

# Refugiados

## Questões para ter em conta

### 1 Vivências e Contextos de Violência

Os refugiados foram forçados a fugirem das suas casas porque as suas vidas estão em perigo, por razões de **violência, conflitos ou perseguição**. As vidas e experiências envoltas em contextos de violência, podem causar **danos psicológicos e emocionais** e, por vezes, uma **incerteza e inadaptação** face à segurança e à paz.

### Acumulação de Desafios Sociais e Psicológicos

A vida dos refugiados nos seus países de origem esteve repleta de perigos. Muitos outros desafios esperam-nos nos países de acolhimento, colocando, por vezes, em risco a sua segurança e direitos humanos, como: **exclusão social; discriminação; pobreza; dificuldades de acesso a serviços, emprego, habitação**, etc. Alguns desafios psicológicos são: **trauma; perda de familiares e da rede de apoio; choque cultural; expectativas** não correspondidas; **desconhecimento; barreira linguística**,

# 2

### 3 Questões Culturais

Gestos, ações e a forma como vemos o mundo podem ser específicos de certas culturas. Precisamos de **reconhecer a nossa cultura e identidade** e as suas especificidades. É preciso **aprender sobre as outras culturas**, sem assumir ou generalizar e ter sempre em conta as questões culturais, para podermos aprender conjuntamente e, assim, crescer.

### Relações de Poder

As dinâmicas de poder existem em todas as relações e é necessário reconhecê-lo e tentar mais **"fazer com"** do que **"fazer para"**, para que os refugiados consigam **recuperar o controlo da sua vida, tomando as suas decisões** e executando **responsabilidades**, para poderem ser **autónomos** e independentes.

# 4

### 5 Privacidade & Confidencialidade

É essencial respeitar a privacidade e a confidencialidade dos refugiados! São eles que **decidem o quê, a quem e quanto contam e partilham**. É importante ter atenção à privacidade e confidencialidade quando se reconta alguma história ou situação e evitar sempre a **revitimização**.

Saiba mais sobre como apoiar refugiados em: [acomunidade.org](http://acomunidade.org)

