



CATÓLICA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO  
E PSICOLOGIA

---

PORTO

# Integração no Mercado de Trabalho e o Bem Estar Psicológico em Famílias Refugiadas em Portugal

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa  
para obtenção do grau de mestre em Psicologia

- Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde-

*Suéli Ferreira Oliveira Eusébio*

Porto, abril de 2023



CATÓLICA

FACULDADE DE EDUCAÇÃO  
E PSICOLOGIA

---

PORTO

# Integração no Mercado de Trabalho e o Bem Estar Psicológico em Famílias Refugiadas em Portugal

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa  
para obtenção do grau de mestre em Psicologia

- Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde -

*Suéli Ferreira Oliveira Eusébio*

Trabalho efetuado sob a orientação de  
Professora Doutora Mariana Reis Barbosa

Porto, abril de 2023

## **Agradecimentos**

À Professora Doutora Mariana Barbosa por todo o apoio e dedicação ao longo deste projeto, pela partilha de conhecimentos e experiências, é sem dúvida uma inspiração e um exemplo como profissional.

A todos os professores da Faculdade de Educação e Psicologia pela partilha de conhecimentos e de experiências ao longo desta jornada académica.

À MEERUU por este projeto incrível e tão necessário.

À minha amiga Diana por todos os bons momentos que passamos ao longo desta fase final, e por todo apoio ao longo deste projeto.

À minha mãe por todo o apoio e motivação, por nunca me deixar desistir.

A todas as pessoas que estiveram presentes e me apoiarão ao longo do meu percurso.

A todos vocês, o meu sincero OBRIGADA!

“Aqueles que passam por nós não vão sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós.”  
-Antoine De Saint-Exupéry

## **Introdução**

A crise dos refugiados que afetou a Europa recentemente, levantou preocupações sobre a integração bem-sucedida de requerentes de asilo nomeadamente sobre a integração no mercado de trabalho, o que originou um debate económico e político nos países que se prontificaram a acolher estas pessoas (Fasani et al., 2022). Uma pesquisa realizada no Reino Unido entre os anos 2010 e 2017 demonstrou que os refugiados têm muitas dificuldades na integração no mercado de trabalho, em comparação com outras áreas, como por exemplo a educação (Bevelander, 2020). A MEERU Aproxima foi criada com o intuito de apoiar famílias refugiadas acolhidas em Portugal, tendo como objetivo principal a integração social das famílias acolhidas contribuindo assim para diminuição do isolamento social das mesmas. O presente estudo tem como principal objetivo compreender o impacto que a integração no mercado de trabalho tem no bem-estar psicológico das famílias refugiadas acompanhadas pela MEERU Aproxima. A abordagem qualitativa permitiu uma análise de 178 relatórios de memórias de visita de voluntários da MEERU, relativos ao acompanhamento de seis famílias acolhidas em Portugal. Os resultados obtidos demonstram a importância da integração no mercado de trabalho no bem-estar psicológico das famílias refugiadas em Portugal. As preocupações com o emprego são constantes entre as famílias refugiadas, no entanto estas pessoas deparam-se com diversos obstáculos no acesso ao mercado de trabalho nomeadamente a questão do idioma.

Palavras-chave: mercado de trabalho; refugiados; integração; bem-estar

## **Introduction**

The refugee crisis that has recently affected Europe has raised concerns about the successful integration of asylum seekers, namely their integration into the labour market, which has given rise to an economic and political debate in the countries that have offered to accept these people (Fasani et al., 2022). A survey carried out in the United Kingdom between 2010 and 2017 showed that refugees have many difficulties in integrating into the labour market, compared to other areas, such as education (Bevelander, 2020). MEERU Approach was created with the aim of supporting refugee families hosted in Portugal, with the main objective being the social integration of the host families, thus contributing to reducing their social isolation. The main objective of this study is to understand the impact that integration into the labour market has on the psychological well-being of refugee families monitored by MEERU *Apróxima*. The qualitative approach allowed an analysis of 178 reports of visits by MEERU volunteers, concerning the follow-up of six families hosted in Portugal. The results obtained demonstrate the importance of integration into the labour market for the psychological well-being of refugee families in Portugal. Concerns about employment are constant among refugee families, however these people are faced with several obstacles in accessing the labour market, namely the language issue.

Key words: labour market integration; refugees; well-being.

## Índice

Agradecimentos.....	3
Introdução.....	5
Introduction.....	6
Lista de abreviaturas.....	8
Enquadramento Teórico.....	9
A crise dos refugiados na Europa.....	9
Obstáculos á integração no país de asilo.....	9
A integração dos refugiados em Portugal.....	10
Critérios para ser refugiado em Portugal.....	11
O Impacto Psicológico de integração no mercado de trabalho de famílias refugiadas em Portugal.....	13
Método.....	13
Objetivos.....	14
Amostra.....	14
Instrumentos.....	14
Tratamento e análise de dados.....	15
Apresentação e discussão de resultados.....	15
Conclusão.....	21
Referências.....	23
Anexos.....	26

## **Lista de Abreviaturas**

ACM: Alto-comissário para as migrações.

CNAIR: Centro nacional de apoio á integração de migrantes.

CPR: Centro Português para os refugiados.

IEFP: Instituto de Emprego e Formação Profissional.

NAIR: Núcleo de apoio á integração de refugiados.

ONG: Organização não governamental.

PAR: Plataforma de apoio aos refugiados.

RSI: Rendimento de inserção social

SEF: serviço de estrangeiros e fronteiras

UNICEF: Fundo internacional das nações unidas para emergência da criança.

## **Enquadramento Teórico**

### **A crise dos refugiados na Europa**

Em 2015, a Europa ficou marcada pelo início do que se intitulou “Crise dos Refugiados” um fluxo migratório que já não era sentido desde a segunda guerra mundial. Este fenómeno é explicado pelo agravamento da guerra civil iniciada em 2011 na Síria, que levou a que milhares de pessoas se vissem obrigadas a deixar o seu país, dando origem a uma crise humanitária conhecida como a crise humanitária dos refugiados.

Segundo Kiselev e colaboradores (2020), o povo sírio representa uma das maiores populações de refugiados com cerca de 6,7 milhões de pessoas em todo o mundo, durante o conflito no país mais de 5,6 milhões de refugiados sírios e requerentes de asilo estabeleceram-se na Turquia e em outros países vizinhos, no entanto, um número considerável refugiou-se na Europa.

De acordo com a Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados (ACNUR), o número de refugiados e migrantes a entrarem na Europa, vítimas de perseguições, conflitos e pobreza, ultrapassou em 2015 um milhão de pessoas, sendo que mais de 3600 pessoas perderam a vida ou desapareceram durante o trajeto. A Grécia é um dos países mais afetados, cerca de 800 mil refugiados e migrantes viajaram pelo Mar Egeu desde a Turquia para a Grécia, correspondendo a 80 por cento do número de pessoas a chegarem de forma irregular à Europa por via marítima em 2018, 24,4 milhões de pessoas eram refugiados que buscavam escapar de perseguições, conflitos ou violência generalizada, 1.750 requereram asilo em Portugal (ACNUR, 2018).

Para fazer face a este problema social a Europa decidiu, em setembro 2015, aceitar cerca de 120.000 refugiados, que seriam distribuídos pelos Estados-Membros de acordo com uma quota que cada país se comprometeu a receber, o acolhimento era feito através de programas de realocação de refugiados (Ribeiro, 2017).

### **Obstáculos à integração no país de asilo**

São inúmeras as dificuldades que os refugiados enfrentam na chegada a um país de asilo, desafios estes que pressupõem aprender uma nova língua, estabelecer relações novas sociais, aceder ao mercado de trabalho, adaptação às práticas culturais, aquisição de documentos, etc. O acesso ao mercado de trabalho é frequentemente dificultado pela falta de documentos, inclusive diplomas certificados, válidos no país onde são acolhidos (Lobo & Sampaio, 2016). Muitos refugiados não têm os seus diplomas de estudos obtidos no país de origem, reconhecidos

e legalizados no país de acolhimento. Sabendo-se que a educação formal dá acesso a uma profissão e empregos que facilitam a independência financeira, estes 3 fatores, isto é, educação, emprego e independência financeira, estão interligados no que respeita à inclusão social (Milesi, 2003).

Os autores Schmidt e Liebig (2016) defendem que o nível das habilitações e validação de competências é essencial que sejam reconhecidas, para que os refugiados não fiquem limitados a empregos em setores pouco qualificados e pouco remunerados, podendo ser vítimas de uma sob qualificação duradoura.

Kiselev e colaboradores (2020), num estudo de caráter qualitativo realizado na Suíça cujo objetivo consistiu em compreender os problemas enfrentados pelos refugiados sírios, concluíram que para além de problemas de saúde física, os refugiados sírios experienciam problemas práticos e problemas psicológicos (emocionais). Estes dois tipos de problemas estão intimamente relacionados. A maior parte dos problemas práticos enunciados prendem-se com licenças, habitação, educação, emprego, idioma, dificuldade de integração. A nível emocional foram relatados sentimentos de incerteza, frustração e injustiça por mais de um terço dos participantes.

Perante as várias dificuldades de integração, os países de acolhimento devem auxiliar os refugiados e as suas famílias a encontrar o seu lugar na sociedade, para tal devem promover o acesso a habitação, apoio psicológico, formação linguística, validação de competências, cuidados de saúde e, educação, auxiliando a integração no mercado de trabalho. (Schmidt & Liebig, 2016).

### **A integração de refugiados em Portugal**

Entre os estados-membros que se prontificaram a acolher os refugiados, encontra-se Portugal, porém, inicialmente não estava incluído no conjunto de países de primeira linha devido a vários fatores, entre eles a sua geografia, a não existência de fronteiras com países em situação de conflitos ou perseguições de pessoas e pelo facto de não ser um país muito conhecido (Santinho, 2011) contudo disponibilizou-se a acolher um total de 10.000 refugiado vindos da Grécia e da Itália, através do Programa de Recolocação de refugiados e de outros programas de acolhimento, como é o caso de acolhimento de estudantes para o ensino superior (Ribeiro, 2017).

O Plano Português de Acolhimento e Integração de Refugiados Recolocados assenta: na identificação adequada de pessoas que precisam de proteção internacional que se encontram

particularmente vulneráveis; acesso a habitação; cuidados de saúde; educação; aprendizagem de línguas (português); formação, reconhecimento, validação e certificação de competências; alimentação; mercado de trabalho; serviços comunitários; estratégia de comunicação com a sociedade civil; acesso à informação e apoio jurídico; e interpretação / tradução de documentos. Este plano vai de encontro ao que defendido pelos autores Schmidt & Liebig, (2016) citado anteriormente.

De acordo com o “Relatório de Avaliação da Política Portuguesa de Refugiados - Programa de Relocalização”, entregue à Assembleia da República, entre dezembro de 2015 e novembro de 2017, apenas 1.520 pessoas chegaram a Portugal, das quais cerca de 51% já deixaram o país. O abandono do país por refugiados é justificado pelas dificuldades de aprendizagem da língua e adaptação cultural, bem como a inexistência em Portugal de comunidades da Síria, Iraque e Eritreia (Da Silva, 2020).

O estudo de Santos (2012), analisou os processos de integração de um grupo com cerca de 15 refugiados, residentes na área metropolitana de Lisboa, dos refugiados inquiridos; concluiu que para a reconstrução da vida dos inquiridos, era central o estabelecimento das relações sociais, assim como o domínio da língua portuguesa. mesmo autor defende que não existe um percurso igual na integração de refugiados, existindo “sim uma diversidade enorme de caminhos, perspetivas em diferentes áreas”. Hammer (2007) afirma que é fundamental considerar que estar integrado no mercado de trabalho é mais valia para integração social, pois uma rápida integração no mercado de trabalho permite aos refugiados sentirem-se como um contributo para a sociedade do país anfitrião. Além dos benefícios para o indivíduo, a integração no mercado de trabalho é importante porque podem constituir um benefício para a economia, uma vez que podem contribuir com uma riqueza de competências e experiências às vezes inexistentes no país de acolhimento (Morrice, 2007).

### **Crítérios para ser refugiado em Portugal**

Entende-se por refugiado a pessoa, que, receando com razão ser perseguida em virtude da sua raça, religião, nacionalidade, filiação em certo grupo social ou das suas opiniões políticas, se encontre fora do país de que tem a nacionalidade e que não possa ou, em virtude daquele receio, não queira pedir a proteção daquele país (ONU, 1951). Os refugiados fazem parte de um conjunto de pessoas que se designam por “migrantes forçados”, onde estão inseridos outros requerentes de asilo. O direito a requerer asilo está consagrado no art. 14.º da Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1948). A pessoa pode pedir asilo ou solicitar o estatuto de refugiado, de acordo com um conjunto de condições.

O autor Goldberg, (2020) no seu artigo explica que em Portugal o SEF (Serviço de Estrangeiros e Fronteiras) é a autoridade competente para o deferimento dos pedidos de proteção internacional. Os estatutos de proteção são concedidos ou rejeitados com base em três pilares jurídicos que correspondem à categoria internacional (Convenção de Genebra de 1951), regional (Sistema Europeu Comum de Asilo) e nacional (Constituição da República, Lei de Asilo e Lei de Imigração). Neste quadro, para além do Programa Europeu de Recolocação existem ainda outras duas modalidades de candidatura em vigor em Portugal passam pelo Programa de Reintegração do Alto Comissário das Nações Unidas para Refugiados (ACNUR), que mantém uma cota de concessão e recebimento de 60 refugiados a cada ano e o Programa de Solicitações Espontâneas de Proteção Internacional, que desde 2016 se caracteriza por um alto índice de rejeição das solicitações apresentadas (por exemplo, em 2017 era aos 1.750 pedidos, dos quais apenas 119 refugiados e 381 residências foram concedidas por razões humanitárias, o que representa 70% de rejeição), (SEF, 2019; Golberg,2020).

No caso de concessão da autorização de proteção internacional, a pessoa possui uma autorização de residência por um período de três anos (cinco no caso de concessão do estatuto de refugiado), renovável por igual período, durante o qual pode usufruir dos seguintes direitos: livre circulação no território nacional e no Espaço Schengen, assistência jurídica gratuita, acesso a programas de habitação, educação, saúde pública, integração social, inscrição na Segurança Social, formação profissional e benefício de condições favoráveis de inserção laboral (Alto Comissariado para as Migrações (ACM, 2017; Golberg, 2020)

No que se refere a nível da organização e coordenação dos processos de acolhimento e integração dos refugiados, a entidade governamental tutelar tem sido o Alto Comissariado para as Migrações (ACM), que tem para o efeito integrado os serviços locais de proximidade ao Através do Centro Nacional de Apoio à Integração de Migrantes (CNAIM), com sede em Lisboa, Porto e Faro, cria o Núcleo de Apoio à Integração de Refugiados (NAIR).

De acordo com Goldberg, (2020), o ACM articula o trabalho com as diferentes entidades de acolhimento, entre as quais se destacam, em primeiro lugar, o Conselho Português para os Refugiados (CRP), organização não governamental (ONG) que representa a ACNUR em Portugal; e, em segundo lugar, a Plataforma de Apoio ao Refugiado (PAR) formado por organizações da sociedade civil local, incluindo o próprio CRP, Fundo Internacional das Nações Unidas para as Emergências da Criança (Unicef).

## **O impacto psicológico de integração no mercado de trabalho em famílias refugiadas**

Os autores Verwiebe e colaboradores, (2019) afirmam que para além dos desafios que os refugiados enfrentam a nível da língua e da discriminação, também o desconhecimento sobre o processo de procura de emprego e falta de validação de competências e experiência profissional ou em alguns casos a falta de qualificações dificultam a integração no mercado de trabalho. Por outro as interações sociais nomeadamente com voluntários revelam-se um recurso fundamental facilitando a integração no mercado de trabalho (Verwiebe et al.,2019).

Nas entrevistas realizadas em outro estudo realizado por Gericke e colaboradores (2018) os refugiados destacaram experiências positivas importantes na integração no mercado de trabalho, por exemplo, tornar-se membro de uma equipa, ser aceite por colegas de trabalho e superiores, inclusão em atividades sociais no trabalho ou até mesmo fora do trabalho estabelecendo assim contactos sociais. Além disso, alguns refugiados mencionaram que se sentiam inseguros ou stressados para trabalhar no novo ambiente, e a inclusão social no trabalho ajudou a reduzir sua ansiedade e o stress.

Llinares-Insa e colaboradores (2020), afirmam que estar integrado no mercado de trabalho se constitui como um processo evolutivo, pois este contribui para integração social, proporciona estabilidade económica e promove saúde. Os autores defendem que estar empregado é necessário para a construção e amplificação de redes sociais, constituindo-se um fator importante para uma melhor integração social. Para o autor Blustein, (2008) estar integrado no mercado de trabalho envolve reconhecimento social e potencia recursos para uma vida digna, um desenvolvimento sustentável, promove saúde e bem-estar. A integração no mercado de trabalho está relacionada de forma positiva com o bem-estar (Cuyper et al., 2008), sucesso laboral (De Vos et al., 2011).

A inclusão de refugiados no mercado de trabalho contribui para uma melhoria do seu status socioeconómico, (Llinares-Insa et al., 2018) tornando-se assim também uma estratégia para reduzir os níveis de pobreza (Llinares-Insa et al., 2020). A obtenção de emprego proporciona sentimentos de independência e benefícios a nível de bem-estar, de educação, e de saúde no seio da família (Newman et al.,2018).

### **Método**

A abordagem utilizada neste estudo é uma abordagem de carácter qualitativo. Esta abordagem está baseada nas qualidades das entidades, os processos e significados que não podem ser experimentalmente examinados ou medidos em termos de quantidade, valor, intensidade ou frequência (Denzin & Lincoln, 2000). Os métodos qualitativos revelam ser

pertinentes quando o objeto é desconhecido (sem teorias prévias; voltado para descoberta); quando as teorias existentes se revelam inadequadas e, por fim, quando existe um difícil acesso ao objeto de estudo por métodos tradicionais (e.g. representações, significados, processos) (Creswell, 2007). Por este motivo os métodos qualitativos mostram-se adequados para esta investigação.

### **Objetivos:**

O objetivo geral do presente estudo consiste em compreender de que forma a integração no mercado de trabalho contribui para o bem-estar psicológico em famílias refugiadas acolhidas em Portugal.

Este estudo teve como objetivos específicos:

- Conhecer os apoios existentes para a integração no mercado de famílias refugiadas em Portugal

- Identificar sentimentos experienciados durante o percurso de integração no mercado de trabalho de famílias refugiadas em Portugal

- Compreender se a integração no mercado de trabalho contribui para sentimentos de bem-estar em famílias de refugiados em Portugal;

- Compreender se a integração no mercado de trabalho contribui para uma melhor integração social de família de refugiados acolhidas em Portugal.

### **Amostra**

A amostra consistiu na análise de 178 relatórios de memórias de visitas, elaborados pelos voluntários da MEERU que acompanhavam seis famílias apoiadas pela MEERU, na região norte de Portugal, após cada visita, desde o início do acompanhamento, especificamente entre o final de maio de 2021 e o início de junho do mesmo ano, até ao mês de janeiro de 2022. Das 6 famílias em estudo, duas eram provenientes da Síria, uma família oriunda do Iraque, uma família do Bangladesh, e uma família proveniente dos Camarões. Apenas uma família estava integrada no mercado de trabalho, duas famílias viviam uma situação de instabilidade no acesso ao mercado de trabalho, e duas estavam sem emprego.

### **Instrumentos**

Inicialmente foi solicitado à equipa do projeto MEERU-APROXIMA a respetiva base de dados, com os relatórios elaborados. Após o envio da mesma, em fevereiro de 2022, foram selecionados os relatórios de memórias de visitas escritos até ao momento, nomeadamente até

janeiro de 2022, relativos às seis famílias que estavam a ser acompanhadas pelas equipas de proximidade, de forma a dar início à sua leitura e codificação.

### **Tratamento e análise de dados**

Após a recolha de dados, recorreu-se ao software Nvivo como método de análise de conteúdo. Após a importação dos relatórios de visita fora criada uma pasta correspondente a cada família em análise. Após a importação e organização dos dados foi realizada uma leitura flutuante dos dados permitindo uma criação indutiva de categorias a partir dos dados recolhidos. Posteriormente, foi criada uma grelha de categorias de forma a identificar indicadores. Este procedimento de construção de categorias auxiliou no estabelecimento de relações entre as mesmas e, inclusive, na criação de outras categorias de níveis sucessivamente superiores. Para uma melhor interpretação das informações provenientes dos relatórios, no processo de codificação utilizou-se o recorte, de forma a obter unidades de registo que auxiliaram na construção de um codebook.

### **Apresentação e discussão dos resultados**

De acordo com apresentação teórica sobre a presente investigação e a descrição sobre a metodologia utilizada, serão apresentados os resultados obtidos através da leitura e análise dos relatórios redigidos pelos voluntários que acompanham as famílias integradas no projeto de voluntariado criado pela MEERU. Os resultados serão ilustrados com excertos dos mesmos relatórios, estes serão explorados e discutidos tendo em conta a literatura existente sobre o tema e os objetivos propostos por esta investigação.

De forma a facilitar a leitura dos resultados, ao longo do processo de tratamento dos dados foi criado um Sistema de Categorias (Anexo B), que será apresentado do seguinte modo: (e.g. Integração no mercado de trabalho); as de segunda geração estarão em texto sublinhado (e.g. Apoios do estado).

#### **1. Conhecer os apoios existentes para a integração no mercado de famílias refugiadas em Portugal.**

Apoios do Estado na integração ao mercado de trabalho; Apoio de voluntários/associações no acesso ao mercado de trabalho e entraves ao acesso ao mercado de trabalho. Apoios do Estado. De acordo com o relatado nos relatórios de visita os apoios do

Estado referente ao mercado de trabalho são processados através do IEF (Instituto de Emprego e Formação Profissional), “necessitava de se inscrever no centro de emprego mais próximo” da segurança social tanto a nível monetário, como a nível de logística “uma ama para o F. da Segurança social, mas ainda era preciso um atestado médico”, este último revela-se bastante relevante uma vez que vem colmatar um dos entraves de acesso ao mercado de trabalho relatados pelas famílias refugiadas. Um dos entraves ao acesso de mercado de trabalho relatado pelos voluntários prende-se com o facto de as famílias refugiadas não terem quem tome conta dos filhos: “não conseguia trabalhar porque não tinha quem ficasse com eles...”, “Mostrou-se preocupada com a questão do trabalho, mas também reconheceu que não é a melhor altura e que não pode ir trabalhar enquanto as meninas estiverem sem escola.”, “Conseguimos falar sobre o assunto dos infantários, e por introdução da F. , pois perguntou-nos como faria com a bebé se conseguisse emprego”, “Era uma mãe que não tinha ninguém com quem deixar o seu filho para poder ir trabalhar”. Outros dos entraves relatados prendem-se com questões culturais “M. acaba de recusar um emprego num lar de idosos, não só por força de alguns desentendimentos com a entidade de acolhimento (que a respetiva experiência) mas também porque não pode cuidar de idosos que sejam homens.”; “também o constrangimento de ter que possivelmente fazer higienização a homens”, questões relacionadas com falta de qualificações “O K. contou que lhe terá sido dito que não fica porque não tem as competências necessárias”, e por fim a questões relacionadas com o idioma “isto também lhe causa grande frustração e cansaço uma vez que o grau de exigência da língua é elevado e ela quer aprender o mais rapidamente possível”, “era importante que todos falassem bem português para conseguirem integrar-se devidamente (em termos profissionais e pessoais)”. O apoio de associações e dos voluntários nomeadamente os das equipas de proximidade MEERU, desempenham um papel fulcral na integração das famílias refugiadas nomeadamente na integração no mercado de trabalho, auxiliam na procura ativa de emprego “Ajudar na procura de segurança financeira e de habitação/emprego”, “Falamos sobre a chamada com a equipa da MEERU e a possível ajuda que poderão dar ao articular com o GAF e Câmara. Ela gostou da ideia se isso a puder ajudar a arranjar um trabalho”, na preparação e entrega de currículos “Quando saímos despedimo-nos da J. e ficamos de entregar o CV”, “os 3 já enviaram os CVs discutidos com o R.”, “the importance of a CV in applying for the job,” e na preparação para entrevistas de emprego “R. no escritório para mais uma sessão de treino e preparação para a entrevista de emprego”, “and gave him some tips for job interviews and how to use the information in the CV during the interview.”, também estão sempre lá para auxiliar nas questões de logística “Uma visita muito breve com encontro às 7H30 da manhã para acompanhar o K. ao seu primeiro dia de emprego.

Uma vez que a Manar também estava a sair de casa para ir trabalhar então seguimos todos juntos no carro do R. e, após deixar a M. no CLIB, seguimos para Adaúfe.”, “acompanhar à entrevista de emprego que iria ter no Asilo de São José”; “tentamos perceber qual seria a solução possível para que a N. pudesse ir trabalhar. Depois de falarmos em equipa e com a MEERU, aqui representada pela Inês, e com as minhas colegas de casa, ficou combinado que ficaria em minha casa naquele dia”.

Como já foi citado anteriormente a crise de refugiados que tem vindo afetar a Europa, originou preocupações nos seus estados-membros, originando debates entre os mesmos (Fasani et al., 2022). O mesmo autor afirma que as dificuldades que as pessoas refugiadas enfrentam estão inerentes à sua condição e que os governos podem ter influência na velocidade e qualidade da integração destas pessoas. Vários estudos, nomeadamente o dos autores Schmidt e Liebig (2016) têm vindo a alertar para a responsabilidade dos países de acolhimento na integração no mercado de trabalho, como em outras áreas como a educação, apoio na aprendizagem da língua, educação, cuidados de saúde, habitação e apoio psicológico. As dificuldades referidas pelas famílias vão de encontro aos desafios relatados na literatura como a questão da língua (Da Silva, 2020, Verwiebe et al., 2019), a falta de qualificações (Verwiebe et al., 2019). Como citado anteriormente os laços sociais criados principalmente com voluntários é um recurso fundamental no acesso ao mercado de trabalho.

## **2. Identificar sentimentos experienciados durante o percurso de integração no mercado de trabalho de famílias refugiadas em Portugal.**

O percurso de acesso ao mercado de trabalho por parte das famílias refugiadas é marcado por sentimentos de preocupação e de receio do futuro, “preocupações ligadas à casa, emprego e dinheiro”; “soma ao facto de não ter emprego de momento, e esta é a situação que realmente a deixa preocupada.”; “à família, independentemente da situação difícil de desemprego da Ma.”, “M. acabou por ficar de rastos, também por já se terem acumulado muitas situações de ressentimento, e com o facto de não ter emprego e de todo o processo de integração, desde sair do Iraque e tudo o que eles passaram”, “com o cansaço da L. , que mais uma vez se mostrou preocupada com a redução de ajuda monetária”, “mentalmente a L. não estava muito bem porque tem muito receio do futuro”, “a desabafar que precisa mesmo de arranjar trabalho porque o RSI não chega para pagar as despesas que tem”, “Estava realmente preocupado em arranjar um emprego, e falou-me das “negas” que tem tido”. Os elementos das famílias que se encontram a trabalhar enfrentam alguns obstáculos de adaptação como exigência física do trabalho “O F. estava muito cansado pelo tipo de trabalho”, “ficar com dores de costas de lavar

as panelas grandes e o chão, é muito trabalho”, “acha o trabalho muito puxado fisicamente e não tem contrato de trabalho.”, “mostrou algum desânimo por ter pouca gente”, a precariedade de trabalho também se constitui um desafio á integração das famílias “acha o trabalho muito puxado fisicamente e não tem contrato de trabalho”, “O F. estava na loja onde está a trabalhar (sem contrato)”, “precariedade do mercado de trabalho e ofertas de emprego que tem vindo a receber”. Alguns destes elementos possuem qualificações “que tinha Mestrado em Business Administration”, e também já têm experiência de trabalho prévia “O Z. mostrou-nos a sua máquina e o trabalho que faz, falou-nos da sua experiência como alfaiate”. As perspetivas de futuro destas famílias passam por encontrar trabalho “Referiu mais uma vez que trabalhava como empregada de limpeza na Turquia, e que gostava de trabalhar aqui”, alguns elementos gostavam de continuar a sua formação” a M. pretende seguir: fazer uma formação ligada a cuidados de enfermagem”, “A M. Falou em inscrever-se noutra formação enquanto não arranja trabalho”, “que desde há muito quer fazer carreira nas forças de segurança”, alguns elementos destas famílias gostariam de um dia trabalhar por conta própria “Parece-me cada vez mais que a ideia de trabalharem por conta própria será o sonho deles”, “gostava muito de ter o seu próprio restaurante e comprar uma casa em Portugal”. A possibilidade de mudar de país se não encontrarem emprego também é uma possibilidade a considerar “O K. mencionou a possibilidade de ela ir para a Navarra”. Encontrar emprego é fator importante uma vez preferem viver do seu trabalho e não de apoios “família insiste que considera um alicerce fundamental da sua dignidade viverem do seu trabalho e não de ajudas e subsídios;”.

Os resultados apresentados vão de encontro ao que é referido pela literatura anteriormente citada, as pessoas refugiadas têm como objetivo encontrar trabalho seja por conta própria ou por conta de outrem (Zimmermann, K. F. 2016). A maior parte dos refugiados experienciam sentimentos de frustração e de incerteza e de frustração correspondendo o estudo de Kiselev e colaboradores (2020). A aposta na formação vai de encontro ao estudo (Milesi, 2003) que defende educação é um fator importante contribuindo para o acesso ao emprego. Também os autores Schmidt e Liebig (2016) alertam para a importância da validação de competências para que as famílias refugiadas tenham acesso a empregos melhor remunerados evitando a precariedade. Zimmermann (2016) refere que os governos devem promover políticas que apoiam a integração no mercado de trabalho, mas também estas políticas devem estar preparadas para lidar com o facto de as pessoas refugiadas pretenderem regressar ao seu país de origem assim que a segurança o permitir, bem como o facto de procurarem em outro país melhores condições de vida.

### **3. Compreender se a integração no mercado de trabalho contribui para sentimentos de bem-estar em famílias de refugiados em Portugal:**

De acordo os relatórios foi possível observar que as integrações no mercado de trabalho contribuem para sentimentos de felicidade nos elementos das famílias refugiadas “O Z. mostrou-nos a sua máquina e o trabalho que faz, falou-nos da sua experiência como alfaiate e sentimos que está muito feliz com este trabalho”, “estava feliz por voltar a trabalhar!”, “A N. estava muito feliz com o novo trabalho,” Acho que estas novas possibilidades de emprego eram o motivo de um novo ânimo em ambos os casais”, e de motivação “O. M. mostrou-se muito motivado com a reconstrução e planeamento do espaço e definiu um prazo de 3 ou 4 semanas para abrir o restaurante com o amigo”, sentimentos de independência e de estabilidade financeira “os seus valores de trabalho e autossuficiência”, “contou-nos que já enviou dinheiro para os Camarões para os três filhos”, “mas enquanto a N. trabalhar nada irá faltar nem ao F. , nem aos 3 filhos que neste momento estão ao cuidado da avó nos Camarões”.

De acordo com a literatura, a integração no mercado de trabalho contribui para sentimentos de bem-estar e experiências positivas (Cuyper et al., 2008; De Vos et al., 2011). Os resultados acima citados vão de encontro ao que é mencionado pelos autores Sahin Mencutek, & Nashwan, 2021; Newman et al., 2018) a integração no mercado de trabalho constitui-se uma oportunidade de obter independência financeira e dignidade assim como permite a experienciar de sentimentos de bem-estar tanto a nível pessoal como a nível familiar.

#### **4. Compreender se a integração no mercado de trabalho contribui para uma melhor integração social de família de refugiados acolhidas em Portugal.**

Com base na análise pormenorizada dos relatórios de visita foi possível identificar algumas relações estabelecidas no local de trabalho “mostrou-nos ainda uma bonita selfie com as amigas do trabalho! Uma senhora de Israel e uma senhora da Ucrânia que com ela trabalham na cozinha do CLIB. Notava-se alguma cumplicidade e foi bonito ver o carinho com que falou das amigas.”, “amigo Sírio do K. que o levou consigo para as instalações para começar o dia de trabalho”, o acesso ao mercado de trabalho contribui não apenas para o estabelecimento de relações sociais, assim como contribui para uma superar algumas barreiras como a língua “A L contou-lhe que na Turquia também teve muitas dificuldades a princípio, mas que quando começou a trabalhar e começou a contactar mais com a língua e com outras pessoas se foi habituando e acabou por aprender, e agora fala turco.” Ao longo da leitura foi possível perceber o estabelecimento de relações sociais fora do contexto de trabalho ” A certa altura uma vizinha que toma conta dos pequeninos”, “Foi positivo ver que a L. tem uma relação próxima com as vizinhas”, “N. na casa de uns amigos porque ela ia passar lá o resto do fim de semana”, a N. e

o F. ficou em casa de uma amiga da N. perto da universidade”, “Fiquei a conversar ainda muito tempo com a B., a amiga da N. que é natural dos Camarões”, “tinham visitas em casa: uma amiga (também refugiada) com as suas duas filhas pequenas”, “aquilo que tinha descoberto tinha sido através de famílias sírias”, “L. contou-nos que tinha ido passar o E. ao Porto, a casa de uma família síria”. O apoio das associações e dos voluntários da MEERU contribuem para a integração social e cultural das famílias refugiadas através de atividades que promovem a aprendizagem da língua “Seguiram-se a M. e a M. Daqui começou uma sessão de estudo da língua, onde se treinaram apresentações, ortografia”, “ontem, na última aula de português, a M. perguntou com ternura à Equipa se podíamos dar explicações/aulas de português todos os dias”, “Hoje foi dia de mais uma sessão de explicações de português”, “Como a aula não se realizou, eu (Rita) e a Ana tentámos fazer algumas atividades com ela de aprendizagem das letras, números e algumas palavras, para aproveitar o entusiasmo com que estava em relação à aula”, “ Fizemos a atividade linguística com vários cartões e canetas de cor. Eles dividiram-se em casais e pensaram em palavras ou expressões”. Atividades de lazer “se não estivesse a chover íamos passear ao Parque da Ponte,” Passeio, ao fim da tarde, pelo centro da cidade de Braga para ver as luzes e decorações de Natal”, “Fez-se um passeio pelo centro histórico seguido de uma subida até Sta. Luzia”, “apresentar à família a Associação/Grupo das GUIAS (de Braga), o conceito do Guidismo, a sua história e atividade”, “o G. iria ver se conseguia inserir a M. num programa de artes marciais, preferencialmente judo ou taekwondo”, através destas atividades e do acompanhamento contribuem para a diminuição do isolamento social das famílias” aperto de mão na despedida, em que o K. diz “Estou em Portugal há um ano e não tenho um amigo”, ao que respondemos “Agora tens cinco”.

A literatura defende que a integração no mercado de trabalho contribui para uma melhor integração social dos refugiados central o estabelecimento das relações sociais, assim como o domínio da língua portuguesa existindo vários percursos de adaptação, pois cada refugiado tem a sua própria perspetiva e a sua própria experiência (Santos, 2012). O acesso ao emprego contribui para inclusão em atividades sociais no trabalho ou até mesmo fora do trabalho estabelecendo assim contactos sociais, a inclusão social no trabalho contribui para reduzir sua ansiedade e o stresse. (Gericke et al., 2018). Intervenções sociais na população refugiada tem uma elevada taxa de efetividade desempenhando um papel fulcral na integração das pessoas refugiadas (Villalonga et al., 2018). As intervenções sociais são um poderoso contributo para melhorar a saúde mental. A um nível individual intervenções sociais tem um resultado positivo em encontrar estratégias de coping face aos desafios que a população refugiada enfrenta (Villalonga et al., 2022) São vários os estudos que evidenciam a importância e a eficácia de

programas de voluntariado na integração de pessoas refugiadas nomeadamente Robinson e colaboradores que no seu estudo conclui a importância destes programas desde que estes sejam devidamente orientados.

### **Conclusão**

Desde 2015 que a Europa tem se deparado com um elevado número de pessoas refugiadas, o que originou vários debates entre os estados-membros e levantou a necessidade de os países a elaborar planos de acolhimento (Fasani et al., 2022) A chegada a um novo país leva os refugiados a enfrentar vários obstáculos, da necessidade de aprender um novo idioma, às dificuldades no acesso à habitação, a cuidados de saúde, a educação ou ao mercado de trabalho (Da silva, 2020, Verwiebe et al., 2019). O processo de adaptação pode ser algo conturbado o que leva a uma necessidade de os governos elaborarem políticas que auxiliam neste processo (Schmidt& Liebig, 2016).

Este estudo teve como foco a integração de famílias refugiadas no mercado de trabalho e compreender o impacto no seu bem-estar psicológico, procuramos explorar os desafios que os refugiados enfrentam, os apoios disponíveis no acesso ao mercado de trabalho, procuramos explorar experiências no processo de integração no mercado de trabalho.

A presente investigação permitiu concluir que as famílias refugiadas enfrentam vários desafios sendo a língua a principal barreira. A integração no mercado de trabalho contribui para sentimentos de bem-estar nomeadamente sentimentos de felicidade, motivação, de dignidade e de independência financeira, também contribui para novas conexões sociais e para superar a barreira da língua contribuindo desta forma para uma melhor integração social.

As relações sociais estabelecidas por estas famílias são na sua maior parte constituídas por outras famílias refugiadas. As associações de apoio a pessoas refugiadas oferecem apoio a vários níveis desempenhando um papel fulcral no processo de integração. De todas as associações que apoiam as famílias refugiadas em estudo há que realçar o papel essencial desempenhado pelos voluntários das equipas de proximidade da Meeru que contribuem para uma melhor integração cultural através de passeios e atividades ao ar livre, uma melhor integração no mercado de trabalho através do auxílio na elaboração de currículos vitae, preparação para entrevistas de emprego, procura ativa de emprego, e por último contribuem para uma melhor integração social estabelecendo relações de amizade com as famílias, e incentivando-as a uma participação ativa na comunidade contribuindo assim para diminuição do isolamento social das mesmas.

No que diz respeito às limitações desta investigação, assim como futuras sugestões, realça-se o facto de este estudo se basear na perspetiva dos voluntários que acompanham as

famílias, pelo que seria fundamental aliar a estes dados a perspectiva das próprias famílias refugiadas, verdadeiras peritas experienciais do fenómeno aqui em estudo. Salienta-se ainda o fato de todas as famílias em análise residirem no norte do país sendo relevante analisar as perspectivas de outras famílias residentes em outros pontos do país para uma maior heterogeneidade dos dados, e uma melhor compreensão sobre o tema.

## Referências Bibliográficas:

ACNUR, Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados (2019. consultado em: <https://www.unhcr.org/globaltrends2018/>).

Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados - ACNUR, consultado em: <https://unric.org/pt/refugiados-e-migrantes-a-fugirem-para-a-europa-atingem-a-marca-de-1-milhao-em-2015/>.

Alto Comisionado para las Migraciones (acm). (2017). Relatório de Avaliação da Política Portuguesa de Acolhimento de Pessoas Refugiadas-Programa de Recolocação. [https://www.acm.gov.pt/documents/10181/27754/Relatorio\\_Acolhimento+Pessoas+Refugiadas\\_Dez.2017.pdf/d21546b3-7588-483d-92a3-fa8185d61b5b](https://www.acm.gov.pt/documents/10181/27754/Relatorio_Acolhimento+Pessoas+Refugiadas_Dez.2017.pdf/d21546b3-7588-483d-92a3-fa8185d61b5b).

Bevelander, P. (2016). Integrating refugees into labor markets. *IZA World of Labor*, 1-9.

Bevelander, P. (2020). Integrating refugees into labor markets. *iza World of Labor*.

Blustein, D. L. (2008). The role of work in psychological health and well-being: a conceptual, historical, and public policy perspective. *American psychologist*, 63(4), 228.

Creswell, J. (2007). *Qualitative Inquiry & Research Design. Choosing Among Five Approaches*. Sage Publications.

CPR, disponível em: <http://refugiados.net/1cpr/www/ple.php>.

Cuyper, N. D., Bernhard-Oettel, C., Berntson, E., Witte, H. D., & Alarco, B. (2008). Employability and employees' well-being: Mediation by job insecurity 1. *Applied Psychology*, 57(3), 488-509.

Da Silva, J. S. V. C. (2020). Integration of refugees in the labour market: Employment and Education in Portugal.

Denzin, N. & Lincoln, Y. (2000). *Handbook of qualitative research (3rd Edition)*. Thousand Oaks, California: Sage Publication

De Vos, A., De Hauw, S., & Van der Heijden, B. I. (2011). Competency development and career success: The mediating role of employability. *Journal of vocational behavior*, 79(2), 438-447.

Fasani, F., Frattini, T., & Minale, L. (2022). (The Struggle for) Refugee integration into the labour market: evidence from Europe. *Journal of Economic Geography*, 22(2), 351-393.

Gericke, D., Burmeister, A., Löwe, J., Deller, J., & Pundt, L. (2018). How do refugees use their social capital for successful labor market integration? An exploratory analysis in Germany. *Journal of vocational behavior*, 105, 46-61.

- Goldberg, A. (2020). Refugiados en Portugal y procesos de inserción en la universidad: una indagación etnográfica. *Estudios fronterizos*, 21.
- Hammer, T. (2007). Labour market integration of unemployed youth from a life course perspective: The case of Norway. *International Journal of Social Welfare*, 16(3), 249-257.
- Kiselev, N., Pfaltz, M., Schick, M., Bird, M., Pernille, H., Sijbrandij, M., & Morina, N. (2020). Problems faced by Syrian refugees and asylum seekers in Switzerland. *Swiss Medical Weekly*.
- Llinares-Insa, L. I., González-Navarro, P., Zacarés-González, J. J., & Córdoba-Iñesta, A. I. (2018). Employability Appraisal Scale (EAS): development and validation in a Spanish sample. *Frontiers in psychology*, 9, 1437.
- Llinares-Insa, L. I., Roldán-Pardo, M., González-Navarro, P., & Benedito-Monleón, M. D. (2020). Well-Being without Employment? Promoting the Employability of Refugees. *International journal of environmental research and public health*, 17(21), 7775.
- Machado, C. (2004). *Crime e insegurança. Discursos do medo, imagens do "outro"*.
- Maneri, M., & Wal, J. (2005). The criminalization of ethnic groups: An issue for media analysis. *Qualitative Social Research volume* 6(3), p.1-2.
- Milesi, R. (2003). Refugiados: Realidade e Perspectiva.
- 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.
- Newman, A., Bimrose, J., Nielsen, I., & Zacher, H. (2018). Vocational behavior of refugees: how do refugees seek employment, overcome work-related challenges, and navigate their careers? *Journal of Vocational Behavior*, 105, 1-5.
- ONU, Organização das Nações Unidas. (1951). Convenção das Nações Unidas relativa ao estatuto dos refugiados. Retirado de [http://www.acnur.org/t3/fileadmin/Documentos/portugues/BDL/Convencao\\_relativa\\_ao\\_Estatuto\\_dos\\_Refugiados.pdf](http://www.acnur.org/t3/fileadmin/Documentos/portugues/BDL/Convencao_relativa_ao_Estatuto_dos_Refugiados.pdf).
- Pernice, R., & Brook, J. (1996). Refugees' and immigrants' mental health: Association of demographic and post-immigration factors. *The Journal of social psychology*, 136(4), 511-519.
- Ribeiro, M. J. F. (2017). Políticas de acolhimento de refugiados recolocados em Portugal (Master's thesis).
- Robinson, B., O'Boyle, A., & Chong, S. W. (2022). A protocol for a systematic review of community and volunteer-led initiatives for social integration and language education of asylum seekers and refugees.

Sahin Mencutek, Z., & Nashwan, A. J. (2021). Perceptions about the labor market integration of refugees: evidence from Syrian refugees in Jordan. *Journal of International Migration and Integration*, 22(2), 615-633.

Santinho, C. (2011), refugiados e requerentes de asilo em Portugal: contornos políticos no campo da saúde. (Master's thesis).

Santos, M. (2012), Experiências de Integração: percursos de integração de refugiados na Área Metropolitana de Lisboa. (Master's thesis).

Schmidt, A. S., & Liebig, T. (2016). Making Integration Work: Refugees and Others In Need of Protection.

Serviço de Estrangeiros e Fronteiras de Portugal (SEF). (2019). Relatório de Imigração, Fronteiras e Asilo, 2018. Autor, Gabinete de Estudos, Planeamento e Formação. <https://sefstat.sef.pt/Docs/Rifa2018.pdf>

Verwiebe, R., Kittel, B., Dellinger, F., Liebhart, C., Schiestl, D., Haindorfer, R., & Liedl, B. (2019). Finding your way into employment against all odds? Successful job search of refugees in Austria. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 45(9), 1401-1418.

villalonga-Olives, E., Wind, T.R., Kawachi, I., 2018. Social capital interventions in public health: a systematic review.

Zimmermann, K. F. (2016). Refugee and migrant labor market integration: Europe in need of a new policy agenda. *Unpublished manuscript*, UNU-MERIT.

# **Anexos**

## Anexo A: Exemplo de Relatório Memórias de Visita

# MEMÓRIAS DE ENCONTROS

### **O encontro #\_\_:**

Dia:

Hora:

### **O encontro em nomes:**

(quem visitou e quem foi visitado?)

Equipa de Proximidade:

Família:

### **O encontro em atividades:**

(Que atividades fizemos? Uma descrição breve.)

### **O encontro em memórias:**

(Do que aconteceu nesta visita, o que não me posso mesmo esquecer?)

## Anexo B: Sistema Geral de Categorias

### 1. Integração no Mercado de Trabalho

Esta categoria tem como objetivo identificar apoios existentes na integração no mercado de trabalho de famílias refugiadas em Portugal

Subcategorias	Exemplo de Dados	Referências	Nº de Famílias
<b>Apoios do estado na integração no mercado de trabalho</b>	<i>“uma ama para o F. da Segurança social, mas ainda era preciso um atestado médico”</i>	3	3
<b>Apoios dos voluntários/associações</b>	<i>“R. no escritório para mais uma sessão de treino e preparação para a entrevista de emprego”</i>	10	4
<b>Entraves no acesso ao mercado de trabalho</b>	<i>“Mostrou-se preocupada com a questão do trabalho, mas também reconheceu que não é a melhor altura e que não pode ir trabalhar enquanto as meninas estiverem sem escola”</i>	11	4

### 2. Impacto psicológico no processo de integração no mercado de trabalho

Esta categoria tem como objetivo identificar sentimentos experienciados pelas famílias refugiadas durante o processo de integração no mercado de trabalho.

Subcategorias	Exemplo de Dados	Nº Referências	Nº Famílias
<b>Impacto Psicológico</b>	<i>“preocupações ligadas à casa, emprego e dinheiro”</i>	9	3

<b>Obstáculos de adaptação</b>	<i>“O F. estava muito cansado pelo tipo de trabalho”, “ficar com dores de costas de lavar as panelas grandes e o chão, é muito trabalho”</i>	3	5
<b>Qualificações</b>	<i>“que tinha Mestrado em Business Administration”</i>	1	1
<b>Perspetivas de Futuro</b>	<i>“a M. pretende seguir: fazer uma formação ligada a cuidados de enfermagem”</i>	2	6

### **3. sentimentos de bem-estar na integração no mercado de trabalho.**

Esta categoria tem o intuito de identificar sentimentos de bem-estar no mercado de trabalho

<b>Subcategorias</b>	<b>Exemplo de Dados</b>	<b>Nº Referências</b>	<b>Nº Famílias</b>
<b>Sentimentos de bem-estar</b>	<i>“A N. estava muito feliz com o novo trabalho,”</i>	8	3

### **4. Relações sociais no local de trabalho**

Esta categoria tem como objetivo identificar relações sociais iniciadas no local de trabalho.

<b>Subcategorias</b>	<b>Exemplo de Dados</b>	<b>Nº Referências</b>	<b>Nº Famílias</b>
<b>Relações Sociais no Local de Trabalho</b>	<i>“mostrou-nos ainda uma bonita selfie com as amigas do trabalho! Uma senhora de Israel e uma senhora da Ucrânia que com ela trabalham na cozinha do CLIB. Notava-se alguma cumplicidade e foi bonito ver o carinho com que falou das amigas.”</i>	3	2

<b>Relações sociais fora do local de trabalho</b>	<i>” A certa altura uma vizinha que toma conta dos pequeninos”,</i>	10	3
<b>Atividades de Aprendizagem da Língua</b>	<i>“Seguiram-se a M. e a M. Daqui começou uma sessão de estudo da língua, onde se treinaram apresentações, ortografia”,</i>	14	6
<b>Atividades de Lazer</b>	<i>“o G. iria ver se conseguia inserir a M. num programa de artes marciais, preferencialmente judo ou taekwondo</i>	86	6

