittaway & Bartolomei, 2001), sendo que a cada um deles estão associados diferentes riscos e desafios.

O primeiro momento designa-se de “pré-migração”, correspondendo às razões associadas ao processo de tomada de decisão e preparação para a mudança. Esta fase surge, habitualmente, em idades não muito avançadas, pois indivíduos mais jovens podem dispor de melhores condições para iniciar este processo (Bhugra & Arya, 2005). Para além disto, este momento é marcado pela elevada esperança de melhoria das condições de vida, já que, por esta altura, no seu país de origem, o indivíduo enfrenta problemas ao nível das oportunidades socioeconómicas, educacionais e ocupacionais, assim como disrupção do suporte social (Antunes, 2017). A segunda fase corresponde à “migração”, tentativa de restabelecimento num novo local, caracterizada, usualmente, pela incerteza da capacidade de assegurar as necessidades básicas e o alcance de um futuro melhor, assim como pela rutura de laços familiares e comunitários (Bhugra & Arya, 2005; Kirmayer et al., 2011). Por fim, a “pós-migração” é configurada pela integração do/a emigrante no novo contexto sociocultural do país de acolhimento (Bhugra & Arya, 2005; Crowley, 2009; Lustig et al., 2004). Apesar das dificuldades de aculturação, possivelmente encontradas, como a dissonância entre metas e conquistas alcançadas

(Bhugra, 2004), perda de apoio e estatuto social, alienação, dificuldades de aprendizagem do novo idioma, discriminação e desemprego (Bhugra & Arya, 2005; Kirmayer et al., 2011) este momento é, não raras vezes, bem-sucedido.

Em comparação com os/as migrantes, a literatura defende que os/as refugiados/as vivenciam estas mesmas etapas; contudo, a sua trajetória possui algumas especificidades. Os riscos pelos quais passam acabam por provocar níveis de *stress* elevados, possibilitando a origem de perturbações psicológicas. Geralmente, a sintomatologia encontrada apresenta uma evolução curvilínea, aumentando nas fases iniciais deste processo até à chegada ao país de acolhimento e diminuindo, de seguida, ao longo do tempo (Antunes, 2017; Crowley, 2009; Kirmayer et al., 2011; Murray et al., 2010). Murray e seus colaboradores (2010) enfatizam que compreender esta variedade de experiências é criticamente relevante para se intervir junto destas pessoas, nos serviços de saúde mental, sendo imprescindível perceber em que fase se encontram para obterem uma resposta diferenciada às suas necessidades. Esta visão deve ser integrada em todos os restantes serviços pelas mesmas razões. Assim, alguns autores incluem uma denominação diferente para cada fase do refúgio: “pré-voo” (pré-migração); “experiência de voo/fuga” (migração) e “pós-voo” (pós-migração) (Murray et al., 2010). No “pré-voo”, os/as refugiados/as são forçados a planear a fuga do país de origem, num ambiente repleto de insegurança, expostos/as a condições que prejudicam a sua sobrevivência e/ou incerteza de obter o estatuto de refugiado (Antunes, 2017; Kirmayer et al., 2011). Depressão, Perturbações de Ansiedade ou apresentação de alguma da sua sintomatologia são predominantes, nesta fase e nas seguintes, podendo mesmo surgir ideação suicida (Lustig et al., 2004). A Perturbação de Stresse Pós-Traumático, especificamente, é recorrente surgir a longo prazo (Murray et al., 2010). Na “experiência de voo”, os níveis de *stress* irão depender, sobretudo, da duração e condições asseguradas para a segurança da trajetória seguida, sendo que a permanência em campos de refugiados, geralmente, gera forte impacto negativo (Kirmayer et al., 2011; Murray et al., 2010). No “pós-voo”, apesar da antecipação de uma vida segura, um novo conjunto de fatores de risco emerge: surge o sofrimento de deixar para trás a sua pátria, família, amigos/as e bens-materiais (Lustig et al., 2004); assim como constantes expectativas e desafios decorrentes da procura de integração numa nova comunidade, de familiarização com uma nova Língua e novo sistema cultural. O indivíduo pode viver momentos caracterizados pela raiva, sentimentos de culpa e de grande ambivalência (Lustig et al., 2004), influenciados em

grande escala pelas políticas, práticas e oportunidades fornecidas pelo país que o acolhe (Kirmayer et al., 2011).

3. Migrantes e refugiados/as no contexto Português

Portugal, o nosso contexto de investigação, foi, por muitos anos, um país de emigração, encontrando-se portugueses espalhados pelos quatro cantos do Mundo, especialmente em França e na Alemanha (Vieira & Trindade, 2008). No entanto, nas últimas décadas, este panorama tem vindo a alterar-se, registando-se números elevados de imigração (Marques, Lages, Policarpo, & Matos, 2006; Miranda, 2009; Topa, 2013). Estas migrações remetem, por um lado, à construção do império marítimo português, sendo que os/as imigrantes mais representativos têm origem nas ex-colónias (Angola, Cabo Verde, Moçambique, Timor, Macau, Brasil, Guiné e São Tomé e Príncipe) (Vieira & Trindade, 2008), chegando a Portugal entre 1975 e 1977 (Fonseca, Ormond, Malheiros, Patrício, & Martins, 2005). Para além da descolonização, este pico de imigração, na década de 70 do século passado, foi também resultado do impacto causado na economia ocidental pela crise do petróleo, onde o desemprego e a imigração ilegal para países industrializados aumentaram (Vieira & Trindade, 2008).

Em 1974, depois da Revolução Portuguesa, surgiram agitações políticas nas ex-colónias, resultantes do período coincidente com a sua transição para a independência, onde meio milhão de portugueses procuraram refúgio no seu país de origem (Machado, 2002). Neste período, Portugal também recebeu pessoas provenientes de Macau, Goa, Damão e Diu, assim como timorenses que fugiam da repressão crescente na Indonésia (Vieira & Trindade, 2008). Esta vaga de “imigração” foi motivada, simultaneamente, pela procura crescente do mercado de emprego nacional de homens para setores como a construção civil e de mulheres para serviços industriais e domésticos (Fonseca et al., 2005). Após isto, a Queda do Muro de Berlim (1989) e o colapso da União Soviética (1992) disseminaram a pobreza e falta de oportunidades, sobretudo, no Leste Europeu, aumentando, por sua vez, a imigração ilegal destas pessoas em Portugal (Topa, 2013). Como ainda hoje se verifica, Portugal também acolhia muitos/as cabo-verdianos/as e brasileiros/as, principalmente, de classe média, em busca de empregos mais lucrativos (Vieira e Trindade, 2008). Nos anos 90, imigraram brasileiros/as menos qualificados/as para trabalhos de salário mais baixo, como a restauração. Com a adesão de Portugal ao

Acordo de Schengen, chegaram imigrantes ou trabalhadores transnacionais de diferentes países europeus, como Espanha e Reino Unido, propiciando o recrutamento de profissionais altamente qualificados (Malheiros, 2002; Marques et al., 2006). Posteriormente, observaram-se períodos de refluxo, que ocasionaram a emigração de vários portugueses e o retorno de algumas pessoas das nacionalidades já mencionadas para os seus países de origem.

No Verão de 2015, a chegada de refugiados/as a toda a Europa, Sírios/as maioritariamente, apresentou níveis críticos, atingindo o um milhão. Em 2016, foram registados mais 400 mil refugiados/as, sendo que os principais locais de chegada foram a Grécia e a Itália, ainda hoje utilizados para esse efeito (UNHCR, 2015). Em termos nacionais, em 2017 houve um aumento de 19,1% de pedidos de asilo face a 2016, registando-se um total de 1.750, com o reconhecimento de 119 estatutos de refugiado e a concessão de 381 títulos de autorização de residência por proteção subsidiária (SEF, 2017). Contudo, não existem números exatos das pessoas em situação irregular, ainda que, segundo várias organizações de apoio, serão ainda muito elevados. Nos últimos anos, a ilha da Madeira, maioritariamente, tem recebido venezuelanos/as, muitos dos/as quais com dupla nacionalidade (Vieira & Trindade, 2008) que têm fugido da crise política, económica e social, agravada em 2015 (SEF, 2017). Tudo isto tem refletido o empenho de Portugal em apoiar a imigração, configurando-se numa prioridade política. Num total de 38 países (da União Europeia, como a Itália e Alemanha; e outros países, como os Estados Unidos da América e Canadá), Portugal destaca-se no Índice das Políticas de Integração (MIPEX), situando-se em segundo lugar, depois da Suécia (Huddleston, Bilgili, Joki, & Vankova, 2015). Portugal apresenta valores favoráveis em indicadores como o acesso à nacionalidade, anti discriminação e mobilidade laboral. Porém, neste mesmo índice, Portugal apresenta um resultado menos satisfatório numa das variáveis avaliadas, a saúde, pois a perceção sobre a qualidade e acesso aos serviços de saúde é inferior quando comparada a outros países.

Para uma melhor compreensão do processo de integração de migrantes e refugiados/as e de uma maior coesão social, o estudo de variáveis psicológicas, como o sentimento de pertença e os seus facilitadores será também pertinente, atendendo ao seu impacto inegável que iremos analisar de seguida.

4. Sentimento de pertença

Desde logo, as condições em que um/a migrante ou refugiado/a é recebido/a no país de acolhimento irão ser determinantes para o seu bem-estar (Kirmayer et al., 2011). Para tal, contribuem fatores como o suporte social encontrado; acesso ao emprego, educação, habitação e saúde; conhecimentos sobre a cultura e Língua; laços e ligações sociais e a ausência de discriminação (Alencar, 2018). Por sua vez, as perceções dos/as recém-chegados/as daí resultantes traduzem-se, a longo prazo, na capacidade de identificação e criação de um sentimento de pertença (Dandy & Pe-Pua, 2015), determinante fator de resiliência perante as situações de adversidade vividas (Monteiro & Maia, 2009).

O ser humano, como ser social que é, independentemente da sua cultura, está motivado para iniciar e manter relações interpessoais fortes, estáveis e agradáveis, sendo esta motivação acompanhada por uma forte necessidade de pertença (Baumeister, Brewer, Tice, & Twenge, 2007; Baumeister & Leary, 1995). Esta necessidade comum a todos/as, em maior ou menor grau de intensidade, provavelmente, terá uma base evolutiva, visto que desde os primórdios, a presença de laços sociais traz benefícios reprodutivos e de sobrevivência (Baumeister & Leary, 1995).

“Nenhuma pessoa é uma ilha” (Donne, 1987, p. 36) e, como Michael Ignatieff (2003) defende, pertencer está relacionado com investimentos emocionais, desejo de apego e com sentir-se “seguro”. Hagerty, Lynch-Sauer, Patuský, Bouwsema e Collier (1992) descrevem o sentimento de pertença como uma experiência psicológica com componentes cognitivas e afetivas de envolvimento pessoal num ambiente onde os indivíduos sentem que são parte integrante do mesmo. Isto engloba quer a experiência de sentir-se necessário/a, valorizado/a e estimado/a, quer a partilha de características comuns (Hagerty, Williams, Coyne, & Early, 1996).

4.1. Facilitadores e consequências do sentimento de pertença

É de notar que tanto migrantes como refugiados/as trazem consigo características pessoais e socioculturais, que moldam o seu processo de adaptação a novos contextos (Vieira & Trindade, 2008), influenciando, por conseguinte, o seu sentimento de pertença (Perry & Southwell, 2011). Se as suas experiências passadas tiverem sido positivas, podem provocar motivação para o envolvimento social e atribuição de valor ao mesmo (Hagerty et al., 1996). Neste contexto, a formação de laços sociais com pessoas que

partilham as mesmas experiências, mesmo sob condições adversas, tende a ser facilitado (Baumeister & Leary, 1995). Caso as experiências tenham sido negativas, o sujeito pode sentir-se menos pertencente e mais carente em relação aos outros (Hagerty et al., 1996), apresentando comportamentos menos pró-sociais. Os indivíduos passam a experimentar níveis mais elevados de desconfiança e maior evitamento da rejeição, deixando de procurar interagir (Baumeister et al., 2007). A exclusão social, por sua vez, representa uma intensa ameaça, com uma variedade de efeitos nocivos à adaptação, saúde física e psicológica (Baumeister & Leary, 1995). Desta forma, quanto maior o nível de sintomatologia clínica, menor o grau de sentimento de pertença e menor adaptação (Monteiro & Maia, 2009).

Por seu turno, a perceção de diferenças entre a cultura de origem e a cultura presente no país de acolhimento altera a estratégia aculturativa adotada, que desempenhará um papel moderador entre estados cognitivos, afetivos e comportamentais. Quanto maiores forem estas diferenças, maior a probabilidade da adoção de comportamentos de marginalização (Landis, 2008). Para além disto, a personalidade de quem migra desempenha um papel preponderante nas estratégias de integração escolhidas (Mestheneos & Ioannidi, 2002). Esta influencia o modo como as pessoas reagem ao afastamento do seu país e família e à perda de um eventual *status* social, assim como influencia a sua disposição para iniciar diálogo, capacidade de empatia e aptidão para a comunicação intercultural (Vieira & Trindade, 2008). Certas personalidades permitem o desempenho de boas estratégias sociais e garantem uma capacidade maior de ajustamento, lidando com otimismo perante a incerteza e diferenças culturais encontradas, permitindo um melhor aproveitamento do que é oferecido pela sociedade de acolhimento. Em contrapartida, outros/as apresentam maior dificuldade de adaptação, necessitando de maior ajuda e suporte, podendo não ultrapassar o passado e traumas vividos.

Para ambos os grupos, migrantes e refugiados/as, a utilização de tecnologia digital apresenta grande utilidade, propiciando integração sociopolítica, económica e cultural no país de destino ou acolhimento (McGregor & Siegel, 2013). Esta permite a obtenção de informação acerca de direitos, cidadania, serviços de apoio e práticas culturais do país de acolhimento (Dekker & Engbersen, 2014). Aqui, o acesso a programas de formação sobre diferentes conteúdos úteis e o contacto com elementos da família e amigos/as do país de origem, possibilita também evitar sentimentos de solidão (Komito, 2011) e permite a consolidação da aprendizagem do idioma (Alencar, 2018). Em Portugal, por exemplo, foi

desenvolvida a Linha SOS Imigrante (2003), um serviço de atendimento que presta informações gerais sobre problemáticas de imigração e o Serviço de Tradução Telefónica (STT) para combater uma das maiores barreiras sentidas no acesso aos serviços, a Língua.

Outro fator que poderá ter impacto, como defendem Mestheneos e Ioannidi (2002), é a presença de organizações comunitárias de apoio a estas populações, que se reflete (e é reflexo das) nas estratégias de aculturação das diferentes sociedades. Quando estas organizações estão presentes, auxiliam refugiados/as e migrantes a desempenhar um papel mais ativo. Muitos países oferecem também condições apoiantes, atribuindo certos benefícios, que, não obstante serem fundamentais para garantir condições de vida minimamente adequadas, simultaneamente, confirmam a imagem, muitas vezes, associada às minorias, de serem menos capazes e dependentes. Para além disso, estas condições envolvem, regularmente, procedimentos extremamente inflexíveis e burocráticos. No caso mais específico dos/as refugiados/as, as políticas públicas de provisão de habitação que lhes estão associadas, podem agudizar o seu sentimento de isolamento social, já que não tomam em consideração condições indispensáveis para a construção de um sentimento de pertença. O sucedido inferioriza-os/as e impede-os/as de contactar com pessoas pertencentes à sua classe social, por vezes, média/alta e com a mesma formação académica, sendo que estabelecer contacto com os/as mesmos/as poderia desencadear redes de suporte social apoiantes (Mestheneos & Ioannidi, 2002).

Costa, Coimbra, Pinto, Teixeira e Caramelo (2019) enfatizam ainda que a existência de interações de qualidade entre profissionais e refugiados/as é particularmente importante para o desenvolvimento de um sentimento de pertença na população-alvo. Para além disto, o grupo focal que estes autores realizaram, com diversos/as profissionais, demonstrou a importância de competências como a empatia, “agilidade mental e afetiva” e “inteligência emocional”, como base para estas interações serem bem-sucedidas, sendo fundamental um investimento contínuo na construção de uma relação centrada na confiança.

Em consequência destes fenómenos, várias têm sido as tentativas para explicar os processos adaptativos de migrantes e refugiados/as envolvidos/as em contextos culturais desconhecidos, surgindo como muito significativa a competência intercultural, tanto destas pessoas, como das que as acolhem.

5. Competência e sensibilidade intercultural

Os profissionais que trabalham com populações minoritárias lidam, constantemente, com a diversidade, sendo necessário que tenham um bom repertório de conhecimentos e competências para lidar com diferentes culturas. A cultura tem sido conceptualizada como o conjunto de recursos, crenças e valores, compartilhados por uma determinada comunidade e transmitidos de geração em geração (Bhugra & Arya, 2005). A sua influência determina como os indivíduos percebem e respondem em interações sociais, proporcionando sentido de identidade e bem-estar, através das percepções de valor próprio e de pertença (Dandy & Pe-Pua, 2015). Ainda assim, o conhecimento da cultura, por si só, não é suficiente. A realização de uma análise crítica possibilita considerar a cultura subjetiva, que é imprescindível para a exploração de visões alternativas (Bennett, 2009). Esta análise é possível aliando a competência intercultural à aprendizagem experiencial (Byram & Feng, 2004).

Na literatura é consensual que a competência intercultural pode ser definida por "um conjunto de habilidades e características cognitivas, afetivas e comportamentais que apoiam a interação efetiva e apropriada numa variedade de contextos culturais" (Bennett, 2008, p. 16 cit in Perry & Southwell, 2011), sendo um processo contínuo e dinâmico (Dunn, 2002). Por sua vez, a componente afetiva consiste na sensibilidade intercultural que permite experienciar emoções positivas decorrentes da compreensão e valorização das diferenças culturais (Chen, 1997). Segundo Chen e Starosta (2000), esta pode ser mensurada pela Escala de Sensibilidade Intercultural (ISS), de sua autoria, através das dimensões: satisfação e prazer em interagir, respeito pelas diferenças culturais, confiança na interação e atenção aquando da interação (Chen & Starosta, 2000). Bennett (1986, 1993) sublinha ainda que, como a sensibilidade intercultural não é uma característica humana inata, pode ser estimulada, conceptualizando-se como uma experiência desenvolvimental subjetiva de acomodação progressiva da diferença cultural. Esta definição originou o Modelo de Desenvolvimento da Sensibilidade Intercultural (Bennett, 1993), onde os indivíduos evoluem do "etnocentrismo", numa crescente diferenciação, até atingirem o "etnorelativismo", termo cunhado como antónimo do anterior. Tudo isto, num processo dinâmico de seis estágios: três etnocêntricos (Negação, Defesa e Minimização) e três etnorelativos (Aceitação, Adaptação e Integração) (Bennett, 1986, 2017). No(s) estágio(s) do "etnorelativismo", após terem sucedido alterações na percepção,

as disparidades começam a deixar de ser ameaçadoras (Olson & Kroeger, 2001). Tratam-se, por conseguinte, de categorias perceptivas novas e mais complexas, produzindo experiências mais complexas (Bennett, 2017; Dunn, 2002). A teoria da aprendizagem transformadora de Mezirow (2000) pode ser aqui associada, pois define aprendizagem como o processo pelo qual alteramos os nossos referenciais categóricos, para que sejam mais inclusivos, abertos, capazes de atingir mudança e reflexão, com intuito de gerar crenças e opiniões justificadas para orientar a ação futura. Este progresso envolve reavaliação e crescimento, na medida em que experiências de socialização e aprendizagem ao longo da vida mudam a identidade pessoal (Vieira & Trindade, 2008).

Bhawuk e Brislin (1992) corroboraram que a sensibilidade intercultural é decisiva em situações que englobam interações com pessoas de culturas diferentes, não sendo, desde logo, tarefa simples atingir competências de comunicação intercultural: isto é, capacidade de comunicar adequadamente com pessoas de diferentes culturas (Olson & Kroeger, 2001) e o desenvolvimento de uma atitude positiva em relação a outras culturas (Fritz, Mollenberg, & Chen, 2001). A maior dificuldade decorre da diversidade de culturas que podem coexistir dentro de uma mesma sociedade (Perry & Southwell, 2011).

Concomitantemente, existem outros constructos teoricamente parecidos aos apresentados, que podem resultar em confusões terminológicas que convém esclarecer. Heyward (2002) propõe um termo muito semelhante ao de competência intercultural: a “literacia intercultural”, que inclui interpretações, competências, atitudes, conhecimentos linguísticos e participação em entidades necessárias para o sucesso do envolvimento intercultural. A “compreensão intercultural”, aqui associada, abrange o domínio cognitivo (conhecimento de culturas; semelhanças e diferenças envolvidas) e o domínio afetivo (empatia, curiosidade e respeito) (Heyward, 2002; Perry & Southwell, 2011). A “humildade cultural”, apresentada por Tervalon e Murray-Garcia (1998), parte da premissa de que a cultura não é estática, mas fluida e subjetiva, e, por isso, é importante desafiar continuamente os indivíduos a compreenderem os “outros” e a conviverem com as desigualdades, contestando as barreiras institucionais que provocam desequilíbrios sistémicos de poder. A sua abordagem é diferenciada, na medida em que sublinha a necessidade de responsabilização individual e institucional na consideração da perspectiva da alteridade e, não apenas na tolerância em relação à mesma. Esta humildade cultural pressupõe compromisso com a autorreflexão crítica e aprendizagem contínua (Fisher-Borne, Cain, & Martin, 2015).

6. Género e educação: Promoção do sentimento de pertença e da sensibilidade intercultural

No que diz respeito à promoção do sentimento de pertença e da sensibilidade intercultural, aplicados a migrantes e refugiados/as, duas variáveis acabam por emergir e assumir particular destaque: o género e a educação. De facto, ambas as variáveis estão associadas, não raras vezes, a desigualdades dentro da sociedade em geral e dentro de cada grupo específico de pessoas migrantes e refugiadas. Isto reflete-se, por exemplo, nos resultados da aplicação do instrumento de avaliação do sentimento de pertença em Portugal, sendo encontradas diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres, evidenciando-se um maior sentimento de pertença nos homens (Monteiro & Maia, 2009). A este facto, não será alheio o papel na sociedade que é esperado para homens e mulheres. Embora existam algumas flutuações culturais, os estereótipos e papéis de género tradicionais acabam por ser partilhados por muitas sociedades. Na maioria das sociedades de acolhimento, observa-se, contudo, a implementação de mais medidas legislativas e sociais que promovem a igualdade e que combatem a violência de género. Assim, alguns desafios importantes acabam por ser lançados às sociedades de acolhimento: como conjugar sensibilidade intercultural e sensibilidade de género na integração de grupos minoritários? Como conjugar o respeito, consideração das diferenças culturais e a promoção de uma sociedade em que ambos os géneros tenham igualdade de oportunidades, sem que nenhum género seja vítima de discriminação, violência ou abuso?

Nestas e noutras questões, a educação, em particular, a aprendizagem ao longo da vida, poderá assumir um papel de empoderamento em migrantes e refugiados/as, assim como poderá auxiliar estes/as e a população já residente no país de acolhimento a compreender, valorizar e a respeitar estas e outras diferenças encontradas (Chen, 1997; Chen & Starosta, 2000).

A igualdade de género constitui um desígnio dos Objetivos de Desenvolvimento do Milénio e dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável até 2030. No entanto, para que esta igualdade seja conseguida, têm de ser ultrapassados os estereótipos de género, crenças acerca de atributos pessoais adequados para homens e mulheres (Manstead et al., 1995) que, regra geral, tendem a valorizar mais o homem e a considerá-lo mais competente e com mais poder. Para além disto, é fundamental diferenciar certos conceitos relevantes, assim como a tomada de consciência das diferenças existentes e esclarecê-las.

Quando são abordadas temáticas relacionadas com o *gênero*, convém esclarecer alguns conceitos. Quando nos referimos ao *sexo* estamos a especificar as características biológicas que diferenciam as categorias feminino e masculino. Por sua vez, o *gênero* refere-se às atitudes, sentimentos e comportamentos que determinada cultura associa ao sexo biológico de uma pessoa, é uma construção e identidade social (APA, 2012). Estes estão associados ao *habitus*, conceito apresentado por Bourdieu (1977), que consiste nas disposições individuais incorporadas e influenciadas pelo mundo social do indivíduo, que variam em função da cultura e do tempo histórico onde cada indivíduo está inserido.

Outro conceito distinto é a *orientação sexual*, que consiste na atração afetiva e sexual que uma pessoa pode sentir em relação a outra, manifestando determinados comportamentos daí decorrentes. Esta orientação pode variar ao longo de um *continuum*, tendo nos seus extremos: a atração exclusiva ao sexo oposto e a atração pelo mesmo sexo (APA, 2008). Por sua vez, a *identidade de gênero* consiste na identificação subjetiva dos indivíduos como homens, mulheres ou não binários, relacionando-se com os papéis de gênero associados a cada um, podendo ou não corresponder ao sexo atribuído a uma pessoa no seu nascimento (APA, 2015; Nogueira & Oliveira, 2010). Muitos indivíduos LGBT são forçados a fugir dos seus países de origem como resultado da perseguição que enfrentam pela sua orientação e/ou identidade de gênero (Alessi, Kahn, & Van Der Horn, 2017). Estes experimentam múltiplas formas de vitimização, desde abuso psicológico, agressão física e sexual (Shidlo & Ahola, 2013). Esta perseguição é comum em países com campanhas formais anti-LGBT, como na Nigéria e no Uganda; em países onde se atribui um cariz ilegal à homossexualidade, como o Sudão e Arábia Saudita, sendo punível com pena de morte; e países onde a homossexualidade é legal, mas inaceitável socialmente, como a Rússia (Carroll & Itaborahy, 2015), sendo que a religião ainda exacerba mais o estigma e justifica estes atos.

6.1. Desigualdades de gênero vividas por mulheres migrantes e refugiadas

Gênero e migração possuem uma interconexão complexa. O gênero, como característica do sujeito, é parte integrante da migração, condicionando quem migra, como e porquê. Para além disto, a migração torna as desigualdades e os papéis tradicionalmente associados a cada gênero mais evidentes, assim como oferece oportunidades para combatê-los, dada a convivência entre diferentes culturas (Nogueira & Neves, 2010; Omelaniuk, 2005) que permite comparações e *insights* que emergem

desta heterogeneidade. O género também pode diferenciar as causas da migração, processos e impactos daí resultantes (Omelaniuk, 2005). Um exemplo prende-se com o condicionamento da imigração das mulheres através de regras de saída proibitivas, como acontece no Irão, podendo favorecer o envolvimento destas mulheres em redes clandestinas, colocando-as em risco de violência, abuso e tráfico (UNFPA, 2006).

Até aos anos 70, segundo a perspectiva do modelo familiar patriarcal, as mulheres que imigravam eram vistas como vítimas, submissas e dependentes da decisão do seu companheiro ou pai. Mesmo a palavra “migrante” tinha uma conotação masculina (Hatoss & Huijser, 2010; Miranda, 2009; Omelaniuk, 2005), sendo apoiada por políticas que negligenciavam as mulheres. Na década de 1990, estas começaram a migrar em números muito superiores, tanto com a família, como de forma independente e voluntária (Miranda, 2009; Omelaniuk, 2005). Este fenómeno foi evidenciado pela procura de mão-de-obra feminina no setor dos serviços. Continuando estas mulheres, ainda assim, a apresentar uma taxa de desemprego maior do que os homens e a receberem um salário mais baixo (Omelaniuk, 2005; Topa, 2013).

No contexto Europeu, a imigração feminina representa cerca de 50% da população migrante residente (Topa, 2013). Deste modo, torna-se cada vez mais difícil ignorar a importância deste grupo, assim como a violência sexual e de género de que é, várias vezes, alvo (Keygnaert, Vettenburg, & Temmerman, 2012). Portugal segue a tendência estatística europeia e o tipo de imigração feminina mais expressiva, neste contexto, é a proveniente do Brasil, dos PALOP e dos países de Leste (Miranda, 2009; Topa, 2013). As mulheres brasileiras são as que estão associadas aos níveis mais elevados de discriminação. Estas enfrentam assédio sexual e preconceito, sendo caracterizadas com estereótipos que a sociedade legitima, resultantes de papéis protagonizados em telenovelas ou pelas notícias de comunicação social, conferindo-lhes uma imagem de excessiva associação a casos de prostituição e sua responsabilização em separações de famílias portuguesas (Topa, 2013). Por sua vez, as mulheres cabo-verdianas são as que apresentam a taxa mais elevada de desemprego e são as mais exploradas em contexto laboral relativamente ao número de horas de trabalho (Miranda, 2009). As mulheres dos países de Leste evidenciam o maior índice de insatisfação face à transição para Portugal, pelas dificuldades linguísticas que enfrentam e escassez de oportunidades de trabalho daí decorrentes, possuindo, usualmente, habilitações académicas mais elevadas (Topa, 2013).

Desta forma, as mulheres que se encontram em processo migratório/refúgio não vivenciam desigualdades apenas no seu país de origem, mas ao longo de todo o processo de transição no país de acolhimento (Collins, Zimmerman, & Howard, 2011).

No caso específico das refugiadas, o grau de violência é ainda maior devido à sua presença em conflitos armados e campos de refugiados (Antunes, 2017). Estas, frequentemente, são punidas com tortura sexual (Watkins, Razee, & Richters, 2012), por figuras de autoridade e/ou por desconhecidos (Pittaway & Bartolomei, 2001; Keygnaert et al., 2012). Esta estratégia pode ter diversos fins, como humilhar os seus maridos e pais, motivos de genocídio cultural, troca direta entre sexo e obtenção de comida (Pittaway & Bartolomei, 2001). A violência sexual e de género constitui uma violação dos direitos humanos e um crime contra a humanidade (Keygnaert et al., 2012). Para além de efeitos negativos impactantes no bem-estar e na participação das vítimas na sociedade, pode ter consequências graves em aspetos sexuais, reprodutivos e na saúde psicológica destas mulheres (Tavara, 2006). Caso os seus filhos e/ou filhas tiverem sido deixados para trás, isto representará outra fonte de grande angústia (Antunes, 2017; Collins et al., 2011).

No início dos anos 90 do século passado, devido a estas problemáticas, o ACNUR considerou as “mulheres refugiadas” uma prioridade política (Freedman, 2010). Todavia, muitos/as dos/as intervenientes continuaram a desvalorizar a necessidade de se processarem ações separadas para homens e mulheres (Freedman, 2010), por não assumirem o género como pilar na caracterização das migrações (Hatoss & Huijser, 2010; Topa, 2013), continuando a proteção das mulheres, ainda hoje, dependente de uma implementação lenta (Pittaway & Bartolomei, 2001). Várias investigações têm demonstrado que as políticas que visam a proteção legal de mulheres são, regra geral, fruto de uma análise binária do fenómeno, não indo de encontro à realidade vivida pelas mulheres (Branco, 2008; Pittaway & Bartolomei, 2001). Uma visão mais enriquecedora e consentânea com a realidade poderia ser alcançada com a teoria da interseccionalidade. Assim, o género teria de ser cruzado com categorias diferenciadoras de oportunidades presentes nas interações sociais destas mulheres, como a etnia, religião, estatuto socioeconómico ou orientação sexual, por exemplo (Branco, 2008; Topa, Nogueira, & Neves, 2013). A definição difusa do que é ser refugiado/a também dificulta que estas mulheres obtenham esse estatuto, problematizando ainda mais a obtenção de proteção (Freedman, 2010). Moser e Moser (2005) argumentam que a extensão da integração da perspetiva de género está dependente da resolução de diferentes atributos: institucionais; mecanismos de responsabilização, onde os indivíduos são a peça fundamental para a

promoção da integração; a cultura; a resistência masculina; e o investimento em formação relacionada com o género (Freedman, 2010).

Em suma, as questões de género são, sem dúvida, indispensáveis de ser analisadas para melhor compreensão das vivências decorridas no processo migratório e de procura de refúgio (Miranda, 2009; Topa, 2013), visto que a competência e humildade interculturais podem, aparentemente, parecer incompatíveis com a sensibilidade de género e subscrição da igualdade de género como princípio universal, em particular, quando falamos da integração de migrantes e refugiados/as provenientes de países menos igualitários.

Como iremos analisar de seguida, a educação pode desempenhar um papel importante a este nível, sendo uma promissora ferramenta de criação de igualdade de oportunidades para todos e para todas (English & Mayo, 2019; Hatoss & Huijser, 2010).

6.2 Educação e género: A importância da alfabetização e das competências linguísticas

As taxas de alfabetização e os níveis de qualificação, embora muito díspares em todo o Mundo, apresentam reflexos das desigualdades de género presentes na educação, remetendo para a tendência de favorecimento dos homens, em muitos dos países de origem dos/as migrantes e refugiados/as. Por esta razão, é necessária maior sensibilidade no que concerne aos antecedentes dos/as mesmos/as, sem negligenciar a variável género (Watkins et al., 2012).

O aumento da escolaridade parece encorajar a emigração por parte das mulheres (Omelaniuk, 2005) podendo ter um efeito positivo de empoderamento para as mesmas, propiciando segurança económica; redução das desigualdades vivenciadas; aumento da autonomia e independência económica; e conquista de estatuto social (UNFPA, 2006). As baixas qualificações escolares, por outro lado, dificultam o acesso a informações, resultando em menor preparação para o processo migratório/refúgio (Omelaniuk, 2005), expondo as mulheres a situações de grande vulnerabilidade (Hatoss & Huijser, 2010).

Em parte, isto deve-se ao facto de os homens serem melhor sucedidos na aprendizagem da Língua do país para onde se deslocam, porque, apesar de a literatura indicar que as mulheres conseguem obter resultados superiores de cognição verbal, estas experienciam desigualdades de oportunidades de participação social, vocacional e educacional, sendo desde logo prejudicadas. O domínio da Língua é uma das

competências necessárias para a integração bem-sucedida, podendo aumentar os níveis de bem-estar, em particular através do seu incremento do sentimento de autoeficácia (Alencar, 2018; Watkins et al., 2012). Dominar o idioma do país de acolhimento também reduz o isolamento social e melhora as oportunidades educacionais e vocacionais (Watkins et al., 2012), determinando a participação ou exclusão do mercado de trabalho (English & Mayo, 2019). Desta forma, a Língua exclui pessoas, fortalece a identidade nacional e reforça barreiras contra os/as migrantes e refugiados/as (English & Mayo, 2019). Assim, quem não a domina encontra entraves para ser respeitado/a, valorizado/a e para desenvolver laços sociais na sociedade de acolhimento (Nawyn, Gjokaj, Agbényiga, & Grace, 2012). Estes laços poderiam fornecer auxílio para adquirir recursos materiais e não materiais, como sensação de segurança, acesso a informações básicas essenciais, por exemplo, para aceder a cuidados de saúde (Antunes, 2017). Como Bourdieu (1991) sustentou, o poder da Língua está presente na capacidade de comunicar e na defesa de si mesmo numa interação verbal. Efetivamente, embora não fiquem sem voz, estes indivíduos possuem a perceção de não serem ouvidos (Alencar, 2018; Antunes, 2017). E, de facto, aprender o idioma do país de acolhimento, assim como conhecer a sua história e cultura é identificado como crucial para a inclusão social e para ser garantido um sentimento de pertença (Costa et al., 2019).

6.3. Aprendizagem ao longo da vida e integração de migrantes e refugiados/as

A educação constitui um fator que interfere na experiência de migração em todos os seus momentos. Desde logo, os antecedentes educacionais marcam os processos de integração nas sociedades de acolhimento. Com o intuito de aumentar as taxas de alfabetização de toda a comunidade e tendo em consideração os obstáculos comumente enfrentados por grupos minoritários, como é o caso de migrantes e refugiados/as, no que diz respeito à educação, a UNESCO, nas suas últimas conferências, tem vindo a apresentar uma mudança de paradigma. Tem-se verificado uma expansão na conceção de educação, tornando-se comum a noção de aprendizagem ao longo da vida. A educação de adultos passa a ser considerada parte integrante deste processo mais vasto (Aníbal, 2013), que engloba todas as aprendizagens formais, semiformais e informais (UNESCO, 2019). Não obstante, Lima (2010) transmite a ideia partilhada na literatura de que a transição do conceito de educação para aprendizagem traduz uma conotação individualista e

pragmática deste processo, onde o indivíduo torna-se responsável pelo seu processo de formação, mesmo que as condições em que se encontre não sejam propícias, desencadeando, em simultâneo, um reducionismo económico da aprendizagem.

Na Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável da ONU, tal como anteriormente, nos Objetivos de Desenvolvimento do Milénio, o peso da aprendizagem ao longo da vida em questões sociais e ambientais para o desenvolvimento humano é também reconhecido (ONU, 2015), convidando-se os Estados-Membros a promover oportunidades para que todos/as a possam alcançar. Deste modo, têm vindo a ser debatidas diversas iniciativas europeias que promovem percursos mais flexíveis de aprendizagem para grupos mais vulneráveis, como migrantes e refugiados/as (UNESCO, 2019). No entanto, apesar do Pilar Europeu dos Direitos Sociais determinar que toda a população da Europa tem direito a uma educação, formação e aprendizagem ao longo da vida inclusivas e de qualidade para poder desenvolver competências e participar em pleno na sociedade, tal ainda não se verifica (English & Mayo, 2019).

A avaliação efetuada pelos países da União Europeia, através dos respetivos Quadros de Qualificações, das competências semiformais e informais de migrantes e refugiados/as, bem como a tentativa de integração das diferenças culturais e a presença de diversidade em ambientes educacionais, tem apresentado diversas falhas (Guo, 2010), conduzindo à exclusão social. Não raras são as vezes em que é esquecido que estas pessoas, ao transitarem para um novo país, transportam valores, uma cultura, um idioma e a sua formação educacional, podendo enriquecer os novos ambientes educacionais para onde se movem (Guo, 2010; Hatoss & Huijser, 2010). Ao invés disto, a aprendizagem ao longo da vida transformou-se num meio para que migrantes e refugiados/as assimilem as normas e valores dominantes na sociedade de acolhimento (Guo, 2010), sendo que muitos/as destes/as, embora possuam uma elevada escolaridade, são forçados/as a priorizar a sua sobrevivência (English & Mayo, 2019). A fim de contrariar isto, a UNESCO (2019) enfatizou a necessidade da implementação de programas de aprendizagem e educação de adultos, com uma abordagem holística, ao invés de serem apenas abordadas competências vocacionais e de assimilação (English & Mayo, 2019).

As mudanças entre diferentes espaços sociais efetuadas pelos/as migrantes e refugiados/as são fases de aprendizagens significativas com o poder de alterar o significado das suas vidas como indivíduos e capacitar a sua adaptação. Para além disto, o processo migratório/de refúgio representa um contraste nos quadros de referência herdados nas comunidades de origem e no reportório biográfico, tornando-se

significativo, para a sua melhor adaptação, possuir níveis elevados de competência intercultural. Por sua vez, “aprender a fazer”, um dos pilares da aprendizagem ao longo da vida, está muito relacionado com a área do trabalho e das oportunidades, considerada significativa para estas populações. Por esse motivo, as políticas de educação, designadamente de adultos, não podem ignorar problemas de empregabilidade e competitividade que tanto influenciam a vida destes indivíduos. Contudo, esta possibilidade é-lhes, frequentemente, negada, dado que as suas aprendizagens e experiências prévias são desvalorizadas e denegridas, sobretudo no que concerne às mulheres (Guo, 2010), o que resulta em subemprego e alienação (English, & Mayo, 2019). Nesta situação estão, por exemplo, médicos/as e professores/as a trabalhar como empregados/as de mesa (Morrice, 2007). Para combater este fenómeno alguns países envolveram-se num sistema de créditos de qualificações, cujo objetivo consiste em facilitar a integração de quem migra no mercado de trabalho, independentemente, de onde obtiveram as suas qualificações ou de onde trabalharam anteriormente (Singh, 2015). Este tem-se revelado um “problema crítico” dada a lentidão do processo burocrático no reconhecimento de diplomas, desencorajando migrantes e refugiados/as a candidatarem-se, comprometendo as suas perspetivas de emprego (Slade, 2015) e, conseqüentemente, a sua inclusão social (Dandy & Pe-Pua, 2015).

Cursos oferecidos pela educação de adultos têm-se revelado uma possível resposta para poderem voltar a exercer nas suas profissões (Slade, 2015). Para isso, não podem ser desconsideradas as aprendizagens anteriores destes sujeitos, havendo uma abordagem adequada à situação individual de cada um, possibilitando auxílio na procura de emprego seguro, fundamental para terem sucesso económico e contribuírem para a sociedade em que se encontram (English & Mayo, 2019). Nestes ambientes de aprendizagem, migrantes e refugiados/as devem ser considerados/as pessoas ativas e a diferença incorporada por meio de uma participação democrática, envolvendo as suas culturas e baseando-se nestas para as suas perspetivas serem entendidas. Contudo, tal não se verifica, usualmente, nem existem formações suficientes para considerar a diversidade que estes indivíduos representam. Além de que a maioria dos Estados-Membros da União Europeia não tem um sistema de validação estabelecido, apresentando disparidades nas práticas implementadas, o que consiste num obstáculo à mobilidade, pela dificuldade de validação das aprendizagens realizadas em diferentes países. Neste contexto, os processos de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC) podem trazer benefícios, reconhecendo socialmente contextos de aprendizagem considerados

insignificantes no passado, através da ênfase atribuída à história de vida, aprendizagens em diversos contextos e convivência com diferentes pessoas (Aníbal, 2013).

Desde modo, torna-se prioritário que seja adotada uma abordagem pautada pela competência intercultural direcionada aos que trabalham com estes públicos-alvo: psicólogos, exército, polícias, professores, entre outros/as (English, & Mayo, 2019).

“Aprender a viver juntos”, outro dos pilares da aprendizagem ao longo da vida, consiste na dimensão mais significativa para os migrantes e refugiados/as (Guo, 2010). Desta forma, seria importante uma aprendizagem ao longo da vida transnacional capaz de equilibrar a liberdade de mobilidade protegida; o reconhecimento do valor e capacidades individuais e o associativismo (Guo, 2010).

Parte II – Estudo Empírico

1. Método

1.1. Objetivos e questões de investigação

Este estudo surge no seguimento do projeto ReGap, financiado pela União Europeia, e que contou, a nível nacional, com uma equipa de investigadores da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP), do qual fizeram parte a orientadora, Professora Doutora Susana Coimbra, e o coorientador, Professor Doutor João Caramelo, da presente dissertação de mestrado. Este projeto desenvolveu e testou recursos e-learning de acesso aberto e sensíveis do ponto de vista cultural e de género para pessoas adultas refugiadas, migrantes e requerentes de asilo, no sentido de promover um sentimento de pertença social e desenvolver competências importantes para uma integração bem-sucedida no país de acolhimento. Para atingir este fim, os cursos foram precedidos por grupos de discussão focalizada com pessoas migrantes, refugiadas e profissionais que trabalhavam com estas populações, de modo a poder apurar aquelas que seria as áreas correspondentes às suas necessidades prioritárias. No seu seguimento, foram identificados os seguintes temas para o desenvolvimento dos cursos: emprego, saúde, segurança social, educação, questões de género e justiça (Costa et al., 2019).

No presente estudo, procuramos, através da recolha de narrativas de migrantes e refugiados/as, aprofundar o conhecimento sobre as suas perceções no que diz respeito ao seu processo de integração em Portugal, mais precisamente no Norte do país, assim como evidenciar possíveis diferenças nas vivências deste processo por cada um destes grupos. Neste âmbito, a investigação toma como objeto de estudo o sentimento de pertença, mais precisamente, os fatores que são reconhecidos como obstaculizadores e facilitadores do mesmo. Assim como identifica, aquando da produção de um sentimento de pertença, aqueles que podem ser os fatores de promoção da resiliência e a integração social das populações em estudo.

Procurámos responder às seguintes questões: o sentimento de pertença, efetivamente, surgiu ao longo do processo de integração? Quais os fatores que mais contribuíram ou dificultaram o sentimento de pertença? Qual o papel desempenhado neste processo pela sensibilidade intercultural e de género e pela educação formal e não formal?

Quais as semelhanças e diferenças entre as narrativas de pessoas migrantes e refugiadas? A experiência adquirida de contacto direto e interativo com o público-alvo, ao longo dos últimos anos, por parte da investigadora principal, que realizou um projeto de voluntariado que visava a integração de refugiados/as na Alemanha, motivou a exploração destas dinâmicas no contexto nacional. Para além disso, é de notar que esta experiência pode também ter auxiliado a gestão das barreiras linguísticas e culturais, através da implementação de formas alternativas e adequadas de comunicação quando necessário.

1.2. Instrumentos

Nesta investigação foi utilizado um guião de base (anexo 1) para as entrevistas semiestruturadas. Este foi elaborado de acordo com uma revisão teórica prévia subjacente aos objetivos definidos para esta investigação, explorando vários aspetos considerados relevantes para a integração dos/as participantes migrantes e refugiados/as envolvidos/as no estudo.

Num primeiro momento, este guião possuía perguntas mais orientadas para reunir os dados sociodemográficos dos/as participantes e, de seguida, foram explorados tópicos que abordavam a experiência e vivência do processo de migração/de procura de refúgio; mudanças identificadas pelos/as participantes em si e na sua vida; aspetos percebidos pelos/as mesmos/as quanto ao género, educação e emprego e sua influência na integração na sociedade de acolhimento, neste caso em Portugal.

O recurso a entrevistas permite ao/à participante discorrer sobre o tema proposto de acordo com os seus quadros de referência, salientando os aspetos mais relevantes para si, tentando-se prevenir, desta forma, que as respostas sigam “juízos de valor” (Amado, 2017; Pais, 2001). Desta forma, é possível aceder ao discurso das pessoas para, a partir da forma como se expressam, incluindo as suas opiniões, representações, recordações, intenções e valores, explorar e/ou identificar variáveis e relações (Amado, 2017). Trata-se de algo que recorrendo, por exemplo, a um questionário não seria possível de aceder. Para além disto, as entrevistas semiestruturadas têm a vantagem de permitir eventuais ajustes durante o momento da recolha de dados, como a adequação do discurso e dos temas que recebem mais enfoque consoante as características e compreensão do/a entrevistado/a, assim como a possibilidade de explorar tópicos emergentes que possam

surgir como relevantes para a investigação adequando-se à experiência de cada pessoa (Charmaz, 2006).

É também importante referir que algumas das perguntas presentes nas entrevistas, assim como algumas respostas, foram facilitadas com a ajuda de aplicações virtuais de tradução que cada migrante ou refugiado/a possuía, previamente, no seu telemóvel, sendo eles/as a recorrer às mesmas de forma espontânea e imediata, sempre que encontravam barreiras linguísticas.

1.3. Amostra

A amostra deste estudo é uma amostra por conveniência, constituída através do contacto com pessoas e/ou instituições com proximidade à população em causa, nomeadamente, a Câmara Municipal de Guimarães, voluntários/as de Instituições Anfitriãs pertencentes à Plataforma de Apoio de Refugiados e a rede de contactos interpessoais. Alguns e algumas dos/as mediadores/as foram identificados/as, pelos/as refugiados/as, em particular, como fonte de grande apoio, representando importantes figuras de vinculação.

De acordo com os objetivos desta investigação, constituíram-se como critérios de inclusão dos/as participantes: possuir estatuto de migrante ou de refugiado; idade igual ou superior a 18 anos, dominar, minimamente, a Língua Portuguesa, Espanhola ou Inglesa e ter disponibilidade para uma entrevista presencial acerca do sentimento de pertença no processo de inclusão. A amostra foi constituída por 14 participantes, destes/as seis migrantes, quatro do sexo masculino e dois do sexo feminino; e oito com estatuto de refugiado, dos quais seis do sexo masculino e dois do sexo feminino, subrepresentação esta que, segundo o que foi exposto anteriormente, não é de estranhar.

1.4. Procedimento de recolha

Foi realizado um contacto prévio com as diferentes entidades via e-mail (anexo 2) no sentido de solicitar a colaboração no recrutamento dos/as participantes, transmitindo-lhes o objetivo da investigação e critérios de inclusão e de exclusão da amostra. Posteriormente, todas as pessoas que demonstraram disponibilidade em participar e que cumpriam os critérios de inclusão foram contactadas para se proceder ao agendamento das entrevistas.

No total foram realizadas 14 entrevistas nos dias 25, 29 e 30 de outubro de 2019; 20 de dezembro de 2019; 1 e 9 de novembro de 2019; 7, 16 e 28 de janeiro de 2020 e 4 de fevereiro de 2020, sendo sempre garantidos o conforto e privacidade dos/as participantes. Para este efeito, as entrevistas dirigidas aos/às refugiados/as foram sempre precedidas pela apresentação dos/as entrevistados/as por parte das pessoas com as quais havia sido estabelecido o contacto inicial e foram realizadas nas casas próprias, conforme solicitado pelos/as mesmos/as, com exceção de um dos refugiados que solicitou que a entrevista tivesse lugar na Câmara Municipal de Guimarães, por não se sentir confortável na casa onde residia com outros/as refugiados/as. Duas das entrevistas realizadas aos refugiados foram em família, sendo que as esposas e um dos filhos do casal também estavam presentes, contribuindo para enriquecer as entrevistas e para auxiliar o diálogo em Língua Portuguesa, algo solicitado pelos/as participantes. Isto possibilitou que a investigadora assistisse a dinâmicas familiares que, ainda que pontualmente observadas, permitiram dar conta de aspetos relevantes como é o caso, por exemplo, de aspetos culturais presentes nas interações entre géneros.

As entrevistas com os/as migrantes contrastaram com as anteriores, visto que, para além de terem sido mais fluidas em termos linguísticos, quase na sua totalidade, estas tiveram lugar em diversos locais, previamente, acordados com os/as participantes, tendo sido privilegiadas as opções consideradas pelos/as mesmos/as como mais adequadas para se sentirem confortáveis e abertos/as para este fim, como é o caso da área de restauração de um centro comercial pouco movimentado e no horário de menor afluência; cafés sossegados, frequentados habitualmente pelos/as participantes; ou uma sala vazia, previamente reservada, na FPCEUP.

No início de cada entrevista, os objetivos do estudo foram explicados, novamente, a todos/as os/as participantes, o seu anonimato foi assegurado e foi solicitada a sua autorização para a gravação áudio da entrevista para posterior transcrição. Para além disto, todos/as assinaram um consentimento informado onde declaravam ter 18 anos ou mais e formalizaram a sua escolha livre e informada para participar no estudo (anexo 3). A duração média das entrevistas variou entre 20 minutos e uma hora e meia, sendo influenciada por diversos fatores, desde a fluência linguística por parte dos/as participantes até a reações emocionais mais intensas demonstradas no decorrer da entrevista e que foram sendo geridas. Para aceder a mais detalhes, as notas de terreno podem ser consultadas no anexo 4.

1.5. Procedimento de análise

As questões de investigação do presente estudo foram respondidas através de uma abordagem qualitativa, a mais indicada para descrever, compreender e interpretar fenómenos de natureza social e a sua complexidade inerente. Apesar de não possibilitar a generalização, esta enriquece o conhecimento já existente sobre determinada realidade, visto que possibilita o acesso a realidades sociais que dependem do entendimento e da forma como são experienciadas e produzidas pelas pessoas envolvidas (Amado, 2017; Denzin & Lincoln, 1994).

Desta forma, após a recolha de dados, as transcrições das respetivas gravações áudio foram efetuadas, sendo cada uma delas alvo de várias leituras e correções, visto que a maioria das entrevistas foram realizadas a pessoas com um domínio relativamente frágil da Língua. Tal implicou algum trabalho extra sobre os testemunhos recolhidos, a fim de procurar o equilíbrio entre o respeito pelas formas de expressão próprias dos/as entrevistados/as e a necessidade de constituir um corpus empírico passível de ser analisado no seu significado e de ser transmitido aos potenciais destinatários da investigação. Estas leituras permitiram também que algumas reflexões iniciais começassem a ser levantadas. Depois, iniciou-se o processo de análise, através da organização sistemática dos dados brutos, dividindo estes em unidades manipuláveis, orientadas pela revisão da literatura previamente realizada, procurando-se encontrar padrões e descobrindo, gradualmente, aspetos importantes do que deve ser aprendido e transmitido (Bogdan & Biklen, 1994). Nesta fase, mobilizou-se uma técnica de análise de conteúdo que possibilita a realização de inferências interpretativas a partir dos dados, após estes terem sido organizados em categorias com vista à sua compreensão e explicação (Amado, 2017). Como base desta análise, foi elaborado um mapa concetual e o esboço daquela que seria a matriz final ou “árvore de categorias” (anexo 5). Na reflexão acerca da adequação das categorias e subcategorias aos objetivos da análise e ao corpus emergente da recolha através de entrevistas, contou-se com a colaboração de dois juízes externos, neste caso a orientadora e o coorientador da presente investigação. Estes processos, mais tarde, possibilitaram o início da interpretação propriamente dita e construção de significados, atribuindo sentido às entrevistas em análise (Vala, 1986).

2. Apresentação e Discussão dos Resultados

A análise de conteúdo realizada do material recolhido nas entrevistas efetuadas permitiu identificar as seguintes categorias: “Características pessoais”; “Redes de suporte social”; “Características socioeconómicas, políticas e burocráticas do país de acolhimento”; “Cultura e clima”; “Aprendizagem ao longo da vida”; e “Sensibilidade de género”.

Como identificámos, todas as categorias acabam por ter o aspeto comum de os/as participantes as caracterizarem como facilitadores e/ou obstáculos para que seja gerado um sentimento de pertença, determinante para a promoção da resiliência (Monteiro & Maia, 2009) e para uma integração bem-sucedida no país de acolhimento (Bhugra & Arya, 2005; Hagerty et al., 1992; Lustig et al., 2004).

É de referir que a literatura indica que há diferenças estatisticamente significativas que demonstram níveis mais elevados de sentimento de pertença nos homens comparativamente com as mulheres (Monteiro & Maia, 2009), embora tal não tenha sido perceptível neste estudo, esta informação não pode ser generalizada por se tratar de um estudo qualitativo e não possuir representatividade suficiente para tal. Ainda assim, é importante salientar que todos/as os/as participantes, com exceção de um homem refugiado proveniente da Síria, afirmaram “sentir-se em casa”, expressão por nós escolhida para operacionalizar o constructo “sentimento de pertença” e que está presente no título desta dissertação.

«Ai, eu me sinto bem! Me sinto em casa. (Migrante Brasileira, 40 anos)»

«Viver aqui...é muito bom. Sim, se pessoas perguntar para mim se vir para Portugal, eu dizer que Portugal muito bom. E eu tenho amigos na Turquia, se perguntarem, às vezes, eu dizer muito bom mesmo Portugal. (Refugiado Sírio, 52 anos)»

2.1. Características pessoais

Esta categoria refere-se às características pessoais de cada participante, como o tipo de estatuto ou motivo da migração, personalidade, idade e estado de saúde que, tal como já foi referido, afetam de diversas formas o sucesso alcançado na integração de migrantes e refugiados/as (Mestheneos & Ioannidi, 2002; Vieira & Trindade, 2008).

Desde logo, só o facto de possuir estatuto de migrante ou de refugiado irá ser determinante, pois por trás deste estatuto estarão sempre as razões que levam o indivíduo a deixar o seu país de origem. Estas razões descrevem em que condições este se

encontrava e a facilidade/dificuldade com que iniciou o processo de migração, sendo também conhecido na literatura que os/as refugiados/as acabam por sofrer um impacto mais negativo de toda a experiência (Crowley, 2009; Kirmayer et al., 2011; Murray et al., 2010).

Além do mais, várias características da personalidade enumeradas pelos/as participantes podem, segundo os próprios/as, promover um melhor ajustamento e melhor capacidade para lidar com as diferenças culturais encontradas, satisfação e prazer em interagir, respeito pelas diferenças culturais, confiança na interação e atenção aquando da interação, garantindo melhor aproveitamento do que lhes é oferecido no país de acolhimento. É o caso da resiliência, determinação, não gostar de se envolver em conflitos, otimismo, facilidade em aprender e boas capacidades de observação.

«Coragem, coragem! Porquê? Às vezes quando a coisa dá para o torto, *a gente* pensa assim: “Vamos lá, que é corajosa! *Tá* dando para o torto, mas não *tá* dando para o torto por falta de coragem, não é por isso! Vamos lá então! (...) Falando um bocadinho mais de mim: Eu sou uma pessoa que não *dou muita bola* quando alguém não gosta de mim ou tem uma ideia sobre mim eu...o que não é bom, eu sempre deixei de lado. Então se eu não me envolvo em conflitos de...nenhum tipo, é difícil. (Migrante Brasileira, 40 anos)»

«But always I stay optimistic, tomorrow will be better and next year better and the next too. (Refugiado Sírio, 41 anos)»

«Para mim foi fácil. Eu sei falar algumas Línguas, por exemplo, eu sei falar um bocadinho Espanhol, Inglês, sei falar Árabe...nunca tive aulas. Tipo quando eu gosto, quando digo que vou aprender, aprender e foi fácil (...). (Refugiado Eritreu, 24 anos)»

Dependendo das características motivacionais e da personalidade, algumas pessoas apresentam maior tendência para realizar o mesmo tipo de atribuições causais, ou seja, formular certo tipo de perceções através de processos dedutivos e inferenciais para explicar vários eventos da sua vida, de forma consistente para o sucesso e para o fracasso (Neves & Faria, 2007; Sousa, Rosado, & Cabrita, 2008). Isto constitui-se como preditor da experiência social do indivíduo, mediando as expectativas do mesmo em relação ao futuro e, por isso, trazendo influências na forma como age e, consequentemente, na sua adaptabilidade ao meio (Barbeitos, 2014). Quanto às atribuições para o sucesso, a literatura indica que as causas internas e estáveis, assim como as instáveis e controláveis são as mais adaptativas, uma vez que a pessoa pode dosear o esforço que investe na tarefa consoante pretende e dependendo do contexto. Já em situações de insucesso, é sabido que causas instáveis permitem salvaguardar a autoestima e promovem o evitamento de situações futuras similares (Mascarenhas,

Almeida, & Barca, 2015; Weiner, 1985). Nas entrevistas foi notório que dois participantes tinham esta mesma tendência para usar as atribuições de causalidade revelando algumas reações afetivas daí resultantes (Faria, 1999; Neves & Faria, 2007; Weiner, 1985). Um deles era um refugiado de 24 anos proveniente da Eritreia que ao partilhar informações acerca do seu processo de refúgio, em semelhança a outros/as refugiados/as, relatou situações da sua história de vida que lhe sucederam pouco positivas, que pouco ou nada de si dependiam, com o potencial de desencadearem sintomatologia depressiva. Provavelmente por isso, este demonstrou alguma desvalorização de si mesmo e um *locus* de controlo externo, assim como uma reação afetiva de fracasso com autculpabilização por não sentir bem-estar psicológico, revelando uma atribuição de causa interna, instável e incontrolável, podendo ainda não ter ultrapassado os traumas vividos (Crowley, 2009; Kirmayer et al., 2011; Lustig et al., 2004; Murray et al., 2010).

«Tipo eu não fiz nada de diferente o que eu fiz qualquer pessoa faria, há muita gente que chegou comigo a Portugal há 3 anos e tal, pronto. Tipo eu não fiz nada de diferente»

«Tipo eu, às vezes, sofro muito comigo mesmo, mas ninguém tem culpa. A culpa é minha, às vezes eu falho nas coisas, não posso tratar, não posso fazer eu mesmo, não dá e aqui neste país qualquer pessoa pode ser feliz tipo quando te tratas bem as coisas batem sempre certinhas, quando falham depois não consegues tratar, podes fazer pouco.»

Por sua vez, um refugiado de 41 anos proveniente da Síria demonstrou possuir tendência para realizar atribuições incontroláveis, externas e instáveis, associando todos os acontecimentos da sua vida e desfechos dos mesmos à sorte.

«Yes, yes. ‘Till now I cannot yet what about the future but I hope I hope I get a good stuff in the future but till this moment lot of things happen with me ah I think all time my bad luck let me falling in it.»

Para além destas características, os/as migrantes sublinharam que ser-se mais jovem e desconhecido no país de acolhimento possibilita melhores capacidades para lidar com a novidade e desafios encontrados. Em consonância, um dos refugiados identificou a sua idade como um obstáculo para encontrar emprego e, conseqüentemente, melhorar as suas condições socioeconómicas para poder sentir-se melhor integrado. O facto de possuir problemas graves de saúde foi também identificado por este participante como impeditivo para este efeito, principalmente, para empregos de baixa qualificação.

«[The first time I migrated] it was easy ...actually I was ah...ahhh young, you know, more than now. (Migrante Turco, 27 anos)».

«(...) A parte fácil da migração é justamente essa parte difícil. Como não sou conhecida em lugar nenhum, eu também não tenho (imperceptível) em lugar nenhum, não é? Que é aquela coisa que é fulana, que vem do fulano, vem do lugar tal, ou se sabem quem é a fulana, uns

não conhecem outros sabem como é que fazem. Isso acho que é a minha vantagem! É entrar e, vamos dizer assim, vou usar a palavra virgem. É entrar virgem num espaço onde ninguém te conhece, nem para o bem, nem para o mal. (Migrante Brasileira, 40 anos)»

«No, no! ahh different rhythms, for example, for example, some people some, some companies, they want workers ahh young workers not...not like me ahh I'm ahhh eu tenho 41 anos. Eles querem muito mais, mais novos. This is one reason. (Refugiado Sírio, 41 anos)».

2.2. Redes de suporte social

O desejo de apego e a necessidade de adquirir redes de suporte social é visível nas entrevistas de todos/as os/as participantes para promover o sentimento de pertença, o que é condizente com a literatura (Alencar, 2018; Bhugra & Arya, 2005; Crowley, 2009; Kirmayer et al., 2011; Murray et al., 2010).

Nesta categoria é feita referência à importância de manter as redes de suporte social existentes no país de origem, em particular, familiares; a importância da criação de novos laços sociais no país de acolhimento, seja através de novas amizades, de um relacionamento amoroso, constituindo família ou através dos/as vizinhos/as; de que forma as experiências vividas ao longo do processo migratório/refúgio influenciam o desenvolvimento de novas redes de suporte; apoio que pode ser transmitido por organizações não-governamentais (ONG's); e como as novas tecnologias poderão auxiliar a criar condições para que este desenvolvimento seja possível. Desta forma, divide-se nas subcategorias “Relações familiares, amorosas e de amizade”; “Recursos tecnológicos”; e “ONG's e outros”.

2.2.1 Relações familiares, amorosas e de amizade

Da mesma forma que as redes de suporte social promovem o sentimento de pertença, são também promotoras de resiliência, uma vez que estar incluído no ambiente social da sociedade de acolhimento permite uma adaptação mais rápida e o ultrapassar das adversidades com maior facilidade (Infante, 2005). De facto, os períodos de pós-voos e pós-migração, constituem um fator de risco, por desencadearem a mágoa de deixar o país de origem para trás e a rede de suporte social já constituída (Bhugra & Arya, 2005; Kirmayer et al., 2011; Lustig et al., 2004; Vieira & Trindade, 2008). Quatro migrantes e seis refugiados/as chegam a fazer uso de palavras como “*saudade*” e “*preocupação*” para descreverem o que sentiam.

«*Saudade, saudade* in our language you can't find ahh...The word yeah. It's...but really', I'm feeling the word, I'm living this word! It's like a poem, you know? One word it's enough maybe all life and ahh more important for me this word *saudade* about maybe sometimes of family; maybe sometimes *for you* childhood (...). (Migrante Turco, 27 anos)»

Para além disso, se a pessoa não perceber a receptividade por parte da sociedade de acolhimento, poderá sentir-se menos pertencente e apresentar menos comportamentos pró-sociais a fim de evitar a rejeição (Baumeister et al., 2007; Hagerty et al., 1996), como se verificou, repercutindo-se em implicações para o seu bem-estar (Baumeister & Leary, 1995; Crowley, 2009; Kirmayer et al., 2011; Murray et al., 2010).

«Língua, ambiente, amigos...eram diferentes. *Aqui no tem...* aqui é diferente. Aqui é mais, amigos trabalham, por exemplo, se vamos beber. *Ninguém para beber cerveja*, não juntavam *isso aí é típico diferente*. Na Grécia não, na Grécia trabalham na fábrica, na mesma semana começam a sair, a beber, tomar café, cerveja, falar...difícil aqui também. *Com algumas pessoas sim sair comigo*. É diferente, é diferente sim. As pessoas acham, mas não é fácil...se já tens família, agora tens esperança e manter. (Migrante Sírio, 50 anos)»

No entanto, este efeito pode ser atenuado, em alguns casos, se os/as participantes encontrarem pessoas do mesmo país de origem no país de acolhimento ou que tenham vivenciado o mesmo percurso e/ou adversidade, tal permite a identificação e empatia em relação a outros (Baumeister & Leary, 1995).

Duas migrantes e um migrante mencionaram que possuir um relacionamento amoroso com alguém de nacionalidade portuguesa pode ser muito benéfico na sua integração, assim como o apoio dos/as familiares dos/a companheiros/a presentes no país de acolhimento, garantindo recursos materiais e não-materiais.

«[Como foi o acolhimento quando chegaste?] Ahh um amigo moçambicano veio receber-me e ajudou-me. (Migrante Moçambicano, 29 anos)»

«*Vim aqui tava casado é outra coisa, ajuda de mulher*, os pais da minha mulher, ajudaram, *tas* a perceber? Mas Grécia foi sozinho, sem ajuda de ninguém. Quando casei com minha mulher, ela tinha casa aqui, fui viver em casa dela. (Migrante Sírio, 50 anos)»

2.2.2. Recursos tecnológicos

A literatura atribui importância à utilização das novas tecnologias como fator protetor, visando uma integração mais rápida no país de acolhimento (McGregor & Siegel, 2013). Estas possibilitam o colmatar de algumas falhas que poderiam fazer com que o/a migrante e/ou refugiado/a se sentisse menos pertencente, combatendo a solidão e a saudade (Komito, 2011). Mesmo assim, dois refugiados Sírios referiram a dificuldade

em manter contacto com as pessoas que lhes são próximas, devido a problemas de rede e das fracas telecomunicações no seu país de origem.

«Mais ao menos... agora, ontem falei com a minha mãe, *uma semana não falava* com ela liga, liga, liga *no* tem rede, rede *tá* muito má. Às vezes eu pensar para mim, no trabalho ela chama *pra* mim e eu não comunico (Refugiado Sírio, 22 anos)»

Estes recursos acabam ainda por constituir um auxílio para a aprendizagem do novo idioma (Alencar, 2018), apesar de, essencialmente, serem utilizados como recurso para uma resolução pragmática de problemas quotidianos que emergem da interação social.

«E *eu aprendeu* [o português] no tradutor do telemóvel. (Sírio, 52 anos)»

Alguns e algumas participantes chegaram a fazer uso destas ferramentas durante as entrevistas incluídas neste estudo para traduzirem certas ideias que queriam transmitir. Um casal de refugiados Sírio usou também o *Youtube* para partilhar aspetos culturais do seu país, reproduzindo um vídeo de um casamento, dando ênfase às roupas e danças tradicionais.

Além disto, uma participante migrante Venezuelana de 41 anos afirmou que, junto dos seus familiares, usou as redes sociais, para encontrar informações acerca de serviços de apoio em páginas criadas para esse efeito (Dekker & Engbersen, 2014).

Outro migrante, desta vez, de Moçambique com 29 anos mencionou recorrer ao *Youtube* para encontrar vários canais de formação sobre diferentes conteúdos (Komito, 2011), entre eles, canais de culinária para aprender sobre a gastronomia e Língua Portuguesa. Assim como recorria às redes sociais para conhecer pessoas do seu país de origem.

«Sim ahhh no início também queria experimentar comer pratos próprios daqui do país, então via muitos canais do *Youtube* portugueses que ensinavam a fazer esses pratos que eu cozinhava para provar e com isso também aprendia e via como eles falavam, não é?»

Em suma, nota-se que tanto migrantes, como refugiados/as recorrem às tecnologias digitais traduzindo, desta forma, um sentido multifacetado da noção de redes de suporte social, visto que o seu uso na esfera virtual é mobilizado de forma complementar às redes interpessoais reais, cumprindo funções diversas, como aprendizagem, comunicação, procura de novos relacionamentos, entre outros.

2.2.3. ONG'S e outros

A receção oficial e institucional destas populações no país de acolhimento constitui, desde logo, uma variável de risco ou de proteção na sua integração. Esta

subcategoria faz referência aos efeitos benéficos que podem resultar de uma interação positiva entre os/as profissionais e migrantes/refugiados/as, visto que as perceções daqui resultantes vão determinar o seu bem-estar e, posteriormente, o desenvolvimento de um sentimento de pertença (Dandy & Pe-Pua, 2015; Kirmayer et al., 2011). Muitas ONG'S, assim como algumas câmaras municipais, auxiliam migrantes e refugiados/as a desempenharem um papel mais ativo na sociedade portuguesa. Caso as interações daqui resultantes sejam de qualidade, permitirá maior perceção de segurança e melhores condições para lidarem com a mudança, assim como o desenvolvimento de um sentimento de pertença (Costa et al., 2019). Estes/as profissionais e voluntários/as para além de poderem prestar apoio instrumental e emocional, podem auxiliar na procura de emprego seguro, contribuindo para a melhoria do estatuto socioeconómico dos indivíduos e para que estes se sintam mais integrados. Estes/as profissionais devem possuir uma abordagem individualizada e personalizada (English & Mayo, 2019), como ocorreu com alguns e algumas dos/as participantes e onde foi visível a importância deste processo.

«Eles inicialmente pedem os papéis todos, *né?* Ehhh Só tinha passaporte, *meus filhos* tinham cartão de cidadão, *meu marido* também. Então pronto ehhh as despesas da *nostra casa* ehhh e logo fazem preencher uma ficha *tatata* e dão-te ajuda. *No económica*, mas ehhh é assim...comida, roupa e coisas. E a C. também. E pronto ehhh *recebimos* muita ajuda, muita ajuda. Não posso dizer o contrário, muita ajuda, sinceramente. (Migrante Venezuelana, 41 anos)».

«[How you found this work?] The lady, E. [profissional da Santa Casa da Misericórdia] show to me that friend [responsável pelo cabeleireiro]. (Refugiada Nigeriana, 21 anos)»

2.3. Características socioeconómicas, políticas e burocráticas do país de acolhimento

Esta categoria faz referência a algumas das discrepâncias experienciadas por migrantes e refugiados/as; às injustiças percecionadas por ambos; às problemáticas envolvidas aquando da legalização; dificuldades associadas ao custo de vida e à residência em Portugal; e a satisfação relativamente ao regime político vigente e qualidade dos serviços de saúde, assim como o seu impacto na integração dos/as participantes.

Segundo Michael Ignatieff (2003), uma das componentes necessárias para que surja o sentimento de pertença é o sentir-se seguro e, de facto, muitos/as foram os/as participantes, tanto migrantes, como refugiados/as, que indicaram como fator protetor a segurança observada e sentida em Portugal.

«Um país muito seguro ah ah isto são coisas principais. (Refugiado Sírio, 41 anos)»

Quanto ao regime político em Portugal, é notória a satisfação dos/as refugiados/as, caracterizando-o como um dos fatores protetores de maior influência para que se sintam pertencentes ao país de acolhimento, evidenciando a liberdade de escolha, de expressão, religiosa e de locomoção, características que não identificavam no país de origem.

«Eu *tou* aqui em Portugal comecei a fazer algumas coisas da minha vida e precisava, tenho mais segurança e mais liberdade. Tipo ninguém *pode-me dizer*: “Onde é que vais?” ou “O que é que vais fazer?”. Posso fazer tudo o que faço. Sou eu que mando na minha vida, essa parte melhorou muito. (Refugiado Eritreu, 24 anos)»

A qualidade dos serviços de saúde, outro fator considerado relevante para a criação de um sentimento de pertença (Alencar, 2018), é elogiado por vários/as participantes, o que não se verifica nos dados obtidos no MIPEX (2015) e noutros estudos que concluíram que a perceção sobre a qualidade dos serviços de saúde em Portugal é inferior, quando comparada com outros países por parte dos/as migrantes.

«A minha irmã é médica. (...) quando falamos ela disse para mim: “Olha tive que, veio um paciente, tive que mandá-lo à farmácia comprar, sei lá seringas *que no* temos aqui no hospital” E eu não acredito. “A sério?” É horrível, é horrível e pronto não há assim nada nos hospitais lá...é muito complicado então claro quando a gente vem para aqui e, e vai a um centro de saúde e *hay* todas aquelas coisas, tudo está organizadinho. Também tive oportunidade de ir com a minha filha para...o hospital S.J., fui ao hospital de S. uma vez e *fue*, olha fantástico, fantástico é que não tenho queixa. Não tenho queixa, eu por acaso de Portugal não tenho queixa. (Migrante Venezuelana, 41 anos)»

No entanto, segundo as entrevistas que foram realizadas, parecem existir diversos entraves associados aos processos burocráticos que os/as migrantes enfrentam até verem a sua residência legalizada e documentação atualizada no país de acolhimento. Algumas das queixas mais comuns são os custos elevados que estes processos implicam, as multas que acrescem ainda mais estes valores, por desconhecimento de certas normas e pela divulgação de informações contraditórias entre vários/as profissionais da mesma área, a morosidade destes processos que acabam por atrasar a possibilidade de ter um emprego e algumas injustiças observadas.

«Ainda *no fiz*, sinceramente ainda *no fiz*. Porquê...porque é assim, eu acho *que me faltam* alguns papéis para, para completar aquilo *né?* E além disso eh eh é custoso, tem preço muito alto, *prai* 200 e tal euros *tatata* e agora mesmo não posso, *tas* a ver? Mas eu gostava, gostava...adorava! Mas eu vou tentar, sabes? Eu tenho encontrado várias pessoas: “Mas oh menina *tatata* tenta!” Porque é complicado. (Migrante Venezuelana, 41 anos)»

«Eu acho que o *emi*, que o migrante, emigrante, emigrante é muito mal-informado...ou como é que eu poderia dizer...é...há muita gente no *entremeio* e com informações que não são fidedignas, talvez seja esse o problema. (Migrante Brasileira, 40 anos)»

«Until now I´m waiting to do something, to be something but sometimes good, sometimes ahh is not good because the process is so crowd...a lot of people waiting here, maybe you heard, maybe you know the news. Almost four hundred and thousand people waiting about the residence cards like that because of that the people ahh can´t help you. What you want directly, the personal things...but I heard and I saw if you have a good money, if you offer the people, who´s the worker from in the government, some place...is openly. Yeah *more fast* and they can do immediately. So, because of that this thing it´s not good. Ahh I saw these things. (Migrante Turco, 27 anos)»

Por outro lado, os/as que pertencem a países de origem da União Europeia, ou que se casaram com um português ou uma portuguesa, classificaram todo o processo como mais facilitado.

«É relativamente fácil por ser dentro da União Europeia, é relativamente fácil, validar... (Migrante Espanhol, 35 anos)»

«Logo, pronto tirei meus papéis, foi tudo muito rápido ahhh por causa de ser meu marido português. (Migrante Venezuelana, 41 anos)»

Os/as refugiados/as concordaram com os/as migrantes quanto ao excesso de burocracia envolvido e referiram com tristeza a diferença que encontram no trato quando comparados com outros/as cidadãos/ãs. Por outro lado, reconheceram as vantagens de conseguirem a sua legalização e receberem desde logo apoio das organizações que os/as recebem no país de acolhimento para tratar dos documentos.

«Em Europa tudo papel, em *Síria no tem* papel. Lá na segurança social, câmara, outro, outro... *tá* tudo papel! (Refugiado Sírio, 40 anos)»

Para além disto, nas entrevistas realizadas, o custo de vida em Portugal foi considerado elevado, o que provoca alguns entraves financeiros que ficam mais intensificados pela dificuldade de encontrar trabalho, o que representa um obstáculo incontornável ao sentimento de pertença (Alencar, 2018; Bhugra & Arya, 2005; Kirmayer et al., 2011), espoletando a vontade de rumar a outros países.

«Foi difícil também encontrar [trabalho]. Portugal é assim no dia-a-dia, eu mandei cartas de 200 *letras*, cartas, nunca...recebi respostas (...) Sim, se não abria [restaurante] eu emigrava. Eu *tava* a pensar trabalhar na Alemanha, tenho *lá amigos lá*...e depois abrimos e fiquei aqui. (Migrante Sírio, 50 anos)»

Das entrevistas aos migrantes concluímos que todos/as se encontravam a trabalhar, à exceção de um que estava a estudar. No entanto, mesmo a trabalhar alguns não consideraram ganhar o suficiente, associando isto aos custos da gasolina, água, luz e gás

que são superiores aos dos seus países de origem. Tal já não se verificou tão homogéneo nos/as participantes refugiados/as, visto que o acesso ao emprego por parte das mulheres tem sido mais dificultado.

«Lá na Venezuela é assim, o gasóleo é muito barato. Eu acho que tu com 50 cêntimos enches o tanque todo! Juro-te! Que é assim nós somos um país produtor de petróleo, temos as maiores reservas de petróleo no Mundo então *regalados* de ahh é grátis! Quase. E aqui não, muito caro. As energias, a eletricidade...o gás, lá é muito barato, muito mesmo! Olha *ni* tens noção do barato que é aqui, mas chegar aqui *un* país onde é muito caro também *pum!* Fico assim, a princípio a luz *tata*, logo *recebi-mos* a fatura tal sim, desligar as luzes todas ahhh dizia para os meninos: “Meninos a luz do quarto?”; “Fecha a porta do tal, do frigorífico” assim e assim e *hoy* temos poupado *mais coisa*, porque *tamos* habituados a ter a luz ligada *todo dia*, o computador ligado *todo dia*, aqui não, aqui *ui!* É complicado. (Migrante Venezuelana, 41 anos)»

2.3.1. Diferenças entre migrantes e refugiados/as

As perceções iniciais de migrantes e refugiados/as, no momento da sua chegada ao país de acolhimento, podem inviabilizar, desde logo, na totalidade o sentimento de pertença (Dandy & Pe-Pua, 2015; Murray et al., 2010). Tal, foi visível num excerto de uma entrevista, onde o participante revelou não se sentir “em casa”.

«Till now, no. ahh I’m not comfortable here. (Refugiado Sírio, 41 anos)»

As suas perceções foram atingindo uma tonalidade negativa, já desde o período de voo, onde identificou ter-se sentido injustiçado pelas burocracias e políticas vigentes. Este e outros refugiados enfatizaram o carácter obrigatório de aceitar Portugal como seu país de acolhimento, por estarem incluídos em programas de realojamento, mesmo que as suas ambições fossem ficar noutros países.

«For example, let me ahh tell you something ahh in Germany ahh because I have the *imprint*, *imprint* done of Portugal I could not have asylum in Germany but...ahh ahh practically in Germany a lot of people already *imprint* in Portugal and got asylum in Germany...Yes, and you can *say* [see] injustice in the law. I have *imprint* in Portugal and this my friend also like me, the same legal situation, how he gets asylum there and I don’t get that. (...) Kurdish people and ahh ahh since long time like Syria has war since very long time Kurdish people generally ahh going to Germany, to Netherland, to Belgium, Sweden yeah but a country like Portugal no. It’s very strange for us yeah.»

«I go to Spain and what I see there, I don’t prefer because there is lot insecurity. After that I go to Germany to my friend. He is still there. And I very good there but they told *me that I have fishing* [accepted to be welcome by Portugal], so I have to back to Portugal. (Refugiado Eritreu, 25 anos)»

Neste ponto, parecem ser claras as discrepâncias entre migrantes e refugiados/as. Por um lado, os/as migrantes referiram que escolheram Portugal como país de acolhimento e mencionaram as razões que apoiaram esta decisão, ainda que, para alguns/mas, fatores como a Língua ou alguns aspetos culturais fossem ainda desconhecidos. No caso dos/as refugiados/as, apenas um casal afirmou já conhecer Portugal previamente à sua deslocação por ter realizado pesquisas na *internet* para esse efeito, contrariamente aos restantes que nunca mencionaram Portugal como destino de eleição, à semelhança do identificado por Santinho (2009). Pelo contrário, as expressões utilizadas foram sempre “Portugal escolheu-me” ou “Fui escolhido/a por Portugal”.

«Eu não sabia, não conheço nada [Eu não conhecia Portugal], de português *eu não sabes* nada. (Refugiada Eritreia, 22 anos)»

«Por acaso não fui eu que escolhi Portugal. Já tive em Itália e *quando de Líbia fui* para Itália, há um programa para alguns países de refugiados em África, pronto, não podes escolher, mas alguns países escolhem a gente e tu tens que ir obrigado. (Refugiado Eritreu, 24 anos)»

Uma migrante Venezuelana de 41 anos e um refugiado Eritreu de 25 anos chegaram mesmo a apresentar o seu ponto de vista relativamente ao que entendiam das diferenças entre ambas as populações, revelando-se conhecedores das diferenças entre ambos os estatutos (Edwards, 2015), afirmando as dificuldades passadas por refugiados/as e a impossibilidade de voltarem para o país de origem, correndo o risco de ficarem novamente expostos aos perigos dos quais fugiram se o fizerem (Pittaway & Bartolomei, 2001).

«A emigração assim, digamos ahh é um bocadinho *diferente a estar de refugiado*, porque eu acho que a palavra refugiado é assim um bocado dura, um bocado assim à força, forçada e emigração, claro está forçada, porque obviamente onde estavas *no, no, no compla* com aqueles parâmetros que tu tens de vida, sabes? Agora refugiado é assim, como...*más duro, no sei se estoy enganada*. Ahh refugiado é assim como que ou sais ou sais, não é? (...) Sim, é assim tipo um refúgio. É assim, sim praticamente ficam assim com aquela coisa de refugiado. Mas eu quando ouço a palavra de refugiado dá-me assim aquela impressão das pessoas que saem só com a roupa que têm posta (...)»

Em sentido contrário, um dos participantes que era proveniente da Turquia de 27 anos corrigiu a entrevistadora para indicar que não se considera um migrante, porque não teve de fugir de nenhum conflito, mas sim, alguém que veio em busca de viver uma aventura noutra país, acabando por demonstrar que para si ser migrante é sinónimo de refugiado, daí rejeitar esse estatuto.

«I’m ahh I’m not emigrant, you know? I’m traveller and adventurer, I’m photographer and I’m living how ahhh what I want, where I live just I do it, you know? This is an important

point ahh I didn't run away from my country and I didn't run *away another things* just I can, I want live here and that's all. (...) Yeah, and I'm not refugee, I'm not another *kinds* of things, just I want to live here in Portugal.»

Algo que é de salientar, pois é necessário sensibilizar tanto as pessoas presentes nos países de acolhimento, como os/as próprios/as migrantes e refugiados/as para as diferenças entre ambos os estatutos, no sentido de os seus direitos e deveres serem entendidos por todos/as.

Outro aspeto que acaba por dificultar o sentimento de pertença são as políticas públicas de provisão de alojamento (Mestheneos & Ioannidi, 2002), pois colocam alguns e algumas refugiados/as a viver nas periferias das cidades ou em zonas industriais em casas de habitação social. Estas opções criam ghettos que promovem o isolamento e exclusão social, em vez de as combater.

«Quando cheguei aqui não foi nesta cidade, foi em I., como uma cidade morta. Chego lá...quando cheguei lá era uma casa que estava fora da cidade, 12 km. Aquela *casa foi muito fora* da cidade 12 km para a cidade e não tinha nada de serviços, *não há* internet, rede muito, muito fraca. E apanhava muito frio e chuva. Falei com *meninas*, mas *ela disse*: “Tens de esperar”. Esperei um mês, mais seis dias. (Refugiado Eritreu, 25 anos)»

Noutros casos, estes/as refugiados/as são colocados a viver em casas com muitas pessoas que se encontram na mesma situação. Por um lado, tal é positivo, porque permite que contactem com indivíduos que passaram pela mesma experiência e/ou do mesmo país de origem; contudo, para alguns e algumas, essa solução dificulta a sua privacidade. É também de notar que em situações de crise, como vivemos recentemente, devido à pandemia causada pela Covid-19, estes/as acabam por ficar em risco, sendo mais vulneráveis ao seu contágio.

«My situation in the house, I'm not comfortable in the house it's very bad life. (...) I'm with other refugees and from *another* countries and...seven persons in the house, seven *person* and ahh very much. (...) It's very difficult ahh now I don't have a house for myself. (Refugiado Sírio, 41 anos)»

Apesar da ausência de escolha do país de acolhimento e destes entraves, muitos/as são os/as que se adaptam, depois de perceberem que em Portugal têm a oportunidade de construir uma nova vida, compreendendo, no entanto, o porquê de outros não o conseguirem fazer (Mestheneos & Ioannidi, 2002).

«Chegou aqui muita gente, mas *foi* embora. Porque querem cidade [país] melhor, primeiro também querem trabalho, *queres trabalhar* e tem gente que também vai embora, diz: “Portugal *não dar* para nós”, tem gente que não gosta de estar cá, sabes? (Refugiado Sírio, 22 anos)»

2.4. Cultura e clima

Esta categoria diz respeito às percepções dos indivíduos quanto às semelhanças e diferenças entre a cultura e clima do país de origem relativamente ao país de acolhimento, destacando-se o temperamento dos/as portugueses/as e a religião que o/a migrante ou refugiado/a possui, e sua influência na integração no país de acolhimento (Alencar, 2018; Bhugra & Arya, 2005; Kirmayer et al., 2011).

Todos/as os/as participantes identificaram como muito satisfatório o temperamento dos/as portugueses/as para se sentirem bem-acolhidos/as, descrevendo o povo português como: simpático, querido, acolhedor, inclusivo, educado e que gosta de ajudar o próximo.

«Não tenho queixa, Portugal tem sido um país muito acolhedor. Muito mesmo. (Migrante Venezuelana, 41 anos)»

«One of the main good things in Portugal: the people are very kind, yes. (Refugiado Sírio, 41 anos)»

«*A gente melhor* aqui. É bom, ajudar muito. (Refugiado Sírio, 22 anos)»

Um migrante espanhol, de 35 anos, deu um exemplo da sua experiência de três anos a trabalhar no Canadá, onde criar relações interpessoais, contrariamente ao que experienciava em Portugal, não era um processo facilitado, devido às características da sociedade onde se estava a tentar inserir, o que o impediu de sentir-se pertencente ao país.

«A cultura canadiana é muito mais fechada ahhh em termos de...de relações *interpersonais*, pois...eles têm, têm seu grupo e é muito difícil, pois ser...sair, fazer amigos ou uma coisa assim, então o teu círculo social fica muito mais curto. É mau, falam dos planos que têm para o fim-de-semana e não incluem as pessoas que estão em seu redor, que para nós é assim um *bocadinho mal-educado* falar de planos, *publicitar incluído*, *falam em frente de ti*, mas não dizem: “Queres vir?” (risos). Então para ir...pois isso é uma coisa, é uma coisa que *faz integração muito mais difícil...*»

No entanto, esta opinião não é unânime. Alguns/mas participantes, referiram que os/as portugueses/as não investem em sair e em estar com os/as amigos/as, em contraste com o que vivenciavam, usualmente, nos seus países de origem, o que tem influência no desenvolvimento das suas relações sociais, onde a família acaba por ser um fator protetor face ao isolamento social.

«Todas semanas ahh sexta-feira eu, eu *mi* amigo, *todos sexta-feira vai* passear para comer, em Síria. E aqui *no sais*. (Refugiado Sírio, 40 anos)»

A dimensão comparativa dos julgamentos culturais evidencia outros fatores que poderiam promover a construção de laços sociais, como a entreativa entre vizinhos/as, que é visto como algo inexistente na cultura portuguesa por parte de um migrante de

origem Moçambicana de 29 anos e por um casal de refugiados Sírios. Para além disto, a mulher Síria que fazia parte deste casal entrevistado, mencionou ainda a discriminação que sentia por parte dos/as vizinhos/as, o que a entristecia bastante e contrastava com a perceção que tinha do seu país de origem. Aspeto este que sobressaía mais, visto que o seu marido saía para trabalhar e tinha um grupo de amigos neste contexto, enquanto esta ficava em casa. Esta observação parece sugerir a existência de discriminação de género na inserção no mercado laboral e a importância da mesma para a produção de redes de suporte social (Dandy & Pe-Pua, 2015; English & Mayo, 2019).

«*Daqui nós sozinhos, nós ahh em esta casa, tem 5 vizinhos no vem lá. Eu desde muito fixes vai lá para conversar: “No, no”. Não querem conversar. Mas eu...minha esposa tem problemas sempre sozinha na casa, problema. (Refugiado Sírio, 52 anos)*»

Ainda relativamente ao temperamento dos/as portugueses/as, na sua maioria, os/as migrantes indicaram ficar estupefactos com a forma como estes/as veem o seu percurso escolar e profissional, sem o valorizar e com ausência de ambições e objetivos, o que se revelou contrastante com o que experienciavam nos países de origem.

«Emprego e educação...uma das coisas que *me chegou* e que *me abalou* muito aqui foi as questões da educação e emprego, que Portugal tem, que trabalhar e estudar é uma coisa que é uma seca e que isso é uma grande parte da população a dizer isso. Então isso...*me leva* a pensar, por exemplo, a conceção de trabalho, para que serve o nosso emprego, que é, o que é que eu ofereço para o trabalho e que o trabalho me dá de retorno...parece que isso não *tá* muito...muito bem resolvido. Eu *vejo pessoas verbalizar sempre*: “Para mim é uma seca ir para o trabalho.”; “Faço o que dá”; “Faço o que aparece” e eu como migrante fico olhando assim...não. Tem muitas oportunidades, tem coisas diferentes, mas tem gente que também não quer...fazer o diferente. (Migrante Brasileira, 40 anos)»

É de notar que a religião é também uma variável a considerar, pois os/as participantes enumeraram que quem pertence a famílias cristãs tem maior facilidade de adaptação a Portugal, por seguirem uma cultura mais semelhante. Os/as muçulmanos, por exemplo, são mais contrastantes e percebidos como fechados/as às diferenças culturais e, portanto, enfrentam maiores dificuldades a este nível. Mencionaram também que o radicalismo, quando presente, não permite uma integração eficaz no país de acolhimento.

«[Não te identificas com os Muçulmanos?] Nós ahhh *because cresci en uma comunidade cristão, tamos* mais abertos. (...) [A religião influencia a integração?] Totalmente, muçulmanos mais fechados. (Migrante Síria, 50 anos)»

«[So you are saying that radical people is more difficult to integrate themselves?] Yes, of course. For example, *I’m Mosul* [Muslim] e ahh *a minha barba muito comprida ahh* e my *carac* [features]...fearful for the people and *and* [if] I’m very radical yeah of course is very

difficult, very difficult para integrar *na sociedades e...vai a fazer problemas* a outras pessoas.
(Refugiado Síria, 52 anos)»

Em consonância, os/as migrantes, quase na totalidade, referiram que a cultura portuguesa os/as beneficia em termos da integração e do sentimento de pertença devido às semelhanças percebidas. Realçando apenas como significativas as diferenças do clima e da gastronomia, variáveis que ainda assim não impossibilitavam a sua integração.

Contrariamente às pessoas migrantes, os/as refugiados/as nunca mencionaram nenhum destes aspetos, provavelmente, por estarem mais focados nas condições de base para se poderem restabelecer numa nova região e que esta possa suprir as suas necessidades básicas e de segurança, após terem fugido de um local de risco.

Assim, nesta categoria o que se torna mais evidente é, sem dúvida, que os sujeitos, a partir de indicadores culturais bastante parcelares e de forma comparativa, constroem uma representação hierarquizada das “qualidades” integradoras dos contextos por onde foram passando aquando do período de migração/voo, assim como face aos contextos de origem.

2.4.1. Sensibilidade intercultural

Ao perceberem as diferenças interculturais, migrantes e refugiados/as enfrentam grandes contrastes nos quadros de referência provenientes das suas culturas de origem, forçando uma adaptação e uma possível evolução no espectro de sensibilidade intercultural de Bennett (Morrice, 2013). Como já foi referido, os/as participantes podem estar posicionados em diferentes fases do espectro evoluindo num continuum dos estágios etnocêntricos até aos estágios etnorelativos (Bennett, 1986, 2017), sendo que em estágios menos elaborados, estes assumem que a cultura do seu país de origem é central para toda a realidade, julgando aspetos de outras culturas através dos padrões da própria cultura, o que constitui um obstáculo ao sentimento de pertença (Bennett, 1993).

«É diferente mesmo. Agora entre cultura de árabes, Síria e cultura de Portugal...*tamos a falar uma na montanha, outra no vale*, muito diferente. Como sabes vêm *aqui ficando* e não conseguem viver aqui, *porque coisas diferentes*. (Migrante Sírio, 50 anos)»

Aqui, as pessoas podem evoluir desde a negação de que existem diferenças culturais passando pelo reconhecimento das diferenças culturais, interpretando estas diferenças como ameaça (defesa) e a minimização, onde as diferenças culturais são reconhecidas, mas continua a existir um foco nas semelhanças existentes entre as culturas (Bennett, 1986, 2017).

«Quando *tamos cada* país, nós portamos como igual. (...) Chegamos a outro país e fazemos como vós, por exemplo, vamos chegar a Grécia e são outros...são diferentes dos vossos, então nós fazemos igual a eles. (...) Sim, igual a eles. E chegamos aqui e *também comportamo-nos como vocês*. (Refugiado Sírio, 40 anos)»

Contudo, o desenvolvimento de uma atitude positiva perante outras culturas, nem sempre é fácil (Fritz et al., 2001), por isso, também encontramos portugueses/as que se localizam em estágios etnocêntricos, percecionando as diferenças culturais de forma ameaçadora, dificultando que migrantes e refugiados/as se sintam pertencentes aquando da sua chegada ao país de acolhimento (Olson & Kroeger, 2001).

«A gente tem uma cultura do *tomar o Chimarrão* é uma bebida quente, não é? Que tem uma palhinha de metal dentro de uma cabaça ahh portugueses já me disseram: “Aí, que nojo! *Ficar bebendo* tudo nessa palhinha!”. E nós não temos lá grandes níveis de doença de boca e Portugal tem muita em função do cafezinho, não é? No bar e tudo mais. E que é diferente. As pessoas têm nojo da nossa cultura do Chimarrão, mas ao mesmo tempo, nós não percebemos, como é que pode uma *pessoa ter isso*, sendo que na cultura dela tem outras coisas que também de certa forma são iguais, não é? Só que de outra forma! Só que é com chávena, não é com uma palhinha de metal, numa coisa *super* estranha. Isso é uma coisa que eu também...o achar que aquilo é uma droga...porque como aquilo é uma erva de chá verde e *tu bebe* dentro de uma cabaça, as pessoas acham que aquilo ali é uma poção, é uma coisa *meio bruxaria*. (Migrante Brasileira, 40 anos)»

Próprios dos estágios etnocêntricos são também os comportamentos discriminatórios, a maior parte das vezes, direcionados a sujeitos de países africanos, cada vez mais, de forma subtil (Marques et al., 2006), sem deixar, no entanto, de se verificar discriminação.

«E tem uma experiência muito má mesmo que é a discriminação...discriminação racial, mas não é uma discriminação observável, é antes coberta, apresenta-se de forma coberta, mas que eu consigo perceber na mesma nas interações, nas relações que as pessoas estabelecem comigo no dia-a-dia (...) Ehh é o excesso de zelo, ter zelo é bom, mas quando é demais para ti e não é assim para outras pessoas já é algo discriminatório. (Migrante Moçambicano, 29 anos)»

Em contrapartida, em estágios mais elaborados, etnorelativos, os indivíduos experienciam emoções positivas, nas interações sociais, aquando da compreensão e valorização das diferenças culturais (Chen, 1997), deixando estas de parecer ameaçadoras (Olson & Kroeger, 2001). Nestes estágios, primeiramente, há a aceitação da existência de diferenças entre culturas e essas diferenças despertam a curiosidade do indivíduo. De seguida, o sujeito torna-se mais empático em relação às diferentes culturas, sendo capaz de ajustar os seus quadros de referência quando interage com as mesmas (adaptação). Chegado ao último estágio, é adotada uma perspetiva cultural, em que a perceção do

próprio indivíduo é fruto da combinação de diferentes culturas, sendo este aspeto essencial para a sua identidade (Bennett, 1986, 2017).

“Aprender a viver juntos” é essencial para que migrantes e refugiados/as consigam integrar-se na sociedade de acolhimento (Guo, 2010). Dimensão esta que só é possível caso estes/as consigam transitar para estágios etnorelativos, caso contrário, perante disparidades culturais significativas, não será possível uma visão otimista da interação intercultural, nem todos os restantes aspetos que a literatura identifica como necessários para que ocorra uma adequada comunicação intercultural (Dunn, 2002; Fritz et al., 2001). No excerto seguinte, retirado de uma entrevista a um refugiado Eritreu de 24 anos, a sensibilidade intercultural permite a sensibilidade de género, tornando possível a ocorrência de um relacionamento amoroso intercultural.

«Como ela está em Portugal ela está, como ela estava, não tem problema, mas...pronto é isso. (...) Tipo, por exemplo, eu tenho religião, sou muçulmano. Nossas raparigas andam sempre com, com cabelo escondido e roupa também, mas não há problema para mim, nunca liguei a essas coisas. Não há problema.»

O mesmo aplica-se às pessoas pertencentes ao país que acolhe estas populações possibilitando uma implementação dos serviços mais adequada à diversidade cultural (Sue, 2001).

«Pessoas muito simpáticas, muito importante. Muito importante ahh para pessoas na ahh outra...país, região, outra...*não falar com refugiados, no de que...* não hmm problema. [as pessoas aqui são simpáticas, noutros países, regiões não falam para os refugiados] (Refugiado Sírio, 52 anos)»

«Fui lá muito *queridas gente ali*. De verdade, que olha os funcionários aqui de Portugal são assim, no cartório são todos assim. De verdade que *no, no* tenho queixa, *no no* tenho queixa. Se calhar também, porque Portugal tem recebido muitos imigrantes, muitos imigrantes. (Migrante Venezuelana, 41 anos)»

2.5. Aprendizagem ao longo da vida

Esta categoria engloba todas as aprendizagens formais, semiformais e informais, ou seja, abrange desde competências desenvolvidas em ambiente escolar, a competências originadas por experiências de vida promovendo, por exemplo, o empoderamento de migrantes e refugiados/as pela aquisição de “ferramentas” para compreender, valorizar e respeitar a diferença, podendo estes/as, a partir daqui, desenvolver a sua sensibilidade intercultural (Chen, 1997; Chen & Starosta, 2000; Morrice, 2013).

No entanto, apenas foram recolhidos dados que se enquadram em aprendizagens formais e em aprendizagens informais realizadas pelos/as participantes, existindo, por esse motivo, duas subcategorias: “Formal” e “Informal”.

2.5.1. Formal

De acordo com a literatura, nas nossas entrevistas verificámos que nem todos/as os/as participantes tiveram acesso a uma aprendizagem ao longo da vida inclusiva e de qualidade para poder participar em pleno na sociedade, como determina o Pilar Europeu dos Direitos Sociais (English & Mayo, 2019). Desde logo, o idioma do país de acolhimento, para uns pode ser reflexo de um facilitador para a sua integração, para a maior parte, representa um poderoso obstáculo para que estes objetivos sejam cumpridos. De facto, quem não conseguir desenvolver as competências linguísticas necessárias para conseguir comunicar com eficácia encontra diversos entraves. Desde logo, ao nível social, a pessoa fica impossibilitada de transmitir com eficácia as mensagens que pretende ou terá dificuldades em se defender a si mesma, por exemplo, ao vivenciar discriminação por parte de profissionais presentes em serviços a que têm de recorrer, ficando impedida de ter acesso a direitos de cidadania (Alencar, 2018; Antunes, 2017; Bourdieu, 1991; Nawyn et al., 2012).

«*Eu tou, tava bom, mas primeiro há três anos tava muito difícil, tive depressão...as pessoas também, não é todas [não reagem bem] porque não falava a Língua, não é? É muito importante a Língua. (Migrante Sírio, 50 anos)*»

«*Ahh foi um bocadinho difícil, não foi fácil aprender a falar português muito difícil...queres dizer uma coisa e dizes outra...pronto isso criou problemas, mas mais nada» (Refugiado Eritreu, 24 anos)*»

«*Ahh não ahh ontem, outra semana eu dizer eu quero ehh eu fazer o morada da casa disse: “Oh menina”. Ter muito problema, da menina, muito má...eu disse: “Por favor, eu não sabes português, eu sabes árabes”. “No ter árabes. Tu vai fora!” (grita). Escreve. E eu disse: “Oh menina, eu não sabes.”. “Tu vai fora a escrever”. Oh menina ter o chefe e diz espera. O vai dentro daaaa atrás, fala a chefe, quando o chefe vai diz: “Olá” e eu disse: “Oh menina eu não sabes português, só que tem, eu ter correio parado, fazer morada, só tu escreves”. “Nós no escrever, tu vai fora escrever”. Só agora eu não fazer morada. Eu não sabe porquê, eu não sabe. Só problema na segurança social, outras pessoas, câmara, outros, outros, tudo ajuda! Só segurança social não ajuda. (Refugiado Sírio, 40 anos)*»

Para além disto, dominar o idioma do país de acolhimento permite compreender a história e cultura do país, estabelecer laços sociais com maior facilidade, encontrar um emprego

e conseguir manter-se no mesmo (English & Mayo, 2019; Nawyn et al., 2012; Watkins et al., 2012).

«No sabes, porque *vai trabalhar* muito mal, quando tu não sabes a Língua *o tu* vais trabalhar (Refugiado Sírio, 40 anos)»

Os obstáculos que se colocam ao reconhecimento dos percursos formais de educação nos contextos de origem incidem na perda de estatuto social experienciada e, conseqüentemente, na dificuldade em garantir um sentimento de pertença (Alencar, 2018; Bhugra & Arya, 2005; English & Mayo, 2019; Kirmayer et al., 2011). Uma das participantes era professora no seu país de origem e pela insegurança que sente em relação à Língua e por conhecer a morosidade do processo para as suas competências académicas serem reconhecidas no país de acolhimento, encontrava-se a realizar trabalhos precários, à semelhança do que Morrice (2013) e Slade (2015) identificaram na sua pesquisa, como empregada de limpeza/balcão, algo que não tem sido muito satisfatório para a mesma.

«(...) é assim são empregos precários, não é? Não é nada de...de formação, não é nada de nada. São empregos precários, mas, entretanto, pronto ahhh estou ali, estou ali a trabalhar e...e é isso. Para mim seria um sonho trabalhar *em minha* formação, não é? Para mim seria uma coisa fantástica! (Migrante Venezuelana, 41 anos)»

Apesar da importância da aprendizagem do idioma do país de acolhimento, três dos/as participantes Sírios/as, duas mulheres refugiadas e um homem refugiado, não conseguiram acesso a aulas de Português, desde que chegaram ao país, compreendendo-se este período entre dois e dois anos e meio, algo essencial para combaterem o isolamento social que experienciam. Este problema está relacionado com os locais onde foram alojados, que, sendo periferias, mantém-nos/as longe de possíveis aulas e enfrentam maiores listas de espera, acabando isto por representar um entrave para que possam começar a trabalhar.

«Ah um ano *nós inscritos e nós ainda falei, diz eles: “Espera, espera, espera”*. Até quando *espera ela o vai a escola? Agora no sabes, quando vai a trabalhar não perceber nada!* (Refugiado Sírio, 40 anos)»

Quanto aos/às participantes que tiveram acesso às aulas de português, estes/estas apontam vários aspetos negativos que percecionaram como obstáculos à sua aprendizagem, sendo que, por vezes, deparavam-se com a necessidade de encontrar profissionais com níveis mais elevados de sensibilidade intercultural e/ou programas de ensino mais adequados às suas necessidades, tendo atenção às diferenças culturais e/ou dificuldades dos indivíduos.

«(...) you have just two days of classes with three hours in the week. I don't see enough for the person that come...like I see in other countries. So, at the week you have school to know better the language. If you don't know the language of the country sure you will not be, will

not be, you not do communication with the community of...you don't have a better integration between the people there. But *in the school* I can't learn very well because I came from the work and I have to go to school. Is difficult because I work in the factory and there is lots of noise with the *máquinas, muito, as máquinas muito barulho*. As máquinas fazem muito barulho e quando eu *chego aqui no casa e quando eu ir para a escola...minha cabeça não muito...está estragada*. (Refugiado Eritreu, 25 anos)»

«*Mia escola aqui F., mas...aprendi mais ao menos. Professora fala muito rápido*. (Refugiado Sírio, 22 anos)»

Já um migrante Turco de 27 anos afirmou ter tido acesso a aulas de Português que considerou adequadas para aprender a Língua e um refugiado Sírio de 52 anos, mesmo sem dominar o Português, conseguiu a carta de condução de veículos pesados em Portugal.

«Sim. Eu tenho cartão [carta] de...condução ahhh camioneta e *daqui eu fazer B1*.»

No entanto, há ainda que ter em conta a problemática dos programas de aprendizagem e de educação de adultos que se têm focado em abordar competências vocacionais e de assimilação, ao invés do sugerido pela UNESCO (2019), sem considerar a variedade de aprendentes que podem encontrar, que levam mesmo alguns a desistir.

«Tentei tirar o nono ano aqui, mas foi *um pouco problemas* ahh com alguns professores de (impercetível) e desisti. Tratavam-me mal e coisa assim. (silêncio) e...porque eles não aceitavam, não sei o que aconteceu, eu desisti...não, não aguentei, *tás a perceber?* E *tava* em programa do nono ano, décimo segundo ano, *tava* em 2009 nisto, coisa assim, não é? Tempo de Sócrates e...fui ao centro social de Ermesinde, começo a fazer...depois eles já...porque eu não percebia muito bem o Português e eles: “Ah não pode ser, não sei que mais, tens já de tirar curso de Português e trabalhar”. Aí eu fiquei...não tinha paciência, eu desempregado, acima de tudo essas coisas com muita pressão e desistir, *tas a perceber?*...eu não conseguia... (Migrante Síria, 50 anos)»

«E assim eu acho *que se me tenho desenvolvido* muita coisa, mas no início *fue* complicado, mesmo complicado, mesmo que o português e o espanhol *é muito parecido*, muito, tem muita coisa parecida, mas *no es misma coisa que ensinam* nas aulas. Nas aulas ensinam gramática, ahhh como que deve ser, mas falar assim com pessoas, que falam ahhh um bocadinho assim ehhe *como que eu te explico* ehhe...expressões próprias do povo. (Migrante Venezuelana, 41 anos)»

De notar que os/as refugiados/as na totalidade reconheceram a importância de aprender o idioma do país de acolhimento e ainda assim encontraram todos estes entraves, não estando o seu potencial de reforço da sociedade a ser aproveitado (Guo, 2010). Tal podemos verificar na entrevista realizada a um homem proveniente da Síria de 22 anos, que trabalhava na área de Engenharia ligada ao setor automóvel e que chegado a Portugal começou a trabalhar como empregado de mesa, porque as qualificações que lhe eram

exigidas no país de origem e em Portugal para a mesma função profissional eram distintas. Devido a isto, este participante encontrava-se a aprender português para tentar prosseguir para a faculdade e adquirir um diploma para poder exercer, novamente, a sua profissão. Nestes casos, o sistema de RVCC e outras modalidades de valorização e reconhecimento de competências, organizando-se e criando referenciais específicos para estes públicos, poderia trazer benefícios, reconhecendo aprendizagens consideradas não significantes e reforçando a sociedade civil (Aníbal, 2013; Guo, 2010). Este fator não parece ser devidamente considerado no índice MIPEX (2015) e merecia um maior aprofundamento, pois é provável que seja significativo para a decisão de muitos/as migrantes e refugiados/as sobre querer permanecer em Portugal.

Em contraste, uma migrante brasileira de 40 anos e um migrante moçambicano de 29 anos não tiveram qualquer problema em continuar as suas aprendizagens formais ao nível do ensino superior em Portugal. No entanto, a primeira deparou-se com a desvalorização das suas aprendizagens formais devido ao preconceito existente para com a qualidade da educação realizada no seu país.

«Hmm...o preconceito com a Língua, foi um obstáculo. Hm...depois concepções do estudo brasileiro, cá...as pessoas tinham e que eu acho de certa forma uma concepção...de desconhecimento e achar que, por exemplo, o estudo no Brasil é mais fraco do que aqui, por exemplo e mais coisas.»

2.5.2. Informal

Os/as participantes deste estudo também sublinharam a importância das riquíssimas aprendizagens informais que são realizadas pelos/as mesmos/as aquando das deslocações entre os diferentes espaços sociais para o seu sentimento de pertença (Guo, 2010; Morrice, 2013).

A resiliência é um processo dinâmico que pode ser desenvolvido pelo indivíduo (Rutter, 1991), permitindo a adaptação positiva do mesmo em contextos de grande adversidade e de ameaça ao seu desenvolvimento através da superação (Infante, 2005; Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000). Por um lado, os/as migrantes fizeram mais referência à superação das perdas, tanto materiais, como relacionais e valorizaram o facto de se confrontarem com as novas aprendizagens e desafios implicados nas suas vivências.

«Mudou...eu, por exemplo, eu saí do meu país, ainda tenho lá o meu apartamento, com dois dormitórios; tinha carro; tinha as relações todas, as amigas desde pequena, pessoas com quem eu me criei que sabem os meus valores, conhecem a minha família, o meu pai, a minha mãe, meu *cachorro*...e vim *pra* cá sem casa, sem o carro, só com duas malas, sem relações,

sem amigos e...dá um certo gozo de olhar para trás e ver as coisas que a gente construiu com as diferentes pessoas. Isso é...é uma coisa boa, é uma vantagem que eu pensei. (Migrante Brasileira, 40 anos)»

De forma semelhante, os/as refugiados/as mencionaram as aprendizagens necessárias para visarem a sua integração e o confronto com a novidade, mas acabaram por atribuir mais enfoque à tristeza que vivenciavam por os/as familiares e amigos/as continuarem a viver nas situações de risco que estes/as outrora enfrentaram; e à superação do percurso de deslocação e experiências traumáticas até chegarem ao país de acolhimento (Crowley, 2009; Kirmayer et al., 2011; Murray et al., 2010).

Estas vivências acabam por auxiliar migrantes e refugiados/as a relativizarem a importância dos bens-materiais, a adquirirem estratégias de *coping* e de autorregulação perante situações que, anteriormente, consideravam problemáticas.

«Quando experimentas coisas, depois a maneira de pensar e...ou a maneira de comer, que sabes que tu experiencias realmente *moldeam* ahh a tua personalidade, como que *afrontas* ahh pois os problemas que te vão surgir na vida e tal e às vezes, há muitas vezes, em quando eu voltava para o Canadá, especificamente, porque agora é mais, é mais parecido. *Es* quando eu voltava do Canadá e estás a falar, pois estava a falar com amigos e tal é como *tus* problemas realmente são, não são problemas reais...é quando como vês e tal é como *dizem* em Espanha, estás a *afogar-te num copo de água* (risos) ahh é como “relaxa, pensa o que dizes e...a solução é relativamente fácil”. E essa maneira de, pois é essa maneira de especificidade para *afrontar* problemas eu acho que, que é o que...mudou mais na minha personalidade. (Migrante Espanhol, 35 anos)»

Associado à resiliência surge o desenvolvimento de certas competências interculturais. Os/as participantes ilustraram a literatura evidenciando que são obrigados/as a ajustar e a aprender comportamentos, uma nova Língua, a conhecerem novas regras, a adaptarem-se a novos valores e a viverem numa nova organização social.

2.6. Sensibilidade de género

Esta categoria abarca as crenças acerca de atributos pessoais adequados para homens e mulheres e de experiências que os/as participantes tenham presenciado ou experienciado na primeira pessoa, onde a sensibilidade de género ou ausência da mesma se verificou (Manstead et al., 1995).

Os estereótipos de género acabam por tornar-se mais evidentes aquando dos processos de migração/refúgio, sendo que as mulheres refugiadas, principalmente, acabam por estar mais expostas a situações de risco, em parte devido a qualificações

escolares, tendencialmente, mais baixas (Hatoss & Huijser, 2010; Omelaniuk, 2005). Uma participante refugiada Nigeriana de 21 anos, que nunca foi à escola, acabou por ser enganada, logo de início, sendo explorada sexualmente em troca de comida, julgando que iria trabalhar em limpezas para outro país.

«I left my country because my dad and my mom *was* sick, they dead and I have anybody to take care of me because I have two brothers. It's very difficult for me, my brothers to leave. I have a friend that told me they have a job in Libya, that's good there. They said the job you *going* use to clean house and we pay a good money. (...) No, that place I walk to *arabu* house in Libya they *cordi arabu* [Kurdish], yes. Ahhh in that place you work, you really work, they can do what you ask [you have to do what they ask], to give you food, so many things, there very difficult there. (Refugiada Nigeriana, 21 anos)»

Por outro lado, são criadas condições para combater os estereótipos (Nogueira & Neves, 2010; Omelaniuk, 2005).

«In Nigeria you can dress what you want. (...) The same. You can dress like you, you can move...in Libya you *can not* do that. (...) Here is ok. Here you can dress [what you want] in Libya you have to cover your face, you can't walk anywhere, the *taipoo* [the man there] shoots you, rape you, kidnap you (...) Ahh in this place you can go anywhere, you can...you can express your feelings. In Libya, I can't go by myself. (Refugiada Nigeriana, 21 anos)»

Também os/as migrantes referiram diferenças significativas que observaram ao mudarem de país, resultado das comparações entre as diferentes culturas.

«Aqui acho que *mulher, homem* é a mesma coisa, lá é diferente...sempre seja cristão, também. Cristão é mais avançado dos muçulmanos, mas, às vezes, mas mesmo assim algumas comunidades vejo que *mulher não tem direito*, mulher não tem como...como...é objeto e maioria pensa assim e depois...imagina conversa entre *mulher, homem*. Mulher não fala, só fala o homem. Depende, por exemplo, eu tenho o meu tio *que não consigo fazer diferente de* mulher, mulher *tava* a (impercetível) depende, percebeste? Mas...os muçulmanos geralmente mulheres não têm direito a falar...os homens mandam, *percebeste?* (Migrante Sírio, 50 anos)»

«Sim! Há, há. Nos papéis, nos hábitos, há muitas diferenças, no fundo em termos de questões de género, há muitas diferenças. A falta de empoderamento que há lá nas mulheres...e onde é mais visível é mesmo nos transportes, cá já vi muitas mulheres a conduzir, isso lá tu não vês, é a principal diferença. Lá em Moçambique as mulheres ocupam um papel muito doméstico, dedicam-se aos trabalhos domésticos, enquanto os maridos é que saem para irem trabalhar, a mulher fica sempre mais por casa. (Migrante Moçambicano, 29 anos)»

A educação deveria ser garantia de igualdade de oportunidades para todos/as (English & Mayo, 2019; Hatoss & Huijser, 2010), contudo os dados obtidos nas nossas entrevistas não corroboram este princípio. Nas entrevistas realizadas em família, por exemplo, em nenhum caso as mulheres tiveram acesso a aulas de português, ao contrário

do que aconteceu com os membros do género masculino. No entanto, a aprendizagem do idioma pode processar-se com menor ou maior facilidade não estando apenas dependente do acesso a estas aulas, mas, principalmente, das oportunidades de participação social e nesse aspeto também existem diferenças entre homens e mulheres. De facto, corroboramos que quanto aos refugiados/as, as mulheres foram as que apresentaram maior dificuldade em dialogar durante as entrevistas. Quando estas entrevistas foram realizadas em família, o homem assumiu uma postura de entrevistado, sendo que as mulheres limitavam-se a ouvir e, por vezes, a comentar certos aspetos na sua Língua materna, que depois eram traduzidos pelo marido, apesar de estas saberem comunicar, minimamente, bem em Português. Para além disto, as refugiadas, independentemente do seu estado civil, apresentaram-se menos seguras para sair e comunicar com portugueses/as em comparação com os refugiados, esperando em casa, no espaço privado e familiar, até concluírem as aulas de Português e sentirem que conseguiam comunicar como pretendido, sendo as desigualdades no acesso à esfera pública reforçadas (Collins et al., 2011).

«Sim. Eu tenho muitas pessoas que ajudam, sem ajuda não dava. Antes de trabalhar eu tinha de ficar em casa. Tenho quatro anos e três anos agora a trabalhar. Tenho um ano seis meses a trabalhar fui na *escuela* para conseguir. Agora sei, agora fui a trabalhar, já *sei a falar*. Porque *a falar português é muito difícil. Tem muita coisa e não sabes fazer essa coisa*. Agora já não. (Refugiada Eritreia, 22 anos)»

«Porque *eu aqui dois anos. Eu todos os dias vai fora. Eu todos os dias à beira do no casa de ah en baixo tem um marke, markejumar...* supermercado. Tem. Todos os dias eu vou lá, *eu perguntar ou tem homem or ter mulher, zirra* (“mulher” em Curdo) *eu perguntar* o que é isto, isto, isto. (Refugiado Sírio, 40 anos)»

É ainda de salientar que quanto às mulheres refugiadas, apenas uma trabalhava fora de casa no país de origem, enquanto as restantes ocupavam-se do trabalho doméstico. Destas últimas, duas continuavam a realizar o trabalho doméstico, uma por opção e outra por não conseguir arranjar emprego, devido aos obstáculos supracitados. Já uma participante, proveniente da Eritreia com 22 anos, começou a trabalhar numa IPSS através do auxílio da Câmara Municipal, onde dominar o Português não era condição obrigatória, experienciando desde logo grandes diferenças em comparação ao que estava habituada a fazer, contando com a ajuda de uma funcionária da Santa Casa da Misericórdia para cuidar da sua filha bebé. Esta situação acaba por ser exemplificativa de como a intervenção no sentido da integração pode ser bem-sucedida, desde que os serviços

disponibilizem uma resposta coordenada e integrada, à questão do emprego e da necessidade de assegurar o cuidado de filhos/as menores.

Outro aspeto positivo verificado nas entrevistas foi o facto de os homens entrevistados em família demonstrarem o seu desagrado em relação à ausência de oportunidades para as suas esposas, associando esta problemática, exatamente, ao facto de não dominarem o Português. Este resultado pode refletir alguma mudança nos estereótipos de género tradicionais, sendo legítimo e desejável que a mulher também seja uma fonte de rendimento económico para a família.

«Lá [Síria] *toda a família*, uma pessoa a trabalhar chega. Uma pessoa chega. (...) Só eu trabalho, chega e *daqui* [aqui] *ver todas pessoas trabalhar*. (Refugiado Sírio, 52 anos)»

Apesar disto, nas relações amorosas, os estereótipos de género continuam muito presentes. Uma migrante mencionou as desigualdades por ela percecionadas, sendo que no seu país de origem, aquando da separação de um casal, é a mulher que assume a responsabilidade de criar os/as filhos/as, sem contar com a ajuda do homem, assim como desconhecia a importância que é atribuída ao anel de casamento em Portugal.

«Na Venezuela é um bocadinho assim, olha são muitas mães solteiras, sabes? Ahhh os pais deixam aquela mulher grávida e *van* embora e então aquela mulher é que fica com os filhos a tentar...*tirar-los, tás* a ver? Acontece muito, acontece muito. Aqui por acaso é uma coisa que me chama muito a atenção, é aquele, é...o...o anel de casamento, nós lá não usamos. (Migrante Venezuelana, 41 anos)»

Um migrante Turco de 29 anos enfatizou a estrutura relacional de um casal ou de uma família do seu país de origem centrada no respeito, contrariamente ao que observou em Portugal.

«Look, in Turkey the family life and friend's life or relationships like girlfriends and boyfriends or by everything is different from here ahh how? Ahh, for example, here I didn't see until now it's the, the young people, I mean teenagers, respect to them family. In our country anybody respect the family ahh when ahhh your father, your mother or your sister, or big brother to ask you something and do something and who is the small one just listen and respect and that's all and here I don't see the people ahhh they are doing everything by themselves is it not good acting you like but maybe I'm wrong. And *another things* ahh here is so, so ahh the open about relationships, for example, in Turkey ahh you are, you are my girlfriend, but something to be step by step and ahh it's not easy. I don't, you have to know about me and then about my family, my family know about your family something like that. But here it's so clearly, people so relax comfortable goes to each other and doing many things, for example, kiss, you know? It's in our country. Yes, we are doing like here but a little bit slow, a little bit inside to respect, you know?»

Por sua vez, um migrante Sírio de 50 anos concluiu que as mulheres portuguesas e os homens muçulmanos não são compatíveis na esfera amorosa devido às características quase opostas que cada um possui.

«Tipo...às vezes, eu não sou contra, mas às vezes vão casar com uma...jovem portuguesa, casa com uma árabe, depende *da árabe* e se tiver homem não muito aberto...casamento não aguenta, percebeste? (...) Numa família mais aberta *no*...para mim...vivo igual, eu sou igual a português, mas não...agora uma pessoa fechada, casar pessoa aberta é difícil. Típico...dois Mundos diferentes, tipo Big Bang. (...) Eu acho, *no* sei, mas muitas vezes, *corre-se* a casamentos com estrangeiros, mas árabes já *tá* casados com...no demorar muito, 6 meses, 1 ano divórcio. Porque a mulher europeia quer liberdade, não *é*? *Outras da cultura* deles não têm. Mulher para sair de casa tem de pedir autorização do marido, percebeste?»

Um migrante moçambicano referiu as diferenças entre as leis que regulamentam as relações amorosas.

«Há falta de leis mais específicas no meu país, cá tens leis para tudo até para a escola para as crianças com necessidades educativas especiais que têm direito a condições diferentes, lá isso não acontece. (...) Lá também não existem leis sobre a violência no namoro, então estas mulheres não são protegidas e em Moçambique temos muitos casos de mulheres que ainda estão a namorar e morrem devido a esta violência e não temos leis para isto.»

Já os/as refugiados/as referiram as diferentes formas de interação entre sexos opostos do país de origem e de acolhimento.

«Yeah, for example, ahh ahh in Portugal ahh the man don't kiss each other, they hug, but they don't kiss, the man in Portugal but in Syria they do that. But in Portugal I think it's shame to do that ahh man to man hugging and kiss each other. You don't do that. And another side ahh in Portugal ahh man and women kissing each other, in Syria no. *Uma coisa proibida*. (Refugiado Sírio, 42 anos)»

«Menina e homem *tudo trabalhar fora, mas quando já vêm em casa ele ajuda* mulher, mas na Eritreia não faz assim. A menina faz as coisas e eles não fazem nada, só fala e beber e dormir. Só querem beber e dormir e isso aqui não. (Refugiada Eritreia, 22 anos)»

Um outro refugiado mostrou-se indignado relativamente à pergunta “Tens filhos/as?”, algo não aceite, no seu país de origem, na ausência de casamento.

No entanto, embora todas as diferenças significativas encontradas nas percepções dos/as participantes relativamente aos papéis atribuídos aos homens e às mulheres nos países de origem e no país de acolhimento, em Portugal, alguns/mas migrantes e refugiados/as consideraram não existir diferenças culturais relevantes no que concerne às mulheres. Daqui pode ser compreendido que havia participantes que se enquadravam em estágios etnocêntricos quanto à sua sensibilidade intercultural.

«É igual, aqui as mulheres *aqui* também trabalham na cozinha ou em casa. (Refugiada Eritreia, 22 anos)»

«I see some differences maybe in my country when we are talking about women the things become different because in my country, they are housewives maybe I don't see lots of differences, but if I'm talking about women is house wife. Men is the same because they *working* here, working there the same but I don't see a lot of difference. Yeah because you have housewives here but some working...yeah. (Refugiado Eritreu, 25 anos)»

Dois migrantes, por sua vez, chegaram mesmo a afirmar que, em Portugal, as mulheres ocupam um papel mais tradicional e de menor poder, aspeto que considerámos curioso.

«Aqui eu acho que ainda tem a construção feminina *tá* muito ligada à cozinha, *tá* muito ligada a cuidar dos filhos e muito solitária ahh o que é que eu noto com as famílias que eu convivo, que é o que posso dizer. São famílias tradicionais, tem pai, mãe e filhos, não são separados, são casados ainda, talvez sejam casados, porque sabem que muitas das traições que acontecem durante a vida do matrimónio são quase que 100% perdoáveis. Então essa conceção que a mulher aguenta tudo, a traição *tatata*, *pa* manter a casa, *pa* manter o marido, *pa* manter a família junta. Isso é uma coisa que pesa muito nas mulheres. (Migrante Brasileira, 40 anos)»

«We have a lot of colour in the word home life, you know. They are doing everything ahh not like the old, I mean...90\80, 90\80 it was difficult for the *womens* make something, you know. Make by herself ahh them self and now the *womens* we can see they are everywhere, in the government, the politics, the economic, economic positions and... ahh it's not like here. I mean it's *more better* from here, in Turkey. [So you are saying that in Turkey the women has more] More powerful. (Migrante Turco, 27 anos)»

3. Conclusões

Nos últimos anos, em Portugal, os movimentos imigratórios têm sido mais intensos (Marques et al., 2006; Miranda, 2009; Topa, 2013). No entanto, embora se registre em contexto nacional um saldo migratório positivo, tendo passado de 11.570 (em 2018) para 44.506 (em 2019), continua-se a verificar uma crescente necessidade destes números aumentarem, assim como se ambiciona a chegada de mais refugiados/as. De facto, Portugal tem ficado cada vez mais envelhecido e tem-se notado uma diminuição populacional acentuada entre 2009 e 2019. Diminuição esta que tem sucedido devido à diminuição da natalidade e à emigração de pessoas entre os 25 e 39 anos pela procura de novas oportunidades, tal como muitos/as migrantes e refugiados/as que também já cá não permanecem (Pordata, 2019).

Desta forma, a presente dissertação teve como principal objetivo investigar os facilitadores e/ou obstáculos para que sejam criadas as condições necessárias a fim de migrantes e/ou refugiados/as experienciarem sentimento de pertença relativamente a Portugal, fator este que contribui para a sua permanência no país. Neste contexto, assumimos também como objetivos perceber quais poderiam ser as maiores diferenças entre migrantes e refugiados/as no processo de integração na sociedade portuguesa, assim como o papel desempenhado pela educação e pelo género.

Dos dados recolhidos, verificou-se que apenas um participante refugiado não percebia sentimento de pertença em relação a Portugal. Para isto, vários foram os fatores enumerados que contribuíram para que o sentimento de pertença se fosse desenvolvendo para ultrapassar os fatores que obstaculizaram, em certos momentos, a sua integração. É de sublinhar que o processo de migração/refúgio é bastante complexo, estando os facilitadores e obstáculos ao sentimento de pertença interrelacionados e exercendo influências recíprocas no processo que determina o sucesso ou insucesso na integração e inclusão social numa nova sociedade. Por esse motivo, foram raras as vezes que cada variável foi referida sem estar relacionada com as demais, fazendo parte destas: “Aprendizagem ao longo da vida”; “Cultura e clima”; “Características socioeconómicas, políticas e burocráticas do país de acolhimento”; “Redes de suporte social”; “Sensibilidade de género”; e “Características pessoais”, por ordem de relevância atribuída pelos/as participantes.

Nas categorias operacionalizadas, pôde-se concluir que Portugal, apesar de ser um país desconhecido sobretudo para os/as refugiados/as (Santinho, 2009), acabou por se revelar um bom destino para os/as nossos/as participantes. Características como a segurança, cultura, políticas democráticas do país e temperamento dos/as portugueses/as acabaram por agradar aos e às participantes deste estudo e determinar que cá se mantivessem. Apesar destes resultados irem de encontro a alguns indicadores como o MIPPEX (2015), estes dados devem ser interpretados à luz do contexto e do período temporal em que foram recolhidos. Se as entrevistas tivessem sido realizadas na região de Lisboa e Vale do Tejo, onde a concentração destas populações é maior do que no norte de Portugal; ou em Miranda do Corvo, onde são substancialmente menores, as experiências vividas e reportadas poderiam ser bem diferenciadas. Para além disso, se os dados tivessem sido recolhidos aquando do maior fluxo de migrantes/refugiados/as ou presentemente, durante a pandemia de Covid-19, certamente, também seria de esperar um impacto mais negativo nas narrativas das pessoas entrevistadas. Para além disto, é

também de notar que os/as participantes foram em grande escala sinalizados/as por mediadores/as de ONG's e outras instituições, podendo representar os casos melhor sucedidos, no que diz respeito à integração no país.

De facto, são também vários os fatores que podem dificultar a sensação de pertença ou mesmo impedir que estas pessoas se consigam estabelecer a longo prazo em Portugal. Segundo os/as participantes, aquando da vaga de refugiados/as, muitos/as não se conseguiram cá estabelecer, devido à falta de oportunidades em termos educativos, de aprendizagem da Língua e de processos de equivalência de habilitações e acesso ao emprego. Em alguns casos, uma sensibilidade intercultural menos desenvolvida por parte das pessoas entrevistadas e/ou das pessoas com quem interagiram, em Portugal, impactou negativamente a satisfação, sentimento de pertença e inclusão. Este aspeto, como esperávamos, relaciona-se estreitamente com a sensibilidade de género. Por vezes, as diferenças culturais das representações e expectativas face ao papel do homem e da mulher são consideráveis. Tal pode representar uma oportunidade de empoderamento e liberdade (Hatoss & Huijser, 2010; Omelaniuk, 2005), mas também ser percebido como um sinal de não aceitação da cultura de origem. De sublinhar que os/as nossos/as entrevistados/as não parecem, na sua maioria, subscrever estereótipos de género tradicionais, isto apesar de subsistirem mais dificuldades por parte das mulheres em aprender a Língua ou se integrarem no mercado de trabalho ou, de acordo com um dos participantes, ser impossível um final feliz para uma história de amor entre pessoas de culturas distintas.

Adquirir-se as competências linguísticas necessárias para se comunicar com eficácia no país de acolhimento é apontado como crucial em todas as entrevistas, mesmo pelas pessoas entrevistadas de nacionalidade brasileira. Segundo estes/as, basta uma mudança de sotaque ou de expressões próprias da região/país para que não consigam estabelecer um diálogo como pretendem ou para compreenderem e serem compreendidos/as. Deste modo, não conseguir dominar o Português pode despoletar sentimentos de desesperança, de negação de oportunidades de emprego e de criação de dependência de outros/as, motivando o anseio de rumar e se estabelecer noutros países (Alencar, 2018; English & Mayo, 2019; Morrice, 2013; Nawyn et al., 2012; Watkins et al., 2012).

O suporte social encontrado no país de acolhimento pode traduzir-se em apoio afetivo e instrumental tão necessários para quem é recém-chegado e para a sua posterior integração (Antunes, 2017), algo que parece ser particularmente reforçado quando

existem competências de sensibilidade intercultural (Chen & Starosta, 2000). Estas pessoas, em particular profissionais e voluntários de ONG's, podem fazer efetivamente a diferença na vida de migrantes e refugiados/as, facilitando a sua aprendizagem do Português e o seu acesso ao mercado de trabalho (Costa et al., 2019; Dandy & Pe-Pua, 2015; Kirmayer et al., 2011). No entanto, o que sucede muitas vezes, é que estas vias informais de educação que propiciam a obtenção de emprego, são pouco eficazes na sua manutenção ou progressão para empregos melhor remunerados, se não forem acompanhadas de uma efetiva aquisição de competências linguísticas formais ou até, eventualmente, do reconhecimento das qualificações. Por isso, seria fundamental que se investisse, primeiramente, na aprendizagem do idioma, visto que foram muitos/as os/as participantes que mencionaram não ter acesso a aulas de Português, para que migrantes e refugiados/as não contactassem, desde logo, com más experiências no seu local de trabalho. Seguindo esta linha, os dados recolhidos também permitem alertar que, muitas vezes, recebemos no nosso país pessoas com qualificações académicas não reconhecidas o que é impeditivo de exercerem na sua área profissional (Bhugra & Arya, 2005; English & Mayo, 2019; Kirmayer et al., 2011; Morrice, 2013; Slade, 2015). Tal deve-se ao facto de não dominarem o idioma requerido, mas também por Portugal, tal como outros países, possuir processos longos, dispendiosos e burocráticos para que documentos essenciais como a legalização ou reconhecimentos das habilitações académicas sejam finalizados, constituindo-se um obstáculo à integração social (Slade, 2015).

Deste modo, a aprendizagem ao longo da vida, acaba por relacionar-se com todas as categorias presentes nesta investigação, pois tornou-se evidente que qualquer mudança de um país para outro, quer tenha como base uma migração ou a procura de asilo ou refúgio, acarreta muitas oportunidades de aprendizagem com grande impacto no desenvolvimento de cada indivíduo. O estatuto do/a participante, por sua vez, determina, desde o início, os moldes em que o processo de estabelecimento no país de acolhimento se desenrolará, visto que cada estatuto tem as suas especificidades, o que é importante ter em mente quando se abordam temas como estes (Edwards, 2015; Mestheneos & Ioannidi, 2002; Vieira & Trindade, 2008). Ambos os grupos são, muitas vezes, confundidos por jornalistas e mesmo pelo público em geral, que reproduzem ideias estereotipadas e simplificadas ocultando a diversidade aqui incluída e que impede discursos alternativos de interpretação, classificando todos/as como vítimas ou como fonte de perigo para o país onde chegam.

Apesar das similitudes das experiências, o estatuto de cada participante, tal como prevíamos, também distinguiu algumas narrativas, temáticas e emoções dos/as migrantes e dos/as refugiados/as. Tal só foi possível compreender pelo facto de a recolha de dados ter sido feita com ambas as populações, o que não costuma ser muito usual na investigação consultada. Como exemplo, pode-se apontar o facto de quase todos/as os/as migrantes entrevistados/as terem-se referido ao clima, gastronomia e algumas características do povo português que não apreciavam, mas que não tinha impacto direto na sua integração, como o facto destes/as atribuírem ou não importância ao percurso escolar e profissional. Estes temas nunca surgiram nas entrevistas dos/as refugiados/as que relatavam temas mais relacionados com as condições de base para a sua segurança, aceitação na comunidade, autonomia e bem-estar. De notar também a relevância da investigação integrar na amostra participantes que partilhavam o mesmo país de origem, mas que possuíam estatutos diferentes, no sentido de retirar o estigma de que, por exemplo, todas as pessoas que vêm da Síria são refugiados/as.

Simultaneamente, as características pessoais de cada migrante ou refugiado/a, em particular, a capacidade de resiliência, de aprender com a adversidade, de se focar nos aspetos positivos e de aprender um locus de controlo interno, de acordo com a perspetiva das pessoas entrevistadas, parecem fazer a diferença entre o desânimo, a desistência e a depressão para uma integração bem-sucedida. Contudo, será importante não incorrer em análises simplistas que promovam a representação de que tudo depende das próprias pessoas, representação internalizada numa lógica de *culpar a vítima*. Será fundamental que os recursos legais e socioeconómicos estejam disponíveis e acessíveis a todos/as para que sejam criadas condições mínimas para que a inclusão social ocorra.

Em suma, é de destacar que esta investigação pretendeu transmitir as perceções de quem vive na “primeira pessoa” a integração em Portugal, combatendo o esquecimento e a invisibilidade que ainda persistem e que podem até ser agravados no atual contexto histórico, como bem ilustra o grito por pedido de ajuda que foi o recente incêndio no campo de refugiados na ilha de Lesbos. Pretendeu-se, fornecer informações relevantes de aplicação prática no terreno para os/as profissionais que intervêm tanto com migrantes, como com refugiados/as e informações sobre o perfil daqueles e daquelas que têm procurado Portugal para viver nos últimos anos, dados ainda pouco conhecidos, segundo a Pordata (2019).

Nesta dissertação, a investigadora principal também teve de enfrentar diversos desafios comuns a estes profissionais, em particular no que diz respeito à sensibilidade

intercultural e de género. Adotando uma postura de humildade intercultural, procurou-se manter a atenção e consideração em relação a diferentes culturas, nomeadamente na prestação de informação prévia ao consentimento informado ao tentar na adequação do discurso a cada entrevistado/a e na gestão de temas muito sensíveis como a exploração humana que surgiu na entrevista a uma mulher refugiada.

A competência intercultural, ao atingir a sua máxima utilidade, possibilita a implementação de serviços mais eficazes para populações étnica e culturalmente diferentes (Sue, 2001). Deste modo, o/a profissional deve desenvolver características de: autoestima, possibilitando uma interação com alteridade e uma visão otimista da mesma; automonitorização, permitindo adequação dos comportamentos em interações sociais; mente aberta, para apreciar e aceitar visões e ideias diferentes; empatia, permitindo reciprocidade em exibições de afeto, escuta ativa e demonstrações de compreensão; e interação e ausência de julgamento, escutando ativamente os/as outros/as aquando de uma comunicação intercultural (Dunn, 2002; Fritz et al., 2001). Os/as psicólogos/as, particularmente, ocupam um papel crucial ao trabalharem com esta população e, por isso, devem adquirir consciência de como as suas práticas, embora bem-intencionadas, podem prejudicar estes grupos culturalmente diversos (Sue, 2001), tornando-se central desenvolverem a sua competência intercultural para enriquecerem a compreensão psicológica, valorização da experiência humana e validação da integridade e valor do/a cliente (Dunn, 2002). Por sua vez, para desenvolverem a competência intercultural não basta, como já referido, que os/as profissionais aprendam sobre as diferentes culturas, isto não altera por causa-efeito os seus comportamentos e atitudes (Perry & Southwell, 2011). A investigação crítica e amplificação da autoconsciência cultural é essencial (Bennett, 2009), assim como uma maior conscientização de aspetos culturais universais e específicos, sensibilidade aos estímulos culturais e melhores habilidades comunicacionais (Fisher-Borne et al., 2015). Programas de formação a este nível e sua implementação até num curriculum universitário seriam importantes e teriam de visar a (re)aprendizagem nos domínios afetivo (motivação e sensibilidade para a comunicação), cognitivo (compreensão de semelhanças e diferenças interculturais), comportamental (comunicação intercultural mais eficiente) e com possibilidade de simulação em contexto (Fisher-Borne et al., 2015), próprios da competência intercultural.

Outro fator a não esquecer, no que diz respeito aos/às refugiados/as são as expectativas que estes/as poderiam ter face à nossa ligação às instituições que estabeleceram os contactos, podendo isto ter interferido nas informações que quiseram

partilhar, o seu olhar sobre estarem a ser entrevistados/as ou esperarem ganhar algum benefício das instituições em causa, algo que se procurou prevenir com a apresentação da investigadora no momento pré-entrevista, mas que ainda assim não evitou certas situações que foram solucionadas no momento, sendo novamente importantes as competências de relação intercultural no contexto.

Investigações futuras devem apostar em envolver investigadores/as com experiência na área ou, preferencialmente, com conhecimentos para poderem ser competentes culturalmente. Será também importante procurar ter acesso a mais narrativas de migrantes e/ou refugiados/as noutras regiões do país. De facto, parece crucial que de norte a sul de Portugal se passe a seguir as mesmas linhas orientadoras para se trabalhar com estas populações baseados em boas práticas, mas que também respeitem e integrem as especificidades regionais.

Um resultado inovador na presente investigação foi que, embora os/as participantes tivessem diferentes estatutos e se encontrassem em Portugal há diferentes períodos de tempo, que vão desde seis meses aos dezasseis anos no caso dos/as migrantes; e oito meses aos quatro anos no caso dos/as refugiados/as, os facilitadores e obstáculos que identificaram para que surja um sentimento de pertença não variavam muito. Esta tendência pode refletir a existência de certas dificuldades persistentes que já deveriam estar suprimidas a longo prazo, como hipotetizou Zarro (2017) na sua pesquisa, mas tal não se verificou.

Será, desta forma, crucial que esta investigação permita intervenções mais eficazes e humanitárias para com estas populações, em particular atendendo aos efeitos sanitários e económicos da pandemia atual. Continuam a existir muitas pessoas a precisar de ajuda que se encontram a lutar para conseguirem integrar-se no nosso país e a querer sentir-se aqui em casa.

Referências Bibliográficas

- Alencar, A. (2018). Refugee integration and social media: A local and experiential perspective. *Information, Communication & Society*, 21(11), 1588-1603.
- Alessi, E. J., Kahn, S., & Van Der Horn, R. (2017). A qualitative exploration of the premigration victimization experiences of sexual and gender minority refugees and asylees in the United States and Canada. *The Journal of Sex Research*, 54(7), 936-948.
- Amado, J. (2017). *Manual de investigação qualitativa em educação* (3ª ed.). Imprensa da Universidade de Coimbra.
- American Psychological Association (APA) (2008, setembro). *Answers to your questions: For a better understanding of sexual orientation and homosexuality*. APA. <https://www.apa.org/topics/lgbt/orientation.pdf>
- American Psychological Association (2012). Guidelines for psychological practice with lesbian, gay, and bisexual clients. *American Psychologist*, 67(1), 10-42.
- American Psychological Association (2015). Guidelines for psychological practice with transgender and gender nonconforming people. *American Psychologist*, 70(9), 832-864.
- Aníbal, A. (2013). *Da educação permanente à LLL e à validação das aprendizagens informais e não formais: Recomendações e práticas*. CIES e-working paper n.º 147/2013. <http://hdl.handle.net/10071/5003>
- Antunes, J. (2017). Refugiados e saúde mental: Acolher, compreender e tratar. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 18(1), 115-130.
- Barbeitos, E. F. M. (2014). *Cisnes negros: Representações de sucesso e processos de autoatribuição causal em imigrantes* (Identificador n.º 201022664) [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário de Lisboa]. Repositório do ISCTE-IUL. <http://hdl.handle.net/10071/9199>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Baumeister, R. F., Brewer, L. E., Tice, D. M., & Twenge, J. M. (2007). Thwarting the need to belong: Understanding the interpersonal and inner effects of social exclusion. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 506-520.
- Bennett, M. J. (1986). A developmental approach to training for intercultural sensitivity. *International Journal of Intercultural Relations*, 10(2), 179-196.

- Bennett, M. J. (2009). Defining, measuring, and facilitating intercultural learning: A conceptual introduction to the intercultural education double supplement. *Intercultural Education, 20*(4), 1–13.
- Bennett, M. J. (2017). Developmental model of intercultural sensitivity. In Y. Kim (Ed.), *The International Encyclopedia of Intercultural Communication* (pp. 1-10). John Wiley & Sons.
- Bhawuk, D. P., & Brislin, R. (1992). The measurement of intercultural sensitivity using the concepts of individualism and collectivism. *International Journal of Intercultural Relations, 16*(4), 413-436.
- Bhugra, D. (2004). Migration and mental health. *Acta Psychiatrica Scandinavica, 109*(4), 243-258.
- Bhugra, D., & Arya, P. (2005). Ethnic density, cultural congruity and mental illness in migrants. *International Review of Psychiatry, 17*(2), 133-137.
- Bogdan, R., & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação*. Porto Editora.
- Bourdieu, P. (1977). *Outline of a theory of practice*. Cambridge University Press.
- Bourdieu, P. (1991). *Language and symbolic power*. Harvard University Press.
- Branco, P. (2008). Do género à interseccionalidade: Considerações sobre mulheres, hoje e em contexto europeu. *Julgar, 4*, 103-117.
- Byram, M., & Feng, A. (2004). Culture and language learning: Teaching, research and scholarship. *Language Teaching, 37*(3), 149-168.
- Carroll, A., & Itaborahy, L. P. (2015). *State-sponsored homophobia 2015 – A world survey of laws: Criminalisation, protection, and recognition of same-sex love* (10th ed.). International Lesbian, Gay, Bisexual, Trans, and Intersex Association.
- Charmaz, K. (2006). *Constructing grounded theory: A practical guide through qualitative analysis*. SAGE Publications.
- Chen, G. M., & Starosta, W. J. (1997). A review of the concept of intercultural sensitivity. *Human Communication, 1*(1), 1-16.
- Chen, G. M., & Starosta, W. J. (2000). The development and validation of the intercultural sensitivity scale. *Human Communication, 3*(1), 3-14.
- Čiarnienė, R., & Kumpikaitė, V. (2008). The impact of globalization on migration processes. *Socialiniai Tyrimai, 3*, 42-48.
- Collins, C. H., Zimmerman, C., & Howard, L. M. (2011). Refugee, asylum seeker, immigrant women and postnatal depression: Rates and risk factors. *Archives of Women's Mental Health, 14*(1), 3-11.

- Costa, A., Coimbra, S., Pinto, M., Teixeira, E., & Caramelo, J. (2019). Professionals' key knowledge, competences and practices to promote social inclusion of refugees. *International Journal of Inclusive Education*, 23, 1-13.
- Crowley, C. (2009). The mental health needs of refugee children: A review of literature and implications for nurse practitioners. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 21(6), 322-331.
- Dandy, J., & Pe-Pua, R. (2015). The refugee experience of social cohesion in Australia: Exploring the roles of racism, intercultural contact, and the media. *Journal of Immigrant & Refugee Studies*, 13(4), 339-357.
- Dekker, R., & Engbersen, G. (2014). How social media transform migrant networks and facilitate migration. *Global Networks*, 14, 401-418.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (1994). *Handbook of qualitative research*. Sage Publications.
- Donne, J. (1987). *Devotions upon emergent occasions*. Oxford University Press.
- Dunn, A. M. (2002). Culture competence and the primary care provider. *Journal of Pediatric Health Care*, 16(3), 105-111.
- Edwards, A. (2015, outubro). *Refugiado ou migrante? O ACNUR incentiva a usar o termo correto*. Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados (ACNUR). <https://www.acnur.org/portugues/2015/10/01/refugiado-ou-migrante-o-acnur-incentiva-a-usar-o-termo-correto/>
- English, M., & Mayo, P. (2019). Lifelong learning challenges: Responding to migration and the Sustainable Development Goals. *International Review of Education*, 65, 213-231.
- Faria, L. (1999). Contextos sociais de desenvolvimento das atribuições causais: O papel do nível sócio-económico e da raça. *Análise Psicológica*, 17(2), 265-273.
- Fisher-Borne, M., Cain, J. M., & Martin, S. L. (2015). From mastery to accountability: Cultural humility as an alternative to cultural competence. *Social Work Education*, 34(2), 165-181.
- Fonseca, M. L., Ormond, M., Malheiros, J., Patrício, M., & Martins, F. (2005). *Reunificação familiar e imigração em Portugal*. Alto-Comissariado para a Imigração e Minorias Étnicas (ACIME).
- Freedman, J. (2010). Mainstreaming gender in refugee protection. *Cambridge Review of International Affairs*, 23(4), 589-607.
- Fritz, W., Mollenberg, A., & Chen, G. M. (2002). Measuring intercultural sensitivity in different cultural context. *Intercultural Communication Studies*, 11(2), 165-176.
- Guo, S. (2010). Toward cognitive justice: Emerging trends and challenges in transnational migration and lifelong learning. *International Journal of Lifelong Education*, 29(2), 149-167.

- Hagerty, B. M., Lynch-Sauer, J., Patusky, K. L., Bouwsema, M., & Collier, P. (1992). Sense of belonging: A vital mental health concept. *Archives of Psychiatric Nursing, 6*(3), 172-177.
- Hagerty, B. M., Williams, R. A., Coyne, J. C., & Early, M. R. (1996). Sense of belonging and indicators of social and psychological functioning. *Archives of Psychiatric Nursing, 10*(4), 235-244.
- Hatoss, A., & Huijser, H. (2010). Gendered barriers to educational opportunities: Resettlement of sudanese refugees in Australia. *Gender and Education, 22*(2), 147-160.
- Heyward, M. (2002). From international to intercultural: Redefining the international school for a globalized world. *Journal of Research in International Education, 1*(1), 9-32.
- Huddleston, T., Bilgili, O., Joki, A., & Vankova, Z. D. (2015). Migrant integration policy index 2015. Barcelona Center for International Affairs (CIDOB)/Migration Policy Group (MPG).
- Ignatieff, M. (2003). *Human rights as politics and idolatry*. Princeton University Press.
- Infante, F. (2005). A resiliência como processo: Uma revisão da literatura recente. In A. Melillo & E. Néstor Suárez Ojeda (Eds.), *Resiliência: Descobrimos as próprias fortalezas* (pp. 23-38). Artmed.
- Keynaert, I., Vettenburg, N., & Temmerman, M. (2012). Hidden violence is silent rape: Sexual and gender-based violence in refugees, asylum seekers and undocumented migrants in Belgium and the Netherlands. *Culture, Health & Sexuality, 14*(5), 505-520.
- Kirmayer, L. J., Narasiah, L., Munoz, M., Rashid, M., Ryder, A. G., Guzder, J., Hassan, G., Rousseau, C., & Pottie, K. (2011). Common mental health problems in immigrants and refugees: General approach in primary care. *CMAJ, 183*(12), 959-967.
- Komito, L. (2011). Social media and migration: Virtual community 2.0.. *Journal of the American Society for Information Science and Technology, 62*, 1075–1086.
- Landis, D. (2008). Globalization, migration into urban centers, and cross-cultural training. *International Journal of Intercultural Relations, 32*(4), 337-348.
- Lima, L. (2010). Notas breves de um participante. *Aprender ao Longo da Vida, 12*, 30-33.
- Lustig, S. L., Kia-Keating, M., Knight, W. G., Geltman, P., Ellis, H., Kinzie, J. D., Keane T., & Saxe, G. N. (2004). Review of child and adolescent refugee mental health. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 43*(1), 24-36.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development, 71*(3), 543-562.

- Machado, F. L. (2002). *Contrastes e continuidades: Migração, etnicidade e integração dos guineenses em Portugal*. Celta Editora.
- Malheiros, J. (2002, dezembro). *Portugal seeks balance of emigration, immigration*. Migration Policy Institute (MPI)/Migration Information Source (MIS). <https://www.migrationpolicy.org/article/portugal-seeks-balance-emigration-immigration>
- Manstead, A. S., Hewstone, M. E., Fiske, S. T., Hogg, M. A., Reis, H. T., & Semin, G. R. (1995). *The blackwell encyclopedia of social psychology*. Blackwell Publishers.
- Marques, J. C., Lages, M., Policarpo, V., Matos, P., & António, J. (2006). *Os imigrantes e a sociedade portuguesa – Imagens Recíprocas: Análise de duas sondagens*. Alto-Comissariado para a Imigração e Minorias Étnicas (ACIME).
- Mascarenhas, S., Almeida, L. S., & Barca, A. (2005). Atribuições causais e rendimento escolar: Impacto das habilitações escolares dos pais. *Revista Portuguesa de Educação*, 18(1), 77-91.
- McGregor, E., & Siegel, M. (2013). *Social media and migration research*. UNU-MERIT working paper n.º 2013-068. https://www.merit.unu.edu/publications/working-papers/?year_id=2013
- Mestheneos, E., & Ioannidi, E. (2002). Obstacles to refugee integration in the European Union member states. *Journal of Refugee Studies*, 15(3), 304-320.
- Mezirow, J. (2000). Learning to think like an adult: Core concepts of transformation theory. In *Learning as transformation: Critical perspectives on a theory in progress* (pp. 3-33). Jossey-Bass.
- Miranda, J. (2009). *Mulheres imigrantes em Portugal: Memórias, dificuldades de integração e projetos de vida*. Alto-Comissariado para a Imigração e Diálogo Intercultural (ACIDI).
- Monteiro, I. S., & Maia, Â. (2009). Propriedades psicométricas da versão portuguesa do instrumento de avaliação do sentimento de pertença. *Revista de Ciências de Saúde de Macau*, 9(1), 19-26.
- Morrice, L. (2007). Lifelong learning and the social integration of refugees in the UK: The significance of social capital. *International Journal of Lifelong Education*, 26(2), 155-172.
- Morrice, L. (2013). Learning and refugees: Recognizing the darker side of transformative learning. *Adult Education Quarterly*, 63(3), 251-271.
- Moser, C., & Moser, A. (2005). Gender mainstreaming since Beijing: A review of success and limitations in international institutions. *Gender & Development*, 13(2), 11-22.

- Murray, K. E., Davidson, G. R., & Schweitzer, R. D. (2010). Review of refugee mental health interventions following resettlement: Best practices and recommendations. *American Journal of Orthopsychiatry*, 80(4), 576-585.
- Nawyn, S. J., Gjokaj, L., Agbényiga, D. L., & Grace, B. (2012). Linguistic isolation, social capital, and immigrant belonging. *Journal of Contemporary Ethnography*, 41(3), 255-282.
- Neves, S. P., & Faria, L. (2007). Auto-eficácia académica e atribuições causais em português e matemática. *Análise Psicológica*, 25(4), 635-652.
- Nogueira, C., & de Oliveira, J. M. (2010). *Estudo sobre a discriminação em função da orientação sexual e da identidade de género*. Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género.
- Olson, C., & Kroeger, K. (2001). Global competency and intercultural sensitivity. *Journal of Studies in International Education*, 5(2), 116-137.
- Omelandiuk, I. (2005). *Gender, poverty reduction and migration*. World Bank.
- Organização das Nações Unidas (ONU) (2015). *Transforming our world: The 2030 agenda for sustainable development*. ONU. <https://sdgs.un.org/2030agenda>
- Ornelas, J. (1994). Suporte social: Origens, conceitos e áreas de investigação. *Análise Psicológica*, 12, 333-339.
- Pais, J. M. (2001). *Ganchos, tachos e biscates: Jovens, trabalho e futuro*. Ambar.
- Perry, L. B., & Southwell, L. (2011). Developing intercultural understanding and skills: Models and approaches. *Intercultural Education*, 22(6), 453-466.
- Pittaway, E., & Bartolomei, L. (2001). Refugees, race, and gender: The multiple discrimination against refugee women. *Refuge: Canada's Journal on Refugees*, 19(6), 21-32.
- TSF Rádio Notícias (2019). *A Pordata no dia mundial da população*. TSF. <https://www.tsf.pt/Galerias/PDF/2019/07/pordata.pdf>
- Rutter, M. (1993). *Resilience: Some conceptual considerations*. *Journal of Adolescent Health*, 14, 626-631.
- Santinho, M. C. (2009). Reconstruindo memórias: Jovens refugiados em Portugal. *Saúde e Sociedade*, 18(4), 582-589.
- Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF) (2017, junho). *Relatório de imigração: Fronteiras e asilo*. SEF. <https://sefstat.sef.pt/Docs/Rifa2017.pdf>
- Shidlo, A., & Ahola, J. (2013). Mental health challenges of LGBT forced migrants. *Forced Migration Review*, 42, 9-11.

- Singh, M. (2015). *Global perspectives on recognising non-formal and informal learning: Why recognition matters*. Springer.
- Slade, B. L. (2015). Migrating professional knowledge: Progressions, regressions, and dislocations. *New Directions for Adult and Continuing Education*, 146, 65-74.
- Sousa, P. M., Rosado, A. B., & Cabrita, T. M. (2008). Análise das atribuições causais do sucesso e do insucesso na competição, em função do nível competitivo dos futebolistas portugueses. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 21(2), 203-211.
- Sue, D. W. (2001). The superordinate nature of cultural competence. *The Counseling Psychologist*, 29(6), 850-857.
- Tavara, L. (2006). Sexual violence. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 20(3), 395-408.
- Taylor, E. W. (2007). An update of transformative learning theory: A critical review of the empirical research (1999–2005). *International Journal of Lifelong Education*, 26(2), 173-191.
- Tervalon, M., & Murray-Garcia, J. (1998). Cultural humility versus cultural competence: A critical distinction in defining physician training outcomes in multicultural education. *Journal of Health Care for the Poor and Underserved*, 9(2), 117-125.
- Topa, J. (2013). *Cuidados de saúde materno-infantis à população imigrante residente em Portugal* [Tese de doutoramento, Universidade do Minho]. RepositóriUM - Biblioteca da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/26676>
- Topa, J., Nogueira, C., & Neves, S. (2013). Feminismos e estudos imigratórios: Contribuições da teoria da interseccionalidade no domínio da saúde materna. In *Romper fronteiras: A interseccionalidade nas questões de género e feministas* (pp. 23-31). Associação Portuguesa de Estudos sobre as Mulheres.
- United Nations Population Fund (UNFPA). (2006). *State of world population 2006 – A passage to hope: Women and international migration*. UNFPA.
- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization – Institute for Statistics (UNESCO-IS) (2019, junho). *Data for the sustainable development goals*. UNESCO-IS. http://www.uis.unesco.org/en/stats/statistics/ed/g_%20all%20regions.jpg
- United Nations High Commissioner for Refugees (UNHCR) (2015). *Mid-year trends 2015*. UNHCR. <https://www.refworld.org/docid/568fbb8f4.html>
- Vala, J. (1986). A análise de conteúdo. In J. M. Pinto & A. S. Silva (Eds.), *Metodologia das ciências sociais* (1ª ed.) (pp. 101-128). Edições Afrontamento.
- Vieira, R., & Trindade, J. (2008). Migration, culture and identity in Portugal. *Language and Intercultural Communication*, 8(1), 36-49.

- Wall, K., & Nunes, C. (2010). Immigration, welfare and care in Portugal: Mapping the new plurality of female migration trajectories. *Social Policy and Society*, 9(3), 397-408.
- Watkins, P. G., Razee, H., & Richters, J. (2012). 'I'm telling you...The language barrier is the most, the biggest challenge': Barriers to education among karen refugee women in Australia. *Australian Journal of Education*, 56(2), 126-141.
- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92(4), 548-573.
- Yuval-Davis, N. (2006). Belonging and the politics of belonging. *Patterns of Prejudice*, 40(3), 197-214.
- Zarro, S. (2017). Perspetivas de integração por parte de refugiados numa comunidade do litoral de Portugal [Dissertação de mestrado, Instituto Politécnico de Leiria]. IC-Online. <http://hdl.handle.net/10400.8/3020>

Anexos

Anexo 1

Guião de entrevista

Dados sociodemográficos

País de origem; idade atual; estado civil; filhos; habilitações académicas e situação laboral antes e depois.

Experiência da migração/refúgio e mudanças percebidas

Há quanto tempo deixou o seu país para vir para Portugal? Quais foram as principais razões que o/a levaram a emigrar?

Como descreveria a sua experiência de chegada e receção/acolhimento em Portugal? Quais foram os maiores facilitadores/apoios e obstáculos que encontrou nesta experiência?

Quais os aspetos e experiências mais positivos e mais negativos associados à imigração? Quais foram as principais mudanças que esta experiência trouxe para si e para a sua vida?

Como se sente em Portugal? O que o/a faz sentir assim? Sente-se em casa? O que era preciso para se sentir mais em casa?

Quais são as principais diferenças que nota entre o seu país de origem e Portugal? (p. exe. na vida quotidiana, nos hábitos das pessoas, nas relações interpessoais, ...)

Se tivesse de descrever a experiência de migração numa palavra, qual seria?

Género

(Interessa compreender se há diferenças culturais entre os países de origem e de acolhimento, nos hábitos, comportamentos, ...e que um dos aspetos sobre o qual gostaria de ter a opinião das pessoas é sobre o papel atribuído a mulheres e homens em diferentes realidades)

Há diferenças entre ser homem e ser mulher entre o seu país de origem e Portugal?

Quais as principais diferenças, para além das biológicas, entre homens e mulheres?

Ex: Áreas da vida (educação, emprego, saúde, direitos, família) onde existem diferenças em relação a ser homem ou mulher.

Educação e Emprego

Fez alguma coisa para reconhecer as suas habilitações académicas ou para prosseguir a sua formação? Se sim, o quê? Se não, porquê?

Quais os maiores facilitadores e obstáculos que encontrou para encontrar um emprego?

Como fez para aprender a Língua Portuguesa e quais os maiores facilitadores e obstáculos nesse processo?

Anexo 2

Contacto via email para recrutar participantes

Bom dia,

Envio este email no sentido de solicitar a vossa colaboração com a Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto para a realização de um estudo que pretende possibilitar o conhecimento de narrativas de migrantes e refugiados/as sobre a sua integração em Portugal, principais diferenças percebidas por comparação ao seu país de origem e os projetos para o futuro. O objetivo será compreender melhor que fatores podem contribuir para a otimização deste processo no contexto nacional.

Este estudo surge no seguimento de um projeto, financiado pela União Europeia, o REGAP, que desenvolveu e testou recursos e-learning de acesso aberto e culturalmente sensível para pessoas refugiadas e migrantes adultas. No sentido de promover um sentimento de pertença social e desenvolvimento de competências importantes para uma integração bem-sucedida no país de acolhimento.

Verificámos que se encontram com o mesmo objetivo que nós, com preocupações e interessados em ajudar este público-alvo a conseguir ter uma vida digna, pelo que se nos conseguissem ajudar a produzir conhecimento científico neste âmbito, que poderá futuramente ajudar mais pessoas que passem pela mesma situação ficaríamos muito gratos! Para isso seria apenas necessário que junto dos/as migrantes e/ou refugiados/as com os/as quais trabalham ou já tiveram contacto que lhes questionassem se estariam dispostos para realizar uma pequena entrevista (+\ - 1h) sobre a sua experiência de mudar de país.

Encontro-me disponível para esclarecer qualquer dúvida que possa surgir.

Com os melhores cumprimentos,

Bárbara Alves

Anexo 3

Consentimento para a participação no estudo (Versão Portuguesa)

Contexto e objetivos

Este estudo surge no seguimento de um projeto, financiado pela União Europeia, o REGAP. Este projeto desenvolveu e testou recursos e-learning de acesso aberto e culturalmente sensível para pessoas refugiadas e migrantes adultas. No sentido de promover um sentimento de pertença social e desenvolvimento de competências importantes para uma integração bem-sucedida no país de acolhimento.

No presente estudo, pretendemos conhecer melhor as narrativas de migrantes e refugiados/as sobre a sua integração em Portugal, principais diferenças percebidas por comparação ao seu país de origem e os projetos para o futuro. O objetivo será compreender melhor que fatores podem contribuir para a otimização deste processo no contexto nacional.

O que acontece com a informação recolhida?

Apesar de ser solicitada a gravação áudio para facilitar a posterior transcrição, os participantes não serão reconhecidos no processo de publicação dos dados, sendo sempre garantida a confidencialidade.

Participação voluntária

É voluntário participar no estudo e poderá, a qualquer momento, retirar o seu consentimento sem dar qualquer explicação. Se desistir, toda a informação será eliminada.

Se tiver qualquer questão sobre o projeto, contacte os/as investigadores/as do estudo: Bárbara Alves (barbaraaalves.psi@gmail.com); Susana Coimbra (susana@fpce.up.pt); João Caramelo (caramelo@fpce.up.pt).

O seu contributo é fundamental para o sucesso deste estudo. Por isso, agradecemos desde já a colaboração!

Ao responder a este questionário declaro que tenho mais de 18 anos e que li e compreendi tudo o que foi previamente referido, desejando colaborar no estudo. Sei que em qualquer momento poderei desistir desta colaboração, sem que isso acarrete qualquer prejuízo para mim.

(Nome\Assinatura)

___ de _____ de 2020

Anexo 4

Notas de Terreno

Migrantes

Brasileira, 40 anos

A entrevista foi realizada num café durante a tarde, habitualmente frequentado pela entrevistada. Conheci a entrevistada num projeto de acolhimento a estudantes da faculdade onde esta estava inserida e o qual foi referido pela mesma durante a entrevista como meio para poder auxiliar outras pessoas com os conhecimentos que adquiriu no processo de migração, visto que passou a conseguir relativizar mais os problemas. O facto da entrevistada falar português do Brasil possibilitou que esta me transmitisse informações mais completas e que a entrevista fosse mais fluida. Em algumas perguntas, a entrevistada tendeu a divagar um pouco. Quando as perguntas se referiam a aspetos da sua cultura, a entrevistada falava apenas na realidade vivida pela sua família e não da cultura do seu país. No fim da entrevista, a entrevistada quis-me pagar o lanche e mencionou: “Desta vez pago eu” revelando a tentativa de continuar uma relação.

Venezuelana, 41 anos

A entrevista foi realizada na zona da alimentação de um centro comercial no período da manhã, visto que de seguida a entrevistada iria buscar os filhos a casa da sogra. Obtive o contacto da entrevistada através das aulas de português que frequentou. À semelhança da entrevista anterior, esta também foi fluída devido às pareências linguísticas. A entrevistada mostrou muito o seu agrado de alguém ter tido interesse em entrevista-la e no fim desabafou sobre aspetos da sua vida familiar. A entrevistada emocionou-se por diversas vezes.

Turco, 27 anos

A entrevista foi realizada num café, depois da hora de almoço no dia da folga do entrevistado. Apesar de ter sido o entrevistado a voluntariar-se para realizar a entrevista, no dia da mesma este apresentou grande ambivalência, pois estava muito receoso e desconfiado sobre que fim teria a gravação do áudio da entrevista, mesmo depois de ler o consentimento de participação no estudo. O participante veio vestido de forma formal, algo não habitual no seu *look* habitual. O momento pré e pós entrevista foi dinamizado em português fluente, mas aquando da entrevista este apenas aceitou responder às

perguntas em inglês, apesar do seu nível linguístico não ser o melhor, prejudicado um pouco a fluência da entrevista. Em alguns momentos recorreu-se ao tradutor do telemóvel. Esta entrevista foi mais complexa devido à postura rígida que o entrevistado adotou, postura esta que se revelou novamente afável logo após o término da gravação. Desta forma, a gravação áudio pode ter prejudicado a transmissão de informações mais completas por parte do entrevistado.

Espanhol, 35 anos

A entrevista foi realizada num café depois da hora de almoço. O participante mencionou que gostou de ser entrevistado. Veio vestido de forma formal, apesar de ser fim-de-semana e de não estar a trabalhar. Não houve barreiras linguísticas ao longo da entrevista.

Sírio, 50 anos

A entrevista foi realizada de manhã no restaurante do entrevistado. O entrevistado ofereceu-me um chá e estava vestido com a roupa que usa para trabalhar. O restaurante estava todo decorado com elementos da cultura Síria, servia pratos típicos do país e tinha empregadas portuguesas para ajudar na comunicação com os clientes. Embora tivesse sido difícil para o entrevistado comunicar certos aspetos que lhe eram questionados, a entrevista foi realizada com sucesso.

Moçambicano, 29 anos

A entrevista realizou-se numa das salas da FPCEUP, onde o entrevistado estuda. Não se verificaram barreiras linguísticas, embora houvessem pequenas alterações de sotaque e de expressões, no entanto, foi das entrevistas mais curtas, pois o entrevistado era muito objetivo nas suas respostas. No fim da entrevista, este mostrou o seu agrado por ter terminado cedo, porque assim tinha tempo para ir assistir a uma conferência noutra faculdade nas proximidades.

Refugiados/as

Sírio, 40 anos

A entrevista foi realizada na casa do participante, na sala. Era num local com poucas casas, maioritariamente campo, nos arredores de uma cidade, estavam quase isolados. Foi difícil encontrar a casa, pois não tinha número, estando o nome do entrevistado escrito num papel ao lado do portão. A casa era muito grande com jardim, garagem e com dois

andares, no entanto, era fria e tinha sinais de humidade (mau cheiro e marcas na parede) aspeto para o qual ele sentiu necessidade de pedir desculpa. Na entrevista para além do participante, estava a mulher; o filho mais velho (13 anos) que ajudou a traduzir algumas partes da entrevista, sendo possível dessa forma serem ultrapassadas algumas barreiras linguísticas; e o filho mais novo (bebé) que andou a riscar a folha da entrevista e a brincar perto de nós. A mulher ofereceu chá. Cheguei ao seu contacto, através de um senhor que acompanha esta família refugiada e que tem auxiliado na sua integração. Esse senhor foi quem estabeleceu o contacto entre mim e a família e marcou a entrevista. Durante a entrevista o homem foi quem falou mais e esteve sentado mais próximo de mim. A mulher referiu, logo de início, que não sabia falar português, mas entrevistou algumas vezes na entrevista, o que demonstrou que estava a conseguir acompanhar os assuntos da entrevista e conseguiu falar português nessas vezes. No fim da entrevista, os entrevistados apresentaram vídeos no *Youtube* sobre a sua cultura (roupas, músicas e casamentos).

Sírio, 52 anos

A entrevista foi realizada na casa do entrevistado, na sala estando já lugares nos sofás pré-definidos. A mulher também acompanhou a entrevista e estava com um lenço preto a cobrir o cabelo. Durante a entrevista, apareceu um dos filhos do casal que se juntou aos pais. Já as filhas, que estavam noutra divisão iam falando em Curdo, às vezes, após algumas perguntas da entrevista, o que foi um pouco desconfortável para a investigadora, pois desconhecia o que estavam a dizer e o porquê de os pais não lhes responderem, escutando apenas o que diziam. Na sala estava também um cão que interrompeu, várias vezes, a entrevista, pois queria brincar. Para além desse obstáculo, a barreira linguística era bastante visível, que foi ultrapassada com o uso do tradutor do telemóvel para que o entrevistado percebesse algumas das perguntas. A casa situava-se numa zona industrial, era rodeada por fábricas, sendo a 1ª de 4 casas de habitação social. Os vizinhos que estavam na parte exterior eram de etnia cigana. Foi o mesmo homem da entrevista anterior realizou o contacto, visto que o entrevistado era primo da outra família que este acompanhava, vivendo estes mesmo assim em cidades bastante afastadas (30 minutos de carro). A mulher ofereceu café, que embora recusado, insistiu em servir, ficando a observar explicitamente se a investigadora o bebia, talvez por não perceber que tal foi recusado ou por isso não ser bem aceite na sua cultura. No fim da entrevista, o entrevistado ligou a alguns refugiados que conhecia com o intuito de saber se também

queriam ser entrevistados, os quais recusaram, pois já tinham sido entrevistados por muita gente, por vezes, bastante invasiva e não queriam mais ninguém dentro das suas casas.

Eritreia, 22 anos

A entrevista realizou-se na sala da casa onde vários/as refugiados/as habitavam, no centro da cidade. A entrevistada tinha uma bebé pequena, por isso, pediu à senhora que acompanha diariamente a sua integração na casa para tomar conta da criança durante a entrevista. Esta entrevista teve dificuldade acrescida, pois embora a entrevistada percebesse a maior parte das perguntas, não sabia como responder sem ser no seu idioma. Esta barreira foi ultrapassada incentivando-a a fazer um esforço extra a tentar encontrar outras palavras para se poder expressar. A certa altura esta refugiada chamou um refugiado do seu país de origem para que pudesse traduzir um excerto para português. A entrevistada afirmou trabalhar nas limpezas, mas previamente tinha sido comunicado pela camara que ela prestava auxílio numa IPSS da região e não era a fazer limpezas. O que pode ter sido novamente um exemplo dos seus problemas em expressar-se em português.

Eritreu, 25 anos

A entrevista realizou-se na sala da casa onde vários refugiados habitavam, no centro da cidade. Antes da entrevista começar, outro refugiado também da Eritreia veio apresentar o entrevistado dizendo: “Tratem bem deste menino que é como irmão para mim”. O entrevistado não parecia estar muito à vontade para a realização da entrevista, de início, sendo que ao longo do tempo isto deixou de se verificar. Devido às dificuldades com a Língua, o entrevistado alternava entre o inglês e o português, mas era notório que falava melhor inglês. Quando lhe foi questionado se tinha filhos, após ter afirmado que era solteiro, o entrevistado arregalou os olhos e mostrou-se indignado com a pergunta. O entrevistado mostrou-se feliz por estar a viver no centro da cidade e quis deixar bem claro o seu desagrado por anteriormente ter sido alojado nos arredores de uma aldeia.

Eritreu, 24 anos

A entrevista realizou-se na sala da casa onde vários refugiados habitavam, no centro da cidade. Este refugiado era quem apresentava todos os/as restantes entrevistados/as antes das entrevistas começarem, visto ser o que melhor falava português. Assim, a barreira linguística não esteve aqui presente. É de notar que no fim da entrevista este entrevistado se mostrou triste por não poder sair da casa onde vive por sentir necessidade de ajudar os

restantes e solicitou a nossa ajuda para arranjar emprego e uma situação mais estável a uma das colegas de casa, também proveniente do seu país.

Nigeriana, 21 anos

A entrevista realizou-se na sala da casa onde vários refugiados habitavam, no centro da cidade. A entrevistada veio acompanhada da senhora que tem acompanhado a sua integração na cidade, que nos informou que esta refugiada só sabia falar inglês. Durante a entrevista houve dificuldades em perceber o que a participante transmitia, pois o inglês da entrevistada tinha expressões da sua Língua mãe misturadas, prejudicando a sua compreensão. Haviam vários cães a ladrar na rua bastante alto, o que dificultou ainda mais a entrevista. A entrevistada tinha tranças compridas em tons de azul e preto próprias da cultura do seu país e as quais esta mostrou para indicar que era o que fazia no seu trabalho antes de iniciar o processo de refúgio. Apesar do peso dos acontecimentos que a entrevistada estava a partilhar, isso não se refletia na sua expressão, nem na sua voz, talvez por estar a expressar-se noutra Língua que não a sua.

Sírio, 41 anos

A entrevista foi realizada numa sala de reuniões do serviço social da camara. O entrevistado tinha um ar muito desgastado e estava todo curvado para a frente. As barreiras linguísticas foram ultrapassadas com o recurso ao tradutor do telemóvel e a entrevista foi realizada maioritariamente em inglês. O entrevistado ao mencionar que vivia com mais refugiados na mesma casa, mostrou o seu desagrado usando um tom de voz bastante zangado.

Sírio, 22 anos

A entrevista realizou-se na sala da casa onde vários/as refugiados/as habitavam, no centro da cidade. O entrevistado foi sempre muito simpático e colaborante. Não houve grande dificuldade a nível linguístico.

Nota: É de salientar que a experiência que os investigadores envolvidos nesta investigação possuíam com a população em questão pode ser apontada por um lado como uma limitação, pois a sua leitura pode ser influenciada por outros momentos que já tenham partilhado com este público-alvo e eventuais expectativas que poderiam existir face aos e às entrevistados/as. No entanto, não deixa de ser uma mais valia para que

possam demonstrar sensibilidade e estarem preparados para as questões em causa, algo que perante outro/a investigador/a sem experiência poderia ocasionar outras dificuldades e limitações.

Anexo 5

Árvore de categorias

Categories	Subcategorias	Descrição	Exemplos
Características pessoais		Características pessoais dos/as participantes que facilitam ou dificultam o sentimento de pertença.	In this place I would say that you have to have patient, be focus, don't demand, because in this place demand is to small. We go to supermarket is very difficult, is very expensive. Advice to be focus, be patient, try to speak the language, yes be focus and be patient. Calm down to have a job. When you have a job initial you have to start, we start in bad day, god will help. (Refugiada Nigeriana, 21 anos)
Redes de Suporte Social	Relações familiares, amorosas e de amizade	As redes de suporte social incluem o núcleo familiar e de amigos/as; os serviços informais, vizinhança; e a ajuda proporcionada pelos prestadores de serviços comunitários (Ornelas, 1994).	<i>Vou na casa</i> das pessoas, antes eu não convivia mais, não visitava pessoas, porque também não tinha amigos. Hoje já é diferente, já <i>vou na casa</i> dos amigos para jantar, os amigos <i>vêm na minha</i> casa, tem um grupo de pessoas que a gente <i>tá</i> sempre junto...é, é as relações que <i>eu te falei</i> , que antes não tinha. (Migrante Brasileira, 40 anos)
	Recursos tecnológicos		[Já o conhecias?] Não, só na <i>Internet</i> ...Ahh uns amigos <i>conheciam ele</i> e <i>me disseram</i> que ele vivia cá em Portugal e que já tinha ajudado uma pessoa que também veio de Moçambique para cá, então eu comecei a falar com ele nas redes sociais e ficámos amigos. Então quando eu cheguei ele <i>veio-me receber</i> e depois passado uns meses fui para a casa onde estou agora. (Migrante Venezuelano, 29 anos)

	ONG's e outros		O acolhimento não tenho nada que dizer, sinceramente. Foi fantástico, fantástico. Onde fomos pedir ajuda, deram-nos. Ehhh na C. ehhh <i>hay un...</i> não sei como se chama aqui. É <i>una</i> organização não-governamental. Chama-se, não sei...ehhh S., mas é uma organização que não pertence ao governo, é muito à parte, mas eles trabalham com acolhimento de...estrangeiros. (Migrante Venezuelana, 41 anos)
Características socioeconómicas, políticas e burocráticas do país de acolhimento	Diferenças entre migrantes e refugiados/as	Características socioeconómicas, políticas e burocráticas do contexto português que têm impacto na criação de um sentimento de pertença e que acabam por diferenciar as vivências de migrantes e refugiados.	Vida quotidiana, a questão da segurança. Eu ando em Portugal à noite e acho até engraçado, que eu não preciso de andar, me cuidar, não é? Olhar para os lados, o saber, ter mais atenção, nesse tipo de coisas, segurança é uma delas. (Migrante Brasileira, 40 anos) Primeiro eu muito... <i>encontrar para trabalhar</i> , complicado. Depois para trabalhar em S. eu... <i>escrever na centro</i> , empresa, centro de empresa. [Foi muito complicado arranjar emprego, primeiro inscrevi-me no centro de emprego]. Sim, centro de emprego. E <i>todo dia vai lá</i> dizer: “Eu quero trabalhar” e então (risos) mais <i>vezes eu vai lá</i> (risos) “Eu quero trabalhar, porquê não?”. Disseram: “Espera, espera, espera, espera” e eu, depois eu falo com eles: “Depois esperar até quando? 2 anos <i>espera...</i> ”. Depois <i>diz a mim</i> para este emprego <i>agora onde eu trabalhar</i> . [Esteve 2 anos à espera que o centro de emprego lhe arranjasse trabalho] (Refugiado Sírio, 43 anos)
Cultura e clima	Sensibilidade Intercultural:	Características culturais e climatéricas portuguesas e sua influência no sentimento de pertença.	Eu acho que foi muito boa. Também, também é verdade que...ahhh para mim foi muito mais fácil <i>vir a</i> Portugal que a minha experiência em Canadá, porque a cultura é muito mais, mais similar à cultura espanhola.

			<p>Então <i>pues</i> ahh. (Migrante Espanhol, 35 anos)</p> <p>Primeiro ano, primeiro ano <i>fue</i>...por causa de quê? Por causa de...ahhh o clima, o clima para nós <i>fue</i>...fatal (risos) porque a Venezuela é um país tropical. <i>No hay frio</i>, nem calor. É aquela temperatura perfeita, sabes? (Migrante Venezuelana, 41 anos)</p>
Aprendizagem ao longo da vida	Aprendizagem Formal	A aprendizagem ao longo da vida engloba todas as aprendizagens formais, semiformais e informais (UNESCO, 2019), incluindo as competências desenvolvidas em ambiente	<p>Mesmo <i>assim que lá</i> na Venezuela já tinha tirado um curso de português, muito básico ahhh A1, não sei. E...e logo aqui, <i>há pouco</i> tirei outro, B1 e B2. (Migrante Venezuelana, 41 anos)</p> <p>Agora não, agora vida nova, vou fazer vida nova aqui, tudo de novo! Igual a criança, sabes? Falar...escola...tudo! (Refugiado Sírio, 22 anos)</p>
	Aprendizagem Informal	escolar, mas também alcançadas em experiências de vida, por exemplo, a trabalhar e/ou em momentos de lazer.	<p>When I was a child ahh I tried to do, to do, to work, you know the first ahhh my <i>biciclete</i> (tenta falar português) ahhh I bought <i>my by myself</i>. I learn on the streets I mean with the people, workplace and how I can speak <i>for you help</i>, like travelling, you know? These things it's so important ahh you can learn just ahh with who is doing the job, with them. (Migrante Turco, 27 anos)</p> <p>Só eu perguntar: "Até <i>qui</i> tem chefe, isto como chama?". "Agulha" outro só eu aprender <i>puco a puco</i>. Só quando <i>eu</i> vá a trabalhar <i>para lá para botas faz tanto fazer</i> isto. Ok. <i>Eu sabe ou tem ou ter o patron, o patron</i> de modelo! Eu dizer: "Por favor", para meu <i>patron</i>. (Refugiado Sírio, 41 anos)</p>
Sensibilidade de género		Estereótipos de género, crenças acerca de atributos pessoais	<p>Sim, sim. Só o que estávamos a falar agora. <i>Que</i>, por exemplo, há famílias constituídas total, famílias muito constituídas, mas <i>hay</i> muitas, muitas, muitas, muitas</p>

		<p>adequados para homens e mulheres (Manstead et al., 1995).</p>	<p>mulheres [na Venezuela] a criar seus filhos <i>solas</i>, sozinhas. Os pais fazem <i>sus</i> vidas e <i>van</i> embora e aquelas meninas ficam com aquela carga, sozinhas, mas ehhh é assim. (Migrante Venezuelana, 41 anos)</p> <p><i>Muçulmanos mulher</i> não conseguir sair de casa tem que pedir autorização do marido, não é todas, mas 80%. Ah, não nós <i>en nostra casa</i>...meu pai trabalhava...meu pai trabalhava <i>no</i> Emirates... e eu cresci com minha irmã e meus avós e fui criado <i>com mi tia</i>, fazer <i>diferentes!</i>...<i>mas ter</i> uma pessoa cristão em casa com uma europeia é mais fácil adaptar seja muçulmana, porque eles têm coisas diferentes, <i>não é má pessoas</i>, boas pessoas, mas cultura é assim. Mulher não tem direitos, <i>tas</i> a perceber? Imagina em casa é uma coisa a decisão tem que dar ao marido, mulher fará, mas marido decide no final isto isto, <i>tás</i> a perceber? (Migrante Sírio, 50 anos)</p>
--	--	--	---