

SOFIA SEQUEIRA CRESPO

**RESPOSTAS COGNITIVAS E EMOCIONAIS DOS
PAIS FACE À ANSIEDADE DOS FILHOS**

Orientadora: Professora Doutora Ana Filipa Beato

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2018

SOFIA SEQUEIRA CRESPO

**RESPOSTAS COGNITIVAS E EMOCIONAIS DOS
PAIS FACE À ANSIEDADE DOS FILHOS**

Dissertação defendida em provas públicas para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde, no Curso de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, conferido pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, no dia 3 de Julho de 2018, com o Despacho de Nomeação de Júri nº178/2018, mediante a seguinte composição do júri:

Presidente: Professora Doutora Patrícia Pascoal

Arguente: Professora Doutora Joana Rosa

Orientadora: Professora Doutora Ana Filipa Beato

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Escola de Psicologia e Ciências da Vida

Lisboa

2018

Epígrafe

*“Do the one thing you think you cannot do.
Fail at it. Try again.
Do better the second time.
The only people who never tumble
are those who never mount the high wire.
This is your moment. Own it.”*

Oprah Winfrey

Dedicatória

A todas as crianças e a todos os pais.

Em especial, à minha família, que tanto desejou este momento.

Agradecimentos

Não podia deixar de expressar todo o meu total agradecimento para com aqueles que direta ou indiretamente me apoiaram neste percurso tão importante na minha vida, tanto a nível profissional como pessoal.

À professora Ana Beato, os meus sinceros agradecimentos, pela sua disponibilidade e por todos os conhecimentos que me transmitiu ao longo deste percurso.

Aos meus pais Maria Santos e Manuel Crespo, por todo o esforço que fizeram para que fosse possível seguir os meus sonhos, e que sempre tiveram uma palavra especial de incentivo e me ajudaram a superar momentos menos bons. Obrigada por todo o vosso amor.

Aos meus irmãos, por serem tão especiais.

À minha amiga Filipa, que sempre me apoiou nos melhores e piores momentos ao longo destes anos em comum, e a qual admiro imenso.

Ao meu núcleo de amigos, por me darem força para lutar contra às minhas inseguranças e me disponibilizarem momentos incríveis, permitindo que tudo fosse mais fácil de ultrapassar.

Quero agradecer, de forma muito especial ao meu namorado, por todas as conversas, toda a paciência, motivação e otimismo que sempre me transmitiu ao longo desta etapa da minha vida e que sempre acreditou em mim.

A todos um sincero obrigado!

Resumo

Vários modelos teóricos e estudos empíricos apontam para o papel do contexto familiar para o surgimento e manutenção de problemas de ansiedade em crianças e adolescentes. Comportamentos parentais, como o controlo e a promoção de autonomia, têm um papel importante e comprovado no reforço e manutenção da ansiedade nos filhos. Porém, o papel que as cognições e emoções parentais podem ter no desenvolvimento e no incremento da ansiedade infantil, tem sido menos abordado na literatura. Assim, a presente investigação tem como principal objetivo identificar as cognições e as emoções dos pais (n=46; 50% mães) de crianças com perturbações de ansiedade, numa situação real em que o filho se tenha sentido ansioso e numa situação hipotética/ambígua potencialmente ansiogénica. Adicionalmente, procurou-se explorar as cognições e emoções dos pais consoante o género parental em ambas as situações (reais e hipotéticas). Os resultados indicaram que a maioria dos pais interpretaram as situações reais como uma ameaça e pais interpretaram o cenário ambíguo de tipo físico como ameaçador ao contrário do cenário hipotético de tipo social. Não se verificaram diferenças significativas na análise das interpretações e emoções dos pais em função do género parental tanto em situações reais como nas hipotéticas. Considera-se que a presente investigação representa um contributo para a literatura empírica permitindo aprofundar interpretações parentais sobre a ansiedade dos filhos, pela forma como se centra na identificação das cognições e emoções parentais, permitindo assim, uma melhor abordagem terapêutica.

Palavras-chave: Ansiedade infantil, parentalidade, estilos parentais, cognições parentais, emoções parentais.

Abstract

Several theoretical models and empirical studies point out the role of the family context regarding the emergence and maintenance of anxiety problems in children and adolescents. Parental behavior, such as control and promotion of autonomy, play an important and proven role in strengthening and maintaining anxiety in children. However, the role that parental cognitions and emotions may play in the development and increase of childhood anxiety has been less addressed in the literature. Thus, the main objective of the present investigation is to identify the cognitions and emotions of parents ($n = 46$; 50% mothers) of children with anxiety disorders, in real life situation where the child felt anxious and in a hypothetical / ambiguous situation potentially anxiogenic. Additionally, we sought to explore the cognitions and emotions of parents according to parental gender in both situations (real and hypothetical). The results showed that most parents interpreted real situations as a threat and the ambiguous scenario of physical type as threatening unlike the hypothetical scenario of social type. There were no significant differences in the comparison of parents' interpretations and emotions according to parental gender in both real and hypothetical situations. Regarding this, the present investigation adds contribute to the empirical literature, allowing a deeper interpretation of children's' anxiety considering the focus in identifying parental cognitions and emotions, promoting an improved therapeutic approach.

Key words: Childhood anxiety, parenting, parental styles, parental cognitions, parental emotions.

Abreviaturas

APA	American Psychological Association
ADIS-IV	Anxiety Disorder Interview Schedule-IV
CEDIC	Comissão de Ética e Deontologia para a Investigação Clínica
CNPD	Comissão Nacional de Protecção de Dados
DGDIC	Direção Geral par ao Desenvolvimento e Inovação Curricular
PA	Perturbação de Ansiedade
SPSS 24	IBM Statistical Package for Social Sciences, versão 24

Índice

Introdução	12
Estilos e Práticas Parentais	14
Ansiedade Parental	15
Cognições Parentais.....	16
Pertinência do estudo.....	18
Objetivo Geral	19
Objetivos Específicos	20
Método	20
Desenho de Investigação	20
Participantes	20
Instrumentos	22
Questionário Sociodemográfico (Beato, 2016)	22
Entrevista semiestruturada - “Ansioso por Saber”	23
Procedimentos	23
Análise de Dados.....	24
Resultados	26
Situações Reais.....	26
Tipologias das situações reais	26
Cognições dos pais em situações reais	27
Emoções dos pais em situações reais	28
Situações Hipotéticas.....	29
Cognições dos pais em situações hipotéticas	29
Emoções parentais em situações hipotéticas	30
Cognições e emoções parentais consoante o género dos pais em ambas as situações (reais e hipotéticas).....	32
Cognições dos pais em situações reais	32
Cognições dos pais em situações hipotéticas	33
Emoções dos pais em situações hipotéticas.....	34
Discussão	36
Limitações do estudo	38

Implicações do estudo.....	39
Referências Bibliográficas	41
Anexos.....	I
Anexo I – Dados sociodemográficos.....	II
Anexo II- Entrevista semi-estruturada “Ansioso por Saber” (Beato, 2016).....	VI
Anexo III- Consentimento Informado	XVI
Anexo IV- Apresentação das categorias das situações reais/recentes.....	XVIII
Anexo V- Apresentação das categorias das situações hipotéticas.....	XXII
Anexo VI- Análise das entrevistas	XXIV

Índice de Tabelas

Tabela 1. Dados sociodemográficos das crianças	21
Tabela 2. Dados sociodemográficos dos pais	22
Tabela 3. Frequências absolutas e relativas das subcategorias das “Tipologias da situação” ..	26
Tabela 4. Frequências absolutas e relativas das subcategorias “Cognições dos pais”	27
Tabela 5. Frequências absolutas e relativas das subcategorias “Emoções parentais”	28
Tabela 6. Combinação entre as cognições e emoções dos pais em situações reais	29
Tabela 7. Frequências absolutas e relativas das “Cognições dos pais” em situações hipotéticas de tipo físico e social.	30
Tabela 8. Frequências absolutas e relativas das “Emoções parentais” em situações hipotéticas de tipo físico e social.	31
Tabela 9. Combinação entre as cognições e emoções dos pais em situações hipotéticas de tipo físico.	31
Tabela 10. Combinação entre as cognições e emoções dos pais em situações hipotéticas de tipo social.....	32
Tabela 11. Cognições em situações reais em função do género dos pais.....	32
Tabela 12. Emoções em situações reais em função do género dos pais.....	33
Tabela 13. Cognições consoante o género dos pais nas situações hipotéticas de tipo físico e social.....	34
Tabela 14. Emoções consoante o género dos pais.....	35

Introdução

A infância é um período caracterizado por diversas mudanças, sobretudo no que diz respeito às capacidades cognitivas, emocionais e sociais. A adaptação às mudanças exigidas neste estágio de desenvolvimento, por vezes, é acompanhada por diferentes níveis de stress por parte da criança. Em alguns casos, estes sintomas podem traduzir-se ou evoluir para perturbações emocionais, como perturbações de ansiedade (PA) ou depressão, que influenciam o seu desenvolvimento e funcionamento a nível individual, familiar, escolar e social (Hussong & Chassin, 2004; Wilson, Prichard & Revalee, 2005).

A ansiedade pode ser caracterizada como um estado emocional que abrange as áreas cognitivas, comportamentais e fisiológicas de um indivíduo, que pode ser manifestada pela presença ou antecipação de um estímulo ameaçador (Weems, Costa, Watts, Taylor & Cannon, 2007). Contudo, aprender a interpretar e a lidar com desafios e ameaças faz parte do desenvolvimento humano e é fundamental para a nossa sobrevivência (Debiec & Olsson, 2017). No decorrer deste processo de aprendizagem, podemos não conseguir lidar da melhor forma com estes desafios, aprendendo por vezes respostas comportamentais inadaptativas, adquiridas por exemplo, através da observação. (Debiec & Olsson, 2017; Dunsmoor & Paz, 2015). Desta forma, segundo a abordagem da psicopatologia do desenvolvimento, existe um continuum entre a ansiedade normativa e a ansiedade patológica, a ansiedade pode ser considerada patológica quando é desproporcional às exigências da situação, quando persiste, de forma involuntária e interfere significativamente no funcionamento da criança (Crujo & Marques, 2009).

As PA tendem a causar um impacto negativo na vida do indivíduo, particularmente nas suas interações sociais, associando-se habitualmente a elevados níveis de mal-estar pessoal e familiar, a baixo rendimento académico e profissional, e a complicações médicas (Rapee, Schniering & Hudson, 2009). As PA encontram-se entre os problemas de saúde mental mais comuns em crianças e adolescentes (Beesdo-Baum & Knappe, 2012), com uma prevalência estimada de 2,6 % a 41,6 % em crianças com idade inferior a 12 anos (Cartwright-Hatton, McNicol & Doubleday, 2006). Na Europa, as PA encontram-se entre as mais comuns com uma taxa de prevalência estimada de 7 a 15,5% (Baxter, Scott, Vos & Whiteford, 2013). Em Portugal foi feito um estudo com adultos, que apresentou uma das taxas mais elevadas de PA na Europa, sendo que a prevalência ao longo da vida para as Fobias Específicas é estimada de 8,6%, para a PA Social de 3,1% e para a Ansiedade Generalizada de 2,1% (Caldas de Almeida & Xavier, 2013).

As PA na infância, muitas vezes manifestam-se nos primeiros anos de vida (Rapee et al., 2009). Por exemplo, as fobias específicas são as mais diagnosticadas na infância, a PA de separação pode tornar-se mais evidente à medida que, a criança ganhe mais autonomia. Por sua vez, a PA social surge frequentemente na fase em que as relações interpessoais assumam uma maior importância, nomeadamente na adolescência. A PA generalizada quando excessiva e irrealista às situações do contexto da criança, tende a ocorrer de forma transversal ao longo das diferentes fases do desenvolvimento (Kessler et al., 2005).

O conhecimento relativo aos fatores etiológicos das PA tem tido um papel fundamental na literatura, assumindo que a psicopatologia é resultado de múltiplas influências. Segundo a abordagem da psicopatologia do desenvolvimento existem vários fatores de risco e vulnerabilidade que aumentam a probabilidade de se ter uma PA (Muris, 2006). Dentro dos fatores de risco e vulnerabilidade para o desenvolvimento das PA, encontram-se os fatores genéticos e biológicos, realçando a predisposição genética para as PA (e.g., afetividade negativa) (Waszczuk, Zavos & Eley, 2013), e os fatores ambientais, associados aos acontecimentos de vida e experiências de aprendizagem (e.g., transmissão de informação negativa e modelagem) (Fisak & Grills-Tauchel, 2007). Em associação com estes fatores de risco, podemos salientar a importância dos fatores de manutenção no desenvolvimento das PA, responsáveis pela intensificação ou manutenção da sintomatologia ansiosa (e.g., reforço de respostas de evitamento) (Muris, 2006). Os modelos teóricos que procuram explicar a etiologia e manutenção das PA têm defendido que o papel parental é central no desenvolvimento e manutenção da ansiedade infantil (McLeod, Wood & Weisz, 2007; Chorpita & Barlow, 1998; Williams, Kertz, Schrock & Woodruff-Borden, 2012), sendo os pais considerados os cuidadores primários da criança, a sua influência no ajustamento emocional dos filhos assume-se como primordial, podendo contribuir para o aumento da perceção de ameaça das crianças (Gar, Hudson & Rapee, 2005; Chorpita & Barlow, 1998; Francis & Chorpita 2011). Deste modo, os pais desempenham um papel importante, e influenciam as cognições e comportamentos dos filhos, por exemplo através de estilos parentais mais protetores e do incentivo ao evitamento, que podem promover a ansiedade na criança (McLeod et al., 2007; Burstein & Ginsburg, 2010). Em particular, a literatura tem dado maior atenção ao papel de cognições, comportamentos e estratégias mais específicos usados pelos pais (e.g., superproteção), assim como as interpretações dos pais em relação aos comportamentos dos filhos (Ginsburg & Schlossberg, 2002). Entre os fatores parentais apontados pelos vários modelos teóricos encontram-se a vinculação, as características

parentais mais gerais (e.g., conflito parental, funcionamento familiar), a psicopatologia parental, as crenças parentais em relação ao comportamento da criança, bem como os estilos e os comportamentos parentais (Bögels & Brechman-Toussaint, 2006; Creswell, Murray, Stacey & Cooper, 2011; Rapee et al., 2009).

Estilos e Práticas Parentais

Diversos estudos sobre a relação entre a parentalidade e o desenvolvimento da ansiedade na infância, têm atribuído um papel fundamental aos estilos parentais (Pereira, Barros, Mendonça & Muris, 2014). Vários estudos têm vindo a demonstrar que alguns fatores parentais, nomeadamente os estilos parentais baseados no controlo excessivo e superproteção possuem um papel importante entre a ansiedade infantil e a ansiedade parental durante as interações (Wood, 2006). O controlo parental excessivo tem sido um fator de relevo para o desenvolvimento da ansiedade infantil, uma vez que, este estilo parental específico transmite à criança uma perceção de ameaça, que por sua vez, pode levar ao reforço de cognições ansiosas na criança, ou seja, a tendência da criança em perceber os eventos como ameaçadores, consequentemente ligados à sua falta de eficácia e autonomia, bem como ao desenvolvimento de comportamentos de evitação a situações ameaçadoras, devido ao excesso de intrusão por parte dos pais (Nanda, Kotchick & Grover, 2012; Gar et al., 2005).

Relativamente ao género parental alguns estudos têm-se focado maioritariamente no papel dos estilos parentais (e.g., controlo parental, superproteção, incentivo ao confronto) quando se pretende esclarecer se existem diferenças entre pais e mães na forma como se comportam com as crianças e nas suas interações, contudo os estudos têm sido inconclusivos (Bögels & Phares, 2008; Bögels, Stevens & Majdandžić, 2011). Por exemplo, Sluis, Steensel e Bögels (2015) realizaram um estudo que teve como objetivo analisar os comportamentos parentais perante um cenário em que os seus filhos se sentissem ansiosos, e consequentemente se existiam diferenças nos comportamentos em função do género parental, onde participaram 211 crianças e respetivos pais, sendo que 71 crianças preenchiem os critérios de PA, com idades entre os 4 e os 12 anos. Os resultados do estudo indicam que o género parental não teve impacto significativo nos sintomas de ansiedade das crianças, sugerindo que tanto as mães como os pais são igualmente importantes no desenvolvimento, manutenção ou proteção da ansiedade na infância. Por outro lado, Lazarus et al. (2016) tinham como objetivo analisar os comportamentos de aproximação e confronto às situações desafiadoras entre pais e mães, utilizando questionários, onde participaram 164 mães e 144 pais de 164 crianças com idades

entre os 3 e os 8 anos, das quais 74 preenchiam critérios de diagnóstico para uma PA. Os resultados indicam que, apesar dos pais encorajarem mais os filhos do que as mães, apenas o encorajamento ao confronto materno predizia a presença de PA na criança.

Em suma, os estudos relativamente à forma como os estilos parentais e a ansiedade infantil se influenciam entre si, ainda se assumem inconclusivos, ou seja os estilos e as práticas parentais tem vindo a ser associados ao desenvolvimento de PA nas crianças, uma vez que, determinados padrões de comportamento e estilos parentais disfuncionais podem ser desenvolvidos a partir das vulnerabilidades e ansiedade das crianças, mas por outro lado, podem igualmente refletir a presença de problemas de ansiedade nos próprios pais (Hudson & Rapee, 2002; Nanda et al., 2012).

Ansiedade Parental

Segundo Beidel e Turner (1997) a ansiedade infantil está diretamente associada com PA em familiares, principalmente com as PA e/ou depressão nos pais. A transmissão da ansiedade de pais para filhos pode ser explicada a partir de mecanismos mais diretos, nomeadamente através de fatores genéticos, do incentivo e modelagem de verbalizações e de comportamentos ansiosos e vulnerabilidade da criança, mas também promovida de forma indireta em que os fatores de risco das crianças (e.g., temperamento) podem interferir no desenvolvimento de estilos parentais menos adequados, através de cognições e comportamentos dos pais (i.e., incentivo ao evitamento, superproteção) (McLeod et al., 2007; Burstein & Ginsburg, 2010; Gar & Hudson, 2008; Wong & Rapee, 2016). Alguns estudos têm sugerido que pais mais ansiosos têm mais expectativas negativas em relação a eventuais perigos para a criança e desta forma, podem fomentar comportamentos parentais que impedem a autonomia no desenvolvimento da criança (e.g., Orchard, Cooper & Creswell, 2015). Pais ansiosos tendem igualmente a evidenciar um controlo parental excessivo, a modelar comportamentos de ansiedade e a apresentar estilos e práticas mais negativas (e.g., Lester, Field, Oliver & Cartwright-Hatton, 2009).

A perceção dos mecanismos através dos quais os pais transmitem a sua predisposição ansiosa aos filhos, ainda não são completamente compreendidos nos diversos estudos empíricos. No entanto, existem evidências que mostram que as intervenções com crianças ansiosas podem ser menos eficazes quando os pais também possuem uma PA (Beidel & Turner, 1997; Silverman, Kurtines, Jaccard & Pina, 2009). Deste modo, vários autores apontam para a necessidade de se caracterizar melhor a forma como pais de crianças ansiosas

assimilam a informação e respondem aos filhos, para posteriormente, se melhorar o conhecimento dos processos implícitos que afetam, de forma positiva ou negativa, as intervenções (Apetroaia, Hill & Creswell, 2015).

Cognições Parentais

Os processos cognitivos parentais envolvem os pensamentos, conhecimentos, percepções, expectativas, valores e crenças que os pais têm acerca do desenvolvimento e funcionamento dos seus filhos. Os modelos contemporâneos de interação entre pais e filhos salientam a influência que os processos cognitivos têm sobre os comportamentos e emoções dos membros da família (Bugental & Johnston, 2000). Alguma literatura tem-se dedicado por exemplo, ao estudo das crenças parentais defendendo que estas podem ter impacto significativo nas estratégias que os pais utilizam para lidar com a ansiedade dos seus filhos, nomeadamente as crenças relativas à vulnerabilidade da criança (Bögels & Brechman-Toussaint, 2006; Creswell & O'Connor, 2006). Desta forma, apesar do papel das cognições, nomeadamente as crenças e expectativas dos pais poderem ser um fator importante no desenvolvimento e manutenção da ansiedade infantil, são poucos os estudos, no entanto, que se têm dedicado a compreender o papel dos processos cognitivos parentais no contexto da ansiedade infantil (Ginsburg & Schlossberg, 2002; Francis & Chorpita, 2011; Herren, In-Albon & Schneider, 2013).

Vários modelos têm sugerido que os pais transmitem verbalmente pensamentos, significações e preocupações potencialmente geradores de ansiedade perante situações que interpretam como ameaçadoras para si próprio e/ou para os seus filhos (i.e., expressões que reforçam ansiedade ou evitamento), podendo assim modelar cognições e percepções de ameaça nos filhos (Creswell et al., 2011).

Os poucos estudos que têm procurado explorar as cognições dos pais no âmbito da ansiedade, têm incluído, acima de tudo, pais ansiosos em estudos “top-down”, por exemplo, Orchard et al. (2015) investigaram as interpretações de ameaça de 271 mães com e sem diagnóstico de PA em crianças ansiosas com idades entre os 7 e os 12 anos, a partir de cenários ambíguos, avaliando também as expectativas das mães a partir de uma situação real. Os resultados indicam que mães mais ansiosas tendem a ter mais expectativas negativas em relação ao comportamento dos filhos, e as respostas aos cenários hipotéticos correlacionaram-se significativamente com as respostas das situações reais geradoras de ansiedade nos seus

filhos. Contudo, tem sido dado menor relevância aos estudos de pais de crianças ansiosas, isto é, a estudos “bottom-up” (e.g., Micco & Ehrenreich, 2008).

A literatura tem demonstrado que as crianças ansiosas tendem a evidenciar cognições mais ansiosas e desadaptativas, formadas a partir da interação com os outros, sendo essas cognições, por vezes, transmitidas pelos pais, (i.e., apreendidas através da modelagem) (Burnstein & Ginsburg, 2010). Por exemplo, alguns estudos sugerem que mães de crianças ansiosas tendem a interpretar situações ambíguas como ameaçadoras, quando comparadas com grupos de mães de crianças sem PA (e.g., Gifford, Reynolds, Bell & Wilson, 2008; Creswell & O'Connor, 2006). Além disso, existem evidências de que os pais de crianças ansiosas antecipam mais vezes, que os seus filhos interpretem determinadas situações como sendo uma ameaça, exteriorizem mais emoções negativas e percecionem pouco controlo sobre situações ansiógenas. Estes pais tendem também a acreditar, que os filhos lidam com essas situações de forma desadaptativa, percecionando a criança como incapaz de lidar com essas situações (Micco & Ehrenreich, 2008; Francis & Chorpita, 2011).

Vários estudos mostram assim, que a tendência para interpretar as situações como ameaçadoras tende a ser comum nos pais e mães de crianças ansiosas, por exemplo, Creswell, Schniering e Rapee (2005) realizaram um estudo onde participaram 60 crianças entre os 7 e 15 anos e as suas mães, sendo que 27 dessas crianças apresentavam diagnóstico principal para uma PA. Foram apresentados 12 cenários ambíguos às crianças e respetivas mães (6 de cariz físico e 6 de cariz social). Os resultados indicaram que o grupo clínico e o grupo não clínico diferiram significativamente nas interpretações de ameaça, assim como as próprias mães, mostrando a relação entre as interpretações de ameaça dos pais e das crianças e de como as cognições parentais podem funcionar como mecanismos de transmissão de ansiedade.

Estudos preliminares têm ainda mostrado que pais de crianças ansiosas tendem a percecionar pouco controlo sobre as reações dos filhos, por exemplo, Wheatcroft e Creswell (2007), investigaram a relação entre a ansiedade infantil, ansiedade parental e as cognições parentais relativas à criança, onde participaram 104 crianças com idades entre os 3 e 5 anos e 266 pais. Os resultados indicam que pais de crianças mais ansiosas, esperam que as mesmas respondam a situações ambíguas com mais ansiedade e comportamentos de evitamento e os próprios pais percecionam-se a si mesmos, como tendo pouco controlo sobre as respostas de ansiedade dos seus filhos, evidenciando assim, cognições centradas neles próprios. Além disso, os estudos têm salientado a importância do papel da perceção de responsabilidade dos pais sobre os filhos, por exemplo, Apetroaia et al. (2015) investigaram as crenças de

responsabilidade parental de mães com e sem diagnóstico de PA em crianças ansiosas com idades entre os 7 e os 12 anos. Os resultados deste estudo indicam que as crenças de responsabilidade parental em relação à ansiedade dos filhos, são significativamente mais evidentes em mães que apresentam um nível mais elevado de ansiedade, quando comparadas com mães com baixos níveis de ansiedade, demonstrando um maior sentido de responsabilidade em controlar as respostas da criança quando se confrontam com situações geradoras de ansiedade nos seus filhos, demonstrando que estas crenças estão essencialmente associadas a comportamentos mais intrusivos e menor afeto positivo em relação à criança.

Em suma, os pais de crianças ansiosas, independentemente do seu grau de ansiedade, tendem a evidenciar expectativas mais negativas em relação à forma de reagir dos seus filhos em situações do dia a dia. Estas cognições podem influenciar a perceção negativa que as crianças têm de si mesmas (Burnstein & Ginsburg, 2010). Além disso existem evidencias que os próprios pais tendem a interpretar vários tipos de situações como ameaçadoras e tendem a sentir pouco controlo sobre a ansiedade dos filhos, o que poderá influenciar a forma como respondem e gerem respostas ansiogénicas dos filhos e como se sentem nestas situações (Hudson & Rapee, 2001). Desta forma, a presente investigação centrou-se nas cognições e emoções parentais a partir de situações reais geradoras de ansiedade nos filhos e de situações hipotéticas potencialmente geradoras de ansiedade nos pais e/ou nas crianças.

Pertinência do estudo

Com base na revisão da literatura efetuada, é possível concluir que existem poucos estudos realizados até à data dedicados aos processos cognitivos parentais e da forma como estes podem influenciar o desenvolvimento e manutenção de problemas de ansiedade nos filhos, sendo esta uma área recente, existindo apenas alguns estudos introdutórios (e.g., Beato, 2016). A maior parte dos estudos tem-se centrado no papel dos estilos parentais, e mais recentemente na identificação de alguns comportamentos específicos em pais de crianças com ansiedades (e.g., excesso de controlo, superproteção), quando se pretende identificar fatores parentais no desenvolvimento e manutenção de PA na infância. Contudo são poucos os estudos que analisam determinadas significações, crenças ou pensamentos dos pais, e o que sentem perante situações em que os filhos ficam ansiosos (Creswell, Apetroaia, Murray & Cooper, 2013; Waters, Craske, Bergman & Treanor, 2008). Deste modo, o nosso estudo pretendeu analisar as cognições dos pais em situações geradoras de ansiedade nos filhos, uma vez que, alguns dos comportamentos parentais podem ser associados e explicados por

expetativas e pensamentos mais negativos dos pais que reforçam a ansiedade, e consequentemente poderão refletir-se na ansiedade dos filhos (Bögels & Brechman-Toussaint, 2006; Lester, et al., 2009; Aktar, Nikolić & Bögels, 2017). Por sua vez, a maior parte dos estudos utilizam apenas medidas de auto-relato para avaliarem as cognições dos pais, que podem comprometer a validade ecológica dessas mesmas investigações, não incluindo, por exemplo, situações reais ocorridas em contexto natural (Beato, 2016; Orchard et al., 2015). Além disso, os estudos por vezes incluem situações hipotéticas para avaliar o tipo de interpretação que os pais fazem, porém, muitas destas situações podem não ser suficientemente ativadoras para os pais uma vez que são hipotéticas. Como tal o nosso estudo, incluiu não só situações hipotéticas formuladas pela equipa de investigação, mas também procurou analisar situações reais e/ou recentes, ativadoras de ansiedade nas crianças, identificadas pelos próprios pais.

No que concerne ao papel do gênero parental relativamente às PA, a maior parte dos estudos recorre a amostras maioritariamente constituídas por mães, devido a sua maior acessibilidade (e.g., Creswell et al., 2015). Como tal a nossa amostra incluiu pais e mães, além disso, a literatura foca-se mais nas diferenças entre gêneros nas questões dos comportamentos e estilos parentais, porém desconhecemos estudos que realizem comparações entre pais e mães em termos de cognições, assim o nosso estudo, procurou esclarecer se existem diferenças nas cognições e emoções parentais consoante o gênero parental.

Deste modo, o presente estudo tem como aspeto relevante, o facto de se centrar e de realçar as cognições e emoções dos pais ocorridas a partir de situações em que as crianças se sentiram ansiosas, tendo como objetivo principal analisar as cognições e emoções dos pais e das mães a partir de situações reais geradoras de ansiedade nos filhos e de situações hipotéticas potencialmente geradoras de ansiedade nos pais e/ou nas crianças. Assim sendo, é de destacar a importância do conhecimento e identificação destes fatores para conseguirmos intervir de forma mais adequada na ansiedade infantil.

Objetivo Geral

O presente estudo, tem como principal objetivo analisar as cognições e emoções dos pais a partir de situações reais geradoras de ansiedade nos filhos e de situações hipotéticas potencialmente geradoras de ansiedade nos pais e/ou nas crianças.

Objetivos Específicos

Tendo em conta o carácter exploratório da investigação, formularam-se os seguintes objetivos específicos:

1. Identificar as cognições e as emoções dos pais, a partir de uma situação real e/ou recente em que a criança se tenha sentido ansiosa.
2. Identificar as cognições e as emoções que os pais esperariam ter em situações hipotéticas potencialmente geradoras de ansiedade infantil.
3. Analisar as cognições e as emoções relativas a situações reais em função do género parental.
4. Analisar as cognições e as emoções relativas ao tipo de situação hipotética (física e social) em função do género parental.

Método

Desenho de Investigação

O presente estudo assume um carácter exploratório e transversal. Considerando os objetivos da investigação, optou-se por uma abordagem qualitativa, uma vez que esta permite aos investigadores aceder a pensamentos e sentimentos dos participantes da pesquisa, possibilitando o desenvolvimento de uma compreensão do significado que as pessoas atribuem às suas experiências (Sutton & Austin, 2015).

Participantes

O presente estudo integra um recorte de uma amostra maior, retirada de um projeto de investigação mais alargado.

A amostra é constituída por 46 progenitores, (pais $n=23$ e mães $n=23$) de 36 crianças com diagnóstico de PA e com idades compreendidas entre os 9 e os 12 anos ($M=9,77$; $SD=0,97$)¹.

No que diz respeito à caracterização das crianças (ver Tabela 1), 15 crianças são do género masculino e 21 do género feminino. No que respeita ao diagnóstico das PA, as crianças cumprem os critérios clínicos de diagnóstico para PA com diagnóstico principal ($n=5$ crianças), com diagnóstico secundário ($n=23$ crianças) e com diagnóstico subclínico² ($n=8$ crianças).

¹ O número de crianças explica-se pelo facto de, na maioria dos casos, ambos os seus pais terem participado no estudo.

² É atribuído um diagnóstico subclínico sempre que a criança apresenta sintomas de PA, mas os critérios não são suficientes para ser diagnosticada como tal ou o grau de impacto é muito reduzido.

Os progenitores têm idades compreendidas entre os 28 e os 54 anos ($M=40$; $SD=5.98$). No que concerne às habilitações literárias, a maioria dos progenitores tem uma escolaridade igual ou superior ao 12º ano, estão em união de facto ou são casados (97,7%) e pertencem ao nível socioeconómico médio (66,7%)³ (ver Tabela 2).

Os critérios de inclusão para a participação no estudo foram: as crianças cumprirem critérios clínicos de diagnóstico para uma PA, os pais das crianças coabitarem com a criança, e os pais reconhecerem o grau de impacto desta patologia no funcionamento dos seus filhos, tendo esta informação sido recolhida a partir da entrevista ADIS-IV (Albano & Silverman, 1996, versão portuguesa de Pereira & Barros, 2010).

Tabela 1. Dados sociodemográficos das crianças

<i>n</i> = 36 (100%)		
	Masculino	Feminino
	15 (42%)	21 (58%)
Idade das crianças	M = 9.77; SD = 0.97; Min. = 9; Máx. = 12	
Diagnóstico PA	Masculino	Feminino
Diagnóstico principal	3 (20%)	2 (9.5%)
Diagnóstico secundário	10 (67%)	13 (61.9%)
Diagnóstico Subclínico	2 (13%)	6 (28.6%)

³ Nalguns casos os pais não forneceram informação, pelo que as frequências absolutas não somam a totalidade da amostra em algumas variáveis de caracterização sociodemográfica.

Tabela 2. Dados sociodemográficos dos pais

n= 46 (100%)		
	Pai	Mãe
	23 (50%)	23 (50%)
Idade dos pais	M = 40; SD = 5.98; Min. = 28; Máx. = 54	
Habilitações Literárias		
1º ciclo	1 (5%)	1 (5%)
2º ciclo	0	2 (10%)
3º ciclo	4 (20%)	5 (25%)
Secundário	7 (35%)	2 (10%)
Superior Universitário	5 (25%)	8 (40%)
Pós-Secundário não superior	3 (15%)	2 (10%)
Estado Civil		
Solteiro	0	0
Casado ou União de Facto	21 (95.5%)	22 (100%)
Divorciado ou Separado	1 (4.5%)	0
Nível Socioeconómico		
Baixo	5 (25%)	6 (27.3%)
Médio	14 (70%)	14 (63.6%)
Médio/Alto	1 (5%)	2 (9.1%)

Instrumentos**Questionário Sociodemográfico (Beato, 2016)**

O questionário sociodemográfico pretendia obter dados de caracterização das famílias. Desta forma, foram integradas informações relativas às crianças (e.g., sexo, idade, ano, acompanhamento em psicologia clínica ou pedopsiquiatria) à família (e.g., agregado familiar, nível sócio económico) e aos progenitores (e.g., idade, nacionalidade, estado civil, habilitações literárias) (Anexo I).

Entrevista semiestruturada - “Ansioso por Saber”: Entrevista semiestruturada de avaliação das cognições e estratégias parentais para lidar com a ansiedade das crianças” (Beato, 2016)

A entrevista semiestruturada "*Ansioso por Saber*", tem como objetivo explorar significações, comportamentos, cognições e emoções típicos de pais de crianças com problemas de ansiedade. Esta é aplicada de forma individual aos pais e tem uma duração média de 45 minutos, sendo constituída por questões semiabertas que permitem explorar as questões pretendidas de forma flexível (Anexo II).

No nosso estudo, foram analisadas 3 perguntas específicas desta entrevista., mais especificamente a questão 10, na qual é pedido aos pais que descrevessem um exemplo de uma situação ocorrida recentemente. Seguidamente procura explorar-se o que pensaram, o que sentiram e o que fizeram nessa situação; e as questões 12 e 13 pedindo aos pais que imaginassem duas situações hipotética (uma associada a uma potencial perceção de ameaça social e outra física), questionando igualmente os pais do que pensariam, do que sentiriam e do que fariam. Para identificar as emoções dos pais relativas às situações reais e hipotéticas potencialmente geradoras de ansiedade na criança, foram apresentados cartões quando lhes era perguntado o que sentiam, de forma a facilitar os pais a identificarem as suas emoções referentes às situações expostas.

Procedimentos

O presente estudo enquadra-se no âmbito de um projeto de investigação mais alargado "Estilos, estratégias e crenças de pais e mães e ansiedade infantil: *O pai é importante?*" (Beato, 2016). Este projeto de investigação foi devidamente submetido e aprovado por comissões nacionais de ética e direção, a Comissão Nacional de Proteção de Dados (CNPd), pela Direção Geral para o Desenvolvimento e Inovação Curricular (DGDIC), pela Comissão Especializada de Deontologia da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa e pelas Direções dos agrupamentos de escolas envolvidas no estudo. Foi elaborado e entregue aos pais das crianças um consentimento informado (Anexo III) que continha informações sobre o projeto. Este estudo inicial foi realizado na Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, a identificação das crianças com problemas de ansiedade foi realizada através de um procedimento de *screening* multi-etapas. Por último, os pais destas crianças, foram selecionados de modo aleatório, e procedeu-se à aplicação individual da entrevista semiestruturada "*Ansioso por Saber*", a pelo menos um dos progenitores. As

entrevistas foram aplicadas pela investigadora responsável pelo projeto alargado e transcritas pela mesma, por mestrandos de psicologia clínica e da saúde, previamente treinados para o efeito.

Deste modo, a presente investigação foi devidamente aprovada pela Comissão de Ética e Deontologia para a Investigação Clínica (CEDIC). A subamostra da presente investigação foi selecionada a partir das confirmações das medidas de avaliação, utilizadas no estudo mais alargado para a identificação de crianças que constituíam os critérios de diagnóstico para as PA na infância.

Análise de Dados

Considerando os objetivos da presente investigação, e a partir de uma abordagem qualitativa, optou-se pela utilização da técnica da análise de conteúdo, posteriormente recorreu-se ao software IBM Statistical Package for Social Sciences (SPSS), versão 24, de modo a realizar os procedimentos estatísticos para análise descritiva de alguns dados de acordo com os objetivos da investigação (estatísticas descritivas, teste Qui-quadrado e teste exato de Fisher, uma vez que as frequências esperadas não detinham valores mínimos, comprometendo a robustez do teste Qui-quadrado).

A análise de conteúdo possibilita ao investigador compreender o significado que os indivíduos atribuem às suas experiências (Sutton & Austin, 2015) e classificar o discurso do entrevistado em temas ou categorias (Silva & Fossá, 2015). De acordo com os procedimentos recomendados na literatura, o processo de análise seguiu três fases principais: (1) fase de pré-exploração do material; (2) seleção de unidades de análise; (3) processo de categorização e subcategorização (Campos, 2004).

Conforme sugerido na literatura, numa fase inicial, realizou-se a transcrição das entrevistas, de seguida efetuou-se a sua análise com o objetivo de reconhecer e identificar a informação mais pertinente. Posteriormente, foram agrupadas as informações que apresentavam caracteres comuns entre si, sob um título genérico, ou seja, procedeu-se à construção das categorias, classificando assim, as informações que fossem ao encontro dos objetivos pretendidos nesta investigação e que permitiam dar resposta às questões da investigação (e.g., Denize, 2008). Ao longo de todo o processo de formulação de categorias, estas foram elaboradas recorrendo-se ao seu enquadramento da literatura existente, por exemplo a responsabilidade parental (Apetroaia et al., 2015), bem como discutidas entre os elementos da equipa de investigação e do grupo de mestrado.

Por último, foi analisada a fiabilidade através da análise do acordo interjuízes. Quando se pretende categorizar respostas pelo número de ocorrência ou categorizar pensamentos é provável que existam enviesamentos, principalmente por quem elabora a classificação, o que nos adverte para a relevância da avaliação da consistência da medida e da qualidade dos resultados obtidos (Fonseca, Silva & Silva. 2007). Assim, é necessário considerar a “fiabilidade intracodificador”, ou seja, que o grau de invariabilidade do processo de codificação no decorrer da análise, que ocorre em situações de teste-reteste no qual um codificador diferente do primeiro investigador, volta a reproduzir o procedimento que o primeiro avaliador aplicou para a análise das categorizações, de forma a não se verificarem desvios consideráveis que deixem em causa a fiabilidade dos resultados obtidos pelo primeiro investigador (Lima, 2013). Para a validação das categorias da presente investigação, foi utilizado o teste *Kappa*, formulado por Cohen (1960), que a partir das correlações dos resultados permite medir o acordo entre os diferentes avaliadores.⁴

Assim, foram analisadas 9 entrevistas (20%), com 33 unidades de registo, de modo a obter a fidelidade intercodificadores, por um segundo codificador, num momento posterior ao primeiro codificador, de forma independente e com as mesmas instruções de codificação. Posteriormente, foram calculadas as taxas de fiabilidade que representa o número de acordos consoante o número total de unidades de registo, de modo a obter a proporção de acordo interjuízes. Desta Forma, o acordo interjuízes realizado demonstra concordância nas categorias analisadas, uma vez que se encontram no grau de concordância considerado como “muito bom” ($k=0,91$) segundo os critérios de Brennan e Silman (1992), dando o número total de acordos de 30.

⁴ Para verificar estes valores, foram considerados os valores de referência de Brennan e Silman (1992), sendo o grau de concordância considerado fraco para um valor de *kappa* inferior a 0,20, moderado para um valor de *kappa* entre 0,41 e 0,60, e muito bom para um valor de *kappa* entre 0,81 e 1,00 (Lima, 2013).

Resultados

Apresentam-se em seguida as categorias formadas e os resultados das frequências absolutas e relativas das tipologias da situação apresentadas pelos pais em situações reais, as categorias e os resultados das frequências absolutas e relativas das cognições e das emoções dos pais, a partir de uma situação real e a partir de uma situação hipotética, os resultados da análise das interpretações e das emoções dos pais em situações reais consoante o género parental e por último, os resultados das interpretações e emoções dos pais em situações hipotéticas (física e social) em função do género parental.

Situações Reais

Tipologias das situações reais

Foi obtida a categoria “*Tipologias da situação*” para caracterizar as tipologias das situações geradoras de ansiedade na criança em situações reais e recentes que engloba 4 subcategorias: (a) Separação (“*A questão dos acampamentos dos escuteiros, o facto de ser separada de mim, o ter de dormir fora*” (Mãe, género feminino, de 10 anos); (b) Social (“*Quando vai ter testes, ela fica logo muito nervosa com isso, tem medo de falhar*” (Pai, género feminino, de 9 anos); (c) Física (“*Na altura em que me apercebo que a minha filha tinha acabado de ver um cão e já estava a fugir...*”(Mãe, género masculino, de 9 anos) e (d) Preocupações Genéricas (“*Na altura em que fiquei desempregado, falámos com ele e notei que ele ficou bastante preocupado com isso, e não são coisas para a idade dele*” (Pai, género masculino, de 9 anos) (Anexo IV).

Os resultados indicam que o tipo de situação recente causadora de ansiedade nos filhos, segundo os pais, se refere a situações de ameaça física (47,8%). As situações de ameaça social foram também referidas por alguns pais (28,3%) (ver Tabela 3).

Tabela 3. Frequências absolutas e relativas das subcategorias das “Tipologias da situação”.

Tipologias da Situação	n = 46 (100%)
Física	22 (47.8%)
Social	13(28.3%)
Separação	8 (17.4%)
Preocupações genéricas	3 (6.5%)

Cognições dos pais em situações reais

Foram agrupadas subcategorias à categoria-mãe “*Cognições dos pais referentes às situações reais*” que engloba 4 subcategorias: (a) Cognições referentes à criança, que foi interpretada por 25 pais, esta subcategoria integra pensamentos dos pais referentes à Ansiedade Infantil (“*Não, já estou à espera, já conheço, aquilo é o habitual, ela fica logo assim.*” (Mãe, género feminino, de 10 anos) ou uma atitude de Criticismo em relação à criança (“*Pensei que ele está a ser pateta. É o que penso.*” (Mãe, género masculino, de 11 anos); (b) Cognições referentes aos pais, que foi interpretada por 15 pais, esta subcategoria diz respeito a pensamentos relacionados com a perceção de Responsabilidade Parental na situação (“*É o que eu faço agora, como é que eu vou resolver este assunto.*” (Mãe, género feminino, de 11 anos) ou de Incompreensão face à resposta da criança (“*É aborrecido, porque não está ninguém lá em casa: “Mas tens medo do quê?”, e ele não responde.*” (Mãe, género masculino, de 9 anos); (c) Cognições focadas em causas externas, que foi interpretada por 4 pais (“*Pensei que tinha tido algum pesadelo ou alguma situação desagradável na escola*” (Mãe, género feminino, de 9 anos); e (d) Cognições de desvalorização, que foi interpretada por 2 pais (“*Pensei que ele queria mesmo vir embora [risos]. Não, eu pensei que estava com muitas saudades nossas. E por estar muito habituado a estar aqui assim connosco.*” (Mãe, género masculino, de 11 anos) (Anexo IV).

Os resultados apontam que as cognições mais frequentes identificadas pelos pais são maioritariamente cognições referentes à criança (54,3%). Muitos pais também identificaram cognições referentes a si próprios (32,6%) (ver Tabela 4).

Tabela 4. Frequências absolutas e relativas das subcategorias “Cognições dos pais”.

Cognições em situações reais	n = 46 (100%)
Referentes à criança	25 (54.3%)
Referentes aos pais	15 (32.6%)
Focadas em causas externas	4 (8.7%)
Desvalorização	2 (4.3%)

Emoções dos pais em situações reais

No que concerne, à identificação das emoções descritas como sentidas pelos pais perante as situações reais/recentes potencialmente geradoras de ansiedade na criança, foi criada a categoria-mãe “*Emoções Parentais*” que foi agrupada em 6 subcategorias: (a) Ansiedade, que contempla a preocupação, nervosismo e medo, foi referida por 20 pais (“*Sou capaz de também ficar um bocado sem dormir, não é, também fico nervoso*”). (Pai, género feminino, 9 anos); (b) Tristeza, que integra a tristeza, culpa e angústia, foi identificada por 3 pais (“*Sinto-me também deprimida e triste, dela estar assim.*” (Mãe, género feminino, 10 anos); (c) Zanga, compõe a raiva e a irritabilidade, foi mencionada por 6 pais (“*Fico bastante irritada com ele.*” (Mãe, género masculino, 9 anos); (d) Impotência, que comporta sentimentos de impotência e frustração, foi referida por 7 pais (“*Impotência, no sentido de não saber o que havia de lhe fazer.*” (Pai, género masculino, 11 anos); (e) Surpresa, que foi identificada por 8 pais (“*Fiquei surpreendido um bocadinho.*” (Pai, género feminino, 9 anos) e (f) Vergonha, que foi mencionada apenas por 1 mãe (“*Olhe, sinto vergonha, que ele dá cada grito. Sinto vergonha mesmo, porque os vizinhos estão a ouvir [riso do próprio]*” (Mãe, género masculino, 9 anos) (Anexo IV).

Os resultados indicam que as emoções dos pais foram na maioria referentes a sentimentos de ansiedade (44,4%), (ver Tabela 5).⁵

Tabela 5. Frequências absolutas e relativas das subcategorias “Emoções parentais”

Emoções parentais	n = 45 (100%)
Ansiedade	20 (44.4%)
Surpresa	8 (17.8%)
Impotência	7 (15.6%)
Zanga	6 (13.3%)
Tristeza	3 (6.7 %)
Vergonha	1 (2.2%)

⁵ Houve uma mãe, que não conseguiu identificar a sua emoção, pelo que as frequências absolutas não somam a totalidade da amostra nesta variável.

Tabela 6. Combinação entre as cognições e emoções dos pais em situações reais.

	Ansiedade	Surpresa	Impotência	Zanga	Tristeza	Vergonha
	<i>n</i> = 20	<i>n</i> = 8	<i>n</i> = 7	<i>n</i> = 6	<i>n</i> = 3	<i>n</i> = 1
Ansiedade infantil	10	2	3	2	0	0
Criticismo	0	4	0	3	0	1
Incompreensão	1	0	1	0	1	0
Responsabilidade parental	7	2	0	1	1	0
Foco em causas externas	1	0	3	0	0	0
Desvalorização	1	0	0	0	1	0

Situações Hipotéticas**Cognições dos pais em situações hipotéticas**

Relativamente às cognições dos pais face às situações hipotéticas de cariz físico e social, geradoras de ansiedade na criança, foi obtida a categoria-mãe intitulada de “Cognições dos pais referentes às situações hipotéticas” que engloba 4 subcategorias: (a) Interpretação parental de ameaça (“*Será que é mesmo dor de barriga? Será que não se passa alguma coisa na escola? Vou é avaliar, vou perceber melhor.*” (Mãe, género feminino, de 9 anos); (b) Interpretação de ameaça pela criança (“*Pensaria que ela ficaria muito nervosa e estaria a tentar fugir de qualquer coisa, não é?*” (Mãe, género feminino, de 12 anos); (c) Perceção de responsabilidade parental (“*É assim, tentava ver se havia ali alguma razão física justificativa, se são aquele tipo de dores, as tais dores de evitar, podia dar alguma coisa, tipo um analgésico.*” (Mãe, género feminino, de 11 anos) e (d) Sem perceção de ameaça (“*Eu acharia perfeitamente normal, a sério*” (Pai, género masculino, de 9 anos) (Anexo V).

Os resultados sugerem que a maior parte dos pais (39,1%) interpretam a situação de tipo físico como uma ameaça. Muitos pais (34,8%) também referem que antecipam que a situação fosse interpretada pelos filhos como uma ameaça. No cenário de tipo social, muitos pais referem que não considerariam a situação como uma ameaça (37%), mas vários referiram que a situação seria uma ameaça para si, enquanto pais (ver Tabela 7).

Tabela 7. Frequências absolutas e relativas das “Cognições dos pais” em situações hipotéticas de tipo físico e social.

Cognições dos pais	Situações hipotéticas de tipo físico <i>n</i> = 46 (100%)	Situações hipotéticas de tipo social <i>n</i> = 46 (100%)
Interpretação parental de ameaça	18 (39.1%)	15 (32.6%)
Interpretação de ameaça pela criança	16 (34.8%)	10 (21.7%)
Perceção de responsabilidade parental	9 (19.6%)	4 (8.7%)
Sem perceção de ameaça	3 (6.5%)	17 (37%)

Emoções parentais em situações hipotéticas

À semelhança das emoções parentais em situações reais e/ou recentes, foi criada a categoria-mãe “*Emoções Parentais*” para identificar as emoções descritas como sentidas pelos pais perante as *situações hipotéticas* potencialmente geradoras de ansiedade na criança, que foi agrupada em 6 subcategorias: (a) Ansiedade, que contempla a preocupação, nervosismo e medo (“*Sou capaz de também ficar um bocado sem dormir, não é, também fico nervoso.*” (Pai, género feminino, 9 anos); (b) Tranquilidade (“*O que é eu sentiria? (Pausa) Hmm, não... nada assim de especial, não...*” (Pai, género masculino, 9 anos); (c) Zanga, compõe a raiva e a irritabilidade (“*Fico bastante irritada com ele.*” (Mãe, género masculino, 9 anos); (d) Tristeza, que integra a tristeza, culpa e angústia (“*Sinto-me também deprimida e triste, dela estar assim.*” (Mãe, género feminino, 10 anos); (e) Impotência, que comporta sentimentos de impotência e frustração (“*Impotência, no sentido de não saber o que havia de lhe fazer.*” (Pai, género masculino, 11 anos) e (f) Surpresa (“*Fiquei surpreendido um bocadinho.*” (Pai, género feminino, 9 anos) (Anexo V).

Os resultados indicam que as emoções dos pais face às situações hipotéticas de tipologia física, a maioria considerou que se sentiria ansioso se se deparasse com esse cenário (65,2%). No cenário social, a maior parte dos pais referiu que se sentiria tranquilo (43,5%). Cerca de um terço dos pais antecipa que se sentiria ansioso perante esse cenário (32,6%), (ver Tabela 8).

Tabela 8. Frequências absolutas e relativas das “Emoções parentais” em situações hipotéticas de tipo físico e social.

Emoções parentais	Situações hipotéticas de tipo físico <i>n</i> = 46 (100%)	Situações hipotéticas de tipo social <i>n</i> = 46 (100%)
Ansiedade	30 (65.2%)	15 (32.6%)
Tranquilidade	5 (10.9%)	20 (43.5%)
Zanga	4 (8.7%)	0
Tristeza	4 (8.7%)	10 (21.7%)
Impotência	2 (4.3%)	1 (2.2%)
Surpresa	1 (2.2%)	0

Tabela 9. Combinação entre as cognições e emoções dos pais em situações hipotéticas de tipo físico.

	Ansiedade <i>n</i> = 30	Tranquilidade <i>n</i> = 6	Zanga <i>n</i> = 4	Tristeza <i>n</i> = 4	Impotência <i>n</i> = 2	Surpresa <i>n</i> = 1
Interpretação parental de ameaça	16	0	1	0	1	0
Interpretação de ameaça pela criança	9	1	2	3	1	0
Perceção de responsabilidade parental	5	1	1	1	0	1
Sem perceção de ameaça	0	3	0	0	0	0

Tabela 10. Combinação entre as cognições e emoções dos pais em situações hipotéticas de tipo social.

	Ansiedade <i>n</i> = 15	Tranquilidade <i>n</i> = 20	Tristeza <i>n</i> = 10	Impotência <i>n</i> = 1
Interpretação parental de ameaça	7	0	7	1
Interpretação de ameaça pela criança	6	2	2	0
Perceção de responsabilidade parental	2	1	1	0
Sem perceção de ameaça	0	17	0	0

Cognições e emoções parentais consoante o género dos pais em ambas as situações (reais e hipotéticas)

Cognições dos pais em situações reais

Relativamente às *cognições parentais em situações reais*, verificou-se que não existem diferenças estatisticamente significativas entre pais e mães ($\chi^2 = 3,15$; $p = 0,38$) (ver Tabela 11).

Tabela 11. Cognições em situações reais em função do género dos pais.

	Género dos pais	
	Masculino <i>n</i> = 23 (100%)	Feminino <i>n</i> = 23 (100%)
Referentes à criança	11 (47.8%)	14 (60.9%)
Referentes aos pais	10 (43.5%)	5 (21.7%)
Focadas em causas externas	1 (4.3%)	3 (13%)
Desvalorização	1 (4.3%)	1 (4.3%)

Os resultados indicam que também não existem diferenças estatisticamente significativas entre as emoções dos pais e das mães em situações reais ($\chi^2 = 3,47$; $p = 0,70$) (ver Tabela 12).⁶

Tabela 12. Emoções em situações reais em função do género dos pais

	Género dos pais	
	Masculino <i>n</i> = 23 (100%)	Feminino <i>n</i> = 22 (100%)
Ansiedade	12(52.2%)	8 (36.4%)
Tristeza	1 (4.3%)	2 (9.1%)
Zanga	4 (17.4%)	2 (9.1%)
Impotência	3 (13%)	4 (18.2%)
Surpresa	3 (13%)	5 (22.7%)
Vergonha	0	1 (4.5%)

Cognições dos pais em situações hipotéticas

No que concerne às cognições dos pais e das mães face à ansiedade dos seus filhos em *situações hipotéticas de tipologia física*, verificou-se que não existem diferenças estatisticamente significativas entre as cognições dos pais e das mães, ($\chi^2 = 4,70$; $p = 0,19$). Em relação às cognições dos pais e das mães face à ansiedade dos seus filhos em *situações hipotéticas de tipologia social*, mais uma vez, verificou-se que não existem diferenças estatisticamente significativas entre as cognições dos pais e das mães, ($\chi^2 = 2,46$; $p = 0,53$), (ver Tabela 13).

⁶ Houve uma mãe, que não conseguiu identificar a sua emoção, pelo que as frequências absolutas não somam a totalidade da amostra nesta variável.

Tabela 13. Cognições consoante o género dos pais nas situações hipotéticas de tipo físico e social.

	Situação de Tipo Físico		Situação de Tipo Social	
	Masculino <i>n</i> = 23 (100%)	Feminino <i>n</i> = 23 (100%)	Masculino <i>n</i> = 23 (100%)	Feminino <i>n</i> = 23 (100%)
Interpretação de ameaça pelos pais	12 (52.2%)	6(26.1%)	6 (26.1%)	9 (39.1%)
Interpretação de ameaça pela criança	5 (21.7%)	11(47.8%)	6 (26.1%)	4 (17.4%)
Perceção de responsabilidade parental	4 (17.4%)	5 (21.7%)	1 (4.3%)	3 (13%)
Sem perceção de ameaça	2 (8.7%)	1 (4.3%)	10(43.5%)	7 (30.4%)

Emoções dos pais em situações hipotéticas

No que diz respeito às emoções parentais em *situações hipotéticas de tipologia física*, observaram-se resultados, que indicam que não existem diferenças estatisticamente significativas entre as emoções dos pais e das mães, ($\chi^2 = 1,69$; $p = 1,00$). No que se refere às emoções parentais em *situações hipotéticas de tipologia social*, observaram-se resultados que nos indicam que não existem diferenças estatisticamente significativas entre as emoções dos pais e das mães ($\chi^2 = 3,34$; $p = 0,32$), (ver Tabela 14).

Tabela 14. Emoções consoante o género dos pais.

	Situação Tipo Físico		Situação Tipo Social	
	Masculino <i>n</i> = 23 (100%)	Feminino <i>n</i> = 23 (100%)	Masculino <i>n</i> = 23 (100%)	Feminino <i>n</i> = 23 (100%)
Ansiedade	15 (65.2%)	15(65.2%)	7 (30.4%)	8 (34.8%)
Tristeza	2 (8.7%)	2 (8.7%)	3 (13 %)	7 (30.4%)
Zanga	2 (8.7%)	2 (8.7%)	0	0
Impotência	1 (4.3%)	1 (4.3%)	1 (4.3%)	0
Tranquilidade	2 (8.7%)	3 (13%)	12 (52.2%)	8 (34.8%)
Surpresa	1 (4.3%)	0	0	0

Discussão

A presente investigação procurou explorar as cognições e emoções dos pais de crianças com diagnóstico de PA a partir de dois tipos de situação, uma situação real e recente em que a criança se tenha sentido ansiosa e outra hipotética potencialmente geradora de ansiedade na criança. Adicionalmente, procurou-se comparar as interpretações e emoções dos pais em função do género parental, em ambas as situações (reais e hipotéticas).

Os resultados do estudo indicam que a maior parte dos pais interpretou as situações reais como tendo sido geradoras de ansiedade para a criança, isto é, as cognições dos pais associadas a esse momento referem-se à forma ansiosa como a criança respondeu a essas situações. Uma vez que não temos conhecimento de estudos que avaliem as cognições dos pais em situações semelhantes e relatadas pelos próprios, este estudo permitiu aprofundar o conhecimento sobre a forma como os pais percecionam as reações dos filhos quando estão ansiosos em contexto real. Os nossos resultados demonstram que estes pais, de alguma forma, estão atentos e preocupam-se com as reações dos seus filhos e com as consequências e/ou implicações que a ansiedade pode ter no desenvolvimento dos seus filhos. Estes pais ao se focarem e se preocuparem com a ansiedade dos seus filhos, poderá remeter-nos para as crenças que os pais podem ter acerca da ansiedade. Por exemplo, no estudo de Francis e Chorpita (2011) ficou claro que os pais percecionam a ansiedade de forma negativa. Em estudos futuros, seria interessante avaliar crenças dos pais relativamente às implicações da ansiedade no bem-estar das crianças.

Curiosamente, muitos pais não se focam tanto nos filhos e os seus pensamentos tendem a focar-se mais em si próprios, isto é, uns porque se sentiram responsáveis por ajudar os filhos a lidar com a sua ansiedade ou por gerir a situação, e outros porque se sentiram incapazes de compreender a resposta que os filhos tiveram naquela situação, demonstrando dificuldade em empatizar e em compreender a natureza dos problemas dos seus filhos. Uma parte destes resultados são consistentes com o estudo quantitativo desenvolvido por Apetroaia e colaboradores (2015), que demonstraram que muitos pais de crianças ansiosas, têm crenças de responsabilidade parental em relação à ansiedade dos filhos, ou seja, estes pais sentiam maior responsabilidade na gestão das respostas dos filhos, quando foram confrontados com situações geradoras de ansiedade. Estes autores também verificaram que estas crenças estão associadas a comportamentos parentais específicos, tais como o envolvimento excessivo e superproteção.

Relativamente às emoções parentais em situações reais e recentes, os resultados obtidos indicam que os pais manifestam mais sentimentos de ansiedade, existindo uma tendência para que estas emoções estejam associadas a cognições centradas nas manifestações de ansiedade da criança, o que nos remete que estes pais ficam preocupados com a forma como os seus filhos reagem a situações que geram ansiedade. Vários pais que se sentiram ansiosos, também se sentiram responsáveis pela gestão de ansiedade dos seus filhos, o que provavelmente nos remete que estes pais lidam mal com a ansiedade dos filhos e têm necessidade de regular essas reações. Ainda que não tenhamos avaliado a ansiedade dos pais, a literatura tem demonstrado que os pais que têm maior tendência para se sentirem responsáveis por gerir a ansiedade dos filhos são pais tendencialmente mais ansiosos (e.g., Apetroaia, et al., 2015). Estudos futuros devem controlar o diagnóstico dos pais para tentar perceber se existem evidências que pais mais ansiosos apresentam mais crenças de responsabilidade parental.

No que concerne às cognições dos pais na situação hipotética física, os resultados do nosso estudo indicam que, a maior parte dos pais percecionou esta situação como ameaçadora, ou seja, interpretaram a situação hipotética como sendo uma ameaça para si próprios e verifica-se uma tendência para se sentirem ansiosos perante este cenário. Os resultados do nosso estudo podem ser explicados, uma vez que, a literatura tem demonstrado que os pais podem percecionar determinadas situações como possíveis ameaças para si próprios e revelam tendencialmente emoções mais negativas (Aktar, Nikolić & Bögels, 2017; Muris & Field, 2010; Hurrell, Hudson & Schniering, 2015). A literatura tem igualmente referido que este tipo de cognição, pode refletir-se nos estados emocionais e em comportamentos específicos dos pais (e.g., envolvimento excessivo) que podem promover ansiedade nos filhos (Lester et al., 2009; Hudson, Comer & Kendall, 2008). Relativamente às cognições dos pais na situação hipotética social, a maior parte dos pais percecionou a situação como não sendo ameaçadora, neste sentido, existe uma tendência para estes pais que relataram estas interpretações, mencionarem que se sentiam tranquilos se fossem expostos a este contexto. Estes dados, podem estar relacionados com o tipo de cenário que foi exposto aos pais, que pode ser interpretado como uma situação que não é potencialmente geradora de ansiedade para alguns destes pais, ou de facto os pais não se preocupam tanto com situações sociais, não percecionam perigo nem para si nem para as crianças nestes contextos, ao contrário do cenário de cariz físico, que ainda que a situação fosse ambígua os pais interpretaram como uma potencial fonte de ameaça para a saúde da criança.

No que concerne às diferenças entre pais e mães, não se verificaram diferenças nas cognições e emoções em função do género parental em ambas as situações (reais e hipotéticas). Contudo, tanto nas situações reais como nos cenários ambíguos, parece existir uma tendência para as mães interpretarem mais vezes as situações ambíguas como sendo uma ameaça para a criança, e nas situações reais focam-se mais nas respostas de ansiedade dos seus filhos, comparativamente aos pais que apresentam cognições mais centradas em si próprios e percecionam mais vezes os cenários como sendo uma ameaça. No entanto, é importante que estudos futuros consigam clarificar eventuais diferenças nas cognições de mães e pais. A análise destas diferenças é importante, uma vez que, a literatura tem revelado que a criança pode ser influenciada pelas reações de mães e pais de forma diferente, e que tanto os pais como as mães são importantes no desenvolvimento e manutenção da ansiedade dos filhos (Bögels & Phares, 2008; Hadwin, Garner & Perez-Olivas, 2006; Möller, Nikolić, Majdandžić & Bögels, 2016).

Em suma, podemos concluir que os pais representam um papel fundamental na interação com os seus filhos. Deste modo, salienta-se o contributo do nosso estudo no aprofundamento do conhecimento sobre as cognições e emoções dos pais de crianças com PA.

Limitações do estudo

A presente investigação evidência algumas limitações. Em primeiro lugar, ainda que seja considerável, para fins de uma investigação qualitativa a utilização de uma amostra de 46 indivíduos, no entanto consideramos que a amostra é reduzida, não permitindo fazer comparações de forma robusta. Segundo, 11 dos pais da nossa amostra são progenitores da mesma criança, o que pode ter influenciado os resultados estatísticos quando se pretendeu analisar as interpretações e emoções em função do género parental. Terceiro, além de existirem dados omissos porque os pais não cederam toda a informação em relação aos dados sociodemográficos, a nossa amostra é bastante homogénea, no que concerne, por exemplo ao nível socioeconómico, características do agregado familiar e habilitações literárias dos pais. Estudos futuros, deveriam incluir uma amostra mais diferenciada neste sentido. Quarto, não foi avaliado a presença de diagnóstico de ansiedade nos pais, não permitindo verificar se existem diferenças entre pais ansiosos e não ansiosos. Quinto, o cenário hipotético social pode não ter sido suficientemente indutor de ansiedade, ou não ter representado uma situação ameaçadora para estes pais.

Implicações do estudo

As cognições e as emoções parentais, podem direta ou indiretamente ter impacto na ansiedade dos filhos. A presente investigação ao avaliar as cognições e emoções dos pais de crianças ansiosas, permitiu perceber que os pais quando se centram nas reações de ansiedade dos seus filhos tendem igualmente a sentir-se ansiosos. Assim, é importante perceber de que forma é que estas associações podem ter impacto, por um lado, na escolha de estratégias para lidar com a ansiedade dos filhos, que eventualmente poderão ser desadaptativas. Por outro lado, de que forma é que os pais podem aprender a regular as suas emoções perante os filhos, não os influenciando com o seu próprio mal-estar. Estes resultados contribuem para a literatura, permitindo salientar a importância de considerar a bidirecionalidade da interação entre a ansiedade das crianças e as reações/comportamentos dos pais (Lebowitz, Leckman, Silverman & Feldman, 2016 Gifford et al., 2008). Neste sentido, o nosso estudo contribui igualmente para a prática clínica, uma vez que, demonstra ser importante modificar os pensamentos dos pais e treinar a tolerância emocional às reações negativas dos filhos. Além disso, verificou-se no nosso estudo que existe uma tendência para os pais interpretarem questões de saúde como uma ameaça, deste modo é importante ensinar estratégias aos pais para que estes percebam até que ponto é que de facto, se trata de uma situação de ameaça ou não, e consequentemente, a saberem gerir a sua ansiedade de modo a que não pareçam ansiosos e os filhos não fiquem ativamente preocupados. Por outro lado, nos cenários de cariz social os pais tendem a não interpretar a situação como ameaçadora, deste modo, é importante ajudar os pais a perceber até que ponto é que a situação representa uma ameaça para os filhos e consequentemente, consigam ajudar os filhos a ter outras perspetivas da situação, sem haver uma tendência para desvalorizarem.

Na prática clínica, mas também na investigação, quando queremos avaliar as interpretações dos próprios pais e avaliar se os pais tendem a sentir ansiedade, os cenários ambíguos e hipotéticos podem ser uma ferramenta importante, mas quando queremos perceber como é que os pais reagem a situações em que os seus filhos se sentiram efetivamente ansiosos torna-se importante avaliar, por exemplo através de registos de auto-monitorização, situações que já aconteceram. Desta forma, o nosso estudo contribui para a literatura e para a prática clínica, permitindo evidenciar essas diferenças na avaliação.

Deste modo, é importante compreender estas cognições parentais, uma vez que a literatura tem defendido que os pensamentos e/ou expectativas mais negativas podem ser modificados, para consequentemente se conseguir ajustar/alterar comportamentos mal

adaptativos dos pais. O presente estudo ao visar uma perspetiva exploratória e qualitativa das cognições e emoções parentais, acedeu com melhor eficácia a processos que por vezes são difíceis de extrair com outras metodologias, e desta forma, procurou-se contribuir para um enriquecimento na literatura sobre esta componente da parentalidade, incluindo tanto mães como pais, centrando-se nas PA na infância.

Referências Bibliográficas

- Aktar, E., Nikolić, M., & Bögels, S. (2017). Environmental transmission of generalized anxiety disorder from parents to children: Worries, experimental avoidance, and intolerance of uncertainty. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 19(2), pp. 137-147.
- Albano, A. & Silverman, W. (1996). *Anxiety Disorders Interview Schedule for DSM-IV. Child Version. Clinician Manual*. Oxford:Graywind.
- Apetroaia, A., Hill, C., & Creswell, C. (2015). Parental responsibility beliefs: Associations with parental anxiety and behaviors in the context of childhood anxiety disorders. *Journal of Affective Disorder*, 188, pp. 127-133. doi: 10.1016/j.jad.2015.08.059
- Baxter, A., Scott, K., Vos, T., & Whiteford, H. (2013). Global prevalence of anxiety disorders: A systematic review and meta-regression. *Psychological Medicine*, 43 (5), pp. 897-910. doi: 10.1017/S003329171200147X
- Beato, A. (2016). *Estilos, estratégias e crenças de pais e mães e ansiedade infantil: O pai é importante?* (Dissertação de doutoramento não publicada). Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa.
- Beesdo-Baum, K., & Knappe, S. (2012). Developmental epidemiology of anxiety disorders. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 21 (3), pp. 457-478. doi: 10.1016/j.chc.2012.05.001
- Beidel, D., & Turner, S. (1997). At risk for anxiety: I. Psychopathology in the offspring of anxious parents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 36 (7), pp. 918-924. doi: 10.1097/00004583-199707000-00013
- Bögels, S., & Brechman-Toussaint, M. (2006). Family issues in child anxiety: Attachment, family functioning, parental rearing and beliefs. *Clinical Psychology Review*, 26 (7), pp. 834-856. doi: 10.1016/j.cpr.2005.08.001
- Bögels, S., & Phares, V. (2008). Fathers' role in the etiology, prevention and treatment of child anxiety: A review and new model. *Clinical Psychology Review*, 28 (4), pp.539-558. doi: 10.1016/j.cpr.2007.07.011
- Bögels, S., Stevens, J., & Majdandžić, M. (2011). Parenting and social anxiety: fathers' versus mothers' influence on their children's anxiety in ambiguous social situations. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52 (5), pp. 599-606. doi: 10.1111/j.1469-7610.2010.02345.x

- Bugental, D., & Johnston, C. (2000). Parental and child cognitions in the context of the family. *Annual Review of Psychology*, 51, pp. 315-344. doi: 10.1146/annurev.psych.51.1.315
- Burstein, M., & Ginsburg, G. (2010). The effect of parental modeling of anxious behaviors and cognitions in school-aged children: An experimental pilot study. *Behaviour Research and Therapy*, 48, pp. 506-515. doi: 10.1016/j.brat.2010.02.006
- Caldas de Almeida, J., & Xavier, M. (2013). Estudo epidemiológico nacional de saúde mental 1º relatório. Lisboa: Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Nova de Lisboa.
- Campos, C. (2004). Método de análise de conteúdo: Ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 57 (5), pp. 611-614. doi: 10.1590/S0034-71672004000500019
- Cartwright-Hatton, S., McNicol, K., & Doubleday, E. (2006). Anxiety in a neglected population: Prevalence of anxiety disorders in pre-adolescent children. *Clinical Psychology Review*, 26 (7), pp. 817-833. doi: 10.1016/j.cpr.2005.12.002
- Chorpita, B., & Barlow, D. (1998). The development of anxiety: The role of control in the early environment. *Psychological Bulletin*, 124 (1), pp. 3-21.
- Creswell, C., Apetroaia, A., Murray, L., & Cooper, P. (2013). Cognitive, affective, and behavioral characteristics of mothers with anxiety disorders in the context of child anxiety disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 122 (1), pp. 26-38. doi: 10.1037/a0029516
- Creswell, C., Murray, L., Stacey, J., & Cooper, P. (2011). Parenting and child anxiety. In: Silverman, W., & Field, A. (2^a eds.), *Anxiety Disorders in Children and Adolescents* (pp.299-322). Cambridge: Cambridge University Press.
- Creswell, C., & O'Connor, T. (2006). "Anxious cognitions" in children: An exploration of associations and mechanisms. *British Journal of Developmental Psychology*, 24, pp. 761-766. doi: 10.1348/026151005X70418
- Creswell, C., Schniering, C., & Rapee, R. (2005). Threat interpretation in anxious children and their mothers: Comparison with nonclinical children and effects of treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 43, pp. 1375-1381. doi: 10.1016/j.brat.2004.10.009
- Crujo, M., & Marques, C. (2009). As perturbações emocionais: Ansiedade e depressão na criança e no adolescente. *Revista Portuguesa de Clínica Geral*, 25 (5), pp. 576-582.
- Debiec, J., & Olsson, A. (2017). Social fear learning: From animal models to human function. *Trends in Cognitive Sciences*, 21 (7), pp. 546-555. doi: 10.1016/j.tics.2017.04.010

- Denize, O. (2008). Análise de conteúdo temático-categorial: Uma proposta de sistematização. *Revista Enfermagem*, 16 (4), pp. 569-576.
- Dunsmoor, J., & Paz, R. (2015). Fear generalization and anxiety: Behavioral and neural mechanisms. *Biological Psychiatry*, 78 (5), pp. 336-343. doi: 10.1016/j.biopsych.2015.04.010
- Fisak, B., & Grills-Taquechel, A. (2007). Parental modeling, reinforcement, and information transfer: Risk factors in the development of child anxiety? *Clinical Child and Family Psychology*, 10 (3), pp. 213-231. doi: 10.1007/s10567-007-0020-x
- Fonseca, R., Silva, P., & Silva, R. (2007). Acordo inter-juízes: O caso do coeficiente kappa. *Laboratório de Psicologia*, 5 (1), pp. 81-90.
- Francis, S., & Chorpita, B. (2011). Parental beliefs about child anxiety as a mediator of parent and child anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, 35, pp. 21-29. doi: 10.1007/s10608-009-9255-9
- Gar, N., & Hudson, J. (2008). An examination of the interactions between mothers and children with anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 46 (12), pp. 1266-1274. doi: 10.1016/j.brat.2008.08.006
- Gar, N., Hudson, J., & Rapee, R. (2005). Family factors and the development of anxiety disorders. In: Hudson J & Rapee, R. (eds.), *Psychopathology and the family* (pp.125-145). Oxford, UK: Elsevier.
- Gifford, S., Reynolds, S., Bell, S., & Wilson, C. (2008). Threat interpretation bias in anxious children and their mothers. *Cognition & Emotion*, 22 (3), pp. 497-508. doi: 10.1080/02699930801886649
- Ginsburg, G., & Schlossberg, M. (2002). Family-based treatment of childhood anxiety disorders. *International Review of Psychiatry*, 14, pp. 143-154. doi: 10.1080/0954026022013266 2
- Hadwin, J., Garner, M., & Perez-Olivas, G. (2006). The development of information processing biases in childhood anxiety: A review and exploration of its origins in parenting. *Clinical Psychology Review*, 26 (7), pp. 876-894. doi: 10.1016/j.cpr.2005.09.004
- Herren, C., In-Albon, T., & Schneider, S. (2013). Beliefs regarding and child anxiety and parenting competence in parents of children with separation anxiety disorder. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 44 (1), pp. 53-60. doi: 10.1016/j.jbtep.2012.07.005

- Hudson, J., Comer, J., & Kendall, P. (2008). Parental responses to positive and negative emotions in anxious and nonanxious children. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 37 (2), pp. 303-313. doi: 10.1080/15374410801955839
- Hudson, J., & Rapee, R. (2001). Parent-child interactions and anxiety disorders: An observational study. *Behaviour Research and Therapy*, 39 (12), pp. 1411-1427. doi: 10.1016/s0005-7967(00)00107-8
- Hudson, J., & Rapee, R. (2002). Parent-child interactions in clinically anxious children and their siblings. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 31 (4), pp. 548-555. doi: 10.1207/s15374424jccp3104_13
- Hurrell, K., Hudson, J., & Schniering, C. (2015). Parental reactions to children's negative emotions: Relationships with emotion regulation in children with an anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 29, pp. 72-82. doi: 10.1016/j.janxdis.2014.10.008
- Hussong, A., & Chassin, L. (2004). Stress and coping among children of alcoholic parents through the young adult transition. *Development and Psychopathology*, 16, pp. 985-1006. doi: 10.1017/s0954579404040106
- Kessler, R., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K., & Walters, E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the national comorbidity survey replication. *Archives of General Psychiatry*, 62, pp. 593-602. doi: 10.1001/archpsyc.62.6.593
- Lazarus, R., Dodd, H., Majdandžić, M., Vente, W., Morris, T., Byrow, Y., Bögels, S., & Hudson, J. (2016). The relationship between challenging parenting behavior and childhood anxiety disorders. *Journal of Affective Disorders*, 190, pp. 784-791. doi: 10.1016/j.jad.2015.11.032
- Lebowitz, E., Leckman, J., Silverman, W., & Feldman, R. (2016). Cross-generational influences on childhood anxiety disorders: Pathways and mechanism. *Journal of Neural Transmission*, 123 (9), pp. 1053-1067. doi: 10.1007/s00702-016-1565-y
- Lester, K., Field, A., Oliver, S., & Cartwright-Hatton, S. (2009). Do anxious parents interpretive biases towards threat extend into their child's environment? *Behaviour Research and Therapy*, 47, pp. 170-174. doi: 10.1016/j.brat.2008.11.005
- Lima, J. (2013). Por uma análise de conteúdo mais fiável. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 47 (1), pp. 7-29. doi: 10.14195/1647-8614_47-1_1

- McLeod, B., Wood, J., & Weisz, J. (2007). Examining the association between parenting and child anxiety: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27 (2), pp. 155-172. doi: 10.1016/j.cpr.2006.09.002.
- Micco, J., & Ehrenreich, J. (2008). Children's interpretation and avoidant response biases in response to non-salient and salient situations: Relationships with mothers' threat perception and coping expectations. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, pp. 371-385. doi: 10.1016/j.janxdis.2007.03.009
- Möller, E., Nikolić, M., Majdandžić, M., & Bögels, S. (2016). Associations between maternal and paternal parenting behaviors, anxiety and its precursors in early childhood: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 45, pp. 17-33. doi: 10.1016/j.cpr.2016.03.002
- Muris, P. (2006). The pathogenesis of childhood anxiety disorders: Considerations from a developmental psychopathology perspective. *International Journal of Behavioral Development*, 30 (1), pp. 5-11. doi: 10.1177/0165025406059967
- Muris, P., & Field, A. (2010). The role of verbal threat information in the development of childhood fear. "Beware the Jabberwock!". *Clinical Child and Family Psychology Review*, 13 (2), pp. 129-150. doi: 10.1007/s10567-010-0064-1
- Nanda, M., Kotchick, B., & Grover, R. (2012). Parental psychological control and childhood anxiety: The mediating role of perceived lack of control. *Journal of Child and Family Studies*, 21 (4), pp. 637-645. doi: 10.1007/s10826-011-9516-6
- Orchard, F., Cooper, P., & Creswell, C. (2015). Interpretation and expectations among mothers on children with anxiety disorders: Associations with maternal anxiety disorder. *Depression and Anxiety*, 32 (2), pp. 99-107. doi: 10.1002/da.22211
- Pereira, A., Barros, L., Mendonça, D., & Muris, P. (2014). The relationships among parental anxiety, parenting, and children's anxiety: The mediating effects of children's cognitive vulnerabilities. *Journal of Child and Family Studies*. doi: 10.1007/s10826-013-9767-5
- Rapee, R., Schniering, C., & Hudson, J. (2009). Anxiety disorders during childhood and adolescence: Origins and treatment. *Annual Review Clinical Psychology*, 5, pp. 311-341. doi: 10.1146/annurev.clinpsy.032408.153628
- Silva, A., & Fossá, M. (2015). Análise de conteúdo: Exemplo de aplicação da técnica para análise de dados qualitativos. *Qualitas Revista Electrónica*, 17 (1). doi: 10.18391/qualitas.v16i1.2113

- Silverman, W., Kurtines, W., Jaccard, J., & Pina, A. (2009). Directionality of change in youth anxiety treatment involving parents: An initial examination. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 77 (3), pp. 474-485. doi: 10.1037/a0015761
- Sluis, C., Steensel, F., & Bögels, S. (2015). Parenting and children's internalizing symptoms: How importante are parents? *Journal of Child and Family Studies*, 24 (12), pp. 3652-3661. doi: 10.1007/s10826-015-0174-y
- Sutton, J., & Austin, Z. (2015). Qualitative research: Data collection, analysis, and management. *The Canadian Journal of Hospital Pharmacy*, 68 (3), pp. 226-231.
- Waszczuk, M., Zavos, H., & Eley, T. (2013). Genetic and environmental influences on relationship between anxiety sensitivity and anxiety subscales in children. *Journal of Anxiety Disorders*, 27, pp. 475-484. doi: 10.1016/j.janxdis.2013.05.008
- Waters, A., Craske, M., Bergman, R., & Treanor, M. (2008). Threat interpretation bias as a vulnerability factor in childhood anxiety disorders. *Behaviour Research and Therapy*, 46 (1), pp. 39-47. doi: 10.1016/j.brat.2007.10.002
- Weems, C., Costa, N., Watts, S., Taylor, L., & Cannon, M. (2007). Cognitive errors, anxiety sensitivity, and anxiety control beliefs. Their unique and specific associations with childhood anxiety symptoms. *Behavior Modification*, 31 (2), pp. 174-201.
- Wheatcroft, R., & Creswell, C. (2007). Parents' cognitions and expectations about their preschool children: The contribution of parental anxiety and child anxiety. *British Journal of Developmental Psychology*, 25 (3), pp. 435-441. doi: 10.1348/026151006x173288
- Williams, S., Kertz, S., Schrock, M., & Woodruff-Borden, J. (2012). A sequential analysis of parent-child interactions in anxious and nonanxious families. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 41 (1), pp. 64-74. doi: 10.1080/15374416.2012.632347
- Wilson, G., Prichard, M., & Revalee, B. (2005). Individual differences in adolescent health symptoms: The effect of gender and coping. *Journal of Adolescence*, 28, pp. 369-379. doi: 10.1016/j.adolescence.2004.08.004
- Wood, J. (2006). Effect of anxiety reduction on children's school performance and social adjustment. *Developmental Psychology*, 42 (2), pp. 345-349. doi: 10.1037/0012-1649.42.2.345
- Wong, Q., & Rapee, R. (2016). The aetiology and maintenance of social anxiety disorder: A synthesis of complimentary theoretical models and formulation of a new integrated model. *Journal of Affective Disorders*, 203, pp. 84-100. doi: 10.1016/j.jad.2016.05.069

Anexos

Anexo I – Dados sociodemográficos

DADOS SÓCIO-DEMOGRÁFICOS

Pedimos a sua colaboração na resposta a algumas perguntas de caracterização sócio-demográfica. Este questionário deve ser respondido pelos progenitores ou cuidadores principais que coabitem com a criança.

Todas as informações registadas neste questionário são ESTRITAMENTE CONFIDENCIAIS e os dados apenas serão utilizados de acordo com as finalidades deste estudo.

CRIANÇA

Sexo:

- ☐ Masculino
- ☐ Feminino

Data de Nascimento: __/__/____

Ano de escolaridade: ____ ano

Já foi a pelo menos uma consulta de psicologia clínica ou pedopsiquiatria?

- ☐ Sim
- ☐ Não

DADOS FAMILIARES

Quem vive com a criança?

(Refira o grau de parentesco das pessoas com quem ela vive)

Grau de parentesco (pai, mãe, irmão, avó, etc.)	Idade(s)

A criança tem irmãos que não vivam com ela?

- ☐ Não
- ☐ Sim. Quantos? ____ Qual(ais) a(s) idade(s)? _____

MÃE

(Caso a cuidadora principal não seja a mãe, indicar o seu grau de parentesco em relação à criança: _____)

Idade: _____

Nacionalidade: _____

Qual é o seu estado civil?

- ☐ Solteira
- ☐ Casada ou em união de facto
- ☐ Divorciada ou separada
- ☐ Viúva
- ☐ Não sabe / Não responde

Qual o nível de ensino mais elevado que frequenta ou frequentou?

- ☐ Nenhum (0 anos)
- ☐ 1º ciclo (1-4 anos)
- ☐ 2º ciclo (5-6 anos)
- ☐ 3º ciclo (7-9 anos)
- ☐ Ensino secundário (10-12 anos)
- ☐ Ensino pós-secundário não superior (ou terciário)
- ☐ Ensino superior universitário (licenciatura, mestrado, bacharelato)

- ☐ Doutoramento

Das seguintes situações, qual a que melhor descreve a sua ocupação principal actual?

- ☐ Exerce uma profissão? Qual? _____
- ☐ Estudante
- ☐ Ocupa-se de tarefas domésticas
- ☐ Desempregada
- ☐ Reformada
- ☐ Permanentemente incapacitada
- ☐ Outra situação. Qual? _____

PAI

(Caso o cuidador principal não seja o pai, indicar o seu grau de parentesco em relação à criança: _____)

Idade: _____

Nacionalidade: _____

Qual é o seu estado civil?

- ☐ Solteiro
- ☐ Casado ou em união de facto
- ☐ Divorciado ou separado
- ☐ Viúvo
- ☐ Não sabe / Não responde

Qual o nível de ensino mais elevado que frequenta ou frequentou?

- ☐ Nenhum (0 anos)
- ☐ 1º ciclo (1-4 anos)
- ☐ 2º ciclo (5-6 anos)
- ☐ 3º ciclo (7-9 anos)
- ☐ Ensino secundário (10-12 anos)
- ☐ Ensino pós-secundário não superior (ou terciário)
- ☐ Ensino superior universitário (licenciatura, mestrado, bacharelato)
- ☐ Doutoramento

Das seguintes situações, qual a que melhor descreve a sua ocupação principal actual?

- ☐ Exerce uma profissão? Qual?
-
- ☐ Estudante
- ☐ Ocupa-se de tarefas domésticas
- ☐ Desempregado
- ☐ Reformado
- ☐ Permanentemente incapacitado
- ☐ Outra situação.
- Qual? _____

Anexo II- Entrevista semi-estruturada “Ansioso por Saber” (Beato, 2016)

Instruções:

Nota: Só realizar esta secção se tiverem sido identificados problemas de ansiedade na entrevista ADIS

Chegámos à fase final da nossa entrevista. Vou-lhe agora fazer algumas perguntas mais abertas. Pretendo saber a sua opinião acerca dos problemas associados à ansiedade do(a) seu(sua) filho(a) e identificar consigo algumas situações que lhe provocam mal-estar.

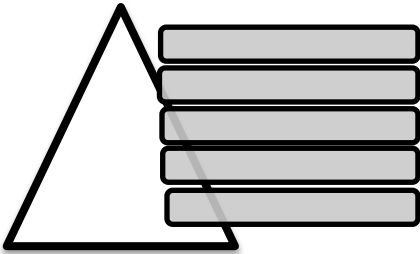
Antes de avançarmos, gostaria de confirmar alguns dados:

Idade da criança: _____

Com quem vive a criança: _____

Questões	Objectivos	Dimensões analisadas	Tempo estimado
1. Como avalia a entrevista realizada em conjunto com o seu filho? Como acha que correu? 2. O que a surpreendeu? Houve alguma coisa de que não estivesse à espera? 3. (Se o progenitor refere desconhecer alguns problemas) O que pensou? E como se sentiu?	➤ Em que medida o progenitor concorda com o discurso da criança. ➤ Analisar a percepção que o progenitor tem do problema.	Grau de concordância entre pai/mãe e criança	2 mn
4. Quais as áreas de maior fragilidade/dificuldade/vulnerabilidade do(a) seu(sua) filho(a)? <i>(OU as áreas em que sente que o(a) seu(sua) filho(a) é mais vulnerável do que outros(as) meninos(as) da mesma idade)</i> <i>Há situações em que o seu filho/a precise de alguém que o/a ajude a ultrapassá-las ou enfrentá-las? Que tipo de situações?</i>	➤ Em que medida o progenitor considera que o seu filho necessita de mais cuidados porque é frágil. ➤ Analisar a percepção	Percepção de vulnerabilidade da criança	2 mn 2 mn

4.1. E quais as suas maiores forças? <i>Quais as maiores potencialidades, capacidades, competências?</i> <i>Em que áreas ele/a é mais forte?</i> 5. Quando compara o(a) seu(sua) filho(a) a outras crianças da mesma idade, considera que ele(a) é mais, menos ou tão frágil/vulnerável como elas? (Se a resposta for mais ou menos frágil, pedir para explicar melhor esta opinião) <i>Em que sentido? Consegue dar-me um exemplo de situações/áreas em que ele/a se destaca por ser mais/menos frágil que outras crianças?</i> 6. Considera que o(a) seu(sua) filho(a) dever ser protegido(a) ou tratado(a) de um modo especial/diferente devido a estes problemas de nervosismo/medos/ansiedade? <i>Acha que os adultos devem ter um cuidado especial na forma como lidam com o seu filho? O que acha que os outros podem fazer para ajudar o seu filho com os seus medos/ansiedade/nervosismo)?</i> <i>Acha que faz o suficiente para ajudar o seu filho/a com estes problemas? Se pudesse, fazia</i>	dos perigos que afectam a criança.		2 mn 2 mn 4 mn
--	---	--	-------------------------------------

mais por ele/a? (Se sim) O que gostaria de fazer mais por ele/a? 7. Quais as principais preocupações que tem em relação ao(à) seu(sua) filho(a) no momento actual? 7.1. Quais as áreas as preocupações que têm em relação ao seu filho/a de acordo com as seguintes áreas de funcionamento <i>(Mostrar folha de registo de preocupações)</i> 7.2. Quais as que mais a preocupam? <i>(Fazer uma hierarquia das 3 preocupações de maior relevância)</i> Das preocupações que identificou (...), peço que as ordene da mais importante/grave para a menos importante/grave. <i>(Avaliar porque é que a primeira é a mais relevante para a mãe/pai)</i> 			
--	--	--	--

8. O que já foi feito para solucionar os problemas relacionados com as preocupações e ansiedade do(a) seu(sua) filho(a)? Quais as estratégias que já foram tentadas? Quais as que usou mais vezes? Quais usou durante um certo período de tempo consistentemente? 8.1. <i>(Se o progenitor identificou alguma/s)</i> Quais foram eficazes? Porquê? 8.2. <i>Quais as estratégias que utilizou mais vezes ou de modo consistente durante algum tempo?</i> 8.3. Quais não foram? Porquê? 9. Já procurou ajuda para solucionar os problemas que identificámos na entrevista? (Dar exemplos se necessário) 9.1. Se sim: Quem procurou? Porque motivos? Quais os resultados obtidos? 9.2. Se não: Porque razão não procurou ajuda? Que sinais seriam necessários estarem presentes para procurar ajuda?	➤ Avaliar o reconhecimento do problema por parte do progenitor. ➤ Identificar os pedidos de ajuda e/ou tratamentos a que a criança foi submetida. ➤ Analisar estratégias e soluções levadas a cabo até ao momento	<i>Estratégias para solucionar o(s) problema(s)</i>	5mn
10. Recorde-se de uma situação recente em que o(a) seu(sua) filho(a) se tenha sentido verdadeiramente ansioso(a)/nervoso(a)/assustado(a)... Nestas situações mais emocionais, os pais habitualmente pensam, sentem e agem de determinadas formas. É natural que nem nos apercebamos do que nos	➤ Analisar as causas que conduzem a reacções de ansiedade nas crianças ➤ Identificar as interpretações, emoções e estratégias	<i>Atribuições causais</i> <i>Reacções emocionais do progenitor</i> <i>Estratégias</i>	

acontece nestas situações mas vamos tentar detalhar o melhor possível o que costuma acontecer. 10.1. O que despoletou/causou a reacção do(a) seu(sua) filho(a)? (Pedir breve descrição da situação) Recorrendo à ajuda deste esquema (® folha de Registo), vamos tentar descrever o que aconteceu consigo... (O entrevistador escreve o que o progenitor lhe diz nos espaços correspondentes) 10.2. O que pensou nessa situação? O que lhe passou pela cabeça? 10.3. O que sentiu? - Temos alguns exemplos que podem ajudá-lo a identificar o que sentiu (© mostrar Cartões das emoções) 10.4. Numa escala de 0 a 8, como classifica a intensidade dessa emoção (em que 0 é nada ... e 8 é muito ...)? 10.5. Até que ponto é que é difícil para si vê-lo(a) nervoso/assustado(a)/ansioso(a)? Gostaria que me dissesse o quão difícil é para si na escala de 0 a 8 (0 é nada difícil e 8 é muitíssimo difícil)?	<i>parentais para lidar com a ansiedade dos filhos</i> ➤ <i>Perceber até que ponto os pais conseguem reconhecer e identificar as suas reacções emocionais, pensamentos , etc.</i>	<i>parentais</i>	
--	---	-------------------------	--

que acha que teria acontecido?			
11. (Se ambos os pais vivem com a criança) Como costuma o pai/a mãe do(a) (nome da criança) reagir e lidar com este tipo de situações? 12. Acha que resulta? Concorda com esta estratégia? 13. Consegue dar-me algum exemplo de uma situação típica ou recente que se tenha passado com ele(a)? 13.1. O que pensou? 13.2. O que sentiu? 13.3. O que fez? Como reagiu? Se pudesse fazia de forma diferente? (Se não concorda com o marido/com a esposa) Costuma fazer alguma coisa para tentar remediar a situação?	➤ Avaliar a reacção emocional e estratégias utilizadas pelo outro progenitor ➤ Analisar o grau de concordância interpaparental relativamente às estratégias e reacções emocionais	Atitude do outro progenitor perante a ansiedade da criança	3 mn
14. O seu/sua filho/a costuma fazer alguma coisa para se sentir menos ansioso(a), nervoso(a), assustado(a) em situações como... (dar exemplos a partir da entrevista ADIS)?	➤ <i>Identificar as estratégias para lidar com a ansiedade por parte da</i>	Estratégias da criança	1 mn

14.1. (Se o progenitor identificou alguma estratégia) Acha que o que ele faz é eficaz para se acalmar? E acha que é eficaz para aprender a lidar e ultrapassar os seus problemas de ansiedade?	<i>criança</i>		
15. Vamos imaginar um cenário: Se o(a) seu(sua) filho(a) se queixasse de dor de barriga, dizendo que não conseguia ir para a escola... (descrever pormenorizadamente) 15.1. O que acha que pensaria? 15.2. O que acha que sentiria? 15.3. O que acha que faria? 16. Imaginemos outra situação: O(A) se(sua) filho(a) convidou alguns amigos para lanche. Já passaram 30mn e nenhum apareceu. 16.1. O que acha que pensaria? 16.2. O que acha que sentiria? 16.3. O que acha que faria?	➤ <i>Em que medida os pais interpretam estímulos ambíguos (físicos e sociais) como sinais de perigo</i> ➤ <i>Avaliar em que medida os pais incentivam o evitamento de situações geradoras de mal-estar</i>	Interpretar estímulos ambíguos como ameaça	3 mn
17. Como acha que a ansiedade/preocupação/medos/nervosismo do seu filho irá evoluir? 17.1. (Se a resposta é que irão desaparecer, aprofundar:) Como acha que vão passar? Porquê? O que tem de acontecer para que passem? Estar	➤ <i>Analisar a percepção que os pais têm acerca da evolução da ansiedade</i> ➤ <i>Identificar crenças relacionadas</i>	Expectativas parentais acerca das consequências da ansiedade para a criança Percepção de	

habituação? Ter encontrado estratégias para lidar com esses medos e preocupações? 18. Que impacto é que estes medos/ansiedade podem ter na vida e no futuro do seu filho/a? (Sentir-se ansioso, com medo ou assustado pode ser prejudicial ou perigoso para o seu filho? Se sim, o que acha que pode acontecer? (consequências)	com a perigosidade da ansiedade	controlo	
19. Porque é que acha que o(a) seu(sua) filho(a) tem esses medos e preocupações? (Explorar) 19.1. Como é que começaram?	➤ Em que medida os pais consideram que a sua ansiedade influencia os seus filhos ➤ Perceber se é aprendido por modelagem ou se é hereditário	Transmissão intergeracional da ansiedade Contexto Processos de modelagem	
20. Tem ou já teve acompanhamento psicológico devido a problemas de ansiedade e/ou depressão? Toma ou já tomou medicação para este efeito? 20.1. (Caso se aplique) E o/a pai/mãe?	➤ Identificar eventuais problemas de ansiedade nos progenitores	Psicopatologia parental	
Chegámos ao fim desta entrevista. Agradeço a sua preciosa colaboração. Diga-me, o que achou da entrevista?			

Houve alguma coisa que o/a fizesse pensar de forma diferente? Que dificuldades sentiu? O que gostou mais?			
---	--	--	--

Anexo III- Consentimento Informado

Caros Pais,

Estamos a desenvolver o estudo "**Ansiedade infantil: a importância dos pais**" em várias escolas do país, nomeadamente no agrupamento do seu educando. É importante que TODAS as crianças do 3º ao 6º anos possam participar. Para isso, só terão de entregar o consentimento que se encontra adiante ao Director de Turma.

Por favor, leiam atentamente as seguintes informações, antes de assinarem o consentimento.

Muito obrigada pela vossa colaboração!

O QUE É ESTE ESTUDO?

O presente estudo tem como principal **objetivo** compreender os factores associados a diversas manifestações de ansiedade em crianças, para que pais, educadores e terapeutas possam lidar e intervir de modo mais adequado com este tipo de problema.

QUEM É A EQUIPA RESPONSÁVEL?

Este estudo insere-se no doutoramento da aluna Ana Filipa Beato na área de Psicologia Clínica da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa (com apoio da Fundação para a Ciência e Tecnologia), sob supervisão científica da Professora Doutora Ana Isabel Pereira e Professora Doutora Luísa Barros.

O QUE ME É PEDIDO E AO MEU FILHO?

A primeira fase do estudo consiste no preenchimento de um questionário que será respondido por cada **criança** numa parte de uma aula, com o apoio da investigadora (aproximadamente 20mn). Este instrumento tem como objectivo avaliar sintomas de ansiedade em diferentes contextos. Os **pais** poderão posteriormente participar no estudo se o desejarem, preenchendo um protocolo que será enviado para casa. Se desejar colaborar nesta fase e nas fases seguintes, que consistem na realização de duas entrevistas (uma dos pais com a criança para avaliação pormenorizada de sintomas de ansiedade e uma dirigida aos pais para compreenderem como lidam com sintomas emocionais da criança), pedimos que assine este consentimento e forneça os seus contactos (ver abaixo).

QUEM TEM ACESSO AOS DADOS?

Apenas os elementos da equipa terão acesso aos dados das crianças e dos pais. Os dados não podem ser utilizados para outros fins que não os da investigação.

SOU OBRIGADO A PARTICIPAR?

A participação neste estudo é completamente voluntária e pode desistir a qualquer momento. Salientamos que quanto maior a adesão, melhor a qualidade do estudo e a possibilidade de identificar problemas de ansiedade.

QUEM DEVO CONTACTAR SE TIVER QUESTÕES OU PROBLEMAS RELACIONADOS COM O ESTUDO:

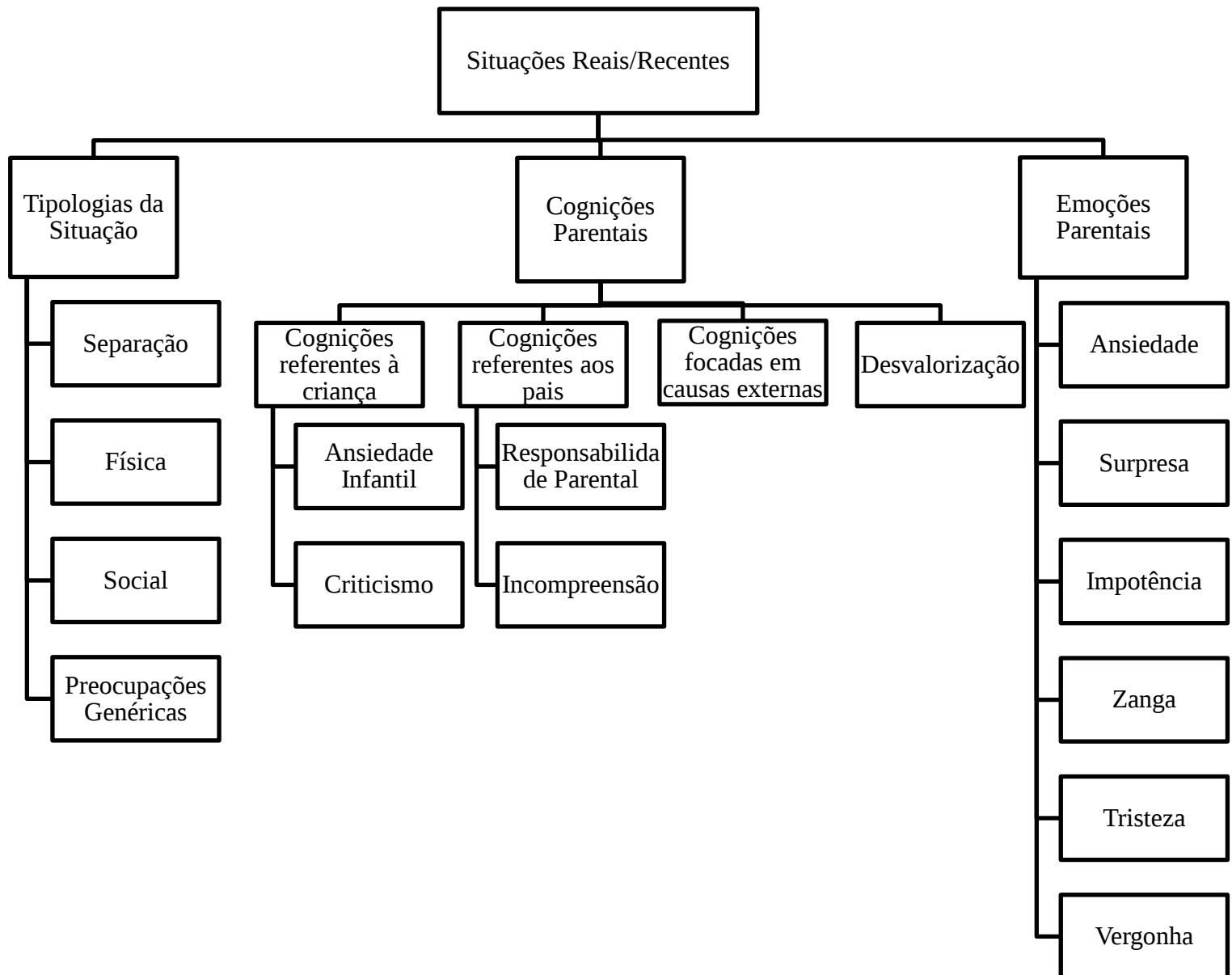
Ana Filipa Beato Correio eletrónico: ana.beato.07@hotmail.com

(Separe esta parte folha pelo picotado e entregue-a ao Diretor de Turma do seu filho)

Eu, _____, encarregado(a)
de educação do(a) aluno(a) _____
do ___ ano, turma _____, li a informação e:

☐ Autorizo a participação do meu filho no estudo sobre problemas de ansiedade na infância, disponibilizando para o efeito os seguintes contactos

Anexo IV- Apresentação das categorias das situações reais/recentes



Descrição das subcategorias da categoria: “Tipologias da situação”.

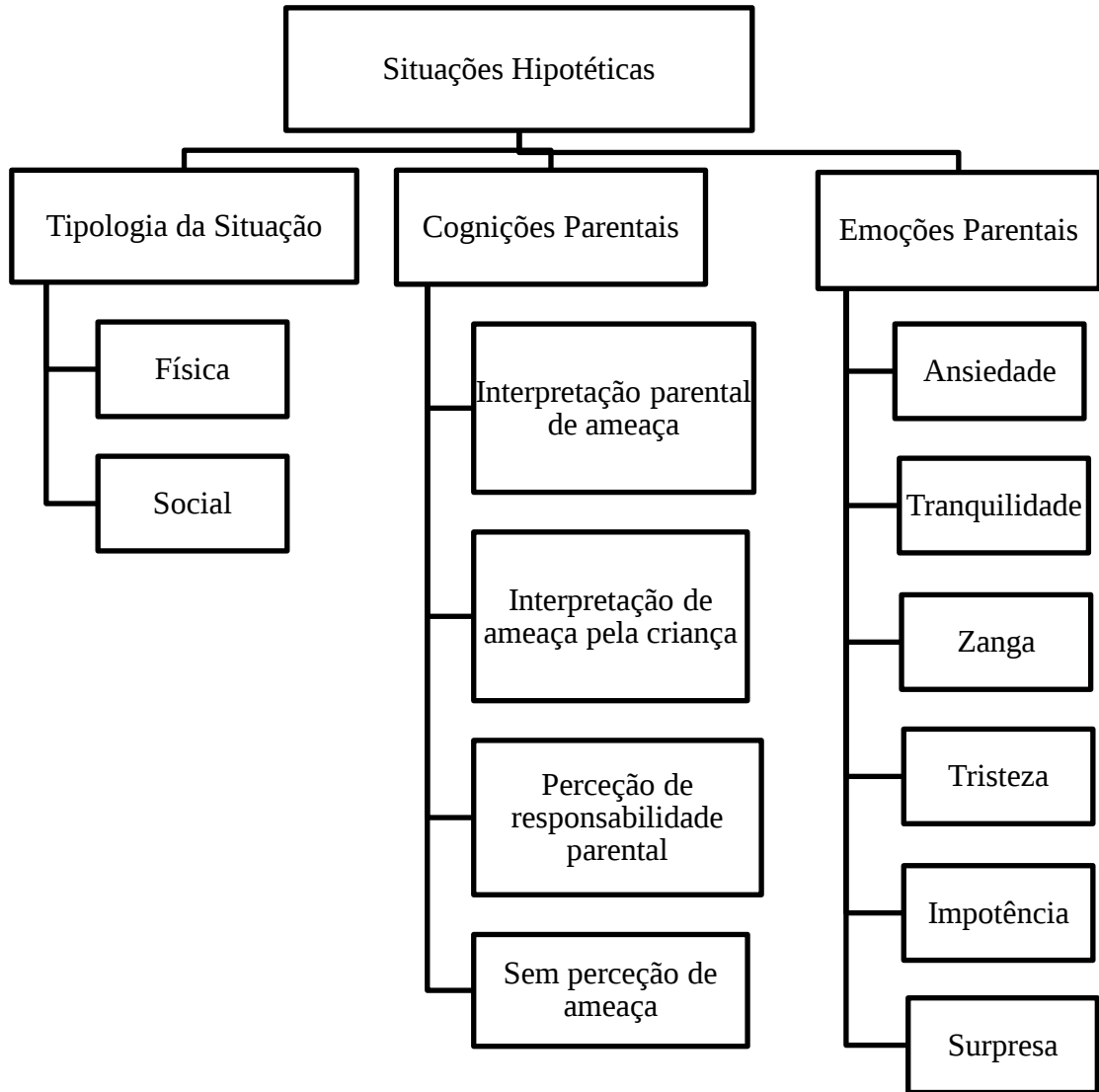
Subcategorias	Definição	Exemplo da unidade de registo
Separação	Manifestação de ansiedade da criança em situações de separação em relação às figuras de referência.	<i>“Por exemplo quando ela teve de ficar com o padrasto e nunca tinha ficado só com ele e com a irmã, ela aí ficou preocupada, estava só lá com eles” (Mãe, género feminino, de 9 anos)</i> <i>“A questão dos acampamentos dos escuteiros, o facto de ser separada de mim, o ter de dormir fora” (Mãe, género feminino, de 10 anos)</i>
Social	Manifestação de ansiedade da criança em situações sociais e/ou de desempenho	<i>“Quando vai ter testes, ela fica logo muito nervosa com isso, tem medo de falhar” (Pai, género feminino, de 9 anos)</i>
Física	Manifestações de ansiedade e medo, na presença ou antecipação de um determinado objeto ou situação específicos.	<i>“Na altura em que me apercebo que a minha filha tinha acabado de ver um cão e já estava a fugir...”. (Mãe, género masculino, de 9 anos)</i>
Preocupações Genéricas	Manifestações de ansiedade e preocupações excessivas com determinados temas do quotidiano.	<i>“Na altura em que fiquei desempregado, falamos com ele e notei que ele ficou bastante preocupado com isso, e não são coisas para a idade dele” (Pai, género masculino, de 9 anos)</i>

Caraterização das “Cognições dos pais” numa situação real.

Subcategorias	Subtemas	Definição	Exemplo da unidade de registo
Cognições referentes à criança	Ansiedade infantil	Os pais focam-se na identificação e/ou descrição de manifestações de ansiedade por parte da criança.	<i>“Não, já estou à espera, já conheço, aquilo é o habitual, ela fica logo assim.”</i> (Mãe, género feminino, de 10 anos)
	Criticismo	Os pais criticam a criança, e/ou consideram o seu comportamento excessivo ou desproporcional face à situação.	<i>“Pensei que ele está a ser pateta. É o que penso.”</i> (Mãe, género masculino, de 11 anos) <i>“Pensei que aquilo era um disparate completo”</i> (Mãe, género feminino, de 9 anos)
Cognições referentes aos pais	Responsabilidade Parental	Os pais percecionam-se como responsáveis ou como tendo obrigação de ajudar a diminuir o desconforto dos seus filhos e de gerir a situação. Podem também sentir-se culpados ou culpar o outro progenitor pelo desconforto da criança.	<i>“É o que eu faço agora, como é que eu vou resolver este assunto.”</i> (Mãe, género feminino, de 11 anos) <i>“Pensei em ter mais atenção. A maneira de passar a mensagem a ele...Tenho de o proteger mais, tem de ser.”</i> (Pai, género masculino, de 9 anos)
	Incompreensão	Os pais evidenciam dificuldade em compreender	<i>“É aborrecido, porque não está ninguém lá em casa:</i>

	as reações de ansiedade dos filhos.	<i>“Mas tens medo do quê?”, e ele não responde.” (Mãe, género masculino, de 9 anos)</i>
Cognições focadas em causas externas	Os pais justificam a manifestação de ansiedade da criança como uma resposta a acontecimentos negativos ou geradores de stress.	<i>“Pensei que tinha tido algum pesadelo ou alguma situação desagradável na escola” (Mãe, género feminino, de 9 anos)</i>
Desvalorização	Os pais interpretam as reações emocionais, físicas e comportamentais da criança como manifestações normativas e/ou ajustadas à sua fase de desenvolvimento.	<i>“Pensei que ele queria mesmo vir embora [risos]. Não, eu pensei que estava com muitas saudades nossas. E por estar muito habituado a estar aqui assim conosco...” (Mãe, género masculino, de 11 anos)</i>

Anexo V- Apresentação das categorias das situações hipotéticas



Caraterização das “Cognições dos pais” em cenários hipotéticos.

Subcategorias	Definição	Exemplo da unidade de registo
Interpretação parental de ameaça	Os pais interpretam a situação como ameaçadora, evidenciando mal-estar e preocupação com a criança.	<i>“Será que é mesmo dor de barriga? Será que não se passa alguma coisa na escola? Vou é avaliar, vou perceber melhor”.</i> (Mãe, género feminino, de 9 anos)
Interpretação de ameaça pela criança	Os pais consideram que a situação seria potencialmente ameaçadora para a criança, antevendo que esta se sentisse ansiosa e ou preocupada.	<i>“Pensaria que ela ficaria muito nervosa e estaria a tentar fugir de qualquer coisa, não é?”</i> (Mãe, género feminino, de 12 anos)
Perceção de responsabilidade parental	Os pais focam-se na sua responsabilidade em gerir a situação geradora de mal-estar e diminuírem o desconforto da criança.	<i>“É assim, tentava ver se havia ali alguma razão física justificativa, se são aquele tipo de dores, as tais dores de evitar, podia dar alguma coisa, tipo um analgésico.”</i> (Mãe, género feminino, de 11 anos)
Sem perceção de ameaça	Os pais não interpretam a situação apresentada como ameaçadora.	<i>“Pensava que se calhar estavam atrasados [Riso ligeiro]. Sim estavam atrasados só.”</i> (Mãe, género masculino, de 11 anos) <i>“Eu acharia perfeitamente normal, a sério”</i> (Pai, género masculino, de 9 anos)

Anexo VI- Análise das entrevistas

ID	Entrevista	Análise da entrevista
5. Mãe	(E)- Recorde-se de uma situação recente em que a Ana Carolina se tenha sentido nervosa ou preocupada ou assustada... (M)- <u>Nos testes...</u> (E)- Então o que é que pensou nessa altura quando a viu assim nervosa e claramente percebeu que ela...O que é que pensou? (M)- <u>Pensei que ela estava com medo de alguma coisa, receio.</u> (E)- No seu caso não sabia bem o que seria.. Ok.. E como é que se sentiu? Já agora para ajudar assim a identificar o que sentiu, porque nem sempre é fácil, tenho aqui uns cartõzinhos que poderão eventualmente dar uma ajuda. (M)- Como é que eu me sinto ou como é que ela se sentiu? (E)- Não, neste caso a mãe. (M)- A mãe... <u>Senti-me impotente porque não sabia o que havia de fazer mais a ela..</u> (...) (E)- Ok, vamos só imaginar um cenário: imagine que a Ana Carolina, um dia acordava dizia que lhe doía a barriga ou a cabeça e que não queria ir para a escola. O que é que a mãe pensava? A primeira coisa que pensava era? (M)- <u>Pensei que realmente ela tivesse algum medo sobre alguma coisa</u> e perguntaria a ela o que é que realmente se estava a passar na escola para ela não querer ir para a escola (E)- Ok... E como é que se sentiria? (M)- Era o receio de ela não querer ir para a escola. (E)- Hummm, Hummm portanto também se vê com algum medo que ela não quisesse... (M)- Sim sim, por alguma coisa que tivesse acontecido.	Tipologia Social Cognição focada em causas externas Impotência Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança

	(E)- Portanto ficou preocupada se calhar... (M)- Sim sim sim (E)- É mais preocupada ou mais com medo? (M)- <u>Mais preocupada</u> (E)- Humm hummm e imagine outro cenário, que convidou umas amigas para irem lanchar lá a casa e, portanto, passou meia hora e nenhuma apareceu.... O que é que era a primeira coisa que a mãe pensaria era o quê? (M)- Esqueceram-se... Que ela não é muito de convidar ninguém lá para casa ou esqueceram-se ou... <u>tiveram coisas a fazer e esqueceram-se de avisar</u> (E)- E como é que se sentiria? (M)- Eu sentia-me normal porque não sinto diferença, <u>sinto-me assim um bocadinho triste por ver a minha filha a convidar os outros e os colegas não terem ido a casa dela</u>, no entanto, no aniversário passado, não foi este, foi o outro, fizemos festinha e houve muitos meninos e só foram dois meninos...houve muitos meninos que não foram. E ela ficou triste e ela ficar triste eu também fiquei triste também.	Ansiedade (Preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação parental de ameaça Tristeza
--	---	--

21. Mãe	(E)- Lembra-se de algum dia em particular em que tivesse tentado que ele fosse ou que tivesse visto o seu filho nervoso porque tinha de ir para a água? Ou porque estava perto da água? Recorda-se de alguma situação? (M)- Não, penso que pronto(...eh...) Ele nervoso penso que não. Penso que não seja pelo nervoso, mas se calhar evita, não sei. Como tem medo...Mas pronto a gente como vai para uma zona calma, se calhar ele até...agora se for para (hum) para praias que haja muita ondulação, ele não vai. Tanto que quis pô-lo, uma semana aqui na Câmara, e eles fazem semana de férias, vão à Costa de Caparica. E ele sabe que na Costa de Caparica há muitas ondas e ele não queria ir. “Oh filho, mas aproveita esta oportunidade, é a última semana, é o último ano até, que tu podes ir. Vai, experimenta, deve ser engraçado.” Mas não. Disse logo que não, não consigo. Coisas que- onde ele tem medo, não vale a pena. Isso o mar, para ele... (E)- Essa situação, em que vocês queriam que fosse para a praia e ele não quis ir...Bom, situações deste género, que são um bocadinho emocionalmente intensas... Nós nem sempre, às vezes, nos lembramos do que pensamos, do que é que sentimos, são coisas muito automáticas, que fazemos rápido. Este esquema vai-me só ajudar um bocadinho a perceber o que terá acontecido naquele momento, ou seja, no momento em que, se calhar, propõe irem para a praia e ele portanto diz que não, que não quer. O que é que a mãe pensou? O que é que a Sara pensou? (M)- Primeiro pensei que ele, pronto, o ir sozinho, não é. Não tem o pai, não tem a mãe... (E)- Portanto, ele não quer ir sem nós. O problema dele é isso, o ir sem nós. (M)- Mas essencialmente <u>o ter de ir para a praia... fora de questão</u> (E)- Portanto aí havia também o problema da água. Portanto ele não vai saber lidar com isso. Ok. E o que é que sentiu? No momento em que ele ...já agora tenho aqui uns papelinhos que podem ajudar, porque não é fácil saber o que se sente. No momento em que lhe diz que não quer ir, nada disso...Como é que a mãe se sentiu? (M)- Sim (...eh...) Quer dizer, é uma mistura. Eu acho que a gente nos <u>sentimos impotentes</u>, mas é acho que não sabemos como é que a gente há de lhe transmitir mais calma pronto... (...) (E)- Vamos imaginar um cenário. É mesmo só hipotético.	Tipologia Física
		Cognição referente à criança – Ansiedade Infantil
		Impotência
		Situação Hipotética tipo Físico

	Vamos imaginar como nós, se ficarmos numa situação deste género, podemos reagir. Imagine que o João lhe diz que...logo de manhã quando supostamente está acordado para a escola e tal e tal, passado um tempo ele diz “olha doí-me muito a barriga, não quero ir para a escola”. Qual é a primeira coisa que a mãe pensa? (M)- Se ele está a mentir. [riso da própria] É que essa da dor de barriga, ele sabe que muita gente... porque ele, pronto...mas ele também se percebe. Há muitos que mentem. Ele nisso...para ver se caía, ele podia estar a mentir, mas penso que ele não me ia mentir. Porque ele como nunca inventou desculpas para ir para a escola. Ele mesmo doente queria sempre ir para a escola. Primeiro podia pensar, será que estás a mentir-nos? Até agora não. <u>Tentava ver se realmente era verdade</u>, mas como é coisas que ele...muitas ainda nem passei por aí...porque ele para a escola... nunca se queixou de nada. (E)- O que é que acha que sentiria, se isto acontecesse? (M)- Sentia-me...pronto, se realmente fosse verdade, <u>sentia-me preocupada</u>. O que é que ele tinha, o que é que não tinha, pronto. (E)- E como é que...por exemplo, agora pegando noutra exemplo. Como é que acha que reagia se o João não quer dizer, num determinado dia, que tinha convidado uns amigos para ir lanchear a casa. Ele estivesse em casa, estivesse à espera dos amigos, passasse trinta minutos e os amigos não chegassem, não há sinal...O que é que acha que pensaria? (M)- Pensava...<u>O que é que teria acontecido? Será que brigaram, ou os outros desistiram de ir ali, não sei...</u> (E)- Como é que se sentiria? (M)- <u>Não sei se muito preocupada</u>, não sei.	Perceção de responsabilidade parental Ansiedade (Preocupação) Situação hipotética do tipo social Interpretação Parental de Ameaça Ansiedade (Preocupação)
66. Mãe	(E) –Agora vou só pedir-lhe para se recordar de uma situação, eventualmente recente, em que ele se tenha sentido muito assustado ou muito preocupado ou muito	

	nervoso com qualquer coisa e que a mãe tenha achado que não era situação para isso. Que achou que ele estava a exagerar. (M) – Eu não me lembro nada dessas situações. Não me lembro de ter acontecido alguma dessas. Ah... Mas é uma coisa mínima, <u>tipo nasceram lá uns cachorrinhos em nossa casa e eu ia a tirar o carro ou o pai, ele, os cães estavam todos lá dentro do cesto, mas ele aos gritos que íamos matar os cães.</u> Era exagero, pronto. (E)–Já agora, o que é que pensou nessa situação quando ele começa a ficar...? (M)– <u>Eu penso sempre que ele é um histérico, a sério [riso do próprio], é um exagero.</u> (E)- Ok, e o que é que sentiu já agora? (M)– Olhe, <u>sinto vergonha</u>, que ele dá cada grito. Sinto vergonha mesmo, porque os vizinhos estão a ouvir [riso do próprio]. (...) (E) - Vamos agora só imaginar dois cenários hipotéticos que não aconteceram provavelmente, mas é só para imaginar como é que se calhar nessa situação podíamos reagir. Imagine que o Zé lhe diga, um certo dia de manhã: “Olha mãe, dói-me a barriga e não consigo ir para a escola”. A mãe o que é que pensaria nessa situação? (M) – “Hã”, dele dizer que não queria ir? <u>Se ele tivesse mesmo doente, tudo bem, ficava em casa passa e passa,</u> Hã mas, ele normalmente, ele não me mente eu conheço-o bem, também descobriria de certeza ele...ele também acabava por dizer. (E) - Como é que se sentiria provavelmente? (M) – Eu agiria da forma que estou a dizer, agora se ele continuasse a fazer a fita e aquelas birras <u>é lógico que me ia enervar</u>, não é? (E) – Irritava-se. (M) – <u>Irritava-me.</u> Mas ia reagir normalmente: “Menino desculpa lá mas estás a fita e vais para a escola”. Agora se ele fizesse aquelas birras, porque ele ainda faz birras de bebé, “hã”, ai enervava-me, não é? Ia ser mais difícil pô-lo da porta para fora mas enervava-me claro. (E) – Outra situação diferente. Imagine que o Zé convidou	Tipologia Física Cognição referente à criança – Criticismo Vergonha Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Zanga (Irritabilidade) Situação hipotética de
--	--	--

	os amigos para ir lanchar lá a casa. Entretanto já passou meia hora e ninguém apareceu, “hã”, o que é que acha que pensaria? (M) – Dos colegas não aparecerem? <u>Não é nada, por mim foi mal combinado, foi mal combinado.</u> (E)-Como é que acha que se sentiria? (M) –Eu não, eu nem sei o que é que hei de dizer, eu não... não me estou a ver nessa situação, <u>sentia-me tranquila.</u>	tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
125. Mãe	(E) –Dentro daquilo que já falámos, dê-me um exemplo recente que tenha acontecido a sua filha ficar nervosa. (M) – Ai agora foi a parte dos pedintes, dos mendigos. Ela olhava para eles e dizia: “Oh mãe estou cheia de pena, quero ir dar uma moeda”, e pronto, essas situações às vezes... (E) – Ok. Então vamos falar dessa situação. que eu acho que também podemos falar sobre ela, “hã”, quando nós estamos em situações mais emocionais digamos assim, “hã”, nós pensamos, agimos e sentimos de uma maneira muito automática e muitas vezes não temos bem noção e não detalhamos aquilo que nos está a acontecer, porque é tudo muito rápido. Aquilo que eu vou fazer agora consigo neste esquema é tentar perceber um bocadinho o que é que, por exemplo, quando se apercebe, portanto, vocês estão em Itália, ela apercebe-se que há uma situação nova, em que ela não tinha noção que existem muitas pessoas carenciadas e a pedir, isso mexe com ela, e entretanto há um momento em que a mãe se apercebe aquilo estava a mexer com ela e de uma maneira muito incomodativa. “Hã”, nesse momento, tente lembrar-se dele e recordar-se o que pensou. (M) – O que eu pensei em relação a ela...? Foi surpresa... Ah e <u>ser uma criança muito sensível a estas situações.</u> (E) – Ah sim, sim. Portanto, se calhar isso foi o que pensou, até mais do que sentiu, não é? (M) – Sim, sim. (E) – Se calhar: “Está-me a surpreender no sentido em que não estava à espera que fosse tão sensível”. (M) – Sim, porque ela disse: “Oh mãe estou quase a chorar só de ver”, e quando dá alguma reportagem: “Mãe muda que eu estou quase a chorar”. (E) – Nesse momento o que é que sentiu? Já agora tenho	Tipologia Física Cognição referente à criança – Ansiedade infantil

	aqui uns cartõezinhos, no momento em que a sua filha começa a querer falar muito aqui dos pedintes e a reforçar essa ideia, “hã”, vamos tentar perceber o que sentiu. (M) – Eu acho que para além disso, que ela é muito sensível às coisas que a rodeiam. “Hã”, <u>surpresa</u> pelo facto de ela dar muita importância a essas, a essas situações. (...) (E) – Vamos imaginar dois cenários, portanto completamente hipotéticos. “Hã”, imaginemos que a Sofia acordava de manhã e dizia: “Olha doí-me a barriga e não quero ir para a escola”, qual é a primeira coisa que a mãe pensa, nesse momento? (M) – Que <u>ela está muito ansiosa e que não quer por algum motivo</u>, pergunto-lhe qual é o motivo. (E)- O que é que sentiria numa situação assim? (M) – Como é que me sentia? Sinto mal, porque acho que alguma coisa está mal para ela se ir a sentir ansiosa para a escola. (E) – Sentia-se mal. Vamos só tentar discriminar emocionalmente alguns sentimentos. Portanto, dentro destes exemplos, o sentir mal estaria mais próximo da ansiedade, mais próximo da tristeza, mais próximo de outro tipo de sentimentos? (M) – <u>Mais se calhar ansiedade</u>, por não saber exatamente o que é que ela sente. “Hã”, e pronto. (E) – “Hã”, outro cenário. Imaginemos que a Sofia convidou umas amigas para irem lá lanchar em casa, entretanto já passaram trinta minutos e ainda ninguém apareceu. A primeira coisa lhe passa a si pela cabeça é o quê? (M) – A mim? <u>Que elas por algum motivo vêm mais tarde, não fico com nenhuma ansiedade.</u> (E) – Ok, portanto o que sentiria? (M)- <u>Sentia-me tranquila</u> com a situação.	Surpresa Situação hipotética de tipo Físico Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
147. Mãe	(E)- Lembre-se de uma situação recente em que a sua filha se tenha sentido mais ansiosa? (M) – Quando fui operada a um pé, ao pé, ao dedo. (E) - Ok e o que é que tinha de fazer?	

	(M) – Hum, hum, é uns quistoszinhos, por baixo do pé. (E) - Tinha uns quistos. Ok. Pronto. E então, quando ela soube, foi no momento em que ela soube? Não? Quando é que ela começou assim a ficar mais preocupada com isso? (M) - <u>Foi quando eu fui à consulta de anestesia, quando soube que eu também ia ser operada em tal dia.</u> (E) - No dia em que soube. (M) – Sim. (E) - Ok. Quando se apercebeu que ela estava assim mais preocupada porque começou a fazer muitas perguntas e tal, o que é que a mãe pensou? (M) - <u>Pensei que ela estava, que estava a ficar preocupada comigo. Com medo que acontecesse alguma coisa. De ir ao hospital.</u> (E) - "<i>Ela estava a ficar preocupada comigo</i>" Ok. O que é que sentiu, já agora, as vezes não é fácil a gente dizer o que é que sentiu, se puder, se isto ajuda. São os sentimentos que eventualmente podemos, que podem ocorrer naquele momento. Quando a vê assim a fazer estas perguntas todas, um bocadinho agitada e preocupada, como é que se sente a mãe? (M) - <u>É com medo</u>, que ela, pois, pensasse que fosse uma coisa pior Apesar de ser uma coisa simples. (...) (E)- Vamos só imaginar assim um cenário, que é imagine, isto aqui são mesmo situações que não acontecem, mas que, só para imaginarmos. Imagine que a Marta se queixa de dor de barriga e diz que não consegue ir para a escola. O que é que a mãe pensa nesse momento? (M) - Sei lá. São casos em que pensava que ela não queria ir para a escola, mas ela é ao contrário, <u>o que quer é ir para a escola é porque tinha mesmo a dor de barriga.</u> (E) - Tinha mesmo a dor de barriga. Como é que se sentiria? (M) - <u>Sentia-me preocupada</u> pois. Em relação ao porquê? (E) - Ok. Outra situação, a Marta convidou os amigos para ir lá lanchar a casa, entretanto já passaram 30 minutos e ninguém aparece. Como é, o que é que acha que pensaria nesse momento, a mãe?	Tipologia Física Cognição referente à criança – Ansiedade infantil Ansiedade (medo) Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Ansiedade (preocupação)
--	--	---

	(M) - <u>Os colegas não queriam</u>. Pronto, não iam. Por algum motivo. Não sei. (E) - Como é que acha que se sentiria? (M) - Ai, <u>triste!</u>	Interpretação parental de ameaça Tristeza
186. Mãe	(E)- Lembre-se de uma situação recente em que a sua filha se tenha sentido mais ansiosa? (M)– Foi na escola, e estava ali e com receio que o professor disse-se alguma coisa. Os professores dela estar ainda naquilo, e portanto acabou a aula e ela teve que sair. E deixar as coisas e <u>começou ao longo da manhã, foi a primeira aula da manhã, a pensar. Quando chegou a casa e quando eu cheguei: “Oh mãe, não sei se tenho, não sei se tenho, e é a última aula, não sei se entreguei o trabalho, e agora?, e a minha nota?”</u> e depois eu agarrei nela e disse: “Pronto”. Eu não consegui trabalhar, não é? Portanto... (E) – Portanto, a partir do momento que a vê a chorar desesperada, o que é que pensou? O que é que passa assim na cabeça enquanto mãe? (M)– “Hã”... Sei lá... nem sei... <u>É o que eu faço agora... “hã”... O que é que... Como é que eu vou resolver este assunto...</u> porque ela estava naquele desespero, “hã”, sobretudo com a situação da nota...Porque ela queria, isto é ver... porque ela queria atingir um outro patamar e... (E) – Exatamente. Portanto, o que é que eu faço agora, ela está desesperada, não é? E o que é que sentiu? Ansiedade, medo, nervosismo, tristeza...Enfim, lembre os sentimentos... (M)– Indisponível e ao <u>mesmo tempo zangada comigo própria</u>, com a minha vida. (E) – “Hmm hmm”. Zangada... (...) (E)– Vamos imaginar um cenário, uma coisa um bocadinho diferente só para percebermos como é que numa situação desse género e gente poderia reagir. Imaginemos que, por exemplo, a Rita acorda um dia de manhã e diz: “Olha estou muita dor de barriga e não quero ir à escola”. O que é que neste momento, assim de repente, o que é que lhe passaria pela cabeça? (M)– “Hã”... para já, <u>tentava averiguar, “hã”, dói como, onde, “hã”, esse tipo de...</u>	Tipologia Social Cognição referente aos pais – Responsabilidade parental Zanga Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça parental

	(E)- Ok, o que acha que sentiria nessa situação? (M)- O que é que eu sentiria?... <u>Preocupação</u>, o que é isto e como é que isto está portanto. (E)-Ok. Outra situação, a Rita convidou os amigos para ir lá lanchar a casa, entretanto já passaram 30 minutos e ninguém aparece. Como é, o que é que acha que pensaria nesse momento, a mãe? (M)- <u>Será que as mães não deixaram vir brincar com a Rita?</u> “Hã”... será que estão atrasadas por qualquer razão? (E) – “Hmm hmm”. Muito bem. E como é que acha que se sentiria? (M) – <u>Preocupada...</u>	Ansiedade (Preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação parental de ameaça Ansiedade (Preocupação)
206. Mãe	(E)- Recorde-se de uma situação recente em que o seu filho se tenha sentido nervoso ou preocupado ou assustado... (M)- Foi quando ficou na casa da avó. <u>Quando eu percebei foi quando ele me ligou a dizer que não queria ficar lá, que queria-se vir embora [risos].</u> (E)- Foi logo na primeira semana mais ou menos? (M)- Foi, ele chegou à sexta-feira à noite e, supostamente, eles eram para, para virem para cima ao domingo de manhã e a minha mãe à sexta-feira falou comigo e disse: "vou mas e ver se falo com o Diamantino para ver o que é que ele diz". E a minha mãe disse-lhe a ele que se calhar ficava lá mais um semana e depois eu ao sábado liguei-lhe porque a minha mãe ao sábado ia comprar os bilhetes para eles virem para cima. E eu falei com ele e ele disse: Não quero e eu quero-me ir embora, não quero estar aqui. Eu quero-me ir embora". E depois eu falei com ele e disse, pronto, expliquei-lhe, queres ficar aí... (E)- E o que é que a mãe pensou? (M)- <u>Pensei que ele queria mesmo vir embora [risos]. Não, eu pensei que estava com muitas saudades nossas. E por estar muito habituado a estar aqui assim connosco...</u> (E)- Portanto, por estar muito habituado a estar connosco... (M)- É! E queria vir embora, pronto. (E)- Portanto, ele está muito habituado a estar connosco por isso é que está triste mas ainda assim é importante para ele. Hmm, hmm, ok. É importante ele ficar, não é?	Tipologia Separação Desvalorização

	Como é que se sentiu? Já agora, temos aqui estes cartõezinhos para nos ajudar a identificar os sentimentos porque nem sempre é fácil (apresenta cartões). O que é que acha que a mãe sentiu quando o seu filho lhe liga, lhe diz que está muito triste, que quer vir embora, que não quer ficar... (M)- Um bocado <u>triste</u>. (...) (E)-Vamos só imaginar. Imagine que, é mesmo hipotética a situação, imagine que o Diamantino (hã) acorda um dia, diz que lhe dói a barriga, que não quer ir para a escola. O que é que a mãe pensa? (M)-<u>Eu acredito nele. Até pode ser mentira, mas eu acredito nele.</u> (E)- Hmm, hmm, e no primeiro momento em que ele lhe diz, olha dói-me a barriga, não consigo ir para a escola. Como é que se sentiria? (M)- <u>Ficava preocupada.</u> (E)- Outra situação diferente. Imaginemos que o Diamantino diz que hoje vão lá lanchar uns amigos meus a casa. Entretanto, ele está com a mãe em casa, já passou meia hora e esses amigos ainda não chegaram. O que é que acha que pensaria? (M)- [pausa] Pois, não sei [risos]. <u>Talvez que os amigos não quisessem ir</u> ou não pudessem mesmo ir e não pudessem avisar. (E)- Como é que acha que se sentiria? (M)- Ficava um bocado <u>triste</u> com essa situação.	Tristeza Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Ansiedade (preocupação) Interpretação parental de ameaça Tristeza
248. Mãe	(E) – Lembra-se de alguma última vez em que ela tivesse chorado ou tivesse ficado muito nervosa nalguma situação? (M) – Não, <u>foi com os testes só, ela fica nervosa.</u> (E) – O que é que pensou? (M)– Eu não raciocinei muito bem. Na altura fiquei assim um bocado baralhada. <u>Pensei assim: “Deixa cá ver o que eu vou dizer”, porque é assim... eu prefiro que ela durma, descanse e foi o que eu pensei e: “Vou deixa-la choramingar um pouco” e: “Vou-lhe dizer que as coisas</u>	Tipologia Social Cognição referente aos pais – Responsabilidade parental

	vão-se resolver”. E conversei um bocadinho com ela, eu disse: “Olha Maria, não há nada como uma noite bem dormida. É assim, tu achas que não sabes nada, então já não vais mexer mais nos cadernos. Vais deixar os caderninhos sossegados porque se não está a absorver nada, não vale a pena insistires. É porque o teu cérebro está cansado de estudar”. (E)- Ok, como é que a mãe se sentiu nessa situação? (M)- Eu senti-me sei lá, <u>ansiosa</u> com a situação. (...) (E)-Agora vamos imaginar uma situação diferente, agora é mesmo imaginar um cenário para ver como é que eventualmente, numa situação deste género, poderíamos pensar e poderíamos reagir. Imaginemos por exemplo que a Maria lhe diz que está com dor de barriga, que se está a sentir assim um bocadinho indisposta e que não quer ir para a escola. O que é que acha que assim, a primeira coisa que pensaria era? A mãe. (M)- <u>“Hã”, pensaria que ela estava muito nervosa e está a tentar fugir de qualquer coisa, não é? Não sei... tentaria... isso já aconteceu.</u> Já aconteceu ela estar em casa e ter dor de barriga e eu digo-lhe: “Olha Maria, devem ser gases. Vais para a casa de banho um bocadinho porque isso são gases com certeza, vais para a sanita, estás um bocadinho na casa de banho e vais ver que...”, “Oh mãe, não é”. (E)- E o que é que sentiria numa situação assim se ela lhe dissesse, aliás, já aconteceu, mas de qualquer modo se acontecesse outra vez como é que se sentiria? A mãe. (M)- <u>Eu sinto-me sempre angustiada</u> quando ela está assim, mas como já lhe disse tento não o transparecer, mas faço com que ela dê a volta à situação e vai para a escola, porque ela própria não quer faltar à escola. (E)-Ok. Outra situação um bocadinho diferente. Imaginemos que a Maria convida uns amigos para irem lá a casa lanchar, “hã”, entretanto já chegou a hora, aliás, já passou a hora, já passou meia hora e ainda ninguém disse nada. O que é que acha, a mãe neste caso também, o que é que acha que pensaria naquele momento? (M) – Se calhar... <u>sentiria que os meninos não queriam estar com ela ou alguma coisa, não é?</u> (E) – Pensaria que os meninos não eram capazes de estar com ela.	Ansiedade Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança Tristeza (angustia) Interpretação parental de ameaça
--	--	---

	(M) – Exatamente. (E) – E sentir-se-ia como? Preocupada, com medo, triste? (M) – Não, com alguma <u>preocupação</u>.	Ansiedade (preocupação)
299. Mãe	(E)– “Hmm hmm”. E por exemplo naquelas situações em que a Carolina está com medo de ir para a cama, o que é que a si lhe passa pela cabeça? Porque eu acho que estas assim são mais exemplificativas dos momentos em que ela está mais ansiosa, não é? Haverá outras razões como é óbvio, mas essa é uma boa, “hã”, O que é que lhe passa pela cabeça quando pede ajuda, ou que não consegue dormir ou que está a sonhar com coisas? (M)– Exato. Eu quero que ela tenha confiança e que pense... e relativizar um pouco as coisas. O que é que eu sinto? Eu sinto... eu sinto que ela tá... tá ansiosa, <u>que é uma coisa que a preocupa e...que é verdadeira, que não tá a fazer manha naquela estou a ver se...</u> (E)– Ok, portanto o que lhe passa... o que pensa e o que lhe passa pela cabeça é que ela está ansiosa está realmente a ser verídica, ela está com medo, não é? (M)– Está. (E)- Ok, O que é que a mãe nesse momento sentiu? (M)- <u>Eu quando ela fica assim sinto-me preocupada, um pouco ansiosa.</u> (...) (E)– “Hmm hmm” Estamos já quase a chegar ao final, vou só pedir-lhe que... vamos imaginar um cenário, é só mesmo... vamos imaginar a situação para perceber como é que poderia reagir a uma situação deste género. Imagine que a Carolina se queixa por exemplo de uma dor de barriga e diz que não quer ir para a escola, que não se está a sentir bem, o que é... acha que nessa situação, obviamente que isto é hipotética, não é?... (M)– <u>“Vais, eu vou contigo, vamos conversando no caminho e vais ver que isso passa, isso deve ter sido alguma coisa que tu comeste”</u> (E)– “Hmm hmm” (M)– “Não tem problema nenhum, vê lá se queres ir à casa de banho antes de ires para a escola e vamos falando e se piorar qualquer coisa ligas-me”.	Tipologia Física Cognição referente à criança – Ansiedade infantil Ansiedade Situação hipotética de tipo físico Perceção de responsabilidade parental

	(E)– “Hmm hmm”. O que é que acha que sentiria nesse momento? (M)– Eu? (E)– “Hmm hmm” (M)– Fico com o telefone mais próximo (riso) <u>fico preocupada, alguma ansiedade talvez.</u> (E)– Ok. Outra situação, imaginemos que ela convidou alguém para lanchar... Uns amiguinhos digamos. Já passaram... meia hora, quinze minutos ou o que seja e ainda ninguém apareceu. O que é que acha que numa situação dessas pensaria? (M)– <u>Estão atrasados</u>, vamos ver o que se passa, se for preciso vamos busca-los. (E)– Ok. Como é que acha que se sentiria numa situação desse género? (M)– Como é que eu... não vejo que seja de propósito que as pessoas se (não se compreende), portanto como é lógico, não? <u>Então, tão atrasadas, completamente tranquila.</u>	Ansiedade Sem perceção de ameaça Tranquilidade
316. Mãe	(E)- Lembre-se de uma situação recente em que a sua filha se tenha sentido mais agitada, nervosa? (M)- <u>Quando fiquei doente.</u> (E)- Ok.Nestas situações assim mais emocionais que são, enfim, que são muito automáticas, não é? Nós pensamos, agimos, sentimos as coisas de uma maneira muito rápida, muito automática e é difícil agora relembrarmo-nos assim com detalhe dessa situação. Mas eu vou tentar fazer esse exercício consigo para tentarmos detalhar o máximo que conseguir, está bem? Portanto, nesse dia a mãe estava doente, “hã”, não era muito grave pois não? (M)– Não. (E)– Não, pronto. E entretanto apercebe-se que a sua filha começa a ficar preocupada com isto, ao ponto de não a deixar e de andar sempre a ver o que se passava com a mãe e a querer ajudar a mãe e a fazer as coisas pela mãe. Quando se apercebe que ela estava assim nervosa e preocupada com isso, o que é que a mãe pensou? (M)– <u>Pensava logo que ela não é capaz, que eu vou ficar ali e que ela não é capaz de me ajudar, por exemplo.</u>	Tipologia Física Cognição referente à criança – Ansiedade infantil

	(E)– “Hmm hmm”, ok. Assim: “Naquele estado ela não me vai ajudar”. Ok. Porque mesmo que precisasse, estando ela tão nervosa seria difícil de ajudar. E o que é que sentiu? Já agora como também nem sempre é fácil nós recordarmos, nos identificarmos especificamente o que é que sentimos, tenho aqui alguns cartões de sentimentos se eventualmente ajudar. (M)– Sei lá, nessas situações <u>fico preocupada e ansiosa também pela forma como ela está.</u> (...) (E)– “Hmm hmm”. “Hã”, vamos só imaginar dois cenários, “hã”, provavelmente nunca aconteceram, é só mesmo imaginar hipoteticamente o que poderíamos fazer nessa situação. Imagine que a sua filha acorda um dia e queixa-se que lhe dói a barriga e que não quer ir à escola. Qual era a primeira coisa que a mãe pensaria nessa situação? (M)– <u>Porquê que ela não quer ir para a escola.</u> (E)– E tinha alguma hipótese na sua cabeça ou não? Porquê que será que ela não quer ir à escola? (M)– Porque tem medo de enfrentar a escola, enfrentar a professora, enfrentar os amigos. (E)– Ok, e o que é que sentiria? (M)–<u>Será que vou conseguir dar a volta, convencê-la, talvez alguma impotência.</u> (E)– “Hã”, outro cenário. Portanto, imagine que a sua filha convidou umas amiguinhas para irem lá a casa lanchar, entretanto já passou meia hora e ainda nenhuma apareceu. A sua filha está em casa, as amiguinhas é que ainda não chegaram, “hã”, o que é que acha que pensaria nessa situação? (M)–<u>Pensaria em telefonar-lhes, saber o motivo porque ainda não tinham chegado, porque ela ia ficar preocupada, tinha de resolver.</u> (E)– E o que é que sentiria? (M)– <u>Tristeza.</u>	Ansiedade Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança Impotência Situação hipotética de tipo social Perceção de responsabilidade parental Tristeza
330. Mãe	(E) – “Hã”, recorde-se de uma situação assim recente em que ela se tenha sentido assim muito receosa ou ansiosa ou preocupada e que a mãe tivesse achado que não era razão para isso. Já me disse uma data de exemplos mas eu	

	gostava que se lembrasse de um recente. (M)– Sim. Por exemplo nós na nossa, na minha religião, nós temos, “hã”, para os jovens, “hã”, pomo-los numa escola em que eles aprendem e depois têm que apresentar. Por exemplo, eu dou-lhe uma, uma personagem bíblica, mando fazer um trabalho e depois ele fala perante as outras pessoas e o trabalho que fez. <u>Ela estava tão ansiosa para ir para aquela escola, queria tanto, tanto, tanto, que depois quando eu a inscrevi, ela levou a tarde inteira e o outro dia da parte da manhã a perguntar-me qual seria a personagem que iria é que tinha que falar e eu achei aquilo de mais e disse: “Ai Carolina, aquilo é um jogo”.</u> (E)– O que é que a mãe pensou? Vamos tentar anotar aqui. (M)– <u>Que aquilo era um disparate completo.</u> (E)– “É um disparate”. (M)– Era um disparate completo ... um disparate. (E)– Não há razão no fundo, não é? (M)– Não. (E)– E o que é que sentiu? Já agora se quiser recorrer aos cartões, só falta aí um que eu entretanto apercebi-me que não tenho que é “preocupação”, se quiser identificar também. (M) – Nem há assim nenhum... <u>Ah é uma surpresa</u>, dentro destes cartões é só o que passo... (...) (E)– “Hã”, vamos só imaginar dois cenários, obviamente não devem ter acontecido, mas é só imaginar se acontecessem o que é que acontecia. Portanto, se a Carolina um dia dissesse, aliás, isto até já aconteceu mas eu gostava que pensasse agora, não antes mas agora, que é, se ela dissesse: “Doí-me a barriga, não quero ir à escola”, a primeira coisa que pensava era o quê? (M)– <u>Eu? É logo: “Pronto, já está. Ela não quer ir para a escola. Não vou, não vou se quer ligar aquilo”.</u> (E)– O que é sentia? Alguma coisa? (M)– <u>Não, não tinha qualquer tipo de receio.</u> (E)– “Hmm hmm”. Vamos imaginar agora outro cenário. Imaginemos que a sua filha tinha convidado umas amigas	Tipologia Social Cognição referente à criança – Criticismo Surpresa Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança Tranquilidade Situação hipotética de
--	---	---

	para irem lá lanchar a casa, entretanto já passou meia hora e nenhuma delas apareceu. “Hã”, o que é que acha que pensaria, a mãe neste caso? (M)– <u>Ai eu pensava logo que ela ia ficar agitada, para já ela já estava de volta de mim doida a pedir-me para eu ligar para todas.</u> (E)– Ok. Como é que se sentia? Bem, normal? (M)– Sim, <u>sempre assim nesta descontração.</u>	tipo social Interpretação de ameaça pela criança Tranquilidade
336. Mãe	(E)– Recorda-se de alguma situação em que ele tenha ficado assustado e a mãe tenha achado que não havia razão para isso? (M)– Já aconteceu, já aconteceu. Por exemplo quando o irmão nasceu com um problema e ele teve de ser internado. <u>E eu lembro-me que na altura estava sempre muito preocupado com aquilo e: “Oh mãe o Afonso vai ficar bem? O Afonso não vai ficar no hospital?”. Por exemplo, foi uma situação.</u> E eu dizia que não e tranquilizava-o, eu dizia que não e por exemplo ainda agora o irmão vai fazer um exame de rotina e ele: “Mas porquê?”. (E)– “Hã”, vamos precisar destes cartões. Então, nessa situação em que se apercebe que ele estava começar a antecipar que o irmão ia fazer um exame e começa a fazer muitas perguntas e a notar alguma preocupação, o que é que a mãe pensou? (M)– <u>Pensei que ele estava preocupado em perder o Afonso.</u> (E)– Ok, “Ele está preocupado em perder o Afonso”. E o que é que a mãe sentiu nesse momento? Já agora, se quiser utilizar aqui os cartões, portanto, temos aqui: culpa, irritabilidade, vergonha, ansiedade. (M)– <u>Fiquei preocupada com a atitude dele.</u> (...) (E)–Vamos imaginar dois cenários, mesmo cenários hipotéticos, digamos assim. Imagine que o João acorda um dia, diz que lhe dói a barriga e que não quer ir para a escola. Qual é a primeira coisa que a mãe pensa? (M)– <u>“O que é que está a acontecer na escola?”.</u> (E)– “Hmm hmm”. (M)– Há qualquer coisa que está mal.	Tipologia Física Cognição referente à criança – Ansiedade infantil Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança

	(E)– Ok. E o que é que sentiria? (M)– <u>Preocupação, muita, “hã”, muita mesmo.</u> (E)– “Hã”, outra situação, portanto, imaginemos que ele convidou uns amiguinhos para irem lanchar lá á casa, entretanto passou meia hora e ainda nenhum deles apareceu. Qual era a primeira coisa que a mãe pensava? (M)– <u>Ou que se tinham atrasado, ou que não sabiam a morada, ou que, que tinha acontecido qualquer coisa.</u> (E)– “Hmm hmm”. Sentiria alguma coisa em particular? (M)– <u>Não, não.</u>	Ansiedade (preocupação) Situação hipotética social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
356. Mãe	(E)- Recorde-se de uma situação em que ela se tenha sentido muito assustada, preocupada ou nervosa e que a mãe tivesse achado que não era propriamente razão para isso, ou seja, que ela estava a exagerar. (M)–<u>É assim, eu acho que não, não me apercebi nada, tirando ela sonhar, sonhar durante a noite com os touros e com aquele bicho de sete cabeças.</u> (E)- Hã”, e o que é que pensou ao vê-la assim assustada? (M)–Pensei que <u>tinha tido algum pesadelo ou alguma situação desagradável.</u> (E)– A mãe como é que se sentiu? Já agora, quando a viu assustada por ela estar com aqueles pesadelos e a pedir apoio, colo e etc., o que é que sentiu? Se quiser, se isto ajudar, porque temos aqui uns cartõezinhos com sentimentos. (M)– <u>Preocupação.</u> (...) (E)– Vamos imaginar dois cenários, só para perceber como é que se isto acontecesse nós agiríamos. Imagine que a sua filha se queixa de dor de barriga, por exemplo, diz que não quer ir à escola, “hã”, o que é que a mãe pensa nesse momento? (M)– <u>É assim, é assim, isso já aconteceu, não é o não querer ir à escola, é ela sentir-se assim mais triste com o facto de ir à escola, “hã”, por causa daquela tal situação dos amigos: “Não tenho amigos e não tenho amigos”.</u> (E)– O que é que sentiria a mãe nessa situação?	Tipologia física Cognição focada em causa externa Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade

	(M)– <u>Um bocadinho preocupada.</u> (E)– Imagine outra situação. Imagine que ela convida umas amiguinhas para irem lá a casa lanchar, entretanto já passou meia hora e ainda nenhuma apareceu. A mãe o que é que pensaria nessa situação? (M)– <u>Pensaria que ela já ia estar ansiosa, pronto e fico ali um bocadinho no impasse.</u> (E)– E o que é que sentiria? (M)– <u>“Hã”, é mesmo preocupação, eu sinto a preocupação por sentir que ela está nervosa e tenho que lhe ajudar.</u>	(preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade (preocupação)
358. Mãe	(E)– Por exemplo, quando ele fica nervoso ou sei lá, quando tem medo do escuro, não houve assim uma ou outra mais recente que tenha achado que realmente ele estava demasiado assustado para a situação que era? (M)– Ontem, nós estávamos todos a jantar, ele já tinha acabado, “hã”, aliás, não tinha acabado coisíssima nenhuma, tinha acabado a sopa mas não tinha comido o resto, <u>mas levantou-se para ir ao quarto, luz apagada, buscar qualquer coisa e: “Oh mãe anda comigo”. É sistemático, é sistemático, mas é assim, eu acho que posso deixar passar mais algum tempo porque... não sei, digo eu.</u> (E)– “Hmm hmm”. Por exemplo nessas situações em que acontece alguma coisa eles têm medo, são situações um bocado emocionais, não é? E nós pensamos, agimos, sentimos de determinada maneira mas é tudo tão automático que nós nem sempre nos recordamos. Mas o que eu vou fazer agora consigo é tentar detalhar, através deste esquema, o que é que terá acontecido assim de um modo mais específico, por exemplo ontem, quando ele claramente precisou que alguém lhe acende-se a luz ou fosse com ele a um sítio escuro. “Hã”, quando isso aconteceu, o que é que a mãe pensou? (M)– <u>“Que chato pá”.</u> (E)– O que é que sentiu nessa situação ou o que é que costuma sentir quando ele começa a preocupar-se ou a chamá-la para ir com ele à casa de banho, “hã”, ou para lhe acender a luz, ou o que seja? Ou por exemplo quando anda pela casa e tem que andar com vocês, porque parece que não fica sozinho, não é? O que é que sente? O que é que sentiu? (M)– Vou ser muito sincera, muitas vezes, é consoante	Tipologia Física Cognição referente à criança – Criticismo

também a situação e propriamente o meu estado de espírito, porque eu ando extremamente cansada e eu tenho tido uns dias muito complicados e às vezes fico irritada com ele. (E)– “Hmm hmm”. Por exemplo, há dois dias ficou o quê? Irritada? (M)– Sim, sim. <u>Irritada com ele.</u> (...) (E)– Vamos agora imaginar dois cenários, portanto neste caso é mesmo situações hipotéticas. “Hã”, imagine por exemplo que o Francisco amanhã acordava, amanhã não que é domingo, “hã”, na segunda-feira acordava e dizia que lhe doía a barriga e que não queria ir à escola. Qual era a primeira coisa que a mãe pensava? (M)–” <u>Francisco o que é que se vai passar hoje na escola?”.</u> (E)– E como se sentiria a mãe? (M)– <u>A mãe se calhar ficava logo irritada.</u> É assim se for algum teste, se ele disser: “Oh mãe, vou fazer um teste”, “Ok, se calhar devias ter estudado. Se sabias que ias fazer o teste, tinhas que ter estudado, tiveste o fim-de-semana para estudar”. Agora se ele me disser que: “Esqueci-me de fazer um trabalho”, eu aí se calhar ia ficar chateada com ele, e estou zangada com ele por ele ter esquecido do caderno dos trabalhos de casa. (E)–“Hã”, vamos imaginar outra situação. Imagine que o Francisco convidou alguns amigos para irem lanchar lá em casa, entretanto passou meia hora e ninguém apareceu. O que é que a mãe pensaria nessa situação? (M)– Se calhar ficava mais preocupada do que o próprio Francisco. (E)– Ou seja, se ele ficasse triste, é isso? (M)– “Hã”, não, mesmo se calhar naquela de ele me dizer a mim que hoje os colegas ião lá e afinal os colegas não apareceram, se calhar ele fez confusão com o dia e não era aquele o dia: “Francisco, tens a certeza? Francisco, tu pensa bem. Era hoje? Foi hoje que tu disseste?”, se calhar ficava mais preocupada com a cabecinha dele e <u>tinha de perceber a situação.</u> (E)– E o que é que sentia?	Zanga (irritabilidade) Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança Zanga (Irritabilidade) Situação hipotética de tipo social Perceção de responsabilidade parental Ansiedade (preocupação)
---	---

	(M)- Como já disse, <u>ficava preocupada</u> .	
367. Mãe	(E)- Lembre-se de uma situação recente em que o seu filho se tenha sentido ansioso, ou com medo exagerado? (M)- Foi há pouco tempo, foi ontem ou anteontem quando fui busca-lo à escola, quando <u>ele viu um cão fugiu logo</u> e eu assim: “A fugir fazes pior. Tu vais a correr e o cão pode ir atrás de ti, porque pensa que queres brincar”. (E)- Ok, boa. E nesta situação o que é que a mãe pensou? (M)- Eu pensei: <u>“Ele vai por ai a baixo, ele atravessa a estrada sem olhar para a estrada”</u>. (E)- E o que é que sentiu? Já agora, “hã”, tenho aqui uns cartões que podem ajudar porque às vezes identificar emoções não é fácil. (M)- Estas duas, <u>medo e preocupação</u>. (...) (E)- “Hã”, vamos agora imaginar um cenário, é mesmo um cenário. “Hã”, imagine que o seu filho, por exemplo, acorda um dia de manhã, diz que lhe dói a barriga e que não quer ir para a escola. Qual é a primeira coisa que a mãe pensa? (M)- <u>Eu começo a pensar no que ele comeu antes</u>. (E)- No que comeu antes, exato. (M)- Eu sei que ele não pode comer muito chocolate, que não pode comer muita laranja e sei, por ai fora, as coisas que ele não pode comer. Às vezes se tem febre, às vezes vou fazer chá, porque já aconteceu ele acordar de manhã: “Mãe dói-me a barriga”, eram seis e tal da manhã e eu fui-lhe fazer um bocado de chá: “Bebes o chá e vais para a escola, se lá tiveres maldisposto, telefonas à mãe”. (E)- Ok. Como é que se sentia nessa situação? (M)- Preocupação. (E)- “Hmm hmm”, ok. “Hã”, outra situação. Imaginemos que ele convida uns amigos para irem lá a casa lanchar, entretanto já passou meia hora e ninguém apareceu. “Hã”, qual era a primeira coisa que a mãe pensaria? (M)- Mas com ele em casa ou sem ele?	Tipologia Física Cognição referente à criança – Ansiedade infantil Ansiedade Situação hipotética de tipo físico Perceção de responsabilidade parental Ansiedade (preocupação) Situação hipotética social

	(E)– Com ele. (M)– É porque não quiseram ir, sei lá. Não sei. (E)– O que é que pensaria? Pois, isto é um cenário, como eu lhe disse, é só mesmo imaginar. (M)– <u>Não sei, não gostavam de conviver com ele ou...</u> (E)– Como é que se sentia? (M)– Sei lá, <u>tristeza</u> por ele sentir-se triste.	Interpretação parental de ameaça Tristeza
398. Mãe	(E)– Recorde-se de uma situação eventualmente recente em que ela se tenha sentido nervosa ou preocupada ou assustada ou ansiosa e que a mãe tivesse achado que não era razão assim propriamente para isso, ou seja, que naquele caso ela estava a exagerar um bocadinho, que não havia razão para ter medo por exemplo de alguma situação. Ou a última vez, por exemplo, que ela pediu para não ficar sozinha. (M)– “Hã”, lembro-me, lembro-me... sim, lembro-me de ter-lhe dito, por exemplo, devia estar a chover e eu ter-lhe dito: “Olha”, por exemplo: “Ficas em casa que eu vou buscar as manas”, acho que nem era porque estava a chover, era mesmo porque ela ia ter teste: “Aproveitas e estudas um bocadinho e eu vou buscar as irmãs à escola, escusas de estar a vir comigo”. <u>Ela disse logo que não queria ficar em casa sozinha.</u> (E)– Mas eu queria fazer uma coisa que é tentar detalhar um bocadinho o que aconteceu com a mãe na altura em que a sua filha, em que se apercebe que a sua filha está preocupada, “hã”, neste caso não é bem preocupada, estava com algum receio de ficar sozinha em casa, certo? “Hã”, enato vamos tentar recordar essa situação precisamente que a mãe acabou de referir e vamos tentar lembrar o que é que a Lúcia pensou quando se apercebeu que a sua filha não queria, que estava com algum receio de ficar em casa sozinha? O que é que pensou? (M)– O que é que na altura pensei?... Tipo: <u>“Já não tens idade para isso”</u>. (E)– Ok. Portanto: “Já não tens idade para esses receios”, não é? (M)– Sim. (E)– “Para ter esses medos”, digamos assim. Muito bem. Na altura o que é que a mãe sentiu? Portanto, se	Tipologia física Cognição referente à criança – Criticismo

	eventualmente os cartões ajudarem. (M)– <u>“Hã”, na altura talvez foi mesmo a, a...a surpresa.</u> (E)– “Hmm hmm”. Mas naquele momento não estava à espera que ela não quisesse ir, é isso? (M)– Sim, pensei que já tivesse ultrapassado isso. (...) (E)–Vamos imaginar em cenário. Imagine que a sua filha acordava um dia de manhã, queixava-se de dor de barriga e dizia que não queria ir à escola. Qual é que era a primeira coisa que a mãe pensava? (M)– É que dores de barriga pode ser tanta coisa, não é? <u>Uma pessoa fica... ou comeu alguma coisa estragada, depois vem gastroenterites à cabeça e essas coisas assim, ou...</u> (E)– Como é que se sentiria nesse momento? (M)– <u>É preocupada.</u> (E)– Ok. “Hã”, outra situação diferente. Imaginemos que a sua filha, entretanto convidou umas amigas para irem lá a casa lanchar e já passou meia hora e ainda nenhuma delas apareceu, “hã”, das amigas portanto. O que é que acha que pensaria nessa situação? (M)– “Hã”, que tivesse acontecido alguma coisa, eu isso aí eu sou um bocado, sou um bocado... <u>Como eu não a deixo ir para a escola sozinha, pronto, faz-me um bocado de, hoje em dia porque eu na altura dela ia para a escola sozinha.</u> (E)– Ok. E como é que se sentiria? (M)– <u>Ficava preocupada.</u>	Surpresa Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação parental de ameaça Ansiedade (preocupação)
456. Mãe	(E)– “Hã”, recorde-se de uma situação eventualmente recente em que ela se tenha sentido assustada, preocupada, nervosa e que a mãe tivesse achado que não havia propriamente caso para isso. (M)– Sim, tenho uma situação recente. <u>Um destes dias que às cinco e um quarto, “hã”, estava a chover muito e era de noite, pronto, foi agora para aí há um mês. E ela telefonou-me e eu ainda vinha no comboio estava atrasada para a ir buscar e ela diz-me assim: “Ai não sei o quê, estou a sair da escola mas está a chover muito e agora</u>	Tipologia Separação

	<u>tenho que tirar o chapéu”, e eu: “Então vá, tira o chapéu e vem ter com a mãe”. Passados uns minutos ela liga-me outra vez muito aflita porque estava a chover muito e estava muita chuva e não sei o quê e eu tentei acalmá-la pelo telefone, disse: “A mãe já está a chegar, tem calma”. Quando chego ao pé dela, ela desata num choro agarrada a mim, uma coisa impressionante. Eu assim: “Mas o que é? O que é que foi?”</u>, “Eu tinha tanto medo e da chuva e do medo e do escuro e não sei o quê”, mas assim uma cena, bem, de filme. Eu ri e desvalorizei, costumo dizer que ela é uma cocó, disse-lhe: “Tu és uma cocózinha, mas tens medo de quê? A mãe está aqui, tens tanta gente na rua”, pronto, mas ela estava, eu notei que ela estava em pânico. (E)- Bem pois.. Nesse momento o que é que a mãe pensou, quando a viu assim? (M)- <u>É assim, eu, é assim, o que é que eu pensei? Pensei que ela era uma tonta, porque acho que não era importante, pensei que era uma tola, que estava a ser infantil e que estava a ser bebezinha porque acho que não era para aquilo.</u> (E)- E o que é que sentiu? Já agora, “hã”, pegando nestes cartõezinhos se quiser, se ajudarem, o que é que sentiu nesse momento? (M)- <u>O que eu senti...? Surpresa, se calhar, porque não estava á espera de uma coisa daquelas.</u> (...) (E) – “Hã”, vamos imaginar um cenário. Imagine que a sua filha, a Inês, “hã”, acordava um dia e dizia que lhe doía a barriga e que não queria ir à escola, qual era a primeira coisa que a mãe pensava? (M)- É assim, “hã”, ultimamente isso não tem acontecido, houve uma outra situação em que isso aconteceu quando ela ainda estava na cresce, “hã”, mas era mais pequenina. O que é que pensava? Agora neste momento, eu iria pensar, é assim, se no dia antes, porque eu tenho a certeza que se tivesse passado alguma coisa no dia antes ela me teria contado. Portanto, se ela acordasse a dizer isso eu iria saber que teria “Hã”, <u>se ela não me tivesse dito nada, eu iria questionar se se passou alguma coisa e teria de ver.</u> (E)- O que é que sentiria? (M)- <u>Se fosse uma coisinha mais normal trataria, não sentia nada, tinha de ver primeiro.</u>	Cognição referente à criança – Criticismo Surpresa Situação hipotética de tipo físico Perceção de responsabilidade parental Tranquilidade
--	---	--

	(E)– “Hã”, outro cenário. Imaginemos que a Inês convidou umas amigas para irem lá lanchar a casa, entretanto já passou meia hora e as amigas ainda não chegaram. Qual era assim a primeira coisa que a mãe pensava nesse momento? (M)– É assim, ficava triste, mais por ela porque <u>acho que começaria a pensar que as amigas não vinham.</u> (E)– Portanto, ficaria preocupada se calhar com ela. (M)– Mais com ela, exato, com a reação dela <u>ficava preocupada.</u>	Situação hipotética de tipo social Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade (preocupação)
628. Mãe	(E)– Muito bem. E... eu gostaria agora de lhe pedir que se recordasse de uma situação recente em que o Bruno se tenha sentido verdadeiramente ansioso, nervoso, muito assustado eventualmente. “Hã”, eu sei que nestas situações mais emocionais os pais habitualmente nem sempre se apercebem mas pensam, sentem e agem de uma determinada maneira. “Hã”, é natural que nem sempre realmente nos apercebamos do que fazemos mas eu ia-lhe pedir... (M)– Uma situação. Não sei. Porque é assim, nós estávamos todos por exemplo à hora de <u>almoço, isto aconteceu duas ou três vezes agora nos últimos dois meses</u> vá lá, e o Bruno desata a chorar do nada, fica <u>extremamente nervoso, nós perguntamos e ele diz que não tem nada. E vimos que ele não está bem e não lhe conseguimos arrancar...</u> Portanto, o motivo da situação eu não sei dizer. (E)– Vamos recorrer aqui a este esquema para nós tentarmos, de alguma maneira percebermos, no seu caso, aquilo que pensou. O que é que lhe passou pela cabeça quando viu o seu filho a chorar? (M)– É assim, dentro do contexto todo o que é que eu pensei? <u>Que ele estivesse com algum problema na escola, muito sinceramente...</u> e que o estivesse a afetar. (E)– Muito bem. Como é que se sentiu? Por vezes não é fácil nós identificarmos o que sentimos... (M)– <u>Impotente.</u> (...)	Tipologia preocupações genéricas Cognição focada em causas externas Impotência

	(E)– “Hã”, as perguntas que vou fazer agora são um pouco diferentes porque provavelmente nunca lhe aconteceram e é natural que não tenham acontecido, de qualquer forma vamos só imaginar alguns cenários. Por exemplo, vamos imaginar que o Bruno se queixava de muita dor de barriga, dizia que não conseguia ir à escola, o que é que acha que pensaria nessa situação? (M) – “Hã”, e já me aconteceu uma vez ele queixar-se precisamente com dores de barriga fortes, fui com ele ao Hospital, isto já há algum tempo mesmo, para aí se calhar há dois anos, e não lhe foi diagnosticado nada. <u>A gente levou para a ansiedade, para os medos dele.</u> (E)– O que é que acha que sentiria se visse o seu filho dizer-lhe: “Doí-me a barriga, não consigo ir à escola”? (M)– <u>Ficava extremamente preocupada.</u> Pode ser alguma coisa na escola. (E)– E outro tipo de situação agora. Imaginemos outro cenário, o Bruno convidou alguns amigos para lanche e nenhum aceitou o convite, o que é que acha que pensaria naquele momento? (M)– A mãe. <u>Eu possivelmente pensaria que as crianças não poderiam ir por qualquer motivo</u> ou porque estavam com compromissos do pai, ou algo pronto, não é? O Bruno acho que já pensaria de maneira diferente. <u>Eu aí não, não valorizava.</u> (E)– Ok. E o que é que sentiria provavelmente? (M)– Como eu digo, <u>eu não iria valorizar</u> porque já me aconteceu convidarem o Bruno e eu dizer: “O Bruno não pode ir porque nós não estamos cá”, não é? Pronto. (E)– Portanto, nada em particular, tentaria lidar de uma maneira tranquila. (M)– Exatamente.	Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
726. Mãe	(E)- Eu vou-lhe pedir para se recordar assim de uma situação mais ou menos recente em que tenha sentido que a Matilde estava mesmo muito assustada, nervosa ou preocupada com alguma coisa e em que provavelmente tenha achado não era razão para isso, não é? Consegue lembrar-se assim de alguma situação? (M)– Sim. <u>O facto de ser separada de mim,</u> a questão dos acampamentos.	Tipologia Separação

	(E) - Dos acampamentos. (M) - <u>De dormir fora.</u> (E) – Ok. Portanto naquele momento em que ela chega ao pé de si e se calhar lhe diz que vai ter saudades suas, que está a custar muito etc., pensou "<i>já estava à espera</i>"? (M)– Sim. (E)- Pensou mais alguma coisa? (M)– (...<i>Hããã</i>...) <u>Não, já estou à espera, já conheço, aquilo é o habitual.</u> (E)- Claro, e o que é que sentiu? (M)- <u>Sinto-me assim um bocadinho frustrada</u> porque não lhe consigo transmitir(...<i>Hããã</i>...) logo que, que que o efeito das coisas. (E)– Ok. Alguma impotência também, ou seja, sentir que parece que não consigo fazer mais. (M)- Sim, sim. Porque eu estou a semana a tentar acalmá-la e mesmo assim. (...) (E) - Imagine agora uma situação diferente, vamos imaginar um cenário, só para perceber como é que, numa situação diferente poderíamos reagir. A Matilde diz-lhe que está com dor de barriga e que não quer ir à escola, que não se está a sentir bem e que, enfim que não quer. Como é que acha que numa situação deste género, hipotética, o que é que acha que pensaria nesse momento, a mãe? (M)- <u>Penso que há qualquer coisa que a está a perturbar na escola, para a não fazer querer ir, pronto talvez.</u> (E)- E o que é que acha que sentiria, no momento? (M)– <u>Sentia-me preocupada</u> porque de certeza que alguma coisa que se estava a passar. (E)- Outro cenário agora um bocadinho diferente, imaginemos que a Matilde convidou um grupo de amigos para ir lá lanchar a casa tipo às 4 horas, já são 4:30 e ainda ninguém apareceu, ainda ninguém disse nada, o que é que pensaria nessa situação? (M)- Eu ia ficar preocupada, <u>porque ia ter que resolver a situação já sei</u>, a Matilde ficava logo em alerta.	Cognição referente à criança – Ansiedade infantil Impotência (frustração) Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Perceção de responsabilidade parental
--	---	---

	(E)- Ok, e como acha que se sentiria? (M)- <u>Preocupada</u>, ia ter que a tranquilizar pronto.	Ansiedade (preocupação)
733. Mãe	(E)- Houve assim alguma situação em que ele tivesse assim mais... alguma situação em que tivesse de ter de explicar ou lidar com a situação e dizer: “Não é preciso estares assim, estás a exagerar um bocadinho”? (M)- <u>Não, eu só notava que ele ia ter quando começou as aulas, sabia que ele estava nervoso porque é uma professora nova</u>, quer dizer, não é que ele demonstra-se muito, mas eu sabia que havia o problema por causa dos lugares e eu disse logo para ele estar descansado que eu ia falar de manhã logo com a professora para <u>pedir para não ficar ao pé daqueles dois colegas</u>. (E) – Nestas situações assim mais emocionais as coisas acontecem muito rapidamente e nós pensamos, sentimos e agimos de uma maneira muito automática, não é? Que nem sempre conseguimos detalhar muito o que aconteceu. Mas eu vou pedir-lhe que se lembre dessa situação e quando se apercebe que ele estava nervoso, que estava a tirar as tais unhas e tal, e falou com ele e se apercebeu do que estava a passar, porque era a questão de ter receio dos colegas e etc., o que é que pensou? Portanto, eu vou ajudar aqui. Este esquema vai só ajudar a detalhar um bocadinho melhor essa situação. O que é que pensou, a mãe? (M)- <u>Vou tentar resolver a situação...Tenho de fazer alguma coisa</u>. (E)- Utilizando aqui um bocadinho os seus cartões, o que é que sentiu? Portanto, estes cartões ajudam-nos um bocadinho a identificar os sentimentos, que nem sempre é fácil. O que é que sentiu nesse momento em que o viu assim nervoso e a roer e tal? (M)- <u>Fico também um bocadinho ansiosa e preocupada</u>, até porque eu não gosto muito de me meter no fundo na vida dele, não é? Mas achei que era bom para ele não se sentir tão ansioso. (...) (E)-Vamos só imaginar um cenário. Imaginemos que ele acordava de manhã e dizia-lhe: “Doí-me a barriga e não quero ir para a escola”, o que é que a mãe pensava nesse momento? (M)- <u>Deveria haver alguma coisa que o estava a</u>	Tipologia Social Cognição referente aos pais – Responsabilidade parental Ansiedade Situação hipotética de tipo físico

	<u>preocupar.</u> (E)- Ok, e como se sentiria? (M)– Neste caso <u>preocupada e também ansiosa, sou muito ansiosa também.</u> (E)– Imaginemos que outra situação agora diferente, um cenário diferente. Imaginemos que ele convidou uns amiguinhos para irem lá a casa lanchar, entretanto já passou meia hora e ainda nenhum apareceu, o que é que acha que pensaria? (M) – Ah ainda não aconteceu isso, mas se acontecesse ele ficaria muito ansioso. (E) – E a mãe o que é que pensaria? (M) – Bem, eu também ficava, ficava logo danada por o fazerem estar a sentir-se, no fundo o que é que ele poderia pensar? <u>O mesmo que eu, afinal são amigos que não aparecem, que não gostam dele.</u> (E) – Como é que se sentiria, a mãe? (M) – <u>Um bocado angustiada,</u> porque é o mesmo que aconteceria comigo, então se eu convidasse alguém que depois não aparecesse ficava: “Mas então?...”.	Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade Situação hipotética de tipo social Interpretação parental de ameaça Tristeza (Angustia)
747. Mãe	(E)- Recorda-se de uma situação recente em que a Barbara se tenha sentido assim bastante assustada, ou nervosa ou preocupada, enfim, assim uma situação em que a mãe tivesse achado que não era razão para isso? (M)–<u>“Hã”,quando fui ao hospital estava grávida e ela teve que ficar com o padrasto e nunca tinha ficado só com o padrasto e com a irmã. Então ela ficou um bocado preocupada, estava só ela lá e eles.</u> (E)– Ok. O que é que pensou? O que é que lhe passou assim pela cabeça? (M)– Ai! Queria logo voltar para casa também [<i>riso dos participantes</i>]. (E)– Portanto: “Quero voltar para casa”, é isso? (M)– Sim. (E)– Foi o que pensou. Porquê?	Tipologia Separação Cognição referente aos pais – Responsabilidade

	(M) – <u>Para tratar e cuidar dela.</u> (...) (E)–Vamos só imaginar então dois cenários, não têm que acontecer, é só para imaginar como é que se calhar nestas situações nós agiríamos. Por exemplo, imagine que a Barbara acorda um dia e diz que lhe dói a barriga e que não quer ir para a escola. O que pensaria nesta situação? (M)- <u>“Será que é mesmo dor de barriga? Será que não se passa alguma coisa na escola? Vou, mas é avaliar, vou perceber melhor”.</u> (E)– Mas como é que acha que se sentiria enquanto estava neste processo? (M)– <u>Ansiosa.</u> (E)–“Hã”, outro cenário diferente. Imagine que a Barbara convidou umas amiguinhas para irem lá a casa lanchar e, entretanto, já passou meia hora e ainda ninguém apareceu. O que é que acha que pensaria nesse momento, a mãe? (M)– <u>Que ela ia ficar triste se não fosse ninguém lá.</u> (E)– Como é que se sentiria? (M)– <u>Ia ficar triste</u>, como ela também.	parental Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Ansiedade Situação hipotética de tipo social Interpretação de ameaça pela criança Tristeza
910. Mãe	(E)- Recorda-se de uma situação recente em que a sua filha se tenha sentido assim bastante assustada, ou nervosa ou preocupada, enfim, assim uma situação em que a mãe tivesse achado que não era razão para isso? (M)- <u>Isso é quando tem aqueles pesadelos.</u> (E)- Quando chega ao pé de si, por exemplo, diz...é como nessa situação, em que acorda muito assustada ou, por exemplo, nalguma situação em que já pediu para a mãe ficar lá ao pé dela a dormir. O que é que pensa, nesses momentos? (M)- <u>Eu nesses momentos penso que tenho que ficar ali. Tentar mantê-la mais calma. E...e...sei lá...</u> (E)- E como é que se sente nessas alturas? Isto pegando aqui nos nossos cartõezinhos, quando a vê assim assustada porque não quer dormir sozinha, por exemplo, como é que	Tipologia Física Cognições referentes aos pais – Responsabilidade parental

	se sente, a mãe? (M)- <u>Eu sinto-me angustiada.</u> (...) (E) E vamos imaginar um cenário. Imagine que a Joana se queixa de uma dor de barriga, por exemplo, dizendo que não quer ir à escola... (M) Pois, já, já, já, já, já, já. (E) Então...o que é que acha que pensaria numa situação desse género, a mãe? (M)- <u>Diria, “olha, será que comeste isto, não será que te fez mal... o leite com chocolate por vezes...”</u> (E)- Já pensaria que alguma coisa de mal se estava a passar com ela e que teriam de ir ver o que se passava. (M)- Sim. Isso, sem dúvida nenhuma. (E)- Como é que se sente? (M)- <u>Eu sinto-me angustiada</u> (E)- E diga-me, outro cenário. Por exemplo, imagine que a Joana convidou alguns amigos para irem lanchar, lá a casa. Entretanto, passaram trinta minutos e, pronto, ainda ninguém apareceu. O que é que acha que pensaria, nessa situação? (M)- <u>Combinaram ir todos juntos e, portanto, vêm todos juntos e portanto...</u> (E)- E como se sentiria? (M)- <u>Eu.. normal!</u>	Tristeza (angustia) Situação hipotética de tipo físico Perceção de responsabilidade parental Tristeza (angustia) Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
911. Mãe	(E)-Consegue dar-me um exemplo de uma situação recente em que tenha achado que ele estava a exagerar, que estava nervoso sem razão? (M)- <u>Quando é com os cães.</u> (E)- Com os cães é uma boa... (M)- Há situações em que ele está a exagerar. [risos] (E)- O que pensa quando ele está assim a olhar para um	Tipologia Física

	cão? (M)- <u>Que ele está a ser pateta. É o que penso.</u> (E)- E já agora, o que é que sente? Sente alguma coisa? (M)- Não. (E)- Não? (M)- Não, não. Nem fico irritada. (E)- Nada do que aqui está? (M)- <u>Talvez a surpresa.</u> (E)- Não estava à espera. (...) (E) Vamos agora só imaginar um cenário. Vamos imaginar, caso isto acontecesse, como pensaríamos e como reagiríamos. Por exemplo, imagine que um dia o seu filho acorda de manhã e diz que lhe dói a barriga e que não quer ir para a escola. Qual é assim a primeira coisa que pensa? (M)-<u>Pergunto se ele não precisa de ir à casa de banho [Riso]. É a primeira coisa.</u> (E)- Portanto à partida ele está com uma dorzita. (M)- Exatamente. (E)- E como é que se sentia nessa situação. (M)- Ah, <u>eu sinto-me sempre calma.</u> (E)- Imagine outra situação: ele convidou um amigo para ir lá lanchar a casa. Entretanto já passou meia hora, os amigos ou o amigo não apareceu. E não disse nada. O que é que pensaria a mãe? Neste caso. (M)- <u>Pensava que se calhar estavam atrasados [Riso ligeiro].</u> (E)- Estavam atrasados. Ok. (E)- Como é que se sentiria nessa situação? (M)- <u>Calma também, sim.</u>	Cognição referente à criança – Criticismo Surpresa Situação hipotética de tipo físico Sem perceção de ameaça Tranquilidade Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
47. Pai	(E)-Recorde-se de uma situação, eventualmente recente, em que o M. se tenha sentido muito preocupado ou muito	

	(P)- O que é eu sentiria? (Pausa) Hmm, <u>não... nada assim de especial, não...</u> (E)- Nada de especial. (E)- Ok, vamos imaginar agora uma situação um pouco diferente. Imaginemos que o Miguel convidava uns amigos para irem lá a casa lanchar. Entretanto passou meia hora e ainda nenhum chegou. (P)- Certo. (E)- O que é que acha que pensaria? O pai? (P)- Eu? <u>Eu acharia perfeitamente normal</u> [risos] A sério. Perfeitamente normal. (E)- Ok, e o que sentiria? (P)-<u>Sentia-me normal</u>, não tem problema.	Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
125. Pai	(E)– “Hã”, recorde-se de uma situação recente eventualmente, em que se tenha apercebido que a Sofia estava bastante nervosa, assustada, com medo, preocupada e que o pai achasse que não havia propriamente razão para isso. (P)- Há pouco tempo estive a dizer, por exemplo, que eu não fosse embora, porque eu viajo muito, já não me lembro para onde é que eu ia, mas lembro-me que ela estava a dizer: “<u>Não te vás embora</u>”, <u>provavelmente eu senti naquele momento que havia qualquer coisa que ela precisava de um apoio maior, que não se quer separar de mim.</u> (E) – Ok, portanto, vou pedir que se recorde e este esquema serve para isso mesmo, portanto, para nós tentarmos perceber um bocadinho o que aconteceu nessa situação e esta situação é dirigida a si, ou seja, aconteceu com ela, mas eu gostava de perceber como é que o pai a viu. Portanto, isto foi um dia há dois ou três meses atrás em que o pai provavelmente se ia embora, não é? Ia viajar novamente e apercebeu-se que ela estava preocupada ou a pensar nestas questões e lhe fez, entretanto, esta verbalização: “Eu não quero que tu te vás embora”, desta vez não queria. “Hã”, o que é que o pai pensou nesse momento? (P) – <u>Pensei que tinha voltado um pouco atrás àqueles momentos diferentes.</u> (E)– “Hmm hmm”. Portanto: “Tenho que confortá-la”. “Hã”, muito bem, e o que é que sentiu? Aqui tenho uns	Tipologia Separação Cognições referentes à criança – Ansiedade Infantil

	cartõezinhos que se calhar ajudam na parte das emoções e dos sentimentos, porque às vezes não é muito fácil nós percebermos, identificarmos os sentimentos e assim pode ajudar um pouco ao recordarmo-nos. (P)– “Hã”, quer dizer, dentro destes adjetivos, eu acho que o que mais se, obviamente que fico triste e sinto-me impotente nesse sentido e também alguma ansiedade, <u>mas sinto-me impotente acima de tudo.</u> (...) (E)– Lá está. “Hã”, vamos imaginar dois cenários, portanto, completamente hipotéticos, é só para imaginar se isto acontecesse o que é que faria. “Hã”, imaginemos que a Sofia acorda um dia de manhã, o pai está em casa, e diz que não quer ir para a escola, porque lhe dói a barriga. A primeira coisa que o pai pensa é? (P)– <u>Outra vez isto.</u> (E) – É, é um bocadinho isto. (P) – Não, é exatamente. (E) – É a mesma coisa. (P) – É a mesma coisa. É a fotocópia, não tem... porque era aquilo que passámos... (E) – Portanto, provavelmente aqui é? (P) – “Seguir outra vez os mesmos passos”. (E) – “Seguir os mesmos passos”, ou seja: “Ela se calhar teve aqui um retrocesso, passa-se alguma coisa”. Ok. Portanto, o que sentiria seria a mesma coisa? Tristeza, impotência? (P)- Sim tristeza (E)- “Hã”, outra situação. Imaginemos que a Sofia convidava umas amigas para irem lá lanchar a casa, entretanto já passou meia hora e ainda nenhuma apareceu. Qual é que era a primeira coisa que o pai pensaria? (P)– Hmm, <u>é indiferente.</u> (E) – Ok. E o que acha que sentiria? (P)- <u>Nada, não havia problema estavam atrasadas normal</u>	Impotência Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança Tristeza Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça
--	--	---

	(E)- Portanto sentia-se igualmente bem? (P)- Sim	Tranquilidade
144. Pai	(E)- Vou pedir ao pai que se recorde de uma situação recente em que se tenha apercebido que a sua filha se tenha sentido mais ansiosa, agitada, demasiado preocupada com alguma coisa. (P)- Olhe foi <u>quando recebi o telefonema da tia, porque foi para o hospital e nisto ela ficou muito preocupada, sem necessidade não era nada de especial.</u> (E)- Ok, nessas situações assim mais emocionais nós pensamos, sentimos, agimos de uma determinada maneira, mas por vezes é natural que nem nos apercebamos, não é? Portanto, acontece tudo muito rápido. Este esquema serve precisamente para eu detalhar um bocadinho o que é que aconteceu nessa situação, portanto, em que recebe o telefonema da tia, percebe que a Jacira fica preocupada com o que a tia lhe disse, “hã”, e se calhar o pai até achou isso um bocadinho exagerado, portanto, ela está um bocadinho mais preocupada do que aquilo que é suposto, portanto, que a tia não está assim tão mal. “Há”, então recorrendo aqui a este esquema, o que é que pensou nesse momento em que se apercebe que ela claramente está preocupada? (P)- <u>Eu pensei que ela fica sempre muito preocupada com os outros.</u> (E) – Portanto: “Ela fica sempre preocupada com os outros”. Mais alguma coisa que pensou nesse momento? (P) – Não. (E) – Achou que era exagerado naquele momento? (P) – Pois, é um pouco. (E) – É um pouco. O que é que sentiu? Portanto, se calhar para ajudar um bocadinho, porque às vezes não é fácil nós percebermos o que sentimos, estão aqui uns cartõezinhos com sentimentos que podem ajudar. “Hã”, nesse momento quando se apercebe que ela estava assim um bocadinho preocupada com a tia, até um pouco de mais, “hã”, como é que se sentiu, o pai neste caso, o senhor Celestino? (P)-<u>É preocupação.</u> (...) (E)- Vamos imaginar um cenário, isto é só mesmo um cenário, é imaginação. Imagine que a Jacira se queixa de dor de barriga, faz de conta, e diz que não quer ir à escola. O que é que o senhor Celestino pensa?	Tipologia Preocupações Genéricas Cognições referentes à criança- Ansiedade Infantil Ansiedade (Preocupação) Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental

	(P) – Se ela queixa de dor de barriga, <u>o que eu penso para ela fazer tem que ir ao médico.</u> (E) – Ok. E como é que acha que se sentiria? Recorrendo aos nossos sentimentos, como é que acha que se sentiria nesse momento em que a sua filha estivesse a queixar-se e não quisesse ir à escola? (P) – É <u>preocupação.</u> (E)– “Hã”, imaginemos agora outra situação diferente. Imagine que a Jacira convidou umas amigas para irem lá lanchar a casa. Entretanto já passaram trinta minutos e ainda ninguém apareceu, o que é que o senhor Celestino acha que pensaria numa situação desse género? (P)- O que é que eu pensaria? Então não sei, ou que estavam atrasadas ou tiveram outros programas de família, ou algum problema. (E)- E não puderam vir é isso? (P)- Sim, <u>mas a Jacira pronto podia ficar triste, pronto as amigas não vinham, e ela.. podia não ficar muito contente com a ausência delas.</u> (E) – “Hmm hmm”. O que é que acha que sentiria? (P)- Da não vinda das amigas dela? (E)- Sim (P)– Isto também <u>sempre é preocupação, não é!</u>	de ameaça Ansiedade (Preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade (preocupação)
316. Pai	(E)- Vou pedir ao pai que se recorde de uma situação recente em que se tenha apercebido que a sua filha se tenha sentido mais ansiosa, agitada, demasiado preocupada com alguma coisa. (P)- Oh <u>foi quando foi para ir ao dentista</u> (E)- Ok pode ser essa. Nestas situações mais emocionais às vezes é difícil nós lembrarmo-nos do que é que pensámos na altura, do que é que sentimos, etc. É tudo muito imediato, muito automático, mas vamos tentar fazer este exercício, por isso é que eu tenho aqui este esquema para nos ajudar que é: quando a Beatriz, vocês vão a um médico. Ela já devia estar um bocadinho nervosa antes, e entretanto se aproxima e começa a demonstrar claramente que não quer ir ou está desconfortável, não quer fazer aquelas coisas, etc. O que é que o pai pensou? O que é que a si lhe estava a passar pela cabeça? (P) - <u>Tenho de falar com ela. Explicar-lhe.</u>	Tipologia Física Cognições referentes aos pais – Responsabilidade

	Estariam atrasadas por alguma razão? (P)- Sim, sim. (E)- Ok, e como é que se sentiria? (P)- Como é que me sentiria (risos), <u>normal</u>.	Tranquilidade
330. Pai	(E)- Vou pedir para se recordar se uma situação, em que se tenha apercebido que a sua filha estava mais nervosa, agitada que não estava bem. (P)- Bem, <u>talvez a pouco tempo quando a fui buscar a escola, ela estava tristonha vinha andar com uma carinha...</u> (E)- Ok, boa. Mas precisamente porque entretanto as situações passam, é muito rápido, nem sempre temos noção do que nos está a acontecer, eu agora vou através deste esquema tentar detalhar neste caso o que se passou também consigo. Já percebemos um bocadinho como é que foi com a Ana Carolina. Agora juntamente com o Camilo gostava de perceber, por exemplo nessa situação em que se apercebe que a sua filha estava a sair da escola, vinha cabisbaixa, parecia tensa, o que é que o pai pensou? (P) - Ou alguém a magoou, porque infelizmente acontece entre as crianças. Muitas vezes são maus uns para os outros. Ou lá está, <u>uma situação que possa não ter corrido bem ao nível da matéria, e ela tem sempre muito receio que nos vamos chatear</u>. No fundo, que vai magoar os pais por ter tido uma má nota. (E) - Ok, portanto ela tem essa dupla preocupação. (P) - Tem, tem. (E) - Portanto foi a primeira coisa que pensou, passou-se alguma coisa, não é? (P) - Exatamente. (E)- Ok, O que é que sentiu? Tenho aqui alguns cartões que podem eventualmente ajudar, porque os sentimentos nem sempre são fáceis de descrever. E que podem eventualmente, se precisar, ajudar. (P) - O que é que eu senti, não é? (E) - Sim.	Tipologia social Cognição referente à criança – Ansiedade Infantil

		Tranquilidade
336. Pai	(E)- Recorde-se de uma situação em que ele tenha ficado preocupado recentemente (hã) sei lá, pelo facto de estar separado de vocês ou de vos acontecer alguma coisa, ou com as suas doenças ou... Ou ficar em casa de alguém. Assim qualquer coisa relativamente recente que tenha acontecido. (P)- Hã talvez assim a mais recente que eu vejo é a situação profissional que nós estamos, é a... Isto de o país estar mal e assim. <u>Nós já temos falado da possibilidade de ter que sair do país e, e o João está presente nessas conversas. E eu acho que isso lhe provoca alguma (hã)...</u> (E)- Ok. Já agora nessa situação, portanto, nestas situações acontecem coisas muito automáticas, muito rápidas e nós não conseguimos propriamente estar a pensar, estar a memorizar o que é que pensamos naquele momento, o que é que sentimos, o que é que não sei quê... Mas eu agora vou-lhe pedir esse esforço, por isso é que lhe pedi uma situação relativamente recente. Vamos tentar detalhadamente perceber o que é que aconteceu. Portanto o que é que na altura o pai pensou, o que terá sentido, o que terá feito. Nessa situação apercebe-se que ele estava a jogar consola, vocês estavam a ter esta conversa, entretanto quando se apercebe que ele vem ter consigo e começa a fazer perguntas, ou seja, apercebeu-se que ele estava preocupado com isto, o que é que o pai (já agora peço para irmos escrevendo). O que é que o pai pensou quando se apercebeu disso? (P) - <u>Que era uma coisa que o afetava e que nós tínhamos de ter outra preocupação a falarmos, quando ele está, e tentar explicar-lhe as coisas.</u> (E)- Temos de lhe explicar as coisas porque ele preocupa-se com isto, não é? (P)- Sim, ter mais atenção. A maneira de passar a mensagem é ele... (E)- Temos de passar melhor a mensagem? (P)- Se tiver de ser, resguardá-lo mais um bocadinho. (E)- Então nessas horas depois, o que é que o pai sentiu? Já agora temos uns cartões que talvez ajudem porque nós nem sempre temos logo a noção do que é que sentimos e	Tipologia Separação Cognições referentes aos pais – Responsabilidade Parental

	isto pode ajudar, só no sentido de... se sim ou não. Se não se identificar também não há problema. (P)- Talvez fosse <u>mais preocupação</u>. (E)- Era mais preocupação? (P)- Preocupação sim (...) (E)- Vamos imaginar só um cenário. Isto agora é mesmo um cenário: Imagine que o seu filho se queixava de dor de barriga. Dizia que não queria ir à escola. Qual era a primeira coisa que o pai pensava? (P)- (Pausa) <u>Como é que era a dor de barriga, o que é que se estava a passar, onde é que lhe doía, onde é que não lhe doía, saber (hã) o que é que é para procurar um médico ou assim.</u> (E)- E o que é que sentia? (P)- O que sentia? <u>Preocupado com ele....</u> Da doença que poderia eventualmente ser. (E)-Ok. Agora imagine que o seu filho convidou uns amigos para irem lá lanchar a casa. Já passou meia hora e ainda nenhum deles apareceu. Qual era a primeira coisa que o pai pensava nessa altura? (P)- <u>Aconteceu alguma coisa com eles. Pode ser estranho serem todos ao mesmo tempo mas (pausa) passava por aí. Enganaram-se na morada ou nós não demos a morada correta.</u> (E)- E o que é que sentia? (P)- <u>Não sentia nada...</u>	Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
356. Pai	(E)- Recorde-se de uma situação em que a sua filha se tenha sentido recentemente, mais ansiosa, preocupada com alguma coisa, lembra-se de uma situação assim? (P)- Sim, hmm, <u>talvez com a situação dos testes, que vinham aí.</u> (E)- Nestas situações assim mais emocionais, normalmente os pais pensam, sentem, agem de uma	Tipologia Social

	muitas vezes recordarmo-nos do que pensámos, do que sentimos, o que fizemos na altura, mas eu vou pedir que faça esse exercício, de tentar recordar esse dia, a última vez que aconteceu e vamos tentar através deste esquema detalhar um bocadinho o que aconteceu ao pai também, não é? Como é que o pai reagiu naquela situação. “Hã”, portanto, quando se apercebeu que o seu filho, enfim, estava ansioso, estava preocupado, porque tinha, já agora, de ligar a luz é isso? (P)– Era, era. (E) – O que é que o pai pensou? (P)– <u>Eu pensei que não sabia qual era a razão, qual era a razão de ele ter medo.</u> (E)– “Não percebo”, é isso? (P)– “Não percebo”. (E)– A razão do medo. Ok. E o que é que sentiu? Já agora, talvez estes cartões possam ajudar, por vezes não é muito fácil nós lembrarmo-nos do que sentimos naquela altura. São os cartões dos sentimentos. (P) – Sim, sim. (E) – Ok, portanto na altura lembra-se o que é que sentiu? (P) –<u>Talvez impotência.</u> (...) (E)–Vamos imaginar um cenário. Imaginemos que o seu filho um dia acordava de manhã e queixava-se de dor de barriga e dizia que não queria ir à escola. Qual é que era a primeira coisa que o pai pensava? (P)– Se tem dores de barriga e não quer ir à escola, primeiro é se era uma questão de saúde e depois saber o porquê de não querer ir à escola, porque nós podemos ter problemas de saúde e... <u>Tenho de perceber qual é o motivo, fazer qualquer coisa.</u> (E)– Depende dos problemas. Como é que se sentiria nessa situação? (P)– Tentava resolver a situação. (E)– Isso era o que faria, portanto como é que se sentia? (P)- <u>Então, na altura se ele dissesse que estava com dor de barriga e que não queria ir à escola, o meu sentimento na altura era surpresa.</u> (E)– “Hmm hmm”. Muito bem. Outro cenário. Imaginemos que o Francisco um dia destes convida os amigos para irem lá a casa lanchar. Entretanto passou meia hora e os amigos ainda não apareceram. O que é que o pai pensaria nessa situação?	Cognições referentes aos pais – Incompreensão Impotência Situação hipotética de tipo físico Perceção de responsabilidade parental Surpresa Situação hipotética de tipo social
--	--	---

	(P)– <u>Se ele convidou e os amigos não aparecem, alguma razão tem de haver. “Hã”, é porque ele não é uma criança que conviva muito com eles, julgo eu, e fez o convite, mas ele não é aceite pelos outros meninos. Porque se não é evidente que as crianças quando querem brincar a primeira coisa que fazem é ir.</u> (E)– E como é que se sentiria nessa situação? (P)– <u>Sentia-me preocupado.</u>	Interpretação parental de ameaça Ansiedade (preocupação)
367. Pai	(E)– Recorde-se assim de uma situação mais ou menos recente em que o seu filho tenha sentido medo, muito medo de alguma situação que o pai achasse que não era razão para isso ou que estava a exagerar um bocado. (P)– <u>Essa coisa do escuro.</u> (E)– Ok. Consegue lembrar-se mais ou menos dessa altura? (P)– Sim, acordou sobressaltado. Sei que quando eu acordei ele estava ao meu lado e abanava-me e eu: "Fogo! Mas ainda é cedo para acordar para ir para o trabalho" [risos] Foi mesmo assim a pus a questão. "Mas tens medo de quê?" - (Filho): "Estava a sonhar não sei quê" - "Ah pá! Estavas a sonhar mas deixa cá ver então..." (E)– Vamos tentar detalhar o que é que o pai pensou. O que é que o pai pensou nessa altura? Quando o viu assim assustado? (P)– Não pensei muita coisa, sinceramente não pensei. <u>A única coisa que pensei foi: então, mas agora um puto desta idade tem medo do escuro?</u> (E)– Portanto, ele não devia ter medo do escuro, é? (P)– É, é. Não havia necessidade nenhum. Era só chegar ali, carregava no interruptor e acendia a luz... (E)– Ok. Como é que se sentiu na altura quando vê o seu filho assim (isto pode ajudar não sei e ajuda). Como é que se sentiu quando ele o acordou a dizer que estava com medo do escuro? (P)– Pronto, esta parte assim da preocupação, menos um bocadinho. Não foi bem preocupado, <u>senti-me irritado.</u> (...)	Tipologia Física Cognições referentes à criança – Criticismo Zanga (irritabilidade)

	(E)- Vamos só imaginar assim um cenário, uma hipótese. Imagine que o seu filho. Imagine que o seu filho um dia acordava, queixava-se de dor de barriga e dizia que não queria ir à escola. O que é que o pai pensava nessa altura? (P)- O que e que pensava. Já aconteceu isso, aí há três semanas... E ele também tem aquela coisa: "oh pai dói-me a barriga e não sei que mais". Pronto. <u>Vai à casa de banho, faz as necessidades e digo logo para a minha mulher: "Dá-lhe lá um comprimido ou toma lá aquelas carteirinhas para a barriga.</u> (E)- E o pai como é que se sentiria se isso acontecesse? (P)- Hã, <u>fico um bocadinho irritado</u>. Como se costuma dizer, fico naquela porque pensei, a gente não se apercebe também.... Deve pensar que eu nunca tive a idade dele. (E)- Imagine. Quero dizer, eu sei que nunca aconteceu, mas imagine que acontecia. Portanto, o sei filho convidava uns amigos para irem lá a casa. Entretanto, olhe, passou meia hora e ainda nenhum apareceu. O que é que acha que pensaria nessa altura? O que é que acha que teria acontecido? (P)- Sei lá, muita coisa. <u>Atrasou-se, podia ter ido a outros lados, sei lá.... Muita coisa.</u> (E)- Hmm, hmm. O que é que sentiria? Alguma coisa? (P)- <u>Não, tranquilo.</u>	Situação hipotética de tipo físico Perceção de responsabilidade parental Zanga (irritabilidade) Sem perceção de ameaça Tranquilidade
382. Pai	(E)- Senhor Elias, na situação que aconteceu recentemente que me falou do incêndio, que ele ficou muito muito preocupado, nós às vezes não nos apercebemos muito mas às vezes pensamos, e às vezes sentimos coisas nessas situações, que não nos apercebemos que estamos a pensar e a sentir coisas. E eu gostaria de tentar reformular essa situação e gostaria que o senhor Elias me dissesse, nessa situação do incêndio, e tem aqui uma canetinha para escrever... (P)- <u>Sim sim, ele estava completamente desorientado, andava de um lado para o outro, estava com muito medo do fogo.</u> (E)- Muito bem, então o que é que pensou nessa situação? Portanto, o Rafael está muito nervoso, a andar de um lado para o outro, o que é que pensou nessa situação?	Tipologia Física

	(P)- Nestas coisas, <u>fico preocupado</u> como é normal. (E)- Hum hum, muito bem. Então e outra situação: se o seu filho convidou alguns amigos para lanchar. Já passaram 30 minutos e nenhum apareceu. O que acha que pensaria nesta situação? (P)- Que não puderam vir, sei lá. Se eu os convidar... <u>o meu filho ficava logo triste</u>. (E)- E o que é que acha que sentiria nesta situação? (P)- <u>Sentia-me triste também</u>. (E)- É? (P)- Sim. Se eles não compareceram, sentia-me triste, pronto.	(preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação de ameaça pela criança Tristeza
393. Pai	(E)- Eu vou-lhe pedir para se recordar de uma situação em que ela se tenha sentido muito assustada ou muito ansiosa ou muito preocupada. Já me deu até alguns exemplos, na verdade, mas eu gostava que se lembrasse de um em particular. E em que o pai tenha achado que não era razão para isso. (P)- <u>Basicamente só o teste, em que ela sabia que não contava, ou que contava muito pouco...</u> (E)- Ah, as provas de aferição. (E)- O que pensou. Portanto, quando a viu assim o que pensou? Ou quando ela lhe disse ou começou a fazer essas perguntas todas? (P)- <u>Se calhar vai-se sentir mal</u>. (E)- Ela vai-se sentir mal. (P)- Hum hum. (E)- Ok. E o que é que sentiu? Se calhar para ajudar a perceber o que sentiu, porque às vezes não é muito fácil reconhecermos as nossas emoções, tenho aqui alguns cartões que se calhar podem ajudar, não sei. (P)- <u>Sinto-me preocupado</u> com ela. (...)	Tipologia Social Cognições referentes à criança – Ansiedade Infantil Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de

	(E)- Agora vamos só imaginar um cenário. Estamos quase a terminar. Portanto vamos agora imaginar um cenário, completamente hipotético e que provavelmente pode nunca lhe ter acontecido. Mas não faz mal, é mesmo só para imaginar como é que reagimos numa situação desse género. Imaginemos que a Catarina se queixa de uma dor de barriga um dia destes e diz que não quer ir à escola. Chega ao pé de si e diz isto. O que é que acha que o pai pensaria nessa altura? O que é que o José pensaria? (P)- Eu tento... eu penso que ia pensar logo que era uma desculpa para não ir à escola, <u>provavelmente alguma coisa não está bem</u>. (E)- Ok, e como é que o pai acha que se sentiria nesse momento? (P)- <u>Talvez impotente</u>, sem saber como controlar. (E)- Ok. Por exemplo, outro cenário. Imagine que a Catarina convidou umas amiguinhas para irem lá lanchar a casa. Entretanto, convidou para irem lá às 16h, são 16h30 e elas ainda não apareceram e ninguém disse nada. O que é que o José pensaria nessa altura provavelmente? (P)- <u>Que ela ia começar a ficar nervosa</u>. (E)- Ela vai começar a ficar nervosa. Ups, não é? E o que acha que sentiria? (P)- Que eu me sentiria se ela se sentisse nervosa? (E)- Se essa situação acontecesse. Como é que acha que se sentiria? (P)- <u>Com ansiedade</u>, a espera que chegue alguém.	tipo físico Interpretação parental de ameaça Impotência Situação hipotética de tipo social Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade
398. Pai	(E)- Recorda-se de uma situação recente em que percebeu que a sua filha estava de certa forma mais ansiosa, com medo de alguma coisa? (P)- (Pausa) Talvez quinta-feira. (E)- E o que é que aconteceu na quinta-feira? (P)- <u>Tinha teste na sexta</u>. (E)- E o que é que pensou quando se apercebeu que ela estava agitada e nervosa? (P)- (Pausa) O que é que pensei? Na maior parte das vezes digo-lhe não te preocupes com isso. (E)- Mas o que é que pensou quando a viu assim? Quando se apercebeu que ela andava agitada e preocupada com o	Tipologia Social

	teste? O que é que o pai pensou? Eu sei que não é fácil que Às vezes nesta situações mais emocionais não é fácil, não é? A pessoa lembrar-se o que é que pensou pai? (P)- Tenho pena. Às vezes tenho pena, pena, pena... (E)- O que pensou é "tenho pena"? (P)- Sim, sim. (E)- Tenho pena de quê? Não percebei bem... (P)- Pena de a gente... Das pessoas, que eu acho que é toda a gente que faz isso aos filhos, de a gente... <u>Se calhar a pressão para os filhos terem boas notas porque nem toda a gente é...</u> (E)- Portanto tem pena da pressão que temos de fazer sobre eles, é isso? (P)- Sim. Sim. E de terem boas notas para não ficarem como os pais. (E)- Ok, e como é que se sente nessas situações? (P)- <u>Preocupado</u> (...) (E)- Vamos imaginar um cenário. Imagine que a sua filha acordava um dia, queixava-se de dor de barriga e dizia que não queria ir à escola. O que é que o pai pensava nessa situação? (P)- (Pausa) Hã, não querer ir à escola é uma coisa, estar doente é outra na minha opinião. (E)- Portanto a primeira que pensava era o quê? (P)- <u>Levá-la ao médico.</u> (E)- E o que é que sentiria nessa altura? (P)- <u>Sinceramente, é preocupação mesmo.</u> (E)- Ok. Imagine outro cenário. Imagine que por exemplo a sua filha convidou umas amiguinhas para irem lá a casa lanchar. Entretanto passou meia hora e ainda nenhuma apareceu. Qual era a primeira coisa que o pai pensava? (P)- Elas... Nenhuma apareceu das outras, mas a minha filha esta em casa? (E)- Sim. (P)- (Pausa) <u>Hmm, se calhar pensava que havia ali algum atraso talvez, só isso.</u> (E)- E com é que se sentiria? Normal... (P)- <u>Sim normal, sim.</u>	Cognições referentes aos pais – Responsabilidade Parental Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
407. Pai	(E)- Recorda-se de uma situação recente em que percebeu que a sua filha estava de certa forma mais ansiosa, com medo de alguma coisa? (P)- Hum, talvez a pouco tempo, <u>por exemplo se ela perder alguma coisa, ela a mim diz-me e à mãe tenta esconder. Ela perdeu o cartão logo poucos meses depois de começar a escola, o primeiro cartão, que ela perdeu. E</u>	Tipologia Social

	<u>ela a mim disse-me e à mãe...</u> (E)- E o que é que o pai pensou nessa altura? (P)-O que eu pensei foi: olha filha - falei com ela -, vais pedir um outro cartão e a mãe nem precisa de saber. Pronto, às vezes faço um bocadinho de escudo e protejo-a. (E)- Mas o que é que pensou quando a viu nervosa por causa disso? (P)- <u>Acho que não penso grande coisa porque já estou habituado a esses nervosinhos dela, não é? Ela qualquer coisinha que faça alguma asneira que faz, já sei que ela fica logo nervosa</u> e que, se puder esconder aos dois ela esconde. Mas se não puder esconder, conta-me só a mim e esconde à mãe, não é? [Riso] Depois espera que eu tome essa decisão de contar ou não à mãe. (E)- E o que é que sentiu nesse momento? (P)- Em termos de quê? Tipo de... (E)- Quando se apercebeu que ela estava nervosa porque tinha perdido uma coisa, como é que se sentiu o pai? (P)- Ó, fico sempre também... mesmo eu sendo mais calmo que a mãe, às vezes também lhe dou um raspanete. Que ela não tem cuidado com as coisas. Ela é desmazelada, deixa as coisas espalhadas e nunca mais se lembra... se for preciso diz que perdeu o cartão e o cartão está lá para casa. <u>Fico um bocado irritado</u>, mas não, não sou de berros como a mãe. (...) (E)-Vamos imaginar um cenário. Imaginemos que ela se queixa de uma dor de barriga ou assim e diz que não quer ir à escola. Qual era a primeira coisa que o pai pensaria nessa situação? (P)- <u>Eh, primeiro ia apurar se a dor era real ou se não é real</u>. Porque quem sabe, às vezes as crianças são um bocadinho fiteiras, não é? Depois, possivelmente, se visse que era real, então ok não vais à escola, mas vais ao médico. Porque muitas vezes eles também não gostam de ir ao médico e aí a gente também testa logo se é real ou não. (E)- Como é que se sentiria se isto acontecesse? Ela dizia,	Cognições referentes à criança – Ansiedade Infantil Zanga (irritabilidade) Situação hipotética de tipo físico Perceção de responsabilidade parental
--	---	---

	queixava-se de dor de barriga, dizia que não queria ir. Como é que se sentiria? (P)- Se ela não quisesse ir ao quê? À escola? (E)- À escola. (P)- <u>Preocupado</u>. Se fosse, se visse que era uma dor real. (E)- Ok. Imaginemos agora que ela convidou uns amigos para irem lá lanchar a casa. Entretanto passou meia hora e ainda nenhum deles apareceu. O que é que o pai pensaria? (P)- Não sei [riso]. Não faço a mínima ideia. <u>Eu sei que ela entrava logo em parafuso.</u> (E)- Era isso que pensava. (P)- Exactamente. Ela, como já é uma pessoa sensível nesse aspeto das amizades, começava logo a achar que, que, que a fazer lá os pensamentos dela a fazer o filme todo, a dizer que eles não gostam dela, que, que não deram interesse ao convite dela e isso tudo. (E)- E o que é que sentiria? (P)- Tentaria... eu sentiria na obrigação de tentar amenizar as coisas, tentar arranjar uma justificação. (E)- Isso era o que faria. Mas o que sentiria em termos de, eventualmente, emoções. (P)- [Suspiro] Não sei. Sim, bom, diria que <u>preocupação</u>.	Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade (preocupação)
435. Pai	(E)- Recorde-se de uma situação em que o seu filho se tenha sentido ou com medo de alguma coisa, ou mais nervoso que tenha acontecido recentemente. (P)- <u>Não poder ir de férias. Há-de ser uma situação ou outra em que... ele quer ir de férias para casa... ele quer ir, não. Para casa dos avós. E tenha havido alguma diferença nesse caso entre ele, eu e a mãe.</u> (E)- Ok. Nessas ocasiões mais emocionais, é normal que os pais pensem, sintam, hajam de determinada maneira mas, quer dizer, entretanto não estão a recordar e a memorizar o que é que na altura pensaram ou sentiram. Mas eu vou-lhe pedir para fazer esse exercício, no fundo. Tentar recordar uma dessas situações, precisamente. Se calhar uma que lhe tenha ficado mais na memória. E que,	Tipologia Separação

	(E)- Agora outro cenário diferente. Imaginemos que o Guilherme convidou os amigos para irem lá lanchar a casa. Entretanto passou meia hora e nenhum dos amigos apareceu. O que é que o pai pensaria nesse momento? (P)- O que é que eu pensaria? <u>Que é normal</u>. É hábito dos portugueses nunca chegarem a horas. (E)- Ok. Como é que se sentiria? Normal também? (P)- <u>Sim, normal</u>.	Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
454. Pai	(E)- Recorde-se de uma situação recente em que o Francisco tenha sentido medo ou se tenha sentido ansioso e que o pai tivesse achado que não era propriamente caso para isso. Ou seja, que estava nervoso sem razão. (P)- <u>Só mesmo um... uma... uma daquelas histórias em que eu ia buscá-lo a casa da mãe para ir ao treino e ele dizia que já não queria ir.</u> (E)- Ok essa é boa. Nestas situações mais emocionais, os pais obviamente também sentem, pensam, comportam-se de uma determinada maneira, mas é tudo tão rápido e tão automático que nem sempre estamos propriamente a recordar o que é que na altura aconteceu. Mas o que lhe vou pedir agora é precisamente para fazermos esse exercício. Portanto, utilizando este esquema, vamos tentar recordar o que é que na altura em que se apercebe que o Francisco está, enfim, preocupado porque não quer responsabilizar-se por aquele atraso, ou seja, ou não quer que ralhem com ele, o que seja. Na altura em que se apercebeu que ele estava ansioso por causa disso, o que é que o pai pensou? (P)- Eh, o que é que eu pensei... pensei que aquilo não tinha razão de ser, que não faz sentido. E <u>mesmo que o treinador chame a atenção, e mesmo que seja um atraso, eh, não é ele o responsável por esse atraso. Nunca pode ser...</u> (E)- Portanto, mesmo que ele chame a atenção, não tem de se sentir responsável, é isso? (P)- Sim, ele não tem de se sentir responsável por estar a horas no treino. É uma responsabilidade dos pais. A atitude dele também de achar que, se ter de desculpar, também contribuiu um pouco. Está aqui quase metade-metade. (E)- Mas então diga-me, o que é que sentiu?	Tipologia Social Cognições referentes à criança – Ansiedade Infantil

	(P)- É assim, um <u>pouco de irritabilidade</u>. (E)- Ok. (...) (E)- Vamos agora só imaginar dois cenários. Mas aqui é hipotético: se isto acontecesse, o que é que eu faria. Por exemplo, imaginemos que o seu filho se queixava de dor de barriga e dizia que não queria ir à escola. Qual era a primeira coisa que o pai pensava? (P)- Eh... <u>no caso do Francisco, acreditava. Dor de barriga</u>. Se fosse dores de cabeça, eh, que é frequente, não é assim tão frequente, mas... as únicas vezes que, que eu diria para aí duas vezes por ano, já aconteceu de manhã ele queixar-se de dor de cabeça. E depois acabar por não ir à escola. (E)- No caso da dor de barriga acreditava. E como é que se sentia? (P)- Eh, como é que sentia... <u>sentia se calhar também um pouco ansioso</u>, como é que ia gerir a situação logo. (E)- Imagine outra situação. Imagine que o Francisco convidou uns amigos para irem lá a casa lanchar, entretanto passou meia hora e os amigos ainda não apareceram. Qual era, o que é que o pai pensava nessas alturas? (P)- Hmm, não sei. O que é que eu pensava? Não sei, <u>também ia ficar na expectativa, que eu também sou assim um pouco, se calhar, eh, não sei.</u> (E)- Ok, e como se sentiria? (P)- <u>Talvez impotente</u>, não conseguir, ia ter de ficar à espera.	Zanga (irritabilidade) Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Ansiedade Situação hipotética de tipo social Interpretação parental de ameaça Impotência
456. Pai	(E)- Recorde-se de uma situação recente... aliás, já me deu vários exemplos na verdade... mas escolha uma situação recente em que ela se tenha sentido muito assustada, nervosa ou preocupada, e que o pai achasse que não era caso para isso. Com alguma situação. (P)- <u>Só se for essa por exemplo à saída da escola, quando chegamos mais tarde.</u> (E)- Ok essa é uma boa situação. Portanto nestas situações mais emocionais, os pais habitualmente pensam, sentem ou agem de determinada forma, mas é tudo muito automático. Portanto, a pessoa não está propriamente a	Tipologia Separação

	reparar o que está a acontecer. Neste momento vou-lhe pedir para detalharmos um bocadinho, tentarmos lembrar dessa situação e tentar detalhar aqui através deste esquema o que aconteceu nessa altura. Portanto, o pai e a mãe chegam um bocadinho mais tarde, entretanto apercebem-se quando chegam que ela já está de lágrimas nos olhos. O que é que nesse momento pensou? (P)- <u>Eu pensei que, pensei... pensei que ela estava, receosa e ansiosa pela nossa chegada</u>, mas que estava a bloquear, digamos assim. Ou seja, ela não estava (...) ela começou a pensar logo que alguma coisa tinha acontecido em vez de: provavelmente atrasaram-se e eu vou fazer... com a autonomia que tinha poderia fazê-lo. (E)- Ok. Portanto pensou o pior. Já devia ter autonomia para pensar e fazer de forma diferente. Muito bem. O que é que sentiu? Já agora, se quiser usar aqui estes cartões dos sentimentos, podem ajudar eventualmente a encontrar uma resposta. (P)- <u>É assim, pegando aqui nestas coisas, senti um bocado surpresa porque pensei que ela iria agir de maneira diferente.</u> (...) (E)- Vamos imaginar um cenário. Imagine que a Inês acorda algum dia de manhã a dizer que lhe doía a barriga e que não queria ir à escola. Qual era a primeira coisa que o pai pensava? (P)- <u>Que lhe doía mesmo a barriga.</u> (E)- Como é que se sentiria nessa situação? (P)- <u>Sentia-me preocupado para saber o que era.</u> (E)- Imagine outra situação. Imagine que ela convidou uns amigos para irem lá a casa lanchar. Entretanto passou meia hora e os amigos ainda não apareceram. O que é que acha que pensaria nessa situação, o pai? (P)- <u>Que estavam atrasados [riso]. Possivelmente.</u> (E)- Como é que se sentiria? (P)- Não. <u>Não sentia nada.</u>	Cognições referentes à criança – Ansiedade Infantil Surpresa Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Ansiedade (Preocupação) Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
--	---	--

469. Pai	(E)- Recorde-se de uma situação recente em que ela se tenha sentido muito assustada, nervosa ou preocupada, e que o pai achasse que não era caso para isso. (P)- <u>A situação dos medos dos cães, começa logo a fugir, ainda a semana passada.</u> (E)- Quando o pai, já agora, nestas situações assim mais emocionais, portanto. Em que, enfim, acontece alguma coisa com os nossos filhos, os pais pensam, agem e sentem de determinada maneira. Mas é tudo muito automático, tudo muito rápido e muitas vezes não se lembram como é que era. Então, eu agora neste caso vou pedir que se lembre dessa situação, e também o que é que aconteceu consigo enquanto pai. Utilizando aqui, ajudando-nos com este esquema, vamos tentar relembrar o que é que o Francisco na altura em que se apercebeu que a sua filha tinha acabado de ver um cão e já estava a fugir, o que é que pensou? (P)- O que é que pensei? (E)- Sim, o que é que lhe passou assim pela cabeça? (P)- Não pensei nada de mais. <u>É, já é normal, já estou habituado a ver quando ela vê os cães.</u> (E)- Já agora, o que é que sentiu? Para ajudar, pronto, tendo em conta que às vezes não é muito fácil identificar os sentimentos, tenho aqui uns cartõezinhos que poderão ajudar. (P)- Hum. (E)- Ok. Portanto, nessa altura, quando se apercebeu que ela estava assim, nervosa, agitada, etc, o que é que sentiu? (P)- <u>Preocupação.</u> (...) (E)- Já agora, vamos imaginar assim dois cenários hipotéticos. Se isto me acontecesse, o que é que eu fazia? Por exemplo, imagine que a Beatriz acorda um dia de manhã, diz que lhe dói a barriga e que não quer ir à escola. (P)- Hum. (E)- O que é, qual é assim a primeira coisa que o pai	Tipologia Física Cognições referentes à criança – Ansiedade Infantil Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo físico
-----------------	---	---

	pensa? (P)- <u>A, a primeira coisa que penso é primeiro ver se ela está doente ou não, não é?</u> (E)- Hum hum. (P)- Tirar-lhe a febre ou coisa assim. De resto, se não... se não houver nada assim de conclusivo, pronto, vai à escola. (E)- Como é que se sentia se ela se queixasse? (P)- <u>Preocupado fico sempre.</u> (E)- Ok. E já agora, perante outra situação. Imaginemos que a Beatriz convidava umas amigas ou uns amigos para irem lá em casa lanchar. Entretanto passou meia hora, os amigos ainda não apareceram. (P)- Sim. (E)- O que é que o pai pensaria nessa situação? (P)- O que é que pensaria? Em última instância ligamos sempre aos pais, <u>mas ela já sabia que ia ficar agitada e não sei quê.</u> (E)- Ok. Como é que se sentiria? (P)- Como é que eu me sentiria? <u>Ah, é assim, fico sempre preocupado por causa dela.</u>	Perceção de responsabilidade parental Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade (preocupação)
473. Pai	(E)- Recorde-se de uma situação em que o seu filho tenha ficado mais ansioso, nervoso com alguma coisa recentemente? (P)- <u>Sim, talvez a questão de eu ter ficado desempregado, ele preocupa-se muito com isso.</u> (E)- Portanto nas alturas em que acontece qualquer coisa, nós ficamos assim um bocadinho.... Pensamos, sentimos, agimos de uma maneira muito automática. Não estamos propriamente a detalhar o que nos está a acontecer. Mas eu vou pedir que se recorde mais ou menos dessa fase, portanto quando se apercebe que tinha ficado desempregado, entretanto nota que o seu filho está	Tipologia Preocupações Genéricas

preocupado consigo e se apercebe no fundo disso. O que é que o pai pensa sobre a situação? (P)- <u>Acho que ele nunca se devia preocupar com uma coisa que não é para a idade dele sequer.</u> (E)- Portanto, não é para a idade dele. Foi isso que pensou? (P)- Exatamente. (E)- Vamos só aqui... Vamos detalhando um bocadinho o que é que aconteceu nessa situação. E que é que sentiu? Já agora, se isto ajudar, não sei... Temos aqui os cartõezinhos dos sentimentos. (P)- Não, isso aí.... <u>Preocupado, talvez.</u> (...) (E)- Vamos imaginar um cenário. Imagine que o seu filho acordava um dia, dizia que lhe doía a barriga e que não queria ir para a escola. O que é que o pai pensaria nessa situação? (P)- <u>Alguma coisa que não lhe estivesse a correr bem.</u> (E)- O quê, por exemplo? (P)- Falta de estudo ou algum colega que (pausa) que talvez o tivesse tratado mal ou ele a um colega. Sei lá... Da parte da professora nunca tive esse problema (Pausa). Penso que seja isso. (E)- Ok. O que é que sentiria nessa situação? (P)- Iria ter de ver o que se passava, o que é que é. (E)- Como é que se sentiria. Isso era o faria. Como é que se sentiria? (P)- O que é que eu sentia? (pausa) <u>Talvez um bocado preocupado.</u> (E)- Outro cenário. Imaginemos que o seu filho por exemplo, convidou os amigos para lanchar. Entretanto passou meia hora e ainda nenhum dos amigos apareceu para lanchar. O que é que o pai pensaria nessa situação? (P)- <u>Acho que se eles não fossem era porque não eram</u>	Cognições referentes à criança – Ansiedade Infantil Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo físico Interpretação de ameaça pela criança Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação parental
---	--

	(E)– Diga-me uma coisa, imaginemos um cenário só para perceber como poderíamos reagir numa situação desse género. Imagine que o seu filho acorda um dia e diz que lhe dói a barriga e que não quer ir para a escola. Qual é a primeira coisa que pensa? (P) – <u>“Hã” contrariar isso, contrariar isso, era outra coisa de certeza.</u> (E)– Portanto a primeira coisa que pensa é “Não lhe está a doer mesmo a barriga”? (P)– Não, ele como não faz isso, eu vou-lhe ser sincero, eu vou trabalhar às sete da manhã e não, não assisto ao acordar, mas já assisti. (E)– Mas imagine que um dia acontecia consigo. (P)– Sim, a minha reação seria essa. (E)– O que sentiria? (P)– Sei lá, tanta coisa, <u>tristeza</u> enfim. (E)– Outro cenário, imaginemos que o seu filho convidou amigos para lanchar lá em casa, já passou meia hora, eles não apareceram. O que é que acha que pensaria numa situação desse género? (P)– <u>“Hã”... Bolas, pena e solidariedade com o meu filho porque eu também não gosto que me façam isso a mim.</u> (E)– Então pensaria que era injusto o que eles estavam a fazer. (P)– Claro, evidente. (E)– Portanto acha que era intencional. Como é que se sentiria? (P)– Hã”, <u>triste</u> em primeiro lugar.	Situação hipotética de tipo física Interpretação de ameaça pela criança Tristeza Situação hipotética de tipo social Interpretação parental de ameaça Tristeza
799. Pai	(E)– Recorda-se de uma situação recente em que ela se tenha sentido bastante nervosa ou assustada ou preocupada, e que o pai até achasse que não era razão para isso? Há bocadinho até me lembro que deu um ou dois exemplos durante a entrevista. Lembra-se de alguma situação? Há pouco falou de uma situação, que não sei se pode ajudar ou não, que foi aquela em que, por ter começado a sentir uma dorzinha de barriga, já achava que... (P)– Ah, pois foi. Foi no aniversário. Foi dia 15. E a madrinha, a madrinha que é madrinha de todos, já tem setenta e tal anos. Fez anos e fomos convidados para um jantar e tal. Eu estava até sentado, era uma mesa em u, eu estava sentado à cabeça da mesa e tal. <u>Depois comecei, estava de longe, mas a olhar para ela. E olhava para a mãe e tal. E ela assim muito desfalecida, muito coiso e tal. E eu levantei-me, então o que é que foi? Está maldisposta. E</u>	Tipologia Física

	<u>eu, então filha, mas o que é que tens, diz lá. E ela, ó pai, não sei. Mas queres vomitar? Já foste à casa-de-banho? Ah, já fui, já. A prima estava a dizer que ela já foi lá à casa de banho, mas não consegue fazer nada, não consegue vomitar nem nada.</u> Eh, eu fui, até desci uma escada e fui beber uma bica. Quando voltei para cima, passado um bocadinho, já ela estava a comer. (E)- Acha que ela estava, que exagerou um bocadinho, foi? (P)- Eu acho que sim. Ela deve ter exagerado um bocadinho, naquela situação. (E)- Muito bem. Então nestas situações mais emocionais, nós às vezes pensamos, sentimos as coisas de uma maneira muito rápida, muito automática. Digamos assim. Tenho aqui um esquema só para nos ajudar a perceber o que é que o senhor Vítor na altura pensou. Portanto, quando a sua filha, quando se apercebe que ela estava, enfim, se calhar preocupada com a saúde, com o facto de ter ali uma pequena dor, e a ver assim um bocado assustada demais para a situação que era, o que é que pensou? (P)- Na altura... <u>só pensei que seria uma má disposição de estômago, de intestinos ou não sei quê. E pronto, a coisa passa.</u> Pelo menos logo à partida... (E)- Não deve ser nada de grave. (P)- Pois, nada de grave. Se fosse, tentava logo ir para o hospital com ela. (E)- E no momento em que ela lhe diz, e quando se apercebe, quando volta, que ela já estava ali a comer sem problema nenhum... (P)- Já estava a começar a comer. (E)- E o que é que pensou nessa altura? (P)- Fiquei satisfeito. Foi uma sensação de: possa, já lá vai. Já lá vai o mau tempo, como costumo dizer. Já lá vai o mau tempo, pronto, já passou. Eu estou... eu sou... por um lado, não sei se se calhar sou pessimista. Se calhar sou pessimista, e quando as coisas não acontecem o pior, vá lá, antes assim do que pior. Para mal já basta assim. Antes assim que pior. Eu sou pessimista. Eu estou sempre a prever que aconteça uma desgraça.	Desvalorização
--	--	-----------------------

911. Pai	(E)- Recorda-se de uma situação em que recentemente o seu filho se tenha sentido nervoso ou assustado ou ansioso com alguma situação? (P)- <u>Medo ao escuro, quando ele não queria adormecer de luz apagada, tinha medo do escuro. Mas depois acabava por dormir.</u> (E)- Nos momentos em que ele vinha ter consigo... quer dizer, o que é que ele fazia? Queixava-se? (P)- Chorava. Chorava. (E)- Ok. Nessas situações mais emocionais, digamos assim, em que há muita coisa a acontecer. Portanto, os miúdos começam a chorar e temos de dar resposta, etc, pensamos, agimos e sentimos de maneira automática. Ainda assim gostaria que se lembrasse de uma situação, por exemplo, ou várias, e vamos tentar através deste esquema que aqui tenho detalhar o que aconteceu. Quando o seu filho começava a chorar e a dizer que estava com medo e precisava de ligar a luz, o que é que o pai pensava? (P)- <u>Que ele estava com medo do escuro, ou possivelmente em coisas que vêm na televisão.</u> (E)- Pensava mais alguma coisa? (P)- Não. (E)- Só isto? (P)- Só. (E)- Hum hum. Se calhar está a pensar em qualquer coisa que viu na televisão, é isso? (P)- Sim, pois. (E)- E o que é que sentiu? Já agora, se estes cartões ajudarem. (P)- <u>Impotência</u>, no sentido de não saber o que havia de lhe fazer. A única hipótese era deixar a luz acesa, mas isso não é solução. (...)	Tipologia Física
		Causas externas
		Impotência

	(E)- Vamos imaginar um cenário hipotético, só para tentar entender como é que, se calhar, se isto acontecesse, como é que nós reagíamos. Por exemplo, imagine que o seu filho acorda um dia de manhã e diz: dói-me a barriga e não quero ir para a escola. A primeira coisa que o pai pensa é... (P)- Pois, não sei, como ele nunca fez isso não faço ideia. <u>Mas possivelmente, se um dia me fizesse isso, era porque tinha algum problema com algum colega.</u> (E)- Alguma coisa se estava a passar na escola. (P)- Exatamente. (E)- O que é que sentia nesse momento provavelmente? (P)- Que tinha de tentar descobrir o que era. (E)- Isso era o que faria, tentar descobrir o que era. E já agora tentava descobrir o que era como? (P)- Ou, se me apercebesse que fosse algum problema mesmo de escola, com algum professor ou de uma situação que ele tivesse criado na escola, vinha falar com a diretora de turma ou com alguém responsável. Se visse que era um assunto entre colegas, tentava-me aperceber, podia não ser no próprio dia, mas tentava me debruçar sobre esse assunto para tentar perceber o que é que tinha acontecido. (E)- E o que sentiria se visse o seu filho a dizer-lhe isto e achasse que ele estava com algum problema na escola? (P) -Sentia responsabilidade em tentar apurar o que tinha acontecido. (E)- Sentia-se de acordo com estas emoções ou outras parecidas? (P)- <u>Alguma ansiedade enquanto não descobrisse.</u> (E)-Só? (P)- Só. (E)- Outro cenário diferente. Imagine que o seu filho convidou dois ou três amigos para irem lá a casa lanchar. Entretanto vocês estão à espera, passou meia hora e ainda nenhum deles apareceu. Qual era a primeira coisa que	Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça Ansiedade Situação hipotética de tipo social
--	--	--

	pensava nessa situação? (P)- Se eles tivessem confirmado que iam? (E)- Portanto, ele convidou, eles disseram que sim, entretanto passou meia hora e nenhum disse nada nem apareceu. (P)- <u>Que se calhar não podiam ir e não tiveram coragem de lhe dizer.</u> (E)- Como é que se sentiria nessa situação? (P)- (...) Sentiria (...) <u>quer dizer, acho que não sentia nada.</u> Não puderam vir pronto não puderam.	Sem perceção de ameaça Tranquilidade
1019. Pai	(E)- Recorda-se de uma situação recente em que a Beatriz tenha ficado muito nervosa ou muito ansiosa, mas que vocês tenham pensado que não havia muita razão para ela estar assim tão nervosa ou tão ansiosa? (P)- Sim, <u>quando foi ter o teste.</u> (E)- Vamos então pensar nessa quando ela vai ter um teste. Acha que ela fica mais nervosa do que seria de esperar? Fica mesmo muito ansiosa? (P)- Fica. Fica porque, e tem medo de errar. Como é que hei-de dizer, aplicar a palavra. Eh, como já é tão boa aluna, tem medo que... como é que hei-de dizer... nos dar algum dissabor. (E)- Ok. De desiludir os pais? (P)- Sim. (E)- Sempre. Então recorde-se de um específico, talvez deste último, e vamos falar um bocadinho do que é que os pais sentem e como é que os pais agem e pensam nessas situações. É normal às vezes nem nos apercebermos do que está a acontecer nessas situações, mas nós vamos tentar aqui detalhar um bocadinho mais. Portanto, estava-me a dizer que aquilo que a deixou nervosa foi ter um teste mas que essa reacção dela é mesmo muito exagerada. (P)- É, é. (E)- Hum hum. Ter um teste ou saber as notas no final do período? (P)- Eh, é mais no teste. E depois enquanto não sai as notas, está ali...	Tipologia Social

	(E)- Também. (P)- Mas antes do teste eu costumo sempre estar com ela, fecho o livro. Vamos conversar. Beatriz, não podes ir nervosa. Concentra-te. Tu sabes. (E)- Hum hum. Ok. Isso são as estratégias que utiliza. Vamos um bocadinho antes. Então, ela estava, ia ter um teste e estava mesmo muito nervosa, não é? O que é que pensa nessas alturas ou o que é que pensou nessa altura específica? Quando a vê assim muito nervosa por causa de um teste? (P)- Sei lá, como é que hei-de dizer o que me passa pela cabeça. Então, <u>fico nervoso</u>. (E)- Fica nervoso. Isso é o que sente. Não é? Assim destas preocupações que tem aqui, destes sentimentos que tem aqui, o que fica é nervoso. (P)- <u>É, nervoso. Se não lhe transmiti a matéria, eh, para que ela não tenha ansiedade</u> e essa coisa, fico também... (E)- A sentir-se um pouco responsável. (P)- Um pouco, se não soube transmitir-lhe para que ela não fique tão nervosa quando vai para o teste. (E)- Ok. Eu consegui apanhar aí alguns pensamentos que tem. Estava-me a dizer que costuma pensar que se calhar não lhe transmitiu bem. Lembra-se de mais... esse é um dos pensamentos que tem? (P)- Sim, sim. (E)- Que se calhar não a conseguiu ajudar a ficar mais calma. (P)- Sim exato, a ficar mais calma. (...) (E)- Vamos tentar não nos focar numa situação específica em que isso aconteceu. Vamos pensar que ela amanhã acordava, era dia de escola, que não é caso... ela acordava e dizia que tinha dor de barriga, o que é que o Carlos pensaria?	Cognições referentes aos pais-Responsabilidade Parental Ansiedade (nervosismo) Situação hipotética de tipo físico
--	---	--

	(P)- <u>Pensaria mesmo que ela estava doente</u>. Eu não noto pelo historial da Beatriz, sim seria isso e pronto. (E)- Como ela não se queixa frequentemente... (P)- Exato. (E)- Ok. E o que é que sentiria? (P)- Eh, fico <u>preocupado</u>. (E)- Vamos pensar noutra situação hipotética. Se a Beatriz tivesse convidado alguns amigos para lancha e já passavam trinta minutos da hora combinada e nenhum deles teria aparecido. Ninguém teria aparecido. O que é que acha que pensaria? (P)- Difícil. Difícil, porque eu acho que, eh... as crianças gostam dela e ela gosta das crianças. Dá-se bem. Numa primeira fase é um bocado difícil, mas depois, pelo que eu me apercebo. (E)- Acha que era difícil isto acontecer, é isso? (P)- Eu chego à escola e é: Beatriz, Beatriz. (E)- Mas se estivesse a acontecer, o que é que o Carlos pensaria? (P)- Sei lá. (E)- Que eles estavam atrasados? Que estavam perdidos? O que é que lhe passaria pela cabeça? (P)- Não sei. <u>Talvez que estivessem atrasados é natural que sim</u>. (E)- E nessas circunstâncias o que é que sentiria? (P)- Epá, o que é que eu sentiria. <u>Em princípio nada. Não sendo nada de anormal, estaria tudo bem</u>.	Interpretação parental de ameaça Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Sem perceção de ameaça Tranquilidade
1062. Pai	(E)- Vamos procurar um outro exemplo em que ela se tenha sentido nervosa e assutada e o pai tivesse achado que ela estava claramente a exagerar. (P)- <u>Para ir à casa de banho e ter de acender as luzes todas e obrigar-me a ir com ela à casa de banho</u>.	Tipologia Física

	(E)- Lembra-se de alguma situação recente? (P)- Sim há umas semanas (E)-Nestes momentos em que... são momentos em que ficamos mais emocionados, digamos assim, por vezes pensamos, sentimos, agimos de determinada forma, mas não estamos propriamente a pensar no que nos está a acontecer, não estamos propriamente a ter noção do que nos está a acontecer. Por isso, vou tentar através deste esquema detalhar o que terá acontecido consigo numa das últimas vezes em que ela começa a ligar as luzes pela casa. Nota que ela está a ficar claramente nervosa com a ideia de ter de passar pelo escuro. O que é que pensou, o pai? (P)- <u>Achei que ela era tonta.</u> (E)- Pensou "Ela é tonta", é isso? (P)- Sim pois...É como digo, como eu... Ela é como a mãe, também tem medo do escuro. Sou sincero, não consigo perceber porquê... delas terem este receio. Não consigo perceber o receio do escuro, ou seja, percebo e não percebo, não é?! (E)- O que é que sentiu? Temos aqui alguns cartões com alguns sentimentos. (P)- Pois é um cocktail de sentimentos (risos). Hum <u>sinto-me irritado</u> nestas situações, ela já não tem idade para isto acontecer. (...) (E)- Vamos imaginar um cenário hipotético, só para tentar entender como é que, se calhar, se isto acontecesse, como é que nós reagíamos. Por exemplo, imagine que a sua filha acorda um dia de manhã e diz: dói-me a barriga e não quero ir para a escola. A primeira coisa que o pai pensa é... (P)-Depende, se fosse verdade ou se fosse mentira. (E)-Qual era a primeira coisa que lhe viria à cabeça? (P)-<u>Ela não é de se queixar muito. Quando se queixa é porque tem um fundo de razão.</u> Como ela até à data nunca disse que lhe doía a barriga para faltar, se fizer uma	Cognições referentes à criança – Criticismo Zanga (irritabilidade) Situação hipotética de tipo físico Interpretação parental de ameaça
--	--	--

primeira vez se calhar acredito. (E)-O que é que sentiria? (P)-Ficava <u>preocupado</u>, tentava ver o que é que se passava. (E)- Vamos pensar noutra situação hipotética. Se a sua filha tivesse convidado umas amigas para lanche e já passavam trinta minutos da hora combinada e nenhuma delas teria aparecido. Ninguém teria aparecido. O que é que acha que pensaria? (P)-Hum, tentava falar com os amigos se ela não levasse contato, tentava falar com alguém. (E)- Muito bem isso era o que faria. O que é que pensaria? (P)- <u>Poderia ter acontecido alguma coisa</u>. (E)- E como é que se sentiria? (P)- <u>Nervoso</u>.	Ansiedade (preocupação) Situação hipotética de tipo social Interpretação parental de ameaça Ansiedade (nervosismo)
---	--