



INSTITUTO  
UNIVERSITÁRIO  
DE LISBOA

---

## **Voluntariado Migrante: Pertença e Cidadania de migrantes brasileiras/os em Portugal**

Isabela Miranda da Silva

Mestrado em Psicologia Social e das Organizações

Orientadora:

Prof. Dr<sup>a</sup>. Susana Batel, Ph.D, Investigadora Integrada ECSH  
Iscte - Instituto Universitário de Lisboa

Outubro, 2024



CIÊNCIAS SOCIAIS  
E HUMANAS

---

Departamento de Psicologia Social e das Organizações

Voluntariado Migrante: Pertença e Cidadania de migrantes  
brasileiras/os em Portugal

Isabela Miranda

Mestrado em Psicologia Social e das Organizações

Orientador(a):

Prof. Dr<sup>a</sup>. Susana Batel, Ph.D, Investigadora Integrada ECSH  
Iscte - Instituto Universitário de Lisboa

Outubro, 2024

*Para a minha avó, Lisete*



## **Agradecimento**

Concluir esta dissertação representa não apenas a realização de uma jornada acadêmica, mas também a soma de inúmeros gestos de apoio e incentivo recebidos ao longo do caminho. A todos aqueles que, de alguma forma, estiveram ao meu lado e me fortaleceram para que eu pudesse chegar até aqui, dedico minha mais profunda gratidão.

Agradeço, em primeiro lugar, aos meus pais, por sempre priorizarem minha educação e felicidade e por sonharem para mim sonhos maiores do que eu mesma poderia imaginar. À minha mãe, que nunca mediu esforços por mim e sempre foi meu porto seguro; ao meu pai e à minha irmã, por serem meus maiores torcedores e celebrarem cada conquista minha como se fosse a maior de todas. À minha prima Lu, por ser fonte constante de orgulho e motivação; aos meus tios, Adriano e Dadá, pelas conversas, conselhos e por toda a admiração mútua. E à minha avó Alzira, por ser sempre luz na minha vida.

Ao Tiago, por ser meu grande parceiro e compartilhar cada passo desta jornada ao meu lado.

À minha orientadora, professora Susana Batel, por ter guiado e iluminado o meu caminho todos os momentos que eu me vi perdida. Obrigada por ter apoiado esse tema e me ajudado na construção das minhas ideias e por todo esforço que colocou na construção desta dissertação.

Agradeço especialmente ao Banco de Voluntários de Sintra, à U.Dream, ao Lisbon Project, à Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV), à Cooperativa António Sérgio para a Economia Social (CASES) e à Associação de Santa Teresa pelo apoio essencial na divulgação desta investigação, que foi fundamental para a realização deste trabalho.

Aos meus amigos Thais, Emanuel, Guilherme, Bernardo, Sophia, Jhony e Gabriel por terem partilhado os últimos 10 anos comigo. À Sophia por ser uma irmã para mim, estar comigo diariamente e me presentear com os mais lindos afilhados; à Barbara por ser das melhores amigas que alguém pode ter e minha inspiração acadêmica; e à Meni, Giulia e Carla, por todo o amor e por fazerem toda barreira ficar pequena. Agradeço também à Natalia, Julia e Margarida, por serem presenças constantes e essenciais em minha vida, e à Ru e à Laís, por terem me acolhido e sido minha família em Lisboa.

Por fim, agradeço a este cantinho do mundo, que se tornou meu lar e minha escola nos últimos cinco anos e que já carrega um pouco de mim. A todos aqueles que, tendo chamado

muitos lugares de lar, seguem construindo suas histórias pelo mundo. E a cada pessoa que dedica seu tempo e esforço em prol de algo ou de alguém através do voluntariado.

## Resumo

A migração brasileira para Portugal tem crescido significativamente nas últimas décadas, gerando novos desafios e oportunidades no processo de integração dessa população e na criação de uma sociedade intercultural harmónica. Nesse contexto, o voluntariado emerge como uma possível ferramenta devido aos seus efeitos de bem-estar individual e o envolvimento em iniciativas comunitárias. Esta investigação teve como objetivo explorar como o voluntariado se relaciona com as representações sociais de cidadania e o sentimento de pertença de migrantes brasileiros em Portugal. Através de entrevistas semiestruturadas com migrantes brasileiros (n = 10), investigamos como a participação em atividades voluntárias influencia o sentimento de pertença, a cidadania ativa e o comportamento político, sob a ótica de atores migrantes. Os resultados revelam que o voluntariado contribui para a criação de capital social e cultural, facilitando a vinculação dos migrantes ao novo país. Essa prática apresenta um importante potencial para a construção de uma autoimagem mais positiva e para o fortalecimento da identidade cívica e política dos migrantes. No entanto, o voluntariado deve ser compreendido como uma ferramenta de apoio aos migrantes, e não como uma estratégia única capaz de solucionar as complexas questões migratórias. Esta investigação contribui para a literatura da Psicologia Social, Política e Comunitária, ao dar conta das experiências dos migrantes em relação ao voluntariado como prática de cidadania.

Palavras-chave: voluntariado, migrantes brasileiros em Portugal, cidadania, pertença, lusotropicalismo.



## **Abstract**

Brazilian migration to Portugal has grown significantly in recent decades, creating new challenges and opportunities in the integration process of this population and in building a more harmonic multicultural society. In this context, volunteering emerges as a potential tool due to its effects on individual well-being and participation in community initiatives. This research aimed to explore how volunteering is related to social representations of citizenship and the sense of belonging among Brazilian migrants in Portugal. Through semi-structured interviews with Brazilian migrants (n = 10), we investigated how participation in voluntary activities influences their sense of belonging, active citizenship, and political behavior from the perspective of migrant actors. The results show that volunteering contributes to the creation of social and cultural capital, facilitating migrants' connection to their new country. This practice has significant potential for building a more positive self-image and strengthening the civic and political identity of migrants. However, volunteering should be seen as a supportive tool for migrants, rather than as a standalone strategy for solving the complex challenges of migration. This research contributes to the literature on Social, Political, and Community Psychology, by highlighting the voices of marginalized migrants and offering a deep analysis not only of the role of volunteering but also of broader aspects of integration.

**Keywords:** volunteering, Brazilian migrants in Portugal, citizenship, belonging, lusotropicalism



# Índice

Agradecimento	iii
Resumo	v
Abstract	vii
Introdução	1
Capítulo I. Revisão da Literatura	3
1. Migração Brasileira em Portugal	3
1.1. Representações sobre a migração brasileira em Portugal e o lusotropicalismo	3
1.2. Desafios de Migrantes Brasileiros em Portugal	4
2. Voluntariado	6
2.1. Voluntariado por Migrantes	7
2.2. Voluntariado ou Cidadania	8
3. Teoria das Representações Sociais, migrações e cidadanias	13
4. Aculturação	14
Capítulo II. Questões de Investigação e Objetivos	17
Capítulo III. Design do Estudo	19
1. Participantes	19
2. Procedimento de Coleta de Dados	20
Capítulo IV. Análises	23
1. Voluntariado como uma ponte para integração e cidadania	23
1.1. Reconstrução da autoimagem positiva	23
1.2. Criação de redes sociais de migrantes e não-migrantes	24
1.3. Contraposição das Barreiras Discriminatórias	27
2. Construção do Ser Cidadão	30
2.1. Desenvolvimento de Competências e Capacitação Cívica	30
2.2. Contribuição para a Comunidade Local como Fomentador do Pertencimento e Legitimador da Cidadania do migrante	31
3. Empoderamento Político do Voluntario-Migrante	33
3.1. Conscientização para causas sociais	33

3.2. Potencial político e ativismo - Ambivalências entre o silenciamento e o empoderamento	35
Capítulo V. Discussão	37
Referências Bibliográficas	43

## Introdução

O fenômeno da migração tem reconfigurado o cenário sociocultural e político global, com Portugal sendo exemplo expressivo dessa realidade, especialmente com os fluxos advindos do Brasil. Brasileiros configuram-se como um dos principais grupos migratórios, impulsionando o aprofundamento de continuidades históricas e culturais entre as duas nações (Theodoro, 2024). No entanto, como fruto do passado colonial entre os dois países, a jornada desses migrantes é marcada por desafios de integração devido a barreiras sociais, culturais e econômicas, frequentemente levando a experiências de exclusão e discriminação dos migrantes (Fernandes et al., 2021).

A literatura contemporânea destaca o voluntariado por seus efeitos positivos em termos de bem-estar pessoal, integração social, construção de laços comunitários e engajamento político (Musick & Wilson, 2008). Além de beneficiar os voluntários, essas práticas promovem uma cidadania ativa configurando contributos de particular interesse nos contextos de migração (Ellis, 2011; Peucker, 2019), o que realça a relevância tanto acadêmica como societal da exploração do voluntariado no âmbito da integração intercultural (Moua, 2011).

A prática de voluntariado está associada à cidadania, evidentemente pelos contributos de sua práxis, mas também no imaginário coletivo popular. Milligan e Fyfe (2015) reafirmam a importância do voluntariado na promoção da cidadania ativa, isto é, através da apropriação e concretização de direitos e deveres por atores da sociedade civil. Além disso, o conceito de cidadania também ocupa um espaço de grande relevância particularmente para pessoas migrantes, tanto por relacionar-se com seu estatuto legal no país de residência como por manifestar a reivindicação de direitos e seu pertencimento ao novo território, tornando este tema de significativa importância e interesse para a Psicologia Social, Comunitária e Política (Kadianaki, 2017; Zisakou et al., 2023; Džankić & Vink, 2022). Desta forma, o estudo da cidadania destaca-se no contexto migratório não só pela tradicional ótica legal e estatal de nacionalidade e pertencimento legal (ou não) a um país, como pela sua dimensão subjetiva e impactos concretos relacionados à experiência de atores sociais em contextos dinâmicos que desafiam e redefinem este conceito (Andreouli, 2019; Andreouli & Howarth, 2013).

Dentro deste contexto geral, o presente estudo pretendeu analisar as experiências de voluntariado de migrantes brasileiros em Portugal, sua relevância em termos de integração e particularmente de representações sociais de cidadania. A investigação pretende explorar como o envolvimento em atividades voluntárias moldam a experiência de pertencimento e capacitam os indivíduos para exercer cidadania ativa. Além disso, questiona-se até que ponto essas práticas contribuem para maior coesão social e como podem ser implementadas eficazmente em políticas públicas de integração social.

## CAPÍTULO I

# Revisão de Literatura

### **1. Migração Brasileira em Portugal**

Historicamente, Portugal tem sido predominantemente um país de emigração, com fluxos significativos para a América Latina, África e, posteriormente, para várias nações europeias durante o século XIX e após a Segunda Guerra Mundial (Theodoro, 2024). No entanto, o cenário mudou significativamente após a Revolução dos Cravos em 1974, que marcou o início de um fluxo migratório significativo de retorno de pessoas das ex-colônias para Portugal, sendo inicialmente caracterizado por reintegração familiar e formação de novas comunidades, particularmente de origem africana (Mendes & Candeias, 2011). De 1970 até os dias atuais, as terras lusitanas tornaram-se grandes atratores de migrantes das ex-colônias vivenciando atualmente a sua 4ª onda migratória (Theodoro, 2024; Fernandes et al., 2021, Mendes & Candeias, 2011). A migração de brasileiros em Portugal acompanhou os fluxos de imigração geral para o país lusitano, mas seu aumento foi mais acentuado (Fernandes et al., 2021). Desta forma, o Brasil destaca-se como a principal origem de migrantes em Portugal, com seus nacionais representando cerca de um terço da população migrante no país (Theodoro, 2024).

#### **1.1. Representações sobre a migração brasileira em Portugal e o lusotropicalismo**

A crescente presença de brasileiros em Portugal, não é um fenômeno ao acaso, mas fruto de contexto marcado por complexas relações históricas e culturais com origens colonialistas. O sociólogo Gilberto Freyre formulou o conceito de lusotropicalismo que se debruçava sobre o colonialismo português e suas dinâmicas de interação cultural e social nos trópicos, onde argumentou que os portugueses possuíam uma tendência natural para a mestiçagem e para a relacionarem-se harmonicamente com as populações nativas das regiões tropicais, fundamentada pelo exemplo do Brasil de miscigenação e de práticas culturais flexíveis e pela comparação com demais nações colonizadoras europeias (Castelo, 2011). Essa teoria atesta para uma suposta igualdade e amistosidade entre povos colonizados e colonizadores lusitanos, desta maneira servindo para justificar e até glorificar a atuação colonial portuguesa, apresentando-a como menos violenta e mais integradora (Santos, 2013; Castelo, 2011).

No entanto, o lusotropicalismo tem sido apontado como uma ideologia que mascara as realidades brutais e exploratórias do colonialismo português, continuando a verificar-se na narrativa de não-racismo atribuída pela sociedade portuguesa a si própria (Santos, 2013; Marques, 2007). A abordagem de Freyre foi criticada por minimizar ou ignorar as opressões e violências inerentes ao domínio colonial, ao focar em uma visão idealizada e romantizada da miscigenação e da convivência cultural (Marques, 2007; Castelo, 2011), servindo como uma ferramenta política durante o regime salazarista em Portugal, instrumentalizada para legitimar a continuação do império colonial em um contexto de crescente pressão internacional por descolonização (Castelo, 2011).

O lusotropicalismo alimenta as representações sociais dos portugueses quanto a sua receptividade, suas similaridades e ascendência em comum e adaptabilidade a outras etnias, ao mesmo tempo em que mantém a crença na sua própria superioridade e na narrativa de descobrimento e validação do colonialismo (Santos, 2013; Marques, 2007). Desta forma, não se observa o lusotropicalismo como fator preventivo da discriminação de migrantes, mas como influência nas manifestações menos explícitas de racismo (Vala et al., 2015). Marques (2007) então declara Portugal como coautor do racismo moderno sendo este uma herança e ferramenta histórico-cultural dos preceitos de superioridade racial - leia-se "ordem social" - que serviam como justificação da colonização.

Destaca-se, entretanto, que esses mesmos povos vítimas da colonização portuguesa hoje formam significativas massas imigrantes em Portugal, onde representações sociais negativas e estereótipos racistas, heranças do passado colonial, ainda persistem sobre essa população, afinal, não apenas as ex-colônias ainda enfrentam as marcas do seu passado colonial, mas também os ex-colonizadores (Marques, 2007). Desta forma, a noção de uma aceitação inata dos portugueses a outras culturas e uma suposta "afinidade natural" com brasileiros, ainda pode influenciar percepções e políticas contemporâneas de integração de migrantes, sendo necessário analisar como essa herança ideológica molda as experiências e as expectativas dos migrantes brasileiros em Portugal e as lentes sobre as quais os portugueses interpretam suas próprias atitudes em relação a migrantes das ex-colônias.

## **1.2. Desafios de Migrantes Brasileiros em Portugal**

A experiência de migrantes brasileiros em Portugal é marcada por uma série de desafios que transcendem a simples mudança geográfica. Fernandes et al. (2021) exploraram as diversas dificuldades enfrentadas por esses migrantes, revelando um panorama complexo acerca da motivação e experiências dessa população.

Segundo os autores, os brasileiros em Portugal ainda enfrentam problemas recorrentes no âmbito da inserção laboral, como baixa remuneração, longas jornadas de trabalho, ameaças de demissão e não pagamento conforme o acordado. Mesmo brasileiros com qualificações superiores enfrentam dificuldades no reconhecimento de seus diplomas e no acesso a cargos compatíveis com sua formação.

Esse cenário extrapola o âmbito laboral sendo vivenciado também por aqueles com visto de estudante, que tem se tornado uma estratégia migratória para muitos brasileiros, com desafios como custos elevados, dificuldades de adaptação cultural e episódios de xenofobia e discriminação, desde a educação básica até o ensino superior (Fernandes et al., 2021).

Os principais recursos de suporte social que migrantes brasileiros encontram são redes solidárias e espontâneas de migrantes. Estas redes são essenciais ao oferecer informações sobre vistos e autorizações de residência, principalmente através das redes sociais, além de redes mais íntimas, como amigos e familiares, auxiliarem na compra de passagens aéreas, fornecerem suporte financeiro e facilitarem a integração em outros grupos locais (Fernandes et al., 2021). Migrantes que compartilham a necessidade de reconstruir suas carreiras, dependem dessas redes informais para encontrar moradia, socializar e conseguir indicações de trabalho, cumprindo, segundo os autores, funções estratégicas para a inserção no mercado de trabalho.

A integração nas redes de portuguesas é mais desafiadora e a chegada inicial, especialmente os primeiros seis meses, é marcada por dificuldades de adaptação e formação de amizades, particularmente com a população local (Fernandes et al., 2021). Diferente da retórica lusotropicalista, a vivência de migrantes brasileiros não reflete sentimentos de aceitação e proximidade, mas o enfrentamento diário a estigmas, estereótipos e associações a aspetos negativos como a imigração irregular, trabalho informal e criminalidade (Fernandes et al., 2021). Esse grupo tem sua idealizada qualidade de vida comprometida pela falta de recursos financeiros, o alto custo de vida e a dificuldade de acesso à moradia. Outras barreiras, como discriminação e preconceito linguístico também impactam sua integração, sendo frequentes episódios de violência simbólica, racismo e xenofobia dificultando a construção de uma vida plena em Portugal. Essa estigmatização é ainda mais acentuada no caso das mulheres, cuja migração é frequentemente vinculada ao trabalho sexual, e essas migrantes tem seus corpos e nacionalidade exotificados e objetificados, fruto de processos lusotropicalistas de sexualização, colonialidade e racialização (França & Padilla, 2018).

## **2. Voluntariado**

O trabalho voluntário é uma prática social de grande relevância, que tem sido objeto de estudo em diversas áreas do conhecimento, incluindo a sociologia, psicologia e ciências sociais de uma maneira geral. Musick e Wilson (2008) descrevem o voluntariado como um comportamento altruísta cujas ações objetivam beneficiar a outros, a algum grupo, organização, causa ou a comunidade em geral, sem expectativas de recompensa material. Trata-se, segundo os autores, de uma prática social complexa que está intimamente ligada às normas e valores de uma sociedade, além de ser influenciada por fatores como o nível de escolaridade, renda e redes sociais. Eles afirmam que o voluntariado não é apenas uma expressão de altruísmo, mas também pode ser visto como uma forma de investimento social, através da qual os indivíduos fortalecem suas redes de apoio e, muitas vezes, obtêm benefícios indiretos, como o desenvolvimento de habilidades profissionais e a ampliação de suas conexões interpessoais, além de promover uma imagem positiva de si mesmo.

A complexidade e a amplitude dessa prática denotam a importância do voluntariado em diferentes dimensões, desde a valorização da sociedade civil até novas concepções modernas de trabalho, destacando-se sua instrumentalização para atender demandas sociais e seu papel político relacionado a ativismo, identidade e democracia, além do interesse de organizações sem fins lucrativos em compreender para melhor utilizar voluntários como recurso (Musick e Wilson, 2008).

Os benefícios do voluntariado extrapolam os ganhos assistencialistas e, enquanto forma de participação política e comunitária, impactam os voluntários, os beneficiários, as organizações e as comunidades, apresentando contributos individuais alinhados com as problemáticas da migração (Ellis, 2011; Peucker, 2019). Este tema se apresenta como um importante passo para compreender a integração intercultural e seu potencial benefício para a sociedade como um todo (Moua, 2011). Neste cenário, o voluntariado emerge como uma forma de cidadania ativa, elaborada através do civismo, desempenhando um importante papel na construção do sentimento de pertencimento (Guo, 2014).

Ao participar nestas atividades, os voluntários têm a oportunidade não só de influenciar causas importantes, mas também de alargar as suas perspetivas e contribuir para o bem comum, adquirir novas competências, estabelecer novas relações interpessoais e explorar possíveis percursos profissionais (Musick & Wilson, 2008). Ao investir o tempo livre de forma produtiva, os voluntários podem experienciar um sentido de realização, desfrutando de momentos de diversão enquanto se integram em iniciativas que ultrapassam as suas esferas pessoais e desta forma, contribuem para uma visão mais abrangente da sociedade e promovem um impacto positivo no meio onde se inserem (Ellis, 2011).

## **2.1. Voluntariado por Migrantes**

O voluntariado de migrantes não se difere em essência do realizado por membros de outros grupos sociais (Ellis, 2011). Apesar de algumas pesquisas focarem em redes familiares, comunitárias e étnicas de pessoas migrantes, o conhecimento sobre o voluntariado desse grupo específico ainda é limitado. O vácuo social e cultural dos estudos sobre voluntariado não considera como os discursos sociais influenciam esta prática (Yin Yap, 2010), nem como pode ser uma prática que politiza discursos de aculturação e integração de migrantes, re-conceptualizando o voluntariado como cidadania ativa (Andreouli, 2019). O engajamento em atividades voluntárias, seja para suas próprias comunidades ou para outros grupos, pode ser um meio de integração de migrantes na sociedade de várias formas (Elis, 2011).

Peucker (2019) cita dentre os benefícios do voluntariado por migrantes, a nível individual, o aumento do bem-estar pessoal, saúde e autoestima, expansão das redes sociais e melhorias das competências individuais (ver também Handy, 2009; Sveen et al., 2023). A nível societal, altos índices de voluntariado estão consistentemente associados a solidariedade intergrupar e formação de redes sociais e é um indicador de sociedades coesas e democracias saudáveis. O autor reúne evidências sobre a participação em associações de voluntários como uma ferramenta efetiva para a integração social de imigrantes através da construção de seu capital social e humano. Especificamente para esta população, habilidades linguísticas melhoradas, melhor empregabilidade, redes sociais transculturais e vinculação ao lugar estão entre os benefícios do voluntariado, fazendo com que este soe como uma “solução mágica” para complexos problemas migratórios (Peucker, 2019). No entanto, importa também problematizar esta perspetiva, de forma que o voluntariado de migrantes não seja instrumentalizado como

recursos informais que dão resposta a problemas que o Estado dito social não soluciona, mesmo o Estado não reconhecendo a cidadania formal de muitos desses migrantes (Peucker, 2019).

Ellis (2011) afirma que ao participarem no voluntariado, os migrantes podem estabelecer laços com os residentes locais e contribuir para o bem comum, o que pode facilitar a sua inserção e aceitação na nova sociedade. Além disso, para a autora, o voluntariado oferece uma espécie de estabilidade num contexto marcado pela instabilidade, possibilitando aos migrantes desenvolverem competências transferíveis, que podem ser aplicadas em diferentes contextos comunitários, além de demonstrarem as suas competências profissionais, como a fiabilidade e o trabalho em equipa, que são valorizadas no mercado de trabalho.

Outro aspeto destacado por Ellis (2011) são as referências obtidas através do voluntariado que podem ser valiosas para os migrantes no momento de procurar emprego, habitação ou outros serviços. Os contributos do voluntariado para esses grupos - tanto em termos sociais, culturais e no mercado de trabalho, quanto como ferramenta de empoderamento e desenvolvimento da sociedade civil - são frequentemente subestimados e negligenciados, sendo necessário investimento em aplicar essa prática no cotidiano de forma a conhecer-se verdadeiramente os seus contributos psicossociais em contextos dinâmicos (Ellis, 2011; Yin Yap, 2010). Desta forma, promover e facilitar o voluntariado e a autossuficiência de migrantes e minorias étnicas é crucial para combater a sua exclusão social e a pobreza no contexto migratório.

## **2.2. Voluntariado ou Cidadania**

O voluntariado, apesar de ter suas vantagens, também pode ser percebido de maneiras diversas, podendo envolver debates controversos ou ser visto como uma ameaça ao progresso econômico, dependendo do contexto e da motivação por trás dele (Musick & Wilson, 2008).

Para Yin Yap (2010), o voluntariado pode atuar como uma ferramenta de transformação do refugiado em “bom cidadão”, isto é, esses sujeitos tinham seu valor reafirmado através da participação ativa na comunidade e a responsabilização pelo próprio bem-estar contrapondo a conotação negativa presente na sociedade de acolhimento - e reforçada pelos média - da figura do refugiado. A cidadania ativa é um pilar importante deste conceito e é atingida através de participação comunitária voluntária e aquisição de competências necessárias para a participação política e comunitária. Para o autor, o conceito de “boa cidadania” nasce de narrativas disseminadas por políticas governamentais e pelo senso comum, que moldam ideais de

comportamento desejável internalizado, influenciam nossa conduta como cidadãos, como percebemos a nós mesmos e o mundo ao nosso redor.

A partir destes ideais se constroem diferentes identidades subjetivas que aplicamos a nós mesmos e aos demais membros da comunidade, por exemplo, bom vs. mau cidadão. Uma categorização à qual os migrantes estão especialmente expostos é a de cidadão vs. não cidadão, o que regula não apenas como são vistos por outros, mas também como se percebem e interagem com as estruturas sociais e políticas (Andreouli, 2019). Isso pode afetar significativamente sua identidade, participação na comunidade e comportamento, impactando seu processo de integração e senso de pertencimento. Nisto, o voluntariado aparece como uma ferramenta de autovalorização (Yin Yap et al., 2010).

A prática de voluntariado, entretanto, apresenta outras implicações políticas e ideológicas ao responsabilizar voluntários migrantes por atender suas próprias necessidades e alcançar metas para serem reconhecidos como bons cidadãos e então serem aceites, moldando sua conduta de acordo com essa expectativa e escusando o Estado de seu papel na proteção dos migrantes (Yin Yap et al., 2010).

Diversos governos se dedicaram a incentivar a prática de voluntariado de imigrantes e outras minorias (étnicas e religiosas) para que esses grupos se tornassem ativos em organizações voluntárias da sociedade civil (Greenspan et al. 2018; Wang & Handy, 2014), tendo governos, como o do Reino Unido, que consideraram instituir o voluntariado como um requerimento não-obrigatório para o processo de naturalização baseado na “earned citizenship” (cidadania “merecida” adquirida) no fim dos anos 2000 (Peucker, 2020; ver também Andreouli & Howarth, 2013).

Políticas públicas que incentivam estas práticas geralmente têm expectativas definidas quanto à participação/engajamento cívico de migrantes, nomeadamente sua participação ativa em organizações tradicionais da sociedade civil, em contextos de voluntariado em prol da comunidade em geral. Apesar dos demarcados esforços em prol do voluntariado em contexto alargado, persiste a errônea visão de que a prática de voluntariado dentro do próprio grupo cultural do migrante teria um efeito “isolador”, apesar das duas modalidades acumularem empiricamente os mesmos benefícios (Peucker, 2019), sendo preferências demarcadas de minorias étnico-religiosas de se inserir em atividades dentro de sua própria comunidade.

Em comunidades migrantes, o ato de voluntariado é comumente interpretado como uma ferramenta para inseri-los e envolvê-los em uma comunidade mais ampla a nível societal, cultural e laboral e cada vez mais percebido como uma forma de fortalecer o envolvimento econômico, social e político desses grupos (Moua, 2011). Howllet (2005, citado em Moua,

2011) argumenta que o voluntariado de migrantes desempenha um papel fundamental na promoção da união entre grupos étnicos e imigrantes, permitindo a familiarização entre grupos diferentes.

A relação entre voluntariado e cidadania é assim um tema de relevância crescente nos estudos sociais contemporâneos. Musick e Wilson (2008) oferecem uma análise detalhada dessa relação. No cerne dessa discussão, encontra-se a compreensão do que constitui a prática de cidadania. Os autores argumentam que, enquanto alguns aspetos, como o exercício de direitos políticos convencionais - como o voto -, são unanimemente reconhecidos como manifestações de cidadania, outros - como a criação de redes de apoio mútuo locais (e.g. Alonso & Samway, 2024), são frequentemente negligenciados.

Um ponto crucial levantado por Musick e Wilson (2008) é a sobreposição entre voluntariado e ativismo social. Enquanto o voluntariado se concentra principalmente na prestação de serviços e assistência direta às comunidades, o ativismo social busca mudanças estruturais e institucionais para abordar problemas sociais em nível sistêmico. No entanto, é essencial reconhecer que, muitas vezes, as causas nas quais os voluntários contribuem têm implicações políticas subjacentes, levando a uma interseção entre o voluntariado e o ativismo. Segundo os autores, muitos voluntários desenvolvem uma consciência crítica das raízes estruturais dos problemas sociais através de sua experiência, o que pode levá-los a se engajar em atividades de defesa de direitos e ações políticas para promover mudanças significativas na sociedade. Assim, embora os termos 'voluntariado' e 'ativismo' se refiram a abordagens distintas para o engajamento cívico, é comum encontrar indivíduos e organizações que combinam elementos de ambos, buscando não apenas prestar serviços, mas também promover mudanças sociais e políticas.

No contexto local, seja ele comunidade, bairro, cidade ou região, a prática do voluntariado é vista como um componente essencial da cidadania ativa (Musick e Wilson). Através do envolvimento em organizações sociais, os voluntários ampliam seus círculos sociais, adquirem conhecimento sobre questões locais e desenvolvem habilidades cívicas que são fundamentais para o engajamento político eficaz.

Musick e Wilson (2008) também ressaltam o papel do voluntariado na promoção da confiança nas instituições públicas e na construção de uma ética voltada para o interesse coletivo. Ao fornecer serviços e assistência direta às comunidades, os voluntários não apenas

abordam necessidades imediatas, mas também contribuem para uma cultura de solidariedade e responsabilidade e ajuda mútua.

No entanto, é importante reconhecer que nem todo voluntariado se traduz em cidadania ativa. Enquanto algumas formas de voluntariado estão intrinsecamente ligadas à promoção do bem-estar coletivo e à participação cívica, outras podem ter objetivos mais individualistas, como o desenvolvimento de experiências com fins profissionais, ou não estar diretamente relacionadas à esfera pública, como o voluntariado corporativo.

Fatores organizacionais também influenciam positiva e negativamente a relação entre voluntariado e cidadania. Enquanto a profissionalização das organizações para atender aos padrões de responsabilidade dos financiadores governamentais reduz o espaço para voluntários tradicionais, associações voluntárias de base mantêm sua identidade local e diversidade, promovendo o empoderamento local e a cidadania ativa (Milligan e Fyfe, 2015). A relação entre associações voluntárias e desenvolvimento da cidadania é mais complexa do que o discurso teórico e político indica. Diferentes subsectores dentro do voluntariado apresentam características distintas que afetam a preservação do espaço para voluntários. Além disso, o crescimento organizacional pode levar a um declínio nas oportunidades de promoção da cidadania ativa em prol de uma mercantilização das respostas sociais (Milligan e Fyfe, 2015).

De facto, a cidadania é um conceito amplamente disputado e reinterpretado, com múltiplas definições e entendimentos provenientes de diferentes perspetivas teóricas e contextos históricos. Enquanto as Ciências Sociais e Políticas adotam uma perspetiva centrada no estado e na idealização das estruturas e instituições políticas, a Psicologia tem uma visão voltada ao comportamento individual, a partir da cognição e personalidade, sendo criticada por não atribuir suficiente destaque ao contexto social (Andreouli, 2019). Os recentes contributos da Psicologia Social tem adotado uma abordagem de cidadania a partir da construção social de direitos, deveres e prerrogativas construtivistas e subjetivas, isto é, as análises psicossociais de cidadania devem compreender o debate e a construção deste conceito, tanto a nível dos sujeitos-cidadãos quanto no âmbito político-sistémico de cidadania (Kadianaki, 2017).

A literatura que explora as construções sociais de cidadania é ainda mais escassa no contexto da migração e demonstra o uso simbólico desse conceito nos discursos anti-imigrantes. Kadianaki (2017) faz um apanhado de investigações que exemplificam esses discursos, como a restrição da pertença política de migrantes à esfera privada (Gibson e Hamilton, 2011), no uso de expressões como "merecer o direito" ou "fazer um esforço" (Andreouli & Dashtipour, 2013; Gibson, 2009), e na hierarquização de cidadãos como "mais dignos" do que outros através de

políticas e práticas estatais para a naturalização de migrantes (Yan Yap, 2011; Andreouli & Howarth, 2013; Gray & Griffin, 2014).

As representações sociais de cidadania são por si só permeadas de significados políticos e ideológicos e no tópico das migrações essa relação é ainda mais agravada. Neste cenário, o conceito de cidadania comumente se sobrepõe aos limites da nacionalidade, caracterizando os sujeitos entre “pertencentes” e “não-pertencentes” a partir de avaliações quanto ao merecimento, compatibilidade cultural ou etnia dessas populações (Kadianaki, 2017). Desta forma, a cidadania é tanto um símbolo de igualdade quanto de desigualdade dentro de um Estado (Džankić & Vink, 2022).

Milligan e Fyfe (2015) exploram os conceitos de cidadania ativa e passiva no contexto do voluntariado e das organizações de bem-estar voluntárias. Segundo os autores, cidadania ativa refere-se ao engajamento dos cidadãos em atividades voluntárias e comunitárias, relacionado à participação direta na vida comunitária e à contribuição para o bem-estar coletivo e defendem que esta forma de cidadania pode dar-se por meio de ações como voluntariado em organizações de bem-estar, participação em grupos comunitários ou sociais e envolvimento em iniciativas locais que visam melhorar a qualidade de vida da comunidade. Essa forma de cidadania é vista como uma maneira de reforçar a coesão social, promover a inclusão e desenvolver um senso de responsabilidade e pertencimento entre os indivíduos (Milligan e Fyfe, 2015).

Por outro lado, cidadania passiva descreve um estado em que os indivíduos não se envolvem diretamente em atividades comunitárias ou voluntárias, mas ainda assim se beneficiam dos serviços e suportes providos por aqueles que praticam a cidadania ativa ou por profissionais do terceiro setor (Milligan e Fyfe, 2015). Indivíduos que manifestam predominantemente cidadania passiva tendem a ser recetores dos benefícios de um sistema de bem-estar social robusto e que permite que grupos e indivíduos que por suas histórias de vida, contextos históricos e atuais sejam mais vulneráveis e se encontrem mais vezes em situação de desemprego, pobreza, doença etc, possam ser apoiados.

Em suma, o voluntariado desempenha um papel multifacetado na construção da cidadania e na promoção do bem comum. Ao fornecer uma plataforma para o envolvimento cívico, o voluntariado não apenas fortalece os laços sociais e comunitários, mas também capacita os

indivíduos a desempenhar um papel ativo na construção de uma sociedade mais justa e inclusiva.

### **3. Teoria das Representações Sociais, migrações e cidadanias**

Segundo Kadianaki (2017), a teoria das representações sociais defende a existência de sistemas de conhecimento dinâmicos complexos onde diferentes perspectivas disputam significados expressos através de padrões comunicacionais, influenciando assim relações intra e intergrupais. Esta teoria foca na forma pela qual as pessoas compreendem e conceitualizam elementos do contexto social e suas dinâmicas e utilizam esse conhecimento para sua própria inserção no mundo, enquanto sujeitos ativos. A partir da integração entre psicológico e político (Fernandes & Batel, 2023), essa teoria apresenta grande valor para o estudo de construções sociais importantes e contestados, como é o caso da cidadania, ao explorar e comparar as funções ideológicas de diferentes representações sociais e as dinâmicas de poder vigentes na reafirmação de umas em detrimento das outras.

A partir da perspectiva da Teoria das Representações Sociais, é importante analisarmos o que as pessoas compreendem por “cidadania”, como esse conceito é construído, e as implicações das diferentes perspectivas para que o sujeito possa “ser cidadão”. Essa abordagem também permite-nos destacar migrantes enquanto sujeitos políticos, explorando essa perspectiva ainda negligenciada da literatura de forma a ressaltar suas dimensões psicossociais políticas e coletivas.

Condor (2011) ressaltou que as representações da cidadania podem combinar ideias étnicas, cívicas e culturais, estas não caracterizariam conceitualizações distintas, mas mesclam-se na construção de um sistema complexo de representações. Kadianaki (2017) argumenta que identificar o conteúdo das diversas representações de cidadania por diferentes sujeitos sociais em diferentes contextos possibilita um insight da investigação na relação entre essas concepções e políticas de inclusão/exclusão de migrantes, e assim orientar a formulação de políticas públicas contextualmente sensíveis. Kadianaki (2017) também destaca o papel da cultura nas representações da cidadania, para além da dicotomia étnica-cívica.

O estudo acerca da cidadania, então, não se limita a definir este conceito, mas compreender suas diferentes formas de apropriação e manifestação. Isin e Wood (1999) argumentam que a cidadania é um conjunto de práticas e um feixe de direitos e deveres que definem a pertença de um indivíduo. Isin (2017) afirma que a cidadania é uma atuação não apenas ao exercer direitos, mas também ao reivindicá-los ativamente, uma expressão performativa. Isso significa que a

cidadania é um ato em que se tornar cidadão se realiza através do próprio ato de reivindicar direitos. Esse conceito é alinhado com uma abordagem psicossocial crítica e processual da cidadania como uma prática cotidiana de construção, negociação e negação de direitos de cidadania nas interações cotidianas (Zisakou et al., 2023).

Desta forma, cidadania não se limita apenas à participação política formal ou estatuto legal, mas envolve reivindicar ativamente direitos cotidianos e desta forma estabelecer e validar ou não a presença daqueles que não possuem seu estatuto como garantido (Zisakou et al., 2023).

A adoção da Teoria das Representações Sociais de cidadania como base teórica desta pesquisa se justifica por seu caráter tanto político quanto psicológico necessários para explorar a complexidade e o debate acerca do conceito de cidadania, além de contribuir com uma visão crítica da perspectiva do migrante, e especificamente dos/as migrantes brasileiros/as em Portugal, historicamente negligenciada nesta temática.

#### **4. Aculturação**

Um dos modelos mais citados na Psicologia Cultural e Social é o modelo de aculturação de Berry (1997). Segundo este modelo, a aculturação é um processo bidirecional, que envolve mudanças culturais resultantes do contato entre diferentes culturas, evocando adaptações e ajustes de práticas, crenças e valores tanto dos grupos dominantes quanto dos grupos minoritários (Berry, 2005). O processo de aculturação, entretanto, não se limita à simples assimilação de uma cultura pela outra, mas trata-se de uma interação dinâmica que envolve a preservação (ou não) da cultura de origem e a adoção (ou não) da outra cultura, podendo levar à emergência de novas identidades culturais e à redefinição das relações entre os grupos envolvidos (Berry, 2005).

Esse modelo, entretanto, recebe inúmeras críticas pelo seu caráter simplista ao apenas considerar fatores culturais da integração. Essa abordagem individualista negligencia o papel de estruturas sociais e políticas no processo, desviando a atenção da responsabilidade de governos e instituições na criação de políticas públicas que promovam a inclusão e combatam a discriminação, colocando o ônus da aculturação exclusivamente nos imigrantes.

Uma visão mais contemporânea sugere que a adaptação é um processo complexo e multifacetado que vai além das meras trocas culturais, envolvendo um processo que abrange diversos fatores pessoais, como idade, gênero, nível de educação e habilidades linguísticas dos migrantes, além de suas redes sociais e capacidade de agir dentro do novo contexto (Bauloz et al. 2019). Em vez de simplesmente se ajustar ou se separar culturalmente, os migrantes

experimentam a inclusão de formas variadas, estrutural e pessoalmente moldadas, que podem diferir significativamente entre diferentes grupos de migrantes, como refugiados, trabalhadores qualificados ou não qualificados, vítimas de tráfico e seus descendentes (Bauloz et al. 2019). Além disso, o grau de inclusão é influenciado pelo contexto específico em que ocorre, incluindo localização geográfica e época. Cada país ou comunidade tem suas próprias abordagens e atitudes em relação à migração e diversidade, moldadas por contextos históricos, econômicos, socioculturais e políticos específicos. Essas abordagens podem evoluir ao longo do tempo, afetando diretamente as políticas de migração e inclusão adotadas pelos Estados (Bauloz et al. 2019), e seus impactos psicossociais.

Neste contexto, Hindriks (2014) desenvolveu um modelo que busca compreender as diferentes estratégias de aculturação política adotadas por imigrantes, analisando como eles se envolvem com as instituições políticas do país de acolhimento, participam do processo democrático e formam uma identidade política que reflete tanto suas origens culturais quanto suas experiências no novo contexto sociopolítico. Entre as estratégias identificadas pelo autor estão a assimilação política, a preservação da identidade política de origem, a participação em políticas transnacionais e o envolvimento político híbrido.

Por fim, a coesão social surge como um fator importante na temática entre migração, cidadania e aculturação. Este termo refere-se a um sentimento de partilha de valores, normas, tolerância e uma harmonia geral dentro de uma comunidade (Bauloz et al. 2019). As diferenças culturais são frequentemente sinalizadas como uma ameaça à coesão social local, apesar da literatura reforçar a desigualdade econômica e falta de acesso como um fator mais determinante (Bauloz et al. 2019). Algumas abordagens têm sido implementadas a nível de políticas públicas em prol da coesão social entre migrantes e a comunidade em geral, como a assimilação, o multiculturalismo e a integração que podem ser diferenciados pelos graus inversamente proporcionais de adaptação esperados dos migrantes e de acomodação exigida da sociedade (Bauloz et al. 2019). Enquanto os efeitos das políticas de assimilação e o multiculturalismo, modelos prevalentes de políticas de inclusão, tem se mostrado inadequados para lidar com a diversidade e coesão social, esforços tem levado à adoção do modelo de integração, que tenta equilibrar a adaptação dos migrantes e a acomodação da sociedade recetora (Bauloz et al. 2019). A abordagem intercultural, surgida localmente, complementa essa integração ao promover contatos e laços entre diferentes grupos, valorizando a diversidade e combatendo a discriminação e as desigualdades.

Neste sentido, as relações entre voluntariado, cidadania e aculturação são complexas e esta tese pretende também contribuir para as analisar e discutir com vista a promover políticas

públicas e práticas políticas que contribuam para criar experiências migratórias que contribuam para a diversidade, igualdade, dignidade e bem-estar de todes.

## CAPÍTULO II

### **Questões de Investigação e Objetivos**

A Revisão de Literatura sugere que o voluntariado pode desempenhar um papel social, psicológico e político significativo na experiência dos voluntários migrantes, com reflexos na sua perceção de cidadania e seu senso de pertencimento, além da sua sobreposição com o ativismo impactar potencialmente o engajamento político desse grupo. Além disso, a literatura existente indica que a participação em atividades voluntárias pode transformar a identidade social e política do migrante, impactando sua integração na sociedade de acolhimento. Entretanto, a complexidade dessas interações e os processos através dos quais o voluntariado pode afetar essas dimensões ainda carecem de mais exploração.

Neste sentido, o presente estudo tem como objetivo investigar as relações entre o voluntariado e as representações sociais de cidadania dos migrantes, o seu senso de pertencimento e seu engajamento político. Pretende-se explorar como o envolvimento em atividades voluntárias pode servir como um meio de construção e negociação de identidade cívica e política, e como isso pode influenciar a participação política e o sentimento de pertencimento na nova sociedade.

Para alcançar este objetivo, a investigação está orientada por três questões principais:

1. **Como os migrantes brasileiros em Portugal experienciam o seu envolvimento em atividades de voluntariado e sua relação com diversas representações sociais de cidadania?**
2. **De que maneiras o voluntariado se relaciona com o senso de pertencimento dos migrantes?**
3. **Como os migrantes que se engajam em atividades voluntárias participam politicamente no país de residência?**

Espera-se que as respostas a essas perguntas proporcionem uma compreensão aprofundada sobre os impactos psicossociais do voluntariado na experiência de migrantes. Através da análise das experiências vividas pelos participantes e das narrativas utilizadas para dar conta dessas experiências, será possível compreender as diferentes formas de conceber e exercer a cidadania, bem como as maneiras pelas quais o voluntariado pode atuar como uma ferramenta para o empoderamento de minorias e a promoção de coesão social em sociedades multiculturais.

Esta investigação adota perspetivas teóricas da Psicologia Social e Política e, ao abordar o a relação do voluntariado com as representações de cidadania e pertencimento, pretende evidenciar a importância do voluntariado não apenas como uma prática de apoio social, mas como uma ferramenta para a promoção da participação ativa e para o fortalecimento das redes sociais e comunitárias orientando novas políticas públicas inclusivas e necessárias não apenas em prol de brasileiros em Portugal, mas de migrantes como um todo.

## CAPÍTULO III

# Design de Estudo

A metodologia qualitativa foi escolhida para este estudo devido à sua capacidade de proporcionar uma compreensão profunda e detalhada das experiências subjetivas dos participantes e discursos sociais existentes associados à migração de brasileiros em Portugal, de voluntariado e cidadania. Neste contexto, adotou-se a análise temática de Clarke e Braun (2006), uma abordagem de análise de dados qualitativos particularmente relevante para explorar questões complexas e multifacetadas, como as representações sociais da cidadania e o voluntariado. Além disso, a abordagem qualitativa permite captar as nuances e variações das experiências individuais, o que é essencial num estudo exploratório sobre a prática de voluntariado entre imigrantes.

### 1. Participantes

A seleção dos participantes foi realizada através de organizações de voluntariado. Recrutaram-se 10 participantes com experiências de voluntariado direcionado à comunidade brasileira, a outros imigrantes, ou à comunidade portuguesa em geral. Os critérios de inclusão dos participantes foram: (i) ter idade igual ou superior a 18 anos; (ii) ser imigrante brasileiro de primeira geração; (iii) residir legalmente em Portugal; (iv) praticar voluntariado formal, isto é, através de uma associação. A seleção através de organizações de voluntariado permitiu um recrutamento direto de indivíduos já engajados em atividades voluntárias, enquanto a técnica de amostragem de bola de neve ajudou a identificar outros voluntários que atendiam aos critérios de inclusão, garantindo uma amostra diversificada e adequada aos objetivos do estudo. Importa destacar que nenhuma das instituições de voluntariado inscreveu individualmente algum participante ou teve acesso aos dados de inscrição, limitando-se a divulgar a investigação entre seus voluntários. Esta investigação foi aprovada pela Comissão de Ética do ISCTE, conforme o Parecer 30/2023, emitido em 28 de fevereiro de 2024.

Os participantes inscreveram-se através de um formulário online na plataforma Google Forms e, em seguida, foram contactados por mensagem, telefone ou email para agendar a entrevista. As entrevistas foram conduzidas pessoalmente (em local escolhido pelo participante) na cidade de Lisboa (duas entrevistas) e as demais foram realizadas online (oito entrevistas) via

Zoom, tendo sido gravadas com o consentimento dos participantes. Cada entrevista teve uma duração estimada entre 30 minutos e 90 minutos, permitindo aos participantes explorar livremente suas experiências e perspectivas sobre as temáticas abordadas. Os registros de áudio foram codificados em arquivo zip protegido por palavra-passe e preservados apenas pelo tempo necessário para a investigação e apagados após seis meses das provas de defesa desta dissertação.

Os/as entrevistadas/os foram assim 10 participantes com idades entre os 20 e os 59 anos, maioritariamente do sexo feminino, com exceção de um participante do sexo masculino, consistente com os dados expostos pelo INE (2018) onde a taxa de participação feminina em atividades voluntárias também é superior à masculina (INE, 2018). Além disso, 8 dos 10 participantes já concluíram ou estão a concluir algum grau de ensino superior, o que reflete a tendência observada no país de maior envolvimento de indivíduos com maior nível de escolaridade (INE, 2018). O tempo de residência dos participantes em Portugal variava de um ano a 22 anos, proporcionando uma amostra diversa em termos de experiência migratória.

A entrevista abordava a prática de voluntariado dos migrantes, suas experiências, importância e mudanças trazidas na percepção dos participantes. Todos os participantes já tinham experiência prévia de voluntariado formal e informal antes da migração, com exceção de dois: P2 que, entretanto, trabalhou formalmente em causas sociais e P6 que migrou aos 18 anos, porém sempre presenciou atos de voluntariado informais da família. Do total dos participantes, quatro são estudantes tendo migrado para fins de estudo, estando um na licenciatura (P10) e três no mestrado (P2, P6 e P7) e os demais todos concluíram o ensino superior com exceção de P8 e P9 sendo que dois desses participantes atuam na área social (P3 e P1). Além disso, dois participantes P2 e P3, já haviam migrado para outros países anteriormente. Todos os participantes migraram sozinhos, com exceção de um que migrou com o parceiro local (P4) e dois que já possuíam família que havia emigrado para Portugal (P7 e P9).

## **2. Procedimento de Coleta de Dados**

Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, que foram conduzidas tanto presencialmente quanto online. As entrevistas presenciais foram realizadas em locais escolhidos pelos participantes para garantir um ambiente confortável e seguro. As entrevistas online foram conduzidas via Zoom, garantindo a privacidade e a comodidade dos participantes.

Antes de cada entrevista, foi explicado aos participantes o objetivo do estudo e foi assegurado que todas as informações seriam tratadas com confidencialidade.

A análise dos dados foi realizada através da análise temática, conforme proposta por Braun e Clarke (2006). As transcrições das entrevistas foram lidas e relidas para familiarização com os dados, seguidas de uma codificação inicial onde foram identificadas unidades de significado. Estas unidades foram agrupadas em temas principais e subtemas, que foram então revisados e definidos. A análise foi integrativa, permitindo a identificação de novos temas à medida que surgem durante o processo, e sempre realizada com base em discussões com a equipa de orientação.

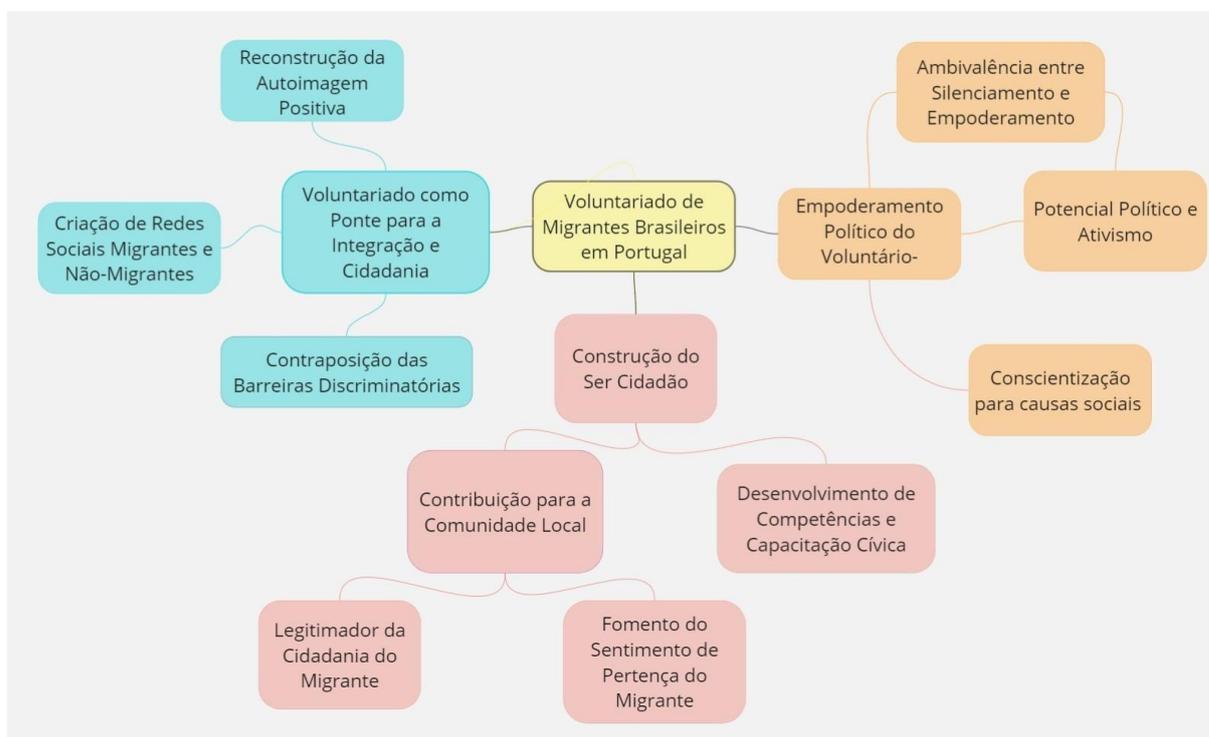


## CAPÍTULO 4

### Análises

As análises das entrevistas organizaram-se na identificação de 3 temas transversais às entrevistas e respetivos subtemas, tal como indicado na figura abaixo (Figura 1) e detalhado nas subsecções a seguir.

Figura 1- Mapa Conceitual Teórico



## 1. Voluntariado como uma ponte para integração e cidadania

### 1.1 Reconstrução da autoimagem positiva

A experiência migratória, marcada por desafios como a discriminação velada e a perda de referências sociais (Mendes & Candeias, 2012; Gibson, 2009), pode levar muitos brasileiros em Portugal a questionar sua identidade e a adotar estratégias de "camuflagem" cultural para se sentirem aceites. No entanto, essa adaptação forçada pode gerar um profundo sentimento de isolamento e perda de autoestima, impactando negativamente seu bem-estar e integração na sociedade portuguesa. O espaço do voluntariado se destaca como um ambiente em que essas pessoas se sentem confortáveis para ser autênticas e, ao mesmo tempo, encontram apoio emocional e uma rede de solidariedade que as possibilita se expressarem livremente, além de

validarem seu papel como membros ativos da sociedade local. Isso lhes permite reivindicar um espaço de pertencimento e identidade dentro de um contexto em que, historicamente, sua presença tem sido tratada com desconfiança ou inferioridade.

Extrato 1: "*[Através do voluntariado] eu percebi, tipo, caramba, essa é a minha identidade, pode crer, legal. Então eu vou adotar, tipo, vou adotar conscientemente. E é uma coisa que eu realmente adotei.*" (P6)

Extrato 2: "*Pra mim eu me sinto parte da comunidade porque terça-feira é o dia que eu tô muito feliz indo pro voluntariado. Eu vou lá, falo com a galera, tô tranquilo. Eu vou sem medo de julgamento sabe? É muito louco isso. Eu poder me sentir... Chegar lá e tipo assim posso ser eu, posso estar tranquilo. Às vezes não tô bem. Chego lá as pessoas me olham, tá tudo bem? Eu falo não, não tô bem. Mas vai passar, amanhã eu devo estar melhor. Ou eu tô bem tipo [que bom que eu] tô bem.*" (P6)

Extrato 3: "*No voluntariado, eu aprendo muito mais a parte que eu nunca aprenderia, que eu só aprendo na prática. [...] E isso me ajudou a me soltar mais e a me conectar com eles de uma maneira mais natural.*" (P10)

Extrato 4: "*O voluntariado sempre me fez tão bem... parece que eu estou fazendo alguma coisa de bom para alguém, mas na verdade eu me benefício muito mais... porque é o momento que eu entro e esqueço da vida completamente. (...) Faz você sair da sua zona de conforto, faz você botar a cara para fora, conhecer a realidade do ambiente que te cerca... então com toda certeza é a minha dica para as pessoas... se você estiver em depressão, seja voluntário.*" (P5)

O sentimento de pertença, portanto, é reforçado quando os migrantes se sentem aceites não apenas como parte de uma comunidade, mas também como eles mesmos, sem precisar esconder ou mascarar características associados às suas origens. O voluntariado, assim, atua como um catalisador ao oferecer um espaço de acolhimento, valorização da diversidade e oportunidades de crescimento. Desta forma, ao possibilitar que os migrantes se reconectem com sua identidade e recuperem valores positivos associados às suas origens, os entrevistados relataram uma retomada da sua autoestima e uma maior conexão com a comunidade local.

## **1.2 Criação de redes sociais de migrantes e não-migrantes**

Um aspeto essencial do voluntariado é a oportunidade que ele oferece para os migrantes se conectarem entre si. Para muitos participantes, essas conexões são fundamentais para aliviar a exclusão social e as tensões resultantes da discriminação. No caso dos migrantes, essas redes podem ser particularmente importantes, tanto no processo de emocional de adaptação quanto na obtenção de recursos e oportunidades que facilitem sua inserção na nova sociedade.

Extrato 5: *"Eu acho que o fato de a gente se agrupar e dividir as nossas experiências como migrantes, mesmo que a gente seja de diversos países [...] de alguma forma fortalece a gente."* (P2)

Extrato 6: *"E aí eu fui, e foi uma experiência muito incrível, porque eu conheci pessoas de várias nacionalidades, pessoas com formas de visão de vida diferente da minha. Enfim, eu costumo dizer que o voluntariado para mim, assim, por baixo dos panos, na verdade eu estou sendo egoísta, porque ele me ajuda."* (P5)

Essa fala destaca a importância do voluntariado como um espaço de criação e fortalecimento das redes de apoio entre migrantes, que, além de oferecer suporte emocional, criam uma sensação de pertencimento e entreajuda transnacional através da partilha da experiência migratória. Essa partilha reforça a identidade em âmbitos políticos através da conscientização para causas da comunidade migrante e defesa de pautas e interesses comuns a esse grupo.

Extrato 7: *Então eu acho que quando você é migrante e começa a ter consciência sobre o que é ser migrante, sobre todas essas questões políticas, sociais e complexas que passam por ter esse status, há uma tendência a ficar mais sensível a certas questões e até a outros migrantes. É um tema que me toca muito. Então, realmente, eu quis que o meu voluntariado fosse nesse sentido. Eu poderia fazer voluntariado com qualquer outra coisa, mas quero fazer com isso porque é uma questão que me sensibiliza."* (P3)

De outra forma, essas conexões entre migrantes funcionam como um contrapeso às dificuldades de integração enfrentadas com a comunidade local, permitindo aos migrantes navegar no novo ambiente de forma mais eficaz e são sobretudo importantes nos primeiros tempos, como exemplificado nos extratos abaixo:

Extrato 8: *"Eu comparo o que eu vivi nesse semestre, entendeu? Porque parecia que eu não vivia o país, só vivia tipo, um dia após o outro, querendo voltar pro Brasil, sabe? Eu não tava literalmente transformando a minha nova casa em um novo lar."* (P10)

Extrato 9: *Quando a gente sai do nosso meio, como seres sociais que nós somos, a gente tenta se agarrar naquelas conexões que a gente acredita serem familiares. E isso faz parte, quando a gente vai emigrar, de querer [participar de] comunidades brasileiras. [...] Eu, pessoalmente, muito do que aconteceu na minha vida, eu nunca tive... A intensidade das minhas relações aqui com brasileiros ficou muito mais forte do que seria, por exemplo, lá [no Brasil]. Por quê? Porque aqui a gente está compartilhando. Além da gente ser brasileiro, a gente já é imigrante, a gente já estuda, às vezes mora sozinho, passa por muitos [problemas] e a gente precisa de uma rede de apoio. A rede de apoio que a gente consegue mais facilmente*

*pessoalmente falando, é a gente. Isso me permitiu coisas muito boas e até coisas que me impediram de fazer outras coisas muito boas, voluntariado é um [exemplo]. Ou seja, ao mesmo tempo que eu estava buscando uma rede de apoio no Brasil, eu acabei me causando uma própria armadilha, porque eu vivi um Brasil 2. Eu não me permiti viver Portugal. E eu realmente sinto que eu vivo agora mais Portugal, os portugueses, dizendo assim, além de ser um pouco mais difícil, pessoalmente falando, atualmente, com a galera do voluntariado e com a galera das associações.” (P6)*

Este extrato reforça não só a já mencionada importância das redes e comunidades migrantes, mas também como esse refúgio na comunidade específica pode, após um primeiro momento, eventualmente dificultar uma maior interação e integração com a comunidade local. Neste discurso o voluntariado aparece como um marco migratório associado ao ‘viver Portugal’, tanto como uma prática que surgiu através dessa nova busca por inserção, como um fator importante para permitir-se essa conexão com a nova comunidade. Esse afastamento inicial em relação a comunidade local não é, entretanto, um simples fruto do refúgio na comunidade internacional, mas deve-se a barreiras e dificuldades da experiência migratória, como exposto nos extratos abaixo:

Extrato 10: *“Eu acho que [por sermos migrantes] estamos sempre atrás, sempre temos que provar mais do que os portugueses em questão de trabalho e tudo. Mesmo. A vida pessoal, o lazer, acho que nós estamos muito atrás, nós temos sempre que provar mais do que as outras pessoas que somos capazes... Mas no voluntariado, eu consigo ser eu mesma... porque somos todos iguais nesse sentido, e é muito bom ter um lugar onde você não precisa se provar mais do que ninguém.” (P8)*

Extrato 11: *“Eu tento, hoje, não me afastar dos portugueses, mas às vezes a gente ouve algumas coisas e vive, experiência algumas coisas que acabam nos afastando. [...] E aí, você começa a ficar um pouco mais na sua, criando barreiras para conhecer.” (P6)*

Diferentes tipos de experiências de discriminação, para além dos desafios de adaptação a um novo contexto, são apontados nos extratos acima como fazendo a prática do voluntariado e o apoio emocional associados cruciais para a integração das entrevistadas. Nesse contexto, a comunidade migrante é o local onde o recém-chegado consegue mais facilmente identificar-se, pela partilha de experiência, e inserir-se, pela receptividade. Entretanto, os participantes também reforçaram um isolamento dentro da bolha de segurança da comunidade internacional de forma a estarem segregados dos demais e nesse cenário, o voluntariado apresenta-se como uma ponte importante para a inclusão na comunidade local.

Extrato 12: "*Quando eu comecei a me envolver mais e sair da minha zona de conforto de brasileiro, que foi que aconteceu. Aí eu comecei com [o voluntariado], eu comecei a [apanhar a linguagem] soltar termos que eles falam aqui, [conforme] eu fazia [o voluntariado] um final de semana, aí eu fazia outro... e aí eu comecei a me envolver tanto com eles [portugueses], que [pessoas próximas] até falam, que até a fala, às vezes, eu confundo. Foi muito bom, assim, porque aí eu senti realmente que eu tava me diferenciando.*" (P10)

As falas anteriores refletem a complexidade da integração e do pertencimento no contexto migratório e indicam um papel importante da comunidade internacional no acolhimento de novos migrantes e do voluntariado como ponte entre o migrante e a comunidade local. Através do voluntariado, os migrantes têm a oportunidade de construir e ampliar suas redes de apoio, tanto com outros migrantes quanto com a comunidade local. Essas redes são fundamentais para a construção do capital social, pois proporcionam aos migrantes um sentido de pertença, criando laços que vão além das fronteiras formais da cidadania e que são indispensáveis para a legitimação de sua presença e participação na sociedade. Embora o voluntariado seja uma ferramenta importante, ele não elimina completamente os desafios estruturais que os migrantes enfrentam, mas representa um passo na legitimação de sua cidadania ao torná-los parte de uma comunidade social e ativa.

### **1.3 Contraposição das Barreiras Discriminatórias**

Os participantes demonstraram que sua integração no país de acolhimento foi influenciada pelas experiências veladas de discriminação. Conforme exposto no ponto "1.2. Criação de redes sociais de migrantes e não-migrantes", a população migrante está exposta a diversas barreiras discriminatórias que dificultam a sua vivência plena no novo país. Através de microagressões, estereótipos e um sentimento de "não pertencimento" em diversos contextos sociais os participantes relataram sentir-se compelidos a suprimir aspectos importantes de sua identidade pessoal e cultural para evitar vivenciar experiências discriminatórias. Essa supressão, embora possa parecer uma estratégia de adaptação, contribui para um sentimento de isolamento e perda de autoestima, como exemplificado abaixo:

Extrato 13: "*Aí eu comecei a ficar um pouco... aflita, porque às vezes você fala com as pessoas que são portuguesas, que você não sabe se eles vão ou não gostar. No começo eu ficava um pouco nervosa, porque nunca sabia em que situação ia estar. Nunca sofri uma situação de discriminação, tipo, que me falem alguma coisa, tipo, "volta para a sua terra", alguma coisa assim. Mas eu percebi situações onde eu falo, a pessoa já percebe que eu não sou daqui e muda*

*alguma coisa na expressão da cara. Não precisa me tratar mal, mas já percebi que tem alguma coisa diferente. Então acho que foi aí que eu comecei a ver essa diferença." (P2)*

Extrato 14: *"Eu me sinto um peixe fora d'água, eles ficam tipo, meio que querendo, não me interagem no meio das conversas. [...] Aí parece que para mim, aqueles almoços... eles parecem que te deixam encurralado ali no canto." (P4)*

Extrato 15: *"No meu primeiro dia logo de trabalho, ele falou para mim assim, olha, no final do dia, vê se muda esse teu sotaque de brasileiro, porque ninguém é obrigado a escutar essa tua vozinha, estás em Portugal." (P7)*

Extrato 16: *"Restaurante, já aconteceu, por exemplo, café em [município], eu entrar e dizerem que não tem lugar. E depois eu falo com o meu namorado [português], vai você? E [quando ele pergunta] tem. Então, por exemplo, pronto. Mas acho que temos mesmo que nos esforçar mais por ser um brasileiro." (P8)*

Os extratos acima ressaltam, um aspeto importante da experiência de migrantes brasileiros em Portugal, a discriminação velada. A grande parte dos participantes relatou ter sofrido formas mais sutis de xenofobia em detrimento de formas explícitas (Lui & Quezada, 2019), como o tratamento diferenciado, a exotificação e estereotipização do brasileiro, o complexo de superioridade europeu, a discriminação linguística e o assédio sexual. Essas experiências discriminatórias demarcam para o migrante os limites da sua cidadania e pertença no país de acolhimento.

Extrato 17: *"Acho que o que também deixa afasta isso de ser cidadã aqui. É que as pessoas vão sempre te colocar como uma pessoa de outro país. Então parece que tu não... Tu não é daqui. Pronto. As pessoas na rua... Tipo, tu não é a pessoa. Ou tu não é teu nome. Ou tu é a brasileira. Ou tu é a caboverdiana. Ou tu é a francesa. Tu nunca é só o teu nome. Nunca é a Ana ou a Joana. Então as pessoas parece que não conseguem se encaixar porque estão sempre a lembrar elas que elas são de outro lugar. Que elas não são daqui. E acho que isso é uma coisa que faz também as pessoas pensarem e sempre a lembrar que não são daqui. E que não tem os mesmos direitos." (P9)*

Esses relatos evidenciam o impacto insidioso da discriminação velada, que, embora não se manifeste em atos explicitamente violentos, corrói o sentimento de pertença, a autoestima e a legitimidade dos migrantes dentro da sociedade de acolhimento. O voluntariado, ao proporcionar um espaço de acolhimento e valorização do indivíduo, como visto nos subtemas anteriores, pode atuar como um contraponto a essa realidade, permitindo que os indivíduos se reconectem com sua identidade e cultura, reconstruindo sua autoestima e seu senso de pertencimento e reafirmem a sua cidadania. Para os participantes desta pesquisa, o voluntariado

surge como uma forma de romper com o isolamento inicial vivenciado após a migração, tendo sido comuns, nas entrevistas realizadas, relatos de depressão nesse período. A participação em atividades comunitárias cria um espaço onde os migrantes podem se conectar com outros indivíduos tanto da comunidade local - com quem partilham a causa do voluntariado - como da comunidade migrante - que possuem vivências de mobilidade semelhantes – sentirem-se aceitos e construir gradualmente um sentimento de identificação e pertença. Os participantes destacaram que as experiências positivas e a percepção de acolhimento pela comunidade e instituição de voluntariado, como já indicado através dos subtemas acima, mostraram-se indispensáveis para o desenvolvimento do sentimento de pertença.

Extrato 18: *"Eu acho que me ajudou num sentido positivo. Sim, porque aí eu consegui encontrar um lugar que era mais receptivo. Pelo menos nessa organização. Acho que foi a partir daqui que eu comecei realmente a fazer um pouco mais de amizades. Porque antes disso era bem complicado. E aqui, também me senti que eu já tinha mais um objetivo. Tipo, que de alguma forma eu estava ajudando. [...] eu gosto de sentir que estou fazendo algo importante para as pessoas, mas eu gosto sempre de fazer alguma coisa. Tipo, de me sentir útil de alguma forma."* (P2)

Extrato 19: *"Pra mim a integração é quando a gente está tentando adicionar essa pessoa daqui de fora, pra cá, pra esse meio, mas ela ainda é diferente da gente. A gente está integrando essa pessoa. A inclusão é poder lidar de forma igual já com essa pessoa aqui dentro. Não tem problema se ela é brasileira ou não sei o que. Novamente, ela 'É NÓS', tá ligado? Isso pra mim é inclusão. E aí eu sinto mais integrado, num geral, mais integrado do que incluso. Menos no voluntariado (...) Dentro do voluntariado eu me sinto integrado e incluído nas coisas. Eu me sinto parte daquilo dali. Eu me sinto como se eu fosse também aquilo dali"* (P6)

Extrato 20: *"Eles [os membros da organização voluntária] são minha família fora do Brasil. Eles me integraram de uma forma, sem ter aquelas questões de discriminação seja linguística, seja até da forma [de tratamento] 'porque o brasileiro tem mais aquele jeito [estereotípico]'. (...) Então acho que, sim, eles me fizeram ter uma visão diferente e me fazer sentir parte de uma comunidade "* (P7)

Desta forma o voluntariado vai além de simples atos de serviço, tornando-se um ponto de encontro para a formação de novas relações sociais essenciais para o bem-estar emocional e psicológico dos migrantes permitindo o seu empoderamento. Esse sentimento de pertença e de

propósito de si é fortalecido pelo reconhecimento de que os migrantes, através do voluntariado, não são meros observadores na nova sociedade, mas participantes ativos.

## **2. Construção do Ser Cidadão**

A experiência do voluntariado transcende a mera ação social, configurando-se como um processo formativo que contribui para a construção da cidadania entre os migrantes brasileiros em Portugal. Ao se engajarem em atividades voluntárias, os participantes do estudo apontaram ampliar a compreensão dos seus direitos e deveres, desenvolver competências relevantes para a vida em sociedade, fortalecer o senso de pertencimento e reafirmar seu papel quanto sujeito ativo naquela comunidade local. Esta seção explora como o voluntariado atua como um instrumento de empoderamento e inclusão social, facilitando a integração e legitimando a cidadania dos migrantes brasileiros em Portugal.

### **2.1 Desenvolvimento de Competências e Capacitação Cívica**

Os contributos do voluntariado não se limitam apenas a proporcionar a formação de redes sociais e contacto com a população local, mas também capacita os migrantes com conhecimentos que lhes permitem entender melhor o funcionamento da sociedade de acolhimento, como o acesso a direitos sociais e as políticas públicas locais. Essa capacitação é fundamental para níveis mais profundos de inclusão, pois permite aos migrantes navegar de forma mais eficaz pelas complexidades do sistema social, político e cultural.

Muitos participantes mencionaram que, ao se engajarem em projetos voluntários, especialmente aqueles voltados para populações em situação de vulnerabilidade, eles se tornaram mais conscientes das políticas sociais e da estrutura administrativa do país. Esse aprendizado é crucial para uma integração mais sólida, pois vai além da simples adaptação cultural; ele envolve a compreensão dos direitos e deveres legais e mesmo informais, bem como as dinâmicas de acesso a esses direitos.

Extrato 21: "*Sim, eu falo mais porque, por exemplo, como eu agora, por exemplo, nesse voluntariado que eu faço agora, e principalmente por estar mais dentro dessa parte da [associação] consigo estar mais atenta nas políticas sociais, que era uma coisa que, sinceramente, me passava completamente despercebida e que há muitas lacunas que eu não fazia ideia que existiam. Então, assim, eu acho que me tornou, querendo ou não, ter um olhar, me fez ter um olhar mais crítico para dentro das políticas no geral, tipo, seja a questão partidária, seja a questão de votação, mas seja a questão também das políticas de mudança,*

*políticas sociais, que são muito importantes, e que, hoje em dia, eu acho que estou bem mais ativa e faço muito mais por causa do voluntariado, porque acho que, por conta própria, eu não chegaria tão a fundo como eu consigo chegar agora. " (P7)*

Essa capacitação para os direitos sociais foi vista como uma forma de inclusão ativa, na qual o migrante não apenas se adapta ao novo ambiente, mas também passa a ter condições de participar ativamente, conhecendo e exercendo seus direitos de maneira mais informada e capacitados para atuar no seu contexto local. O voluntariado, nesse sentido, não é apenas uma atividade social, mas uma ferramenta de empoderamento.

*Extrato 22: "As linguagens, assim, você vai se adaptando melhor... no [voluntariado], né? Eu não tinha muito esse vocabulário de serviço social, sabe? Tipo, a Câmara, ou a PSP, GNR e eu não sabia muito bem o que cada um fazia. Eu não sabia que existia, eu não sabia que era mesmo um telefone, eu não sabia, tipo, as especificidades que é do país mesmo, entendeu? Tipo, como eles lidam com as coisas, as localidades, já, o concelho de não sei aonde, as freguesias e tudo mais... Isso é uma linguagem que eu só fui aprendendo, tipo, na prática... Se eu ficasse só faculdade-casa, faculdade-casa, eu nunca ia me soltar desse jeito." (P10)*

O voluntariado mostrou-se um contexto pedagógico e empoderador para os participantes ao possibilitar uma compreensão mais aprofundada da comunidade local. Esse processo de conscientização permite que os migrantes não apenas se sintam parte da comunidade, mas também entendam como suas ações e contribuições se inserem no contexto maior de uma sociedade estruturada por políticas e sistemas de direitos. Esse marco reflete um passo a nível da inclusão no país de acolhimento onde há um empoderamento do migrante não só próprio, mas perante a comunidade local.

*Extrato 23: "Então, tu começa a ficar, realmente, se integrar num país, assim, e aí, até quando fala com as pessoas, elas percebem que você não tá alheia das coisas, ou seja, para além de você estar usufruindo, tipo, da educação deles e tudo mais, você tá também querendo integração, entendeu? Você tá querendo conhecer, e não só usufruir, sabe? E, tipo, também colaborar... isso conecta ainda mais, e faz com que você seja reconhecida e elogiada por causa disso. Pô, você é elogiada por uma pessoa que mora no país que você é meio que intrusa, sabe? Então, sei lá, isso vai ganhar uns pontinhos no seu sentimento de pertença, eu acho." (P10)*

A cidadania, no contexto da migração, vai além da legalidade formal e dos direitos concedidos dentro de um Estado e envolve a capacidade de um indivíduo se sentir legitimado e integrado socialmente em sua nova sociedade. Para os migrantes, essa legitimação não se dá apenas através da via formal e burocrática, mas também pela aquisição de capital cultural e capital social, como a compreensão e adaptação às normas, valores, códigos e costumes que

regulam a vida social daquela comunidade. O voluntariado, neste sentido, funciona como um catalisador para o desenvolvimento dessas formas de capital, facilitando o processo de integração e permitindo que os migrantes brasileiros em Portugal legitimem sua cidadania tanto formal quanto socialmente.

## **2.2 Contribuição para a Comunidade Local como Fomentador do Pertencimento e Legitimador da Cidadania do migrante**

A sensação de inclusão através do voluntariado também está intimamente ligada à percepção de utilidade. Muitos participantes afirmam que o voluntariado lhes oferece não apenas a oportunidade de interagir com a comunidade, mas também de se sentirem úteis e valorizados por suas contribuições para a comunidade. Esse processo reforça a ideia de que o sentimento de pertença não é apenas uma questão passiva de aceitação, mas de ação e envolvimento ativo que reforça a identificação com o lugar e contribui para uma autopercepção positiva ao exercer cidadania, ‘algo maior’ como expresso no extrato abaixo

Extrato 24: "*Eu sinto que o que eu faço no voluntariado pode parecer pouco, mas me ajuda a sentir que estou fazendo parte de algo maior.*" (P5)

Essa sensação de utilidade fortalece o sentimento de pertença e proporciona uma conexão mais profunda com a sociedade de acolhimento, esse efeito já foi descrito anteriormente nos Extratos 18, 19 e 20, mas também foi reforçado nos extratos abaixo:

Extrato 25: "*A outra coisa que traz sentimento de pertencimento, para mim, é ser útil. [...] ter uma função útil naquela comunidade. [...] acho que começo a me sentir pertencente quando eu consigo também sentir que nesse local, nessa comunidade, eu tenho possibilidades.*" (P3)

Extrato 26: "*Eu acho que quando você se torna importante e útil pras pessoas. [...] E eu acho que isso é mais sentimento meu em relação aos outros do que dos outros em relação a mim, sabe? Porque eu me sinto que eu tô colaborando e não tô só usando.*" (P10)

Essas falas ilustram a forte associação entre o voluntariado e a sensação de contribuição e participação na sociedade local, o que lhes oferece um senso de pertencimento e valorização. Desta forma o sentimento de utilidade no voluntariado proporciona uma forma de reconhecimento social que vai além dos círculos pessoais. Conforme exemplificado no Extrato 23, os migrantes não apenas se conectam com outros indivíduos em situação semelhante, mas também passam a ser vistos pela sociedade local como parte integrante e funcional dela. Ao contribuir para a melhoria da comunidade e engajar-se em atividades que beneficiam outras pessoas, o migrante se legitima como um cidadão ativo, mostrando que sua presença é valorizada e que ele tem um papel importante a desempenhar. Esse processo reforça o papel do

voluntariado como uma ferramenta poderosa de inclusão e validação pessoal, mas também como empoderador a nível da cidadania, enquanto combate o sentimento de marginalização que muitas vezes acompanha a experiência migratória.

### **3. Empoderamento Político do Voluntario-Migrante**

Para muitos migrantes, o voluntariado representa uma das primeiras oportunidades de participar ativamente da sociedade de acolhimento. Ao se envolverem em projetos que impactam diretamente a comunidade local, eles não apenas exercem sua cidadania, mas também demonstram seu compromisso com o bem-estar coletivo. Este capítulo analisa o potencial do voluntariado como ferramenta de empoderamento político, explorando as barreiras e os fatores que influenciam a participação dos migrantes brasileiros em Portugal na esfera pública. As entrevistas revelam as influências, os medos, as incertezas e os desafios que os migrantes enfrentam ao se engajarem politicamente, ao mesmo tempo em que demonstram como o voluntariado pode contribuir para superar esses obstáculos e promover uma participação mais ativa na vida política da comunidade.

#### **3.1 Conscientização para causas sociais**

O estatuto social desprivilegiado e a motivação por contribuir com o coletivo, somado ao empoderamento desta experiência, conduzem o migrante a uma conscientização sobre as desigualdades sociais e a necessidade de transformação. O contato direto com as necessidades da comunidade e a compreensão das dificuldades enfrentadas por outros migrantes e grupos minoritários podem sensibilizar os voluntários para questões políticas e sociais. Essa sensibilização, por sua vez, pode despertar um desejo de agir e de se envolver em causas que buscam promover a justiça social e a igualdade de direitos. Nesse contexto o voluntariado surge como uma ferramenta que possibilita atingir esses objetivos.

*Extrato 27: "Eu acho que a minha prática de voluntariado ao longo da vida, com certeza, moldou a minha visão política atual. E a minha experiência atual de voluntariado nessa questão de imigrações acaba moldando também as minhas opiniões políticas, as minhas coisas que eu acho que são prioridade, etc. E eu trago isso para as minhas conversas, para os meus posicionamentos, etc." (P3)*

*Extrato 28: "Então, basicamente o que a gente sonhava lá em 2001, acho, 2002, o Lula é o presidente dos pobres, ele entende o que as pessoas passaram, o que ele passou, então ele vai agir de acordo com o que ele viveu. Basicamente, eu penso que o voluntário, o voluntariado*

*poderia ser útil nesse aspecto, então, de repente, da pessoa no cargo político, de repente quando ela se vê com liberdades ou regalias na mão dela, ou privilégios, ela vai ter uma consciência teoricamente maior do que pelo fato dela já estar em contato com o voluntariado, com pessoas que precisam do apoio dela e tal, então espera-se maior consciência do voluntário, eu acredito." (P5)*

O despertar de uma maior consciência de seus direitos e responsabilidades enquanto cidadãos e o empoderamento é então um dos efeitos do voluntariado no migrante. Os participantes entrevistados relataram que o voluntariado os capacitou a desenvolver uma compreensão mais crítica das estruturas sociais e políticas do país de acolhimento, levando a uma participação mais ativa em questões de justiça social e defesa de direitos. Conforme discutido no Extrato 21 (P7), o contato com as políticas sociais por meio do voluntariado incentivou os participantes a se engajarem em questões mais amplas, como a defesa de direitos de imigrantes e a participação em debates públicos. O Extrato 22 (P10) reforça essa ideia ao destacar que o voluntariado ajudou a participante a compreender melhor o funcionamento das instituições locais e o papel dos cidadãos no contexto das políticas públicas. Esse aprendizado não apenas fortalece o senso de pertencimento, mas também incentiva um comportamento mais proativo na sociedade, onde o migrante se posiciona como um agente de transformação social.

Esse processo de conscientização é crucial para a formação de uma cidadania ativa, na qual o indivíduo é capaz de intervir politicamente para transformar a realidade social. Ao participarem de ações voluntárias, os migrantes brasileiros se deparam com situações que exigem a defesa de direitos e a busca por soluções para problemas sociais. Essa vivência pode levá-los a se sentirem mais empoderados para participar de debates, manifestações e até mesmo a assumirem posições políticas formais, defendendo seus próprios direitos e os de outros migrantes.

*Extrato 29:"E aí eu entrei para a política, fui eleita na minha freguesia, já estou no segundo mandato, já são sete anos... A gente pode transformar muita coisa através da política, porque se você consegue... tem que ter alguém que vá lá e faça. Aí eu entrei, fui eleita, e é isso, a gente luta, a gente luta para que as pessoas tenham mais direitos, a gente luta para que a comunidade seja melhor, a gente luta para que as coisas aconteçam. E é isso, o voluntariado me deu essa força, essa vontade de lutar, essa vontade de transformar." (P1)*

Ao vivenciarem o engajamento social e a busca por soluções para problemas comunitários, eles desenvolvem habilidades e conhecimentos que os capacitam a participar ativamente da vida política, defendendo seus direitos e contribuindo para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva. O voluntariado não apenas desperta a consciência política, mas também

empodera os migrantes a se tornarem protagonistas de suas próprias histórias e da comunidade em que vivem. Ao participarem ativamente de ações voluntárias, eles se sentem mais confiantes para expressar suas opiniões, reivindicar seus direitos e lutar por mudanças sociais.

### **3.2 Potencial político e ativismo - Ambivalências entre o silenciamento e o empoderamento**

Apesar do potencial empoderador do voluntariado, muitos migrantes brasileiros ainda enfrentam barreiras para o engajamento político, como o medo de represálias e a insegurança em relação aos seus direitos em um novo país. Além disso, a falta de conhecimentos locais a nível históricos, sociais e culturais produz um afastamento do migrante do seu papel político. Os extratos a seguir representam algumas das questões que influenciaram que os participantes reprimissem seu comportamento político e de ativismo.

Extrato 30: *"Então, eu fico naquela, tipo, acho que por enquanto, pelo menos quero me adaptar para a minha sociedade. Talvez uma vez que eu entenda como funcionam as coisas aqui, possa participar mais politicamente, porque eu acompanho nas redes sociais movimentos que são de habitação, movimentos de imigrantes, coisas assim, até LGBT, mas eu não tenho ido para participar, porque, às vezes, eu acho que é um pouco de medo de você se envolver demais, e depois, sei lá, se você vai para um protesto... E depois, sei lá, talvez pensando num caso extremo, se você vai para um protesto, vai à polícia, e depois pegam que você é imigrante, depois te deportam, às vezes eu fico com medo disso..." (P2)*

Extrato 31: *"Ah, eu acho que desde questões sociais, tipo, manifestação, tem que ir e tudo, até, sei lá, tipo, campanha, assim, que às vezes tem no voluntário, de você conseguir as coisas, essas coisas. Eu não gosto de me envolver muito, não. Tipo, quando tem essa questão do 25 de abril, quando tem essas questões todas de manifestação, eu prefiro, tipo, conhecer antes do que ir pela maioria, entendeu? (...) Então eu prefiro não me meter nessas coisas." (P10)*

Essa capacitação não apenas envolve o aprendizado de processos legais, históricos e culturais, mas também desperta uma sensibilidade para as desigualdades sistêmicas que afetam grupos vulneráveis. Apesar dos desafios e incertezas que permeiam a participação política dos migrantes, o processo de capacitação, sensibilização e coletivismo impulsionado pelo papel de voluntário contribui para o empoderamento do migrante para a superação dessas barreiras e o desenvolvimento de uma prática política mais ativa e reivindicatórias.



## CAPÍTULO V

# Discussão

O passado colonialista e a atual complexa relação migratória de brasileiros em Portugal são marcados pelo lusotropicalismo, culminando em desafios de integração e inclusão social enfrentados por migrantes brasileiros, incluindo a discriminação, a perda de referências culturais e sociais e a necessidade de construir novas redes de apoio (Fernandes et al., 2021). Neste cenário, a busca por uma cidadania plena e significativa torna-se essencial não apenas a nível individual, mas para a construção de uma sociedade coesa. O voluntariado emerge como um instrumento de interesse pelos seus benefícios tanto para o voluntário e para os beneficiários da ação, como bem-estar, saúde e desenvolvimento de competências (Musick & Wilson, 2008), o que sugere sua prática como uma possível resposta a problemáticas da migração (Peucker, 2019, Elis 2010).

O objetivo desse estudo foi expandir a pesquisa sobre o potencial do voluntariado ao explorar seus contributos psicossociais para a população migrante e sua relação a aspetos mais profundos de integração, nomeadamente em como essa prática contribui para a construção da cidadania, o desenvolvimento de um sentimento de pertença e o empoderamento político. Desta forma, três questões de investigação orientaram o presente trabalho: 1) “Como os migrantes brasileiros em Portugal experienciam o seu envolvimento em atividades de voluntariado e sua relação com diversas representações sociais de cidadania?”, 2) “De que maneiras o voluntariado se relaciona com o senso de pertencimento dos migrantes?” e 3) “Como os migrantes que se engajam em atividades voluntárias participam politicamente no país de residência?”.

A análise das entrevistas demonstrou que o envolvimento em atividades voluntárias desempenha um papel transformador para os migrantes, promovendo sua integração social, capacitando-os com conhecimentos cívicos e fomentando o empoderamento político. Contudo, os resultados também evidenciaram barreiras e desafios significativos que limitam o alcance pleno dessas oportunidades. Ao longo da experiência migratória, as concepções de cidadania dos migrantes são profundamente impactadas pelo fato de que a cidadania, muitas vezes, se torna um termo excludente, que determina quem tem ou não acesso pleno a direitos em um Estado (Andreouli, 2019). Assim, o envolvimento em atividades voluntárias pode atuar como uma resposta a essas estruturas excludentes, oferecendo aos migrantes um espaço onde podem

exercer um papel ativo na sociedade de acolhimento, apesar das barreiras impostas pelas políticas de exclusão e pela discriminação institucionalizada. Neste contexto, o voluntariado não representa uma introdução a um "modelo europeu de cidadania", mas sim uma oportunidade de desafiar as restrições impostas pelo status de não-cidadão e de reivindicar um espaço na esfera pública, que muitas vezes lhes é negado pelos mecanismos excludentes do Estado de acolhimento.

Enquanto prática social, o voluntariado desempenha um papel crucial na construção e redefinição das representações sociais de cidadania dos migrantes (Condor, 2011). Segundo Musick & Wilson (2008), essa prática cria uma arena de interação e troca que vai além do simples ato de doação de tempo e esforço; ela envolve a criação de laços comunitários e de novos entendimentos sobre o papel do indivíduo na sociedade. No contexto dos migrantes, isso ganha um caráter ainda mais relevante, já que, para além das diferenças socioculturais, na chegada ao novo país essa população perde muitas vezes o estatuto de cidadão, assim como muitos de seus direitos, adicionando um carácter excludente à cidadania. A prática de voluntariado, então, destaca-se ao promover oportunidades de reformular suas noções de cidadania, através da percepção da sua contribuição e do reconhecimento do seu pertencimento à (pelo menos uma das) comunidade(s) local(s), reforçando-os como sujeitos ativos e legítimos no novo contexto. Nesse sentido, a cidadania transcende a esfera legal e passa a ser percebida e vivida de forma prática, onde o exercício da cidadania envolve a interação com as redes sociais locais e a participação em atividades que beneficiam a comunidade como um todo.

As análises ressaltaram que a participação em atividades voluntárias também serve como uma forma de capacitação cívica, social e cultural. Através dessa experiência os voluntários têm a oportunidade de interagir com diferentes setores da sociedade, familiarizando-se com as normas e estruturas sociais, as políticas públicas locais, os sistemas e os serviços, entre outros recursos que servem como capital social e cultural para o migrante e que são essenciais para que esta população possa gozar de sua cidadania e integrar-se na comunidade local. Além disso, o contacto com problemáticas da comunidade de acolhimento permite aos migrantes compreenderem melhor as normas formais e informais, as necessidades e estruturas da população local e os desafios enfrentados por diferentes grupos sociais, sensibilizando-se, formulando suas opiniões, apoiando causas e engajando-se. Desta forma, o migrante ressignifica sua própria identidade e pertencimento ao ocupar um local de membro efetivo no

novo contexto social, reforçando a cidadania como um processo dinâmico, participativo e reivindicatório que se manifesta na vida comunitária.

Os migrantes que participaram do estudo relataram que o voluntariado proporcionou um espaço seguro onde puderam expressar suas identidades e culturas sem medo de rejeição, o que contribuiu para a vinculação com a comunidade voluntária e a recuperação de uma autoestima mais positiva. Além disso, este ambiente seguro também serve para prática e aquisição de capital cultural essencial para o contacto e interações sociais com a comunidade portuguesa em outros ambientes para além do voluntariado. Ao serem reconhecidos e valorizados pelas suas contribuições, os migrantes sentiram que sua presença na sociedade de acolhimento era legitimada, o que resultou em um senso de pertença mais sólido. Essa percepção de contribuição também se mostrou inestimável para os participantes e um fator determinante para sua vinculação ao país de acolhimento.

A natureza colaborativa do voluntariado permite que os migrantes se sintam parte de algo maior (Sveen et al., 2023). Ao trabalharem em prol de um objetivo comum, eles experimentam um sentimento de coesão com os demais membros da comunidade, o que fortalece ainda mais o seu senso de pertença. Além disso, o voluntariado pode funcionar como uma plataforma de empoderamento político. Os participantes relataram uma sensibilização para causas comunitárias após o envolvimento com o voluntariado, despertando um senso de justiça e igualdade nos migrantes coletivos, em especial de grupos marginalizados. Musick e Wilson (2008) reforçaram que o voluntariado pode ser uma porta de entrada ou até mesmo uma estratégia para o ativismo. Nesse sentido, o voluntariado não só facilita a inclusão social, mas também promove uma cidadania ativa, onde os migrantes se veem como agentes de transformação social, capazes de influenciar mudanças em suas comunidades. A pesquisa então sugere o voluntariado como uma estratégia abrangente de aculturação política ao influenciar a forma como os migrantes se envolvem e participam com as instituições e processos políticos locais, e desenvolvem uma identidade política que reflete tanto suas origens culturais quanto sua experiência no novo contexto sociopolítico (Hindriks, 2014).

No entanto, os resultados também revelam que a participação política dos migrantes ainda enfrenta obstáculos significativos. Os participantes também relataram insegurança jurídica e falta de conhecimento sobre os seus direitos, o que pode limitar sua capacidade de se envolver plenamente em questões políticas. O medo de represálias ou discriminação também foi identificado como um fator limitante. Embora o voluntariado possa ser uma via poderosa para a participação cívica, é fundamental que políticas públicas sejam desenvolvidas para garantir

que os migrantes tenham acesso a informações sobre seus direitos e deveres, além de proteção contra discriminação política ou social.

As implicações teóricas deste estudo contribuem para a compreensão das dinâmicas da cidadania contemporânea, especialmente em relação à experiência dos migrantes, em particular migrantes brasileiros em Portugal. Este trabalho enfatiza a relevância das representações sociais na construção da cidadania, ao demonstrar como o envolvimento em atividades voluntárias influencia as percepções de cidadania entre os migrantes, o que sugere que a cidadania é uma construção social dinâmica que pode ser ressignificada por meio de experiências práticas e da interação social. Essa perspectiva amplia o conceito tradicional de cidadania, propondo que, em contextos migratórios, o voluntariado pode ser uma estratégia de resistência às estruturas excludentes que marginalizam os migrantes, capacitando-os e empoderando-os em prol da reivindicação de seus direitos e do reconhecimento do seu lugar na sociedade, além de contribuir para sua integração social.

Em termos práticos, os achados deste estudo sugerem implicações importantes para comunidades migrantes a nível de políticas públicas e estratégias integradoras para sociedades coesas. Primeiramente, os benefícios do voluntariado para a integração social dos migrantes sugerem a necessidade de políticas que apoiem e façam a ponte entre pessoas migrantes e oportunidades de voluntariado, garantindo que programas e bolsas voluntariado devem ser criados ou adaptados para garantir que sejam acessíveis e inclusivos, proporcionando um espaço onde os migrantes possam se envolver ativamente e construir conexões significativas com a comunidade local. Em segundo lugar, instituições e gestores de voluntários devem também ser sensibilizados para ver esta população como um recurso potencial e um beneficiário indireto da ação. Desta forma, destaca-se a importância da criação de ferramentas para organizações de voluntariado que acolhem migrantes, como formações interculturais para gestores e líderes de voluntariado, bem como guias de boas práticas, essenciais para garantir que os migrantes possam se engajar ativamente e sentir-se incluídos em suas novas comunidades.

Além disso, um dos destaques dessa investigação é a necessidade de investir em estratégias de capacitação cívica, social e cultural da população migrante de forma a facilitar sua integração à sociedade de acolhimento e promovendo maior contacto intercultural, diminuindo barreiras discriminatórias e fortalecendo o tecido social. Políticas públicas voltadas para a promoção do voluntariado devem ser desenvolvidas com o objetivo de incentivar a participação de migrantes,

criando condições inclusivas e acessíveis para que esses indivíduos possam assumir um papel ativo e transformador nas suas comunidades.

Apesar do voluntariado poder servir como uma ferramenta de empoderamento, também é necessário alertar para a cautela de forma que essa prática não reforce assimetrias de poder entre migrantes e a comunidade local, de forma a ser esperado ou exigido que o migrante execute uma forma de trabalho não remunerado (Milligan e Fyfe, 2015) em prol da comunidade local para ser validado e ter seus direitos respeitados (Yin e Yap, 2019). Conforme delimitam Musick e Wilson (2008), o voluntariado é uma atividade realizada por vontade própria e motivação “pura”, sendo questionado a voluntariedade do trabalho quando realizado devido a pressões sociais ou de forma forçada. De igual modo, o voluntariado não deve ser indicado como a única estratégia para uma melhor integração de migrantes, correndo o risco do sobrecarregar vidas que são já muitas vezes sobrecarregadas em termos de falta de tempo, dinheiro e outros aspetos. Desta forma, o intuito desta pesquisa não é apontar o voluntariado como uma necessidade ou obrigação do migrante, mas sim como uma estratégia que pode trazer benefícios e facilitar a integração tanto para essa população como para a comunidade alargada.

A investigação, por fim, enfatiza a relevância do capital cultural e social para a integração dos migrantes e seu envolvimento político. As redes sociais, o conhecimento e as competências adquiridas são fundamentais para que os migrantes possam navegar através das estruturas sociais e políticas do país de acolhimento e participar ativamente da vida política. A familiaridade com o funcionamento das instituições locais, políticas públicas e direitos cívicos fortalece sua capacidade de reivindicar seus direitos e participar de forma significativa na sociedade. Assim, tornam-se imperativos esforços públicos na capacitação cívica da população migrante de forma que esses não sejam sujeitos passivos a mercê de narrativas dominantes sobre a migração e a cidadania, abrindo espaço para a construção de práticas mais justas e emancipatórias.

No entanto, este trabalho apresenta também algumas limitações, como o tamanho restrito (n=10) de entrevistas realizadas. Deixa também algumas questões interessantes em aberto, nomeadamente para o campo da Psicologia Social, Política e Comunitária. Investigações futuras podem explorar uma abordagem longitudinal das experiências de voluntariado dos migrantes para avaliar o impacto a longo prazo dessas atividades em sua integração, bem-estar e sentimento de pertença. Por fim, seria pertinente investigar de forma mais aprofundada a relação entre voluntariado, autoestima e empoderamento político. Embora este estudo tenha indicado que o voluntariado pode facilitar a participação política e a aquisição de uma identidade cívica mais robusta, é necessário explorar com mais detalhe os mecanismos pelos

quais essas dinâmicas se manifestam. Pesquisas futuras poderiam focar em como o desenvolvimento de uma autoestima positiva e o reconhecimento social através do voluntariado impactam o engajamento político dos migrantes, contribuindo para a formulação de políticas públicas que promovam a cidadania ativa e a participação inclusiva.

## Referências Bibliográficas

- Andreouli, E., & Dashtipour, P. (2014). British citizenship and the 'other': An analysis of the earned citizenship discourse. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 24(2), 100–110. <https://doi.org/10.1002/casp.2154>
- Andreouli, E., & Howarth, C. (2013). National identity, citizenship and immigration: Putting identity in context. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 43(3), 361-382.
- Andreouli, E. (2019). Social psychology and citizenship: a critical perspective. *Soc Personal Psychol Compass*, 13, 124-132. <https://doi.org/10.1111/spc3.12432>
- Bauloz, C., Vathi, Z., & Acosta, D. (2019). Migration, inclusion and social cohesion: challenges, recent developments and opportunities. *World Migration Report 2020*, 186-206. <https://doi.org/10.1002/wom3.16>.
- Berry, J. W. (2007). Acculturation strategies and adaptation. *Immigrant families in contemporary society*, 69-82.
- Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(6), 697-712
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.
- Castelo, C. (2011). Uma incursão no lusotropicalismo de Gilberto Freyre. *Blogue de História Lusófona*, 6(1), 261-280.
- Condor, S. (2011). Towards a social psychology of citizenship? Introduction to the special issue. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 21(3), 193-201.
- Délano Alonso, A. & Samway, D. (2024) Migrant community responses to the COVID-19 pandemic: Mutual aid at La Morada. *International Migration*, 62(4), 271–285. Available from: <https://doi.org/10.1111/imig.13057>
- Džankić, J., Vink, M. (2022). Citizenship & Migration. In: Scholten, P. (eds) Introduction to Migration Studies. *IMISCOE Research Series*. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-92377-8\\_22](https://doi.org/10.1007/978-3-030-92377-8_22)
- Ellis, S. J. (2011). Laying the Foundation for Volunteer Success. *Revista Migrações - Número Temático Migrantes e Voluntariado*, 101-119.
- Fernandes, C., & Batel, S. (2023). The right to stay: Exploring graffiti and street art as political representations against touristification in Lisbon. *Papers on Social Representations*, 32(2), 2.1 - 2.26.
- Fernandes, D., Peixoto, J., & Oltramari, A. (2021). A nova onda da imigração brasileira em Portugal: notas finais. *Migração, trabalho e gênero: textos selecionados*, 63-76.
- França, T., & Padilla, B. (2018). Imigração brasileira para Portugal: entre o surgimento e a construção midiática de uma nova vaga. *Cadernos de Estudos Sociais*, 33(2).
- Gibson, S., & Hamilton, L. (2011). The rhetorical construction of polity membership: Identity, culture and citizenship in young people's discussions of immigration in Northern Ireland. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 21, 228–244
- Gibson, S. (2009). The effortful citizen: Discursive social psychology and welfare reform. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 19(6), 393–410.
- Gray, D., & Griffin, C. (2014). A journey to citizenship: Constructions of citizenship and identity in the British Citizenship Test. *British Journal of Social Psychology*, 53(2), 299-314.

- Greespan I, Walk M, Handy F. Immigrant Integration Through Volunteering: The Importance of Contextual Factors. *Journal of Social Policy*. 2018;47(4):803-825. doi:10.1017/S0047279418000211
- Guo, S. (2014). Immigrants as active citizens: Exploring the volunteering experience of Chinese immigrants in Vancouver. *Globalisation, Societies and Education*. 12(1), 51-70. 10.1080/14767724.2013.858527.
- Haste, H. (2004). Constructing the Citizen. *Political Psychology*, 25: 413-439. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9221.2004.00378.x>
- Handy, F. & Greenspan, I. (2009). Immigrant Volunteering: A Stepping Stone to Integration?. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*. 38. 956-982. 10.1177/0899764008324455.
- Instituto Nacional de Estatística (2018). Inquérito ao trabalho voluntário - 2018. Instituto Nacional de Estatística. <https://www.ine.pt>
- Isin, E. (1999). *Citizenship and Identity*. Sage.
- Isin, E. (2017). Performative citizenship. In A. Shachar, R. Bauböck, I. Bloemraad, & M. Vink (Eds.), Oxford handbook of citizenship (pp. 500–523). *Oxford: Oxford University Press*.
- Kadianaki, I. and Andreouli, E. (2017), Essentialism in Social Representations of Citizenship: An Analysis of Greeks' and Migrants' Discourse. *Political Psychology*, 38: 833-848. <https://doi.org/10.1111/pops.12271>
- Lui, P. P., & Quezada, L. (2019). Associations between microaggression and adjustment outcomes: A meta-analytic and narrative review. *Psychological bulletin*, 145(1), 45.
- Marques, J. F. (2007). Do «não racismo» português aos dois racismos dos portugueses, 12. *Observatório da Imigração*, ACIDI, IP.
- Mendes, M. M., & Candeias, P. (2012). Discriminação percebida por imigrantes na área metropolitana de Lisboa: elementos de comparação entre dois concelhos. Discriminação percebida por imigrantes na área metropolitana de Lisboa: elementos de comparação entre dois concelhos.
- Milligan, C. & Fyfe, N. (2005). Preserving Space for Volunteers: Exploring the Links between Voluntary Welfare Organisations, Volunteering and Citizenship. *Urban Studies*. 42. 417-433. 10.1080/00420980500034884.
- Moua, M. (2011). Volunteering within Immigrant Communities: The Perspectives of Volunteers in the Hmong, Latino, and Somali Communities of the United States Voluntariado Nas Comunidades De Imigrantes. *Revista Migrações-Número Temático Migrantes E Voluntariado*, 121.
- Musick, M.A. & Wilson, J. (2008). *Volunteers: A social profile*. 1-663. Indiana University Press.
- Peucker, M. (2018). Muslim community volunteering: the civic-religious ‘culture of benevolence’ and its sociopolitical implications. *Journal of Ethnic and Migration Studies*. 46. 1-20. 10.1080/1369183X.2018.1543020.
- Santos, L. (2013). Prejudice, discrimination, luso-tropicalism, lusophony, and organizational justice in Portugal, from the point of view of Brazilian immigrants. *Revista Psicologia Organizações e Trabalho*, 13(1), 61-74.
- Sveen, S., Anthun, K. S., Batt-Rawden, K. B., & Tingvold, L. (2023). Immigrants’ Experiences of Volunteering: A Meta-Ethnography. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 52(3), 569-588. <https://doi.org/10.1177/08997640221114810>
- Theodoro, E. (2024), “Evolução da imigração em Portugal Um breve enquadramento histórico”. *25 de abril e a imigração 50 anos*, 10-17. Casa do Brasil de Lisboa.
- Vala, J., Brito, R., & Lopes, D. (2015). *Expressões dos racismos em Portugal* (No. 2ª). ICS. Imprensa de Ciências Sociais.

- Yap, S. Y., Byrne, A., & Davidson, S. (2011). From refugee to good citizen: A discourse analysis of volunteering. *Journal of Refugee Studies*, 24(1), 157-170.
- Zisakou, A., & Figgou, L. (2023). Integration, urban citizenship, and spatial aspects of (new) mobilities: Greek migrants' constructions of integration in European cities. *The British Journal of Social Psychology*, 62(4), 1654–1671. <https://doi.org/10.1111/bjso.12649>
- Zisakou, A., Figgou, L., & Andreouli, E. (2023). Integration and urban citizenship: A social-psychological approach to refugee integration through active constructions of place attachment to the city. *Political Psychology*, 00, 1–19. <https://doi.org/10.1111/pops.12919>