

PESSOAS REFUGIADAS E REQUERENTES DE ASILO

O papel dos psicólogos/as
e algumas recomendações
para a intervenção

ENQUADRAMENTO

Nos últimos 10 anos, pelo menos 100 milhões de pessoas foram forçadas a sair das suas casas e a procurar refúgio dentro, ou fora, das fronteiras dos seus países – por motivos económicos, sociais, religiosos, políticos ou ecológicos. O número de pessoas deslocadas contra a sua vontade tem vindo a aumentar ao longo tempo, e mesmo os constrangimentos provocados pela pandemia COVID-19 (e.g., restrições à mobilidade entre países, encerramento de fronteiras) não conseguiram travar o fluxo de pessoas que fogem de desastres naturais, conflitos armados, violência, perseguições e situações de violação dos direitos humanos.

A **população refugiada e requerente de asilo** corresponde a um dos grupos mais afectados por diferentes formas de estigma, **preconceito e discriminação** - acentuando as **condições de vulnerabilidade** profundas pré-existentes.

As **violações dos direitos humanos** que enfrentam, podem incluir a negação dos seus direitos civis e políticos (como detenção arbitrária ou tortura), dos seus direitos económicos, sociais e culturais (como o direito à saúde, habitação ou educação), colocando-as perante um **risco acrescido de situações de pobreza, violência e desigualdade, bem como de maior exposição aos problemas de Saúde Psicológica**.

A **Ciência Psicológica tem um papel essencial na defesa dos direitos humanos**, em particular no caso de grupos de pessoas em situação de exclusão e vulnerabilidade. **Os Psicólogos e Psicólogas são imprescindíveis no apoio directo e indirecto** a esta população, tal como na garantia do cumprimento das leis de protecção internacional e de acolhimento, de acesso à saúde e às múltiplas respostas sociais de que esta população necessita. Devem, por isso, assumir o **compromisso de promover e proteger os direitos das pessoas refugiadas e requerentes de asilo**.

EM NÚMEROS

› O ACNUR (Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados) estima que actualmente existam cerca de **84 milhões de pessoas deslocadas contra a sua vontade** em todo o mundo, das quais **42% são crianças** com menos de 18 anos de idade (ACNUR, 2021). Em 2021, o número de pessoas deslocadas contra a sua vontade era o dobro do registado há uma década.

› Estes números abrangem pessoas em situações muito diferentes e incluem refugiados internacionais, requerentes de asilo e pessoas deslocadas internamente. Entre os 84 milhões de pessoas deslocadas contra a sua vontade, existem **26,6 milhões de Pessoas Refugiadas e 4,4 milhões de pessoas Requerentes de Asilo**.

› **Em Portugal**, numa população com cerca de 10.3 milhões de habitantes, estima-se que existam cerca de **1700 pessoas em situação de asilo** (UN/DESA, 2019) e mais de **888 mil migrantes internacionais**.

O PAPEL DOS PSICÓLOGOS E PSICÓLOGAS

Os Psicólogos e Psicólogas que actuam junto de pessoas refugiadas e requerentes de asilo (crianças, jovens, adultos ou idosos) intervêm em contextos problemáticos e questões sociais complexas, transversais, multifacetadas e dinâmicas – contribuindo para as solucionar, **promovendo competências específicas, recursos internos que permitem a adaptação e a resiliência** das pessoas.

Mas, também, **prevenindo situações de risco e vulnerabilidade, discriminação e exclusão social**, facilitando a criação de condições que permitam melhorar a sua **qualidade de vida e bem-estar**.

Deste modo, a intervenção pode ser num **conjunto diversificado de serviços e respostas sociais** (por exemplo, Serviços de Acção Social, Comissão de Protecção de Crianças e Jovens em Risco, Instituições Particulares de Solidariedade Social, Organizações Não Governamentais, Hospitais e Centros de Saúde, Escolas e Agrupamentos de Escolas, Associações Locais e Juntas de Freguesia ou Gabinetes de Inserção Profissional) – desde a abordagem **individual** (por exemplo, intervenção nos problemas de Saúde Psicológica como a Perturbação de Stresse Pós-Traumático), **a intervenção comunitária** (por exemplo, intervenção em situações de pobreza, desemprego ou exclusão educativa) e na **construção de políticas públicas** nas áreas da migração, pobreza, exclusão social e desigualdades.

Os **principais objectivos na intervenção psicológica com pessoas refugiadas e requerentes de asilo** incluem:

- › **Identificar as pessoas em situação de vulnerabilidade e/ou com problemas de Saúde Psicológica e facilitar o acesso aos serviços** sociais, educativos ou de saúde da comunidade, de forma a minimizar danos e potenciar impactos positivos.
- › **Proteger e promover os seus direitos humanos**, assegurando a sua dignidade e segurança e respeitando o direito à inclusão, não-discriminação, participação e diversidade cultural.

› **Articular com outros profissionais e organizações** para garantir que as necessidades psicológicas, físicas, sociais, educacionais, vocacionais e legais são atendidas e obtêm resposta.

› **Estudar o impacto** do processo de migração, dos diferentes lutos que são exigidos da componente emocional da pessoa, da adaptação à cultura, do afastamento da família, e das situações de vulnerabilidade e bem-estar e **identificar as estratégias** de adaptação e recursos desta população.

› **Educar, capacitar e sensibilizar os vários agentes** em contacto com as pessoas refugiadas e requerentes de asilo, acerca dos seus percursos migratórios e necessidades específicas, bem como dos danos de qualquer tipo de discriminação e do impacto positivo da diversidade cultural.

› Sempre que necessário, integrar na sua prática a colaboração de mediadores culturais, com o objectivo de facilitar um melhor entendimento de questões culturais e promover o estabelecimento de uma relação de maior empatia e proximidade.

› **Advogar e contribuir para as políticas públicas** que combatam as desigualdades sociais, que promovam o respeito pelos direitos humanos, facilitando a inclusão plena das pessoas refugiadas e requerentes de asilo.

› **Estabelecer pontos de ligação entre a investigação e os profissionais/serviços** que trabalham com pessoas refugiadas e requerentes de asilo, com vista a prestar serviços e respostas eficazes e baseadas em evidências.

Ainda que existam **Psicólogos e Psicólogas que trabalham directamente com estas populações**, integrados em equipas multidisciplinares e a realizar um trabalho articulado e cooperativo, em diferentes contextos, **qualquer profissional da Psicologia**, de qualquer área de especialidade, **pode contactar e necessitar de intervir com pessoas refugiadas e requerentes de asilo**.

ALGUMAS RECOMENDAÇÕES PARA A INTERVENÇÃO COM PESSOAS REFUGIADAS E REQUERENTES DE ASILO

De seguida reunimos um conjunto de recomendações gerais para a intervenção com pessoas refugiadas e requerentes de asilo – **aplicáveis a qualquer contexto e modalidade de prática profissional da Psicologia.**

SENSIBILIDADE À DIVERSIDADE E COMPETÊNCIAS SOCIOCULTURAIS ESPECÍFICAS

Os Psicólogos e Psicólogas que trabalham com pessoas refugiadas e requerentes de asilo necessitam de **formação, conhecimentos e competências específicas (saber-saber e saber-fazer) a este contexto de actuação.** É necessário que sejam sensíveis à diversidade e captem os diferentes contextos e vivências individuais, exclusivas do percurso migratório; não perdendo de vista a origem social, a língua, o código de valores, tradições, rituais, *baseline* comportamental em circunstâncias específicas e os referenciais simbólicos.

Por exemplo, é necessário reconhecer e compreender que existem diversas formas de expressão, em termos culturais, do sofrimento mental, evitando recorrer a noções indiferenciadas de sofrimento que podem provocar processos de patologização desadequados (e.g., interpretar um ritual culturalmente específico, enquanto sintoma de uma perturbação mental).

Neste sentido, devem investir na sua capacidade para estabelecer uma **relação não estigmatizante e não discriminatória**, garantindo que desempenham as suas funções com base não só no Código Deontológico da profissão, mas também no **compromisso pelo respeito dos direitos humanos, pela inclusão e pela valorização da diversidade cultural, religiosa e linguística, bem como pelo direito à autodeterminação e à autonomia – garantindo o acesso das pessoas aos seus direitos sociais, bem como às condições de segurança de qualquer cidadão português.**

ARTICULAÇÃO COM OUTROS/AS PROFISSIONAIS

Os Psicólogos/as devem ser capazes de olhar e intervir numa dimensão psicológica, social, educacional, laboral, cultural e legal; mas, também, histórica e geopolítica, articulando com outras disciplinas, nomeadamente a Antropologia, Sociologia, Etnologia, História, Biologia e Medicina/Psiquiatria – numa perspectiva aberta de **diálogo e complementaridade**, indispensáveis às soluções e respostas multidimensionais e integradas que estas situações exigem.

Neste âmbito, também é relevante o **trabalho cooperativo dos Psicólogos e Psicólogas com mediadores culturais e intérpretes** – que devem ser envolvidos como parceiros essenciais no estabelecimento da comunicação. Compete, ainda, aos profissionais da Psicologia, zelar pela Saúde Psicológica e o bem-estar dos mediadores e intérpretes com quem trabalham (atendendo à forte exposição emocional a que estão sujeitos).

COMBATE AO RACISMO E À DISCRIMINAÇÃO, PROMOÇÃO DA INCLUSÃO

Os Psicólogos e Psicólogas têm uma responsabilidade activa no combate aos fenómenos de racismo e discriminação nos contextos educativos, laborais e comunitários – nomeadamente, através do:

1. Desenvolvimento de **programas de integração social e promoção de recursos pessoais, sociais e profissionais** existentes nas comunidades (incluindo programas de desenvolvimento de competências socioemocionais).
2. Desenvolvimento de **acções de sensibilização**, sobre temas relacionados com os direitos humanos e as pessoas refugiadas, as migrações e a diversidade cultural.

Os Psicólogos e Psicólogas devem assumir um papel essencial na **desconstrução de crenças, atitudes e comportamentos discriminatórios**, face a requerentes de asilo e pessoas refugiadas, promovendo uma **visão positiva da diversidade cultural**, favorecendo a **aprendizagem intercultural** e intervindo na redução do impacto negativo do preconceito e desigualdade; por exemplo, através da construção de **campanhas de consciencialização social** e de **programas de integração laboral, escolar e comunitária** ou, ainda, do **apoio a organizações governamentais e movimentos associativos** vocacionados para a capacitação destas pessoas e grupos.

Especificamente nas organizações, os Psicólogos e Psicólogas devem incentivar os líderes e gestores organizacionais a incluir a diversidade na sua visão e objectivos/resultados, assim como a **promover a contratação de pessoas refugiadas e requerentes de asilo**. Podem, ainda, conduzir **processos de recrutamento** feitos com transparência e nos quais a diversidade seja valorizada, encorajando as pessoas refugiadas e requerentes de asilo a candidatar-se.

No caso dos Psicólogos/as que trabalhem em **contexto escolar**, devem colaborar com Professores e Educadores para desenvolver ferramentas e estratégias que facilitem a **inclusão** das crianças e jovens requerentes de asilo e refugiadas na comunidade escolar, nomeadamente nos casos em que é necessário facilitar a sua **integração e a retoma das aprendizagens**.

Os Psicólogos e Psicólogas devem ter o cuidado de reflectir e reconhecer os seus próprios preconceitos e estereótipos, avaliando o impacto que possam ter na sua intervenção (e, se necessário, fazer um encaminhamento para outros colegas).

AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA E PSICOSSOCIAL

No contexto da intervenção psicológica com pessoas refugiadas e requerentes de asilo, os Psicólogos e Psicólogas realizam processos de avaliação, psicodiagnóstico, análise e monitorização das necessidades e indicadores psicossociais de indivíduos, grupos e comunidades; incluindo as suas características de saúde: o bem-estar e a qualidade de vida; as capacidades cognitivas, emocionais e psicológicas; os recursos sociais; os problemas de Saúde Psicológica e do comportamento; os determinantes sociais que criam e mantêm as desigualdades e a exclusão social.

No entanto, a **avaliação psicológica exige cuidado redobrado neste contexto**, já que os instrumentos disponíveis e as especificidades da população em causa podem conduzir a interpretações enviesadas, acabando por traduzir-se em penalização nos resultados.

Muitos dos testes psicológicos utilizados com maior frequência carecem de garantias de **validade e de normas adaptadas** para que possam servir para avaliar com fiabilidade pessoas de culturas e línguas específicas, contendo parâmetros que advêm de contextos culturais diferentes dos contextos das pessoas avaliadas.

A ausência de testes culturalmente adaptados aumenta o risco de uma falsa patologização e diminui as possibilidades de identificar as verdadeiras necessidades da população. Assim, em todas as fases do processo de avaliação (entrevista, administração de testes, redacção de relatórios e *feedback*) os Psicólogos e as Psicólogas devem ser particu-

larmente atentos ao contexto social, cultural e linguístico das pessoas refugiadas e requerentes de asilo, nomeadamente na avaliação das suas competências e aptidões. Contudo, existem várias organizações internacionais que têm trabalhado estes temas e disponibilizado informação e testes devidamente validados.

A avaliação psicológica e psicossocial de pessoas refugiadas e requerentes de asilo deve ser, portanto, culturalmente adaptada, implicando a preocupação prévia de **ajustar os métodos e instrumentos de avaliação à cultura e competências do indivíduo ou do grupo avaliado**.

Uma avaliação que respeite a multiculturalidade deve incluir elementos sobre a Saúde Psicológica dos indivíduos a partir de informações históricas, familiares, económicas, sociais e comunitárias, por forma a possibilitar uma **avaliação psicológica culturalmente sensível**. Idealmente, a avaliação é realizada na língua nativa da pessoa, com a ajuda de **intérpretes/mediadores**, procurando perceber a sua narrativa relativamente ao percurso migratório, história pessoal e competências pessoais. Além das necessidades imediatas, a avaliação psicológica abrange, ainda, um vasto leque de factores, não só focando os factores psicológicos, mas também condições de habitação, aspectos financeiros, espirituais e de saúde – desta forma, tenta-se evitar o enfoque exclusivo nas necessidades e perdas (que contribuiria para criar/reforçar uma “identidade de vítima” e promover a sensação de impotência e desesperança) e **reforçando recursos internos e competências individuais**.

INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA INDIVIDUAL EM DIFICULDADES E PROBLEMAS DE SAÚDE PSICOLÓGICA

Os Psicólogos e Psicólogas realizam o **acompanhamento psicológico** (Consultas de Psicologia e/ou Psicoterapia) de crianças, jovens, adultos e idosos refugiados e requerentes de asilo, tendo sempre presente a possibilidade de existir um pendor etnocêntrico das abordagens e metodologias utilizadas. No sentido de assegurarem intervenções eficazes, as Psicólogas e os Psicólogos procuram **reforçar a sua consciência e competências para a prática profissional culturalmente sensível**; intervindo na resposta ao que podem ser identificados como **fragilidades/factores de risco** das pessoas refugiadas e requerentes de asilo; mas, também, no empoderamento dos seus **recursos internos, factores de protecção e resiliência**; reconhecendo que a **autodeterminação da pessoa**, respeitando as suas competências e escolhas enquanto agente de mudança.

Embora nem todas as pessoas refugiadas e requerentes de asilo necessitem de **intervenção psicológica focada no trauma**, é frequente que sofram de problemas de Saúde Psicológica, tais como Perturbação de Stresse Pós-Traumático. Nesses casos, o recurso a intervenções baseadas em evidências para lidar com o trauma constituem respostas eficazes, que promovem a integração e ajudam a reduzir o sofrimento e a sensação de isolamento – devolvendo-lhes capacidade de autonomia e um retorno progressivo a uma nova normalidade.

INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA JUNTO DE MENORES NÃO ACOMPANHADOS

Os Psicólogos e Psicólogas actuam junto de menores não acompanhados, sempre com o objectivo de promover o superior interesse da criança, protegendo os seus direitos, proporcionando apoio e promovendo o acesso aos serviços de saúde física e psicológica, à habitação, à provisão das necessidades do dia-a-dia e à retoma do percurso educativo; bem como, devem potenciar o seu desenvolvimento saudável.

Os Psicólogos e Psicólogas que trabalham que este público mais vulnerável devem reconhecer a condição particular desta população, designadamente, a ausência física dos progenitores, ou outro representante legal e, assim, intervir de forma diferenciada, adaptada às suas características e condições de vida. Neste âmbito, têm de articular com vários serviços e

entidades (e.g., escolas, associações, comunidades), procurando coordenar intervenções psicológicas individuais, apoios em sala de aula ou intervenções em grupo. Por exemplo, em contexto escolar, os Psicólogos e Psicólogas colaboram com professores e educadores por forma a desenvolver ferramentas e estratégias que facilitem a inclusão das crianças e jovens requerentes de asilo e refugiadas na comunidade escolar.

Mais do que em qualquer outro contexto, os Psicólogos e Psicólogas têm de promover diálogo intercultural e respeito pela diversidade linguística, cultural e religiosa, trabalhando em conjunto com a comunidade educativa na promoção da multiculturalidade, através de respostas colaborativas.

PROMOÇÃO DA EMPREGABILIDADE

Os Psicólogos e as Psicólogas têm competências para promover a empregabilidade das pessoas refugiadas e requerentes de asilo através da **participação na definição, ou desenvolvimento do seu percurso de inserção, ou reinserção no mercado de trabalho, em cooperação com serviços e estruturas** (e.g., Instituto do Emprego e Formação Profissional, Gabinetes de Inserção Profissional), através de **intervenções directas** (por exemplo, promover competências de construção de um CV, ou preparação para uma entrevista de emprego) ou através do desenvolvimento de **programas de competências de gestão de carreira e de aquisição de competências linguísticas em Português como língua não materna.**

Sempre que as organizações integrem pessoas refugiadas e requerentes de asilo devem existir cuidados redobrados no momento de acolher estes trabalhadores.

As Psicólogas e os Psicólogos podem contribuir para o **desenvolvimento de sistemas de integração e acolhimento** que facilitem a adaptação e o desempenho das pessoas refugiadas e requerentes de asilo – ajudando-os a compreender os seus papéis e tarefas, a cultura organizacional e promover o estabelecimento de relações com os outros trabalhadores.

INTERVENÇÃO EM SITUAÇÕES DE CRISE E EMERGÊNCIA

A intervenção dos Psicólogos e Psicólogas junto de pessoas refugiadas e requerentes de asilo é particularmente relevante em momentos de crise (por exemplo, aquando da recepção destas pessoas no país). Os e as profissionais de Psicologia devem estar conscientes de que **só com base em competências específicas de intervenção em crise, de comunicação interpessoal e trabalho em equipa, com competências específicas de prevenção, intervenção e promoção da Saúde Psicológica** e de intervenção sociocomunitária, é possível responder de forma adequada às necessidades destes indivíduos, famílias e grupo – reduzindo os factores de risco para a Saúde Psicológica e aumentando os factores de protecção e resiliência.

COLABORAÇÃO NA CONSTRUÇÃO DE POLÍTICAS PÚBLICAS

As Psicólogas e os Psicólogos que trabalham com pessoas refugiadas e requerentes de asilo têm capacidade para **influenciar e apoiar a criação de políticas públicas** que reforcem os direitos destas populações. Isto pode implicar a **criação e promoção de mais e melhores serviços** integrados de apoio que dêem uma resposta ao longo de todo o ciclo de vida e que garantam a satisfação de necessidades básicas, o acesso a cuidados de saúde e a respostas sociais promotoras de uma vida digna e autónoma.

SUPERVISÃO

Por um lado, os Psicólogos/as devem **procurar supervisão** adequada ao trabalho com pessoas refugiadas e requerentes de asilo. Por outro lado, dadas as suas competências de multiculturalidade e o conhecimento sobre o impacto da exposição directa e indirecta ao trauma vivido pelas pessoas refugiadas e requerentes de asilo, os Psicólogos e Psicólogas estão numa posição privilegiada para **supervisionar outros colegas e profissionais** de serviços de saúde e sociais, voluntários e intérpretes/mediadores culturais que trabalhem com esta população.

INVESTIGAÇÃO

As pessoas refugiadas e requerentes de asilo devem fazer parte das agendas dos Psicólogos e Psicólogas investigadores/as, já que **os resultados da investigação são essenciais para fundamentar práticas e políticas na evidência científica produzida**. Os Psicólogos e as Psicólogas podem conceber e executar projectos de investigação que permitam explorar o impacto do processo migratório na Saúde Psicológica e física dos indivíduos e famílias, bem como os recursos e competências que contribuem para combater estereótipos e a discriminação, bem como para promover a integração saudável desta população.

Devem garantir a participação das pessoas refugiadas e requerentes de asilo na construção dos projectos de investiga-

AUTOCUIDADO

A intervenção com pessoas refugiadas e requerentes de asilo é, frequentemente, um trabalho muito exigente do ponto de vista emocional, devido ao contacto com pessoas em situação de grande vulnerabilidade e sofrimento. Para além do **respeito pelos limites éticos da relação profissional** (por exemplo, os Psicólogos e Psicólogas devem abster-se de dar directamente

Ao desenvolver o trabalho de advocacia, as Psicólogas e os Psicólogos podem ainda comunicar com os gestores e decisores políticos (de diversos contextos e diferentes níveis) e participar no processo de **desenho, implementação e avaliação de políticas públicas justas e sustentáveis**. Os/as profissionais da Psicologia estão, ainda, preparados para facilitar a colaboração e **comunicação sistemática entre os sistemas de saúde, da educação, judicial e social**, de forma a criar uma sólida rede de **apoio interdisciplinar e melhorar a eficácia dos serviços prestados**.

A supervisão pode ter um ou mais dos seguintes objectivos: (a) reflectir sobre a prática de intervenção (psicológica, ou não); (b) desenvolver competências para uma prática culturalmente sensível; (c) gerir os impactos do trabalho com situações de abuso, injustiça e trauma, tentando prevenir a traumatização vicariante; (d) coordenar e avaliar as intervenções para melhorar o desempenho das equipas.

ção, bem como certificar-se do seu consentimento informado. Sempre que possível os resultados das investigações devem ser partilhados e discutidos com estas populações.

Os/As profissionais da Psicologia podem, ainda, **conceber projectos de avaliação da eficácia das intervenções clínicas, comunitárias e escolares**, identificando quais os factores que facilitam ou dificultam: a vivência numa cultura diferente; a aquisição de linguagem; o desenvolvimento identitário num país onde não têm raízes e com códigos comportamentais que desconhecem; com um desempenho académico diferente do que é exigido em Portugal; com a forma como se posicionam nos relacionamentos interpessoais mas também de casal; a Saúde Psicológica, entre muitas outras variáveis.

dinheiro ou roupa, mas sim encaminhar para os serviços que possam prestar esse apoio) é necessário **respeitar o tempo e o espaço de autocuidado** – enquanto imperativo ético igualmente fundamental para a realização de uma prática profissional competente e de qualidade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS SUGERIDAS

Alto Comissariado das Nações Unidas para Refugiados (2021). Global Trends: Forced Displacement in 2020. Copenhaga, Dinamarca: UNCHR.

American Psychological Association, Presidential Task Force on Immigration (2012). Crossroads: The psychology of immigration in the new century. Retirado de: <http://www.apa.org/topics/immigration/report.aspx>

American Psychological Association, APA Task Force on Human Rights (2021). Moving Human Rights to the Forefront of Psychology: The Final Report of the APA Task Force on Human Rights. Retirado de: <https://www.apa.org/about/policy/report-human-rights.pdf>

British Psychological Society (2018). Guidelines for psychologists working with refugees and asylum seekers in the UK: Extended version. U.K: British Psychological Society.

Fazel, M. (2018). Psychological and psychosocial interventions for refugee children resettled in high-income countries. *Epidemiology and Psychiatric Sciences* (2018), 27, 117–123.

MANUAL DE APOIO PSICOSSOCIAL A MIGRANTES. Arriaga, M.; Brito, B.; Gouveia, S.. Lisboa, Fevereiro 2016.

