



UNIVERSIDADE
LUSÓFONA
DO PORTO

Catarina Oliveira Rocha

Família +

Programa Piloto de Treino de Competências
Parentais

Dissertação de Mestrado

Psicologia Clínica e da Saúde

Dissertação defendida em provas públicas na
Universidade Lusófona do Porto no dia 27/07/2018,
perante o júri seguinte:

Presidente: Prof. Doutor Diogo Jorge Pereira Lamela

Arguente: Prof. Doutor Ricardo José Martins Pinto

Orientador: Prof^a Doutora Maria Teresa Soares Souto

Julho 2018

Dedicatória

Não deixa de ser interessante o facto deste estudo se focar na Família.

Costumo dizer que a Minha Família é a minha única certeza porque a vida tem-me mostrado isso mesmo...

Tudo aquilo que sou é um pouco desta Família e das experiências que me permitiram sentir ao longo dos tempos.

Por isso mesmo, esta “aventura” é dedicada à Minha **Família+!**

Aos meus pais e aos meus irmãos por me acompanharem sempre...

Ao meu marido por ter sido o impulsionador desta experiência.

Às minhas filhas, por me fazerem sentir capaz e especial!

Agradecimentos

Este percurso foi feito em conjunto com outras pessoas. Pessoas especiais, que eu acredito que por algum motivo se cruzaram na minha vida...

Obrigada à Professora Doutora Teresa Souto pela segurança e a calma que sempre me transmitiu...

Obrigada à equipa do Centro Comunitário de Esmoriz, em especial à Dra. Cláudia Reis pelo apoio que me deu em mais uma experiência, à Dra. Jacinta Valente pela confiança e a “liberdade para voar”, à Dra. Ana Rocha e à Dra. Francisca Quaresma, por serem minhas “companheiras de viagem” e cúmplices desde o primeiro minuto...

Convosco ao meu lado, tudo foi melhor, tudo foi possível, tudo foi +....

Família+ Programa Piloto de Treino de Competências Parentais

Resumo

A promoção da parentalidade positiva tem vindo a ser um dos focos das intervenções psicológicas nos últimos tempos, fundamentalmente pela influência determinante que esta tem na adaptação de crianças e jovens a uma sociedade cada vez mais exigente. ***Família +*** é um programa piloto de treino de competências parentais desenvolvido no Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental (CAFAP) “Entre Famílias”, do Centro Comunitário de Esmoriz. Realizaram-se sessões de grupo e individuais com progenitoras acompanhadas por este serviço, suportada numa abordagem de *coaching* parental, visando, a transformação e gestão positiva das relações familiares. Para avaliar os efeitos do programa, recorreu-se às Escalas Egna Minnen Beträffande Uppfostrane para Pais (EMBU-P) e para Crianças (EMBU-C) nas versões portuguesas de Canavarro & Pereira (2007), antes e após o desenvolvimento das sessões, avaliando a perceção que as progenitoras têm dos seus próprios estilos parentais educativos, mas também a perceção que os seus filhos têm sobre os estilos parentais educativos das progenitoras. Após 3 meses do fim das sessões e através de uma Entrevista Semi-Estruturada, avaliamos os efeitos do ***Família +*** na dinâmica destas famílias. As mudanças mais significativas e expressas pelas progenitoras terão sido a um nível pessoal, de uma mudança de perspetiva enquanto mulheres e mães, sentindo-se mais capazes e valorizadas por si próprias, gerindo mais eficazmente conflitos e tarefas domésticas, aumentando a disponibilidade física e afetiva e melhorando a comunicação na família, através da troca de afetos e da redução da hostilidade e agressividade verbal. Estas mudanças, culminaram com a alteração de algumas práticas educativas, sendo, contudo, uma área em que os resultados não parecem ser tão significativos. A continuidade do programa deverá ser equacionada quer pela motivação e interesse demonstrados pelas famílias, mas também pela necessidade em aprofundar algumas temáticas, clarificando conteúdos e reforçando competências essenciais na redução de risco psicossocial.

Keywords: Risco Psicossocial; Parentalidade Positiva; *Coaching* Parental; Estilos Parentais Educativos

Abstract

The promotion of positive parenting has been one of the focuses of psychological interventions in recent times, fundamentally due to the influence it has on the adaptation of children and young people to an increasingly demanding society. *Família +* is a pilot training program for parental skills developed at the Center for Family Support and Parental Counseling (CAFAP) "Entre Famílias", at the Centro Comunitário de Esmoriz. Individual and group sessions were held with progenitors unemployed and accompanied by this service, supported by a parental coaching approach, aimed at the transformation and positive management of family relationships. To evaluate the effects of the program, the Eigna Minnen Beträffande Uppfostrane Scales for Parents (EMBU-P) and for Children (EMBU-C) scales were used in the Portuguese versions of Canavarro & Pereira (2007), before and after the sessions, evaluating the parents' perception of their own educational parenting styles, but also the perception that their children have about the parental educational styles of their parents. After 3 months of the end of the sessions and through a Semi-Structured Interview, we evaluate the effects of *Família +* on the dynamics of these families. The results show that the changes most felt and expressed by the parents will have been on a personal level, a change of perspective as women and mothers, feeling more capable and valued by themselves, managing conflicts and tasks more effectively, increasing physical and affective availability and improving communication between the elements of the family, through the exchange of affections and the reduction of hostility and verbal aggression. These changes culminated in the change in some educational practices, however, an area in which the results do not seem to be so significant. The continuity of the program will be an added value for these families, both for the motivation and interest shown, but also by the need to deepen some themes, clarifying content and reinforcing essential skills in reducing psychosocial risk.

Keywords: Psychosocial risk; Positive Parenting; Parental Coaching; Educational Parenting Styles

Índice

1. Enquadramento Teórico	13
Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental (CAFAP)	15
Parentalidade Positiva e Programas de Intervenção	16
Terapia Cognitivo Comportamental e Treino de Competências Parentais	19
<i>Coaching</i> Parental	21
2. Objetivos.....	22
3. Método	23
Participantes	23
Procedimentos	26
Medidas	30
Análise de Dados	31
4. Resultados	33
Resultados da Análise Quantitativa	33
Resultados da Análise Qualitativa	35
5. Discussão	44
6. Conclusão e Limitações	46
Referências	48

Lista de Abreviaturas e Siglas

CAFAP - Centros de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental

CCE – Centro Comunitário de Esmoriz

CPCJ – Comissão de Proteção de Crianças e Jovens

C1 – Criança 1 (1º filho)

C2 – Criança 2 (2º filho)

C6 – Criança 6 (6º filho)

DR – Diário da República

EMBU-C – Escala Egna Minnen Beträffande Uppfostrane para Crianças

EMBU-P - Escala Egna Minnen Beträffande Uppfostrane para Pais

INIA - Iniciativa Nacional para a Infância e Adolescência

NVivo - Qualitative data analysis (QDA) computer software

PIAF – Plano Integrado de Apoio Familiar

PHDA – Perturbação Hiperatividade e Défice de Atenção

P2 – Progenitora 2

P4 – Progenitora 4

P5 – Progenitora 5

P6 – Progenitora 6

SAT-NIJ - Serviço de Assessoria aos Tribunais – Núcleo de Infância e Juventude

SPSS - Statistical Package for the Social Sciences

TPC – Trabalho para Casa

Lista de Tabelas

<i>Tabela 1: Características das Famílias</i>	24
<i>Tabela 2: Características Sociodemográficas das Progenitoras</i>	24
<i>Tabela 3: Características Sociodemográficas dos Filhos</i>	25
<i>Tabela 4: Problemáticas Identificadas/Fatores de Risco Familiar</i>	26
<i>Tabela 5: Planificação Geral das Sessões de Grupo</i>	28
<i>Tabela 6: Planificação Geral das Sessões Individuais</i>	29
<i>Tabela 7: Análise comparativa do EMBU-P e EMBU-C no Pré e Pós Teste</i>	35

Lista de Figuras

<i>Figura 1: Motivação e Satisfação Pessoal</i>	37
<i>Figura 2: Gestão Familiar</i>	38
<i>Figura 3: Comunicação na Família</i>	39
<i>Figura 4: Autoestima Familiar</i>	40
<i>Figura 5: Empowerment e Autoconfiança</i>	41
<i>Figura 6: Práticas Educativas</i>	42

1. Enquadramento teórico

Ao longo dos anos têm-se verificado inúmeras alterações ao nível social e familiar, exigindo novas respostas e adaptações, desafiando por isso as dinâmicas familiares. Como tal, torna-se cada vez mais oportuno o desenvolvimento de programas de Educação Parental.

Estas alterações, segundo Marujo e Neto (2000), influenciam a educação das crianças, caracterizando-se essencialmente pela pressão para o sucesso, o aumento da competitividade e do individualismo, o agravamento da taxa de desemprego, a perda de poder económico, a violência, o aumento de número de divórcios e de famílias monoparentais, a falta de apoio intergeracional e o desinvestimento escolar. Como tal, surgem sentimentos de incerteza, culpa, angústia e medo, interferindo no modo como é vivida a maternidade e a paternidade.

Todas estas mudanças exigem respostas por parte dos pais que, para muitos deles constituem “descobertas”, uma vez que não vivenciaram estas pressões durante a sua infância. Para Honig (2000), atualmente os pais dispõem de pouco tempo no apoio aos filhos, apresentam dificuldade em sentir empatia relativamente às suas necessidades, lutam para lidar com os seus próprios problemas enquanto adultos, não tendo consciência da importância do afeto consistente nos primeiros tempos de vida da criança para promover um vínculo emocional precoce entre pais e filhos.

A Parentalidade é uma área com bastante impacto no desenvolvimento das crianças, pela complexidade que este conceito pode envolver ao relacionar um conjunto de fatores que, para Sigel e McGillicuddy-De Lisi (2002) se caracterizam por crenças parentais (crenças que os pais possuem a respeito da educação dos filhos) que incluem perceções, expectativas, atribuições, atitudes, conhecimentos, ideias, objetivos e valores sobre todos os aspetos da educação das crianças e desenvolvimento da mesma. Para estes autores, as crenças parentais podem ajudar a gerar e moldar as práticas parentais, como também mediar a eficácia da parentalidade ou ainda, ajudar a organizar as práticas parentais.

Segundo Pereira (2003), a parentalidade poderá ser abordada a partir da sua função biológica e/ou cultural, sendo que a primeira função remete para o imperativo da reprodução da espécie, enquanto que a segunda se baseia nas modalidades do exercício do papel parental, distintas em função da cultura. Como tal, culturalmente, a parentalidade exige requisitos comportamentais e expectativas acerca do exercício do papel dos pais (Knoester, Petts & Eggebeen, 2007). Deste modo, ser pai ou mãe, associa-se à exigência

social de assumir certas responsabilidades, nomeadamente relativas à prestação de cuidados físicos e emocionais aos filhos. Espera-se por isso que, os pais sejam um “bom modelo” não só nas tarefas parentais, mas, também, num conjunto de papéis sociais.

Para Cruz (2013) a tarefa mais desafiante da vida adulta é a parentalidade, sobretudo pelo impacto que os pais têm na vida dos seus filhos. Esta autora, defende que as três componentes da parentalidade – comportamentos, cognições e afetos parentais, estão intrinsecamente ligadas e por isso mesmo, é fundamental percebermos como se relacionam estas dimensões e de que modo pais e filhos se influenciam através das mesmas.

De acordo com esta ideia, salientamos o conceito de estilo parental defendido por Darling e Steinberg (1993), realçando que este deverá ser percebido como um contexto em que ocorre a socialização das crianças e não apenas como uma prática de socialização em si, uma vez que, para estes autores, o estilo parental constitui-se como o padrão de características da interação entre pais-filhos em diferentes situações, que define o clima emocional em que se expressam as inúmeras práticas parentais. Como tal, as práticas parentais constituem-se assim pelo conjunto de estratégias utilizadas pelos pais para eliminar comportamentos inadequados ou promover os comportamentos adequados, tendo em vista o desenvolvimento e socialização da criança.

Por outro lado, torna-se fundamental compreendermos de que modo pode uma crise financeira mundial, como a de 2008, pode influenciar as dinâmicas familiares. Com esta crise, verificou-se o aumento do desemprego e medidas de austeridade que resultaram numa redução salarial, bem como dos apoios sociais. Estes factos estão a ter um grande impacto nas famílias portuguesas e, conseqüentemente, nas crianças fundamentalmente quando percebemos que a pobreza e o desemprego estão associados ao aumento da incidência do maltrato infantil (Azar, 2002). Estas situações enquadram-se no conceito de risco psicossocial defendido por Rodrigo, Máiquez, Correa, Martín e Rodríguez (2006), quando o relacionam com a vulnerabilidade de condições ou processos inerentes ao desenvolvimento da família que a impedem, por um período de tempo, alargado ou não, de funcionar a um nível que lhe permita atender às necessidades afetivas, sociais e pessoais dos elementos que a constituem. Deste modo, defende-se que esta situação deve ser objeto de intervenção adequada por parte do sistema de protecção à infância sempre que signifique risco para as crianças. É nesta linha de intervenção que surgem os diversos Centros de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental (CAFAP) existentes no nosso país.

Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental (CAFAP)

A Portaria nº 139/2013, DR Nº64-2 de Abril salienta como *Objetivos da Resposta Social* de um CAFAP os seguintes:

1. Prevenir situações de risco através da promoção do exercício de uma parentalidade positiva;
2. Avaliar as dinâmicas de risco e proteção das famílias e as possibilidades de mudança;
3. Desenvolver competências parentais, pessoais e sociais que permitam a melhoria do desempenho da função parental;
4. Capacitar as famílias promovendo e reforçando dinâmicas relacionais de qualidade e rotinas quotidianas;
5. Potenciar a melhoria das interações familiares;
6. Atenuar a influência de fatores de risco nas famílias, prevenindo situações de separação das crianças e jovens do seu meio natural de vida;
7. Aumentar a capacidade de resiliência familiar e individual;
8. Reforçar a qualidade das relações da família com a comunidade, bem como identificar recursos e respetivas formas de acesso.

O CAFAP “Entre Famílias”, do Centro Comunitário de Esmoriz acompanha diversas famílias em risco psicossocial, sinalizadas pela Comissão de Proteção de Crianças e Jovens do Concelho de Ovar (CPCJ) e pelo Serviço de Assessoria aos Tribunais – Núcleo de Infância e Juventude de Aveiro (SAT – NIJ). O trabalho desenvolvido neste serviço centra-se na “prevenção e reparação de situações de risco psicossocial mediante o desenvolvimento de competências parentais, pessoais e sociais das famílias” (Portaria nº 139/2013, Diário da República, I Série, Nº 64 – 2 de Abril).

Assim a *Modalidade de Intervenção* do CAFAP “Entre Famílias” caracteriza-se pela Preservação Familiar, que consiste na qualificação familiar, prevenindo a retirada da criança ou do jovem do seu meio natural de vida. Como tal, inserem-se neste âmbito, o Acompanhamento Psicológico, o Acompanhamento Social, a Capacitação Pessoal e Social, bem como, a Articulação Institucional e Intervenção na comunidade para reforço da integração das famílias nas redes de apoio social, potenciando relações positivas com os vizinhos, a escola, o contexto laboral e a comunidade em geral.

Parentalidade Positiva e Programas de Intervenção

A Psicologia Positiva, de acordo com Seligman e Csikszentmihalyi (2000), pretende passar de uma perspectiva de remediação dos aspectos negativos da vida para uma perspectiva preventiva e promocional, centrada na construção de qualidades positivas. Para estes autores, ao nível da Educação Parental, os contributos da Psicologia Positiva centram-se na valorização de um enfoque positivo e desproblematização da realidade, na crença nas competências e sucessos dos pais e na “leitura esperçada” da vida.

Assim, a Psicologia Positiva pretende ajudar aqueles que educam, ensinam e amam as crianças, a construírem nelas a força e as competências para que as suas vidas sejam felizes, criativas e produtivas (Hart, 1990). Deste modo, a educação das crianças vai muito além do ato de corrigir o que não é adequado nas suas atitudes ou comportamentos, focando-se fundamentalmente, na identificação e estimulação das qualidades e capacidades, valorizando as forças e as virtudes da pessoa humana (Roberts, Brown, Johnson & Reinke, 2002; Seligman, 1998; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Deste ponto de vista, o exercício do papel parental, deve ser encarado como uma oportunidade de construir alegria e amor, mesmo quando estamos perante pais e mães que não receberam tais qualidades nas suas famílias de origem (Hart, 1990).

Em Portugal, e de acordo com o Relatório de Avaliação (2007-2010) de Intervenções de Educação Parental (Abreu-Lima, et al. 2010) na área das políticas de apoio às famílias e ao exercício das funções parentais, a Iniciativa Nacional para a Infância e Adolescência (INIA) contempla os programas de educação parental, o apoio às famílias com medidas de promoção e protecção aplicadas, os apoios económicos no âmbito dessas medidas, a criação de centros de apoio familiar e aconselhamento parental e, como medida legislativa, a criminalização dos castigos corporais (artº 152º do Código Penal).

No que respeita ao programa da parentalidade positiva, a ideia que preside à sua apresentação começa por focar o conceito de parentalidade positiva. Considerando o significado prático deste conceito como base e orientação para a elaboração de conteúdos de formação em parentalidade positiva, refere-se que a parentalidade positiva se ocupa da ajuda às famílias no desenvolvimento de padrões de relacionamento saudáveis com os filhos, e que isso se centra no exercício da autoridade, do diálogo, no respeito e numa educação pelo afecto, através da aquisição de competências neste domínio. (Abreu-Lima et al., 2010, p.8 - 9)

Os programas de formação e treino de pais revelam ser excelentes oportunidades para melhorar os níveis de informação bem como as competências educativas parentais, observando-se em vários estudos, resultados bastante positivos em termos da percepção de auto-eficácia e satisfação no desempenho da função parental (e.g. Brandão, 2004; Feldman, 1994; Mendez-Baldwin & Rossnagel, 2003).

Como tal, e tal como defende Abreu-Lima e seus colaboradores (2010), torna-se relevante a educação para a parentalidade, especificamente para a parentalidade positiva, atendendo por exemplo aos seguintes fatores:

a) o desejo dos pais em desempenharem o papel parental de forma o mais informado e adequado possível;

b) a crença dos pais relativamente à maior dificuldade de ser pai nos dias de hoje, bem como à preocupação com o consumo de drogas e índices de suicídio observados nos adolescentes;

c) o aumento da incidência do divórcio, da reconstituição familiar, das taxas de abuso e negligência parental, dos problemas emocionais de crianças e adultos bem como da elevada incidência da gravidez na adolescência;

d) a ideia de que a educação das crianças e dos pais constitui uma estratégia eficaz para aumentar a capacidade das nações de promoverem o desenvolvimento do potencial humano.

A intervenção na parentalidade pode assumir diferentes modalidades, formatos e contextos, sendo focada nos pais, na mudança das suas interações com os filhos, com vista a promover o desenvolvimento da criança (Cowan, Powell & Cowan, 1998). Podemos, então, salientar três tipos de intervenções:

1. intervenção individualizada, através de um registo de aconselhamento;
2. intervenção em grupos, mais ou menos estruturadas ou estandardizadas;
3. intervenção baseada em meios de comunicação, através do uso de material escrito (manuais ou brochuras informativas).

As vantagens relativas às intervenções de grupo, referem-se essencialmente à redução de sentimentos e experiências isoladas, possibilitando a partilha de situações idênticas e a modelagem e apoio mútuo entre os participantes. Por outro lado, respond-se a um número maior de pessoas, num menor espaço de tempo e com melhor custo-benefício.

Porém, as intervenções em grupo também apresentam algumas desvantagens ou limitações, especificamente, a dificuldades na participação de alguns pais, quer pela falta

de assiduidade quer pela desistência no decorrer das sessões. Estas limitações, segundo Neufeld & Maehara (2011), dificultam a continuidade das sessões, exigindo rever temáticas anteriores de modo a que, tanto os conteúdos como as técnicas abordadas sejam realmente compreendidas e interiorizadas pelos participantes.

Abreu-Lima e seus colaboradores (2010), aquando da elaboração do relatório de avaliação das Intervenções de Educação Parental em Portugal, entre 2007 e 2010, agruparam os programas de intervenção, atendendo ao seu grau de estruturação ou estandardização no que diz respeito aos seus conteúdos e pressupostos teóricos, realçando as seguintes intervenções:

a) intervenções internacionais estandardizadas: programas internacionais, validados e baseados na evidência, traduzidos e adaptados para a língua portuguesa, que apresentam um conjunto de conteúdos, procedimentos e instrumentos claramente definidos (e.g., manuais, vídeos, sugestões de dramatizações), que devem ser replicados conforme o que foi definido pelos autores (e.g. “Anos Incríveis”; “Fortalecimento de Famílias”, “Construir Famílias”);

b) intervenções nacionais estandardizadas: programas nacionais, construídos com base em adaptações de programas internacionais estandardizados e outros contributos; não são programas baseados em evidência, pois ainda não foram testados, suficientemente, do ponto de vista científico, embora incluam um conjunto de conteúdos e procedimentos bem definidos, o que permite a sua replicação (e.g., “Mais família”; “Em Busca do Tesouro das Famílias”, “Missão C);

c) intervenções estruturadas: programas construídos “à medida” dos participantes, com base nas necessidades identificadas pelos técnicos e pelos próprios participantes; incluem, com maior ou menor detalhe, conteúdos, procedimentos e materiais que poderão permitir a sua relativa replicação (e.g., Tear, Trampolim);

d) intervenções flexíveis: intervenções com um grau de estruturação prévio reduzido, desenvolvidas em função das necessidades específicas do grupo alvo; construídas durante a sua implementação, em função dos interesses e necessidades expressas pelos participantes, bem como das propostas dos dinamizadores (e.g., Escola de Mães; Parentalidades). Estas intervenções, pelas suas características não apresentam condições de replicação e como tal, não são considerados Programas de Educação Parental.

A intervenção com um público alvo de nível socioeconómico carenciado, deve respeitar circunstâncias específicas de vida (e.g. acesso restrito a recursos e apoios, baixa

escolaridade, horários inconsistentes, frequentes situações de monoparentalidade). Neste sentido, Thompson e seus colaboradores (1993) referem que a combinação dos formatos individual e de grupo poderá ser positiva para este tipo de população, na medida em que as sessões de grupo encorajam o contacto social com outros pais e ajudam a “normalizar” os problemas experienciados com as crianças e, por outro lado, as sessões individuais ajudam os pais a desenvolver estratégias para lidar com problemas de comportamento específicos e proporcionam apoio social por parte de profissionais treinados.

Por outro lado, quando a intervenção é realizada com pais que revelam comportamentos abusivos e negligentes ao nível emocional, as dificuldades sentidas na intervenção em grupo devem-se ao sentimento de vergonha, podendo apresentar resistência na exposição perante os outros elementos. Como tal, Iwaniec (1997) salienta que o trabalho individual em fases precoces da intervenção poderá ser necessário para preparar para a aprendizagem em público e para a participação na resolução mútua de problemas.

Relativamente à organização dos grupos, Jalongo (2002) defende que os critérios de inclusão podem basear-se em: filhos da mesma idade; pais com uma determinada experiência comum; ou pais que pretendem aprender determinada competência.

No que diz respeito ao local onde decorre a intervenção grupal, Brenner e seus colaboradores (1999) salientam que o facto de na maioria das vezes os pais que mais necessitam de apoio serem aqueles que menos pedem ajuda, requer a utilização de contextos da comunidade, mais atrativos e motivadores do que contextos clínicos.

Outro dos aspetos observados ao longo dos tempos relativamente aos Programas de Educação Parental, prende-se com a pequena percentagem de intervenções em que participam pai e mãe em conjunto, sendo que maioritariamente, o pai começa a frequentar a intervenção após a mãe o ter feito (Noller & Taylor, 1989).

Terapia Cognitivo Comportamental e Treino de Competências Parentais

Porto (2005) defende que as intervenções psicoterapêuticas relacionadas com o tratamento de crianças e adolescentes devem abranger também o treino de pais ou cuidadores.

O modelo cognitivo comportamental surgiu aproximadamente no final dos anos 50, pelo psiquiatra Aaron T. Beck, focando-se no tratamento de clientes com depressão. O objetivo deste modelo é atuar nos pensamentos e nas crenças dos clientes, uma vez que estes se caracterizam como as “lentes” da pessoa (Petersen & Wainer, 2011).

Atualmente, a Terapia Cognitivo Comportamental utiliza técnicas relacionadas com a correção de crenças e pensamentos disfuncionais, associadas a técnicas comportamentais (Cordioli & Knapp, 2008).

Petersen e Wainer (2011) defende que a participação dos pais no processo terapêutico deve ser regular e ocorrer em diferentes níveis, podendo ser no formato de colaboradores ou *coaches* dos filhos.

Também Caminha (2011) afirma que o treino de pais é essencial para mudança dos comportamentos das crianças e/ou adolescentes, mas também se revela fundamental na promoção de um ambiente familiar mais harmonioso e saudável.

Técnicas da Terapia Cognitivo Comportamental, como o *role-playing*, o *feedback* e as tarefas de casa são utilizadas no treino de pais, sobretudo para a identificação e conceptualização do comportamento dos filhos. Reyno e McGrath (2006), referem que o treino de competências parentais, baseado na utilização destas técnicas e com o objetivo de melhorar a comunicação entre pais e filhos e aumentar a auto-estima dos pais, tem diminuído o stress dos pais e reduzido os problemas de comportamento nas crianças e adolescentes.

O programa de Treino de Pais desenvolvido por Edwards, Sullivan, Meany-Walen e Kantor em 2010, *Child Parent Relationship Training*, é um exemplo deste tipo de intervenções. Os autores procuram com este programa desenvolver a compreensão, a aceitação, a valorização e a afeição dos pais, bem como aumentar a autoconfiança em relação às suas habilidades parentais, reduzindo, assim, os problemas de comportamento das crianças (Edwards et al., 2010).

Neste programa de intervenção, em um estudo qualitativo, participaram pais e filhos em sessões individuais e de grupo com frequência semanal. Nas sessões de treino as temáticas foram abordadas através de *role playing*, vídeos, demonstrações práticas e tarefas de casa. Após estas sessões de grupo, com supervisão direta e processo grupal de aquisição de habilidades (com utilização de *feedback* grupal) e partilha de experiências pessoais, os pais deveriam aplicar os conhecimentos adquiridos, em suas casas, como os seus filhos durante trinta minutos semanais e ao longo de cinco semanas, gravando as situações em vídeo, para que fosse apresentado no grupo, com o objetivo de supervisão de suas intervenções (Edwards et al., 2010).

A avaliação deste programa consistiu numa entrevista final, com questões abertas para explorar a aceitabilidade e a percepção dos pais em relação à efetividade do que foi

proposto. Os pais descreviam as suas percepções acerca das mudanças em si próprios, nos seus filhos e na relação entre ambos, avaliando ainda o conteúdo e a estrutura do programa, revelando a sua intenção relativamente à continuidade de aplicação dos conhecimentos adquiridos após o fim do programa. De acordo com os resultados, o programa atingiu seus objetivos. Os pais relataram um aumento de conhecimento e confiança relativamente à tarefa parental, melhoraram a comunicação e fortaleceram a relação com os filhos. Por outro lado, revelam também uma melhoria no comportamento dos filhos e uma maior consciência acerca das necessidades dos mesmos (Edwards et al., 2010).

Coaching Parental

O *Coaching Parental* é um método inovador que surgiu em Inglaterra, com o objetivo de transformar e gerir positivamente as relações familiares.

Para Belo e Coelho (2017), esta nova abordagem valoriza o que os pais têm de bom: conquistas, aprendizagens, competências, potencialidades e recursos. Deste modo, pais e mães poderão descobrir aquilo que faz mais sentido para si e para a sua vida, bem como o que consideram ser o melhor para a sua família. Estas duas autoras portuguesas, criaram a “*Family Coaching*”, dedicando-se a realizar diferentes ações no âmbito do *Coaching Parental*, tanto para profissionais como para famílias. Defendem que o foco desta abordagem são as soluções e não os problemas, centrando-se em situações e características positivas, com abordagens pragmáticas, aceitando e respeitando os valores individuais, realçando que a mudança começa no próprio e as soluções são únicas e especiais.

A descentralização dos aspetos negativos e a abordagem positiva, reforça as competências individuais e responsabiliza os pais, colocando em si próprios o poder de escolher e mudar, através de uma liberdade consciente para reconhecer as vantagens e desvantagens de cada alternativa que encontram nas soluções.

A intervenção baseada no *Coaching Parental* “é centrada nos pais e não nos filhos e permite uma adaptação criativa consoante os contextos e as famílias que temos diante de nós” (Belo & Coelho, 2017, p. 209).

2. Objetivos

Atendendo à revisão bibliográfica realizada, bem como às necessidades comuns observadas nas famílias em risco psicossocial e acompanhadas num serviço como o CAFAP, delineamos um conjunto de objetivos, enquadrados nas abordagens de Coaching Parental, Parentalidade Positiva e Terapia Cognitivo-Comportamental.

Assim, o *Objetivo Geral* deste estudo é compreender os efeitos de um Programa Piloto de Treino de Competências Parentais na dinâmica familiar.

Como tal, os *Objetivos Específicos* deste programa são:

1. Promover o *empowerment* (capacitação) e a auto-confiança nas progenitoras (desenvolver e reforçar competências individuais e parentais)
2. Aumentar a auto-estima familiar (desenvolver e reforçar competências individuais)
3. Avaliar a perceção dos estilos parentais (perspetiva das progenitoras e dos filhos)
4. Aumentar a disponibilidade afetiva e física das progenitoras (suporte afetivo)
5. Melhorar a comunicação na família (reduzir hostilidade e agressividade verbal e aumentar comunicação de afetos)
6. Gerir positivamente os conflitos (stress do quotidiano)
7. Utilizar práticas educativas adequadas (para orientação do comportamento dos filhos)
8. Aumentar níveis de motivação e satisfação pessoal

3. Método

Para realizarmos este estudo, e de acordo com os seus objetivos delineados, estabelecemos um conjunto de critérios, procedimentos e medidas que seriam fundamentais para o desenvolvimento das sessões e a avaliação do programa.

Participantes

Relativamente aos participantes, e de acordo com a revisão bibliográfica, a planificação do programa e as características das famílias acompanhadas pelo CAFAP, estabelecemos um conjunto de critérios de inclusão para a seleção dos participantes:

a) *Famílias* em Risco Psicossocial, acompanhadas pelo CAFAP do Centro Comunitário de Esmoriz, residentes no Concelho de Ovar e sinalizadas por:

1. Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo do Concelho de Ovar (CPCJ);

2. Serviço de Assessoria aos Tribunais – Núcleo de Infância e Juventude (SAT – NIJ) de Aveiro

b) *Mães* em situação de desemprego (disponíveis para participar nas sessões do programa, desenvolvidas em horário laboral)

c) *Filhos* com idades entre os 6 e os 12 anos (critério necessário para preenchimento da escala EMBU-C)

Esta seleção foi feita pelas técnicas do CAFAP, atendendo aos critérios descritos anteriormente e, também, às características e problemáticas identificadas e registadas no PIAF, de modo a criar um grupo mais ou menos homogéneo relativamente às necessidades a serem trabalhadas

Deste modo, participaram neste estudo seis **famílias**, acompanhadas pelo CAFAP “Entre Famílias”, sendo que uma é Monoparental Nuclear e as restantes são Nucleares. Por outro lado, cinco estão sinalizadas pela CPCJ de Ovar e uma pelo SAT-NIJ de Aveiro (tabela 1).

Tabela 1: *Características das Famílias*

Tipo de Família	N
Nuclear	5
Monoparental Nuclear	1
Sinalização	N
Comissão de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo do Concelho de Ovar (CPCJ)	5
Serviço de Assessoria aos Tribunais – Núcleo de Infância e Juventude de Aveiro (SAT - NIJ de Aveiro)	1

Relativamente aos **dados sociodemográficos das progenitoras**, observamos o intervalo de idades mais prevalente se situa entre os 30 e 34 anos. No que diz respeito ao estado civil, quatro estão casadas, uma vive em união de facto e uma é viúva. O nível de escolaridade varia entre o 1º ciclo e o Secundário. Cinco delas vivem na cidade e uma vive na vila. Todas se encontram em situação de desemprego (tabela 2).

Tabela 2: *Características Sociodemográficas das Progenitoras*

Progenitoras	N
Mãe	6
Idades	N
Entre 25 e 29	1
Entre 30 e 34	3
Entre 35 e 39	1
Entre 40 e 44	1
Estado Civil	N
Casada	4
União de Facto	1
Viúva	1
Escolaridade	N
1º Ciclo	1
2º Ciclo	3
3º Ciclo	1
Secundário	1
Área de Residência	N
Cidade	5
Vila	1
Situação Profissional Mãe	N
Desempregada	6

No que diz respeito aos **dados sociodemográficos dos filhos**, verificamos que as idades variam entre os 6 e os 12 anos, sendo que três têm 6 anos, um tem 10 anos, três têm 11 anos e um tem 12 anos. Relativamente a sexo, quatro são do sexo feminino e quatro são do masculino. Três dos filhos frequenta o 1º ciclo e os restantes frequentam o 2º ciclo. O número de irmãos destas crianças também é variável, um deles tem quatro irmãos, dois têm dois irmãos e um deles tem três irmãos (tabela 3).

Tabela 3: *Características Sociodemográficas dos Filhos*

Idades	N
6 anos	3
10 anos	1
11 anos	3
12 anos	1
Sexo	N
Feminino	4
Masculino	4
Escolaridade	N
1º Ciclo	3
2º Ciclo	5
Número de Irmãos	N
1 irmão	3
2 irmãos	4
4 irmãos	1

As **problemáticas identificadas** ou os **fatores de risco** que caracterizam estas famílias, e foram observados e registados no PIAF aquando da sua sinalização, são diversificados. No entanto, existem características comuns; nomeadamente, fontes de rendimento insuficientes, problemas de comportamento (filhos), dificuldades no estabelecimento de regras e limites, sinais de negligência nos cuidados de higiene, violência conjugal, absentismo escolar (filhos), entre outros (tabela 4).

Tabela 4: *Problemáticas Identificadas/Fatores de Risco Familiar*

Problemática	N
Violência Conjugal	2
Fontes de Rendimento Insuficientes	5
Inexistência Suporte Social – família alargada	3
Problemas Comportamento	5
Absentismo Escolar	3
Proximidade com grupos de pares com comportamentos desviantes	2
Dificuldades Aprendizagem	3
Diagnóstico Perturbação Hiperatividade e Défice de Atenção (PHDA)	1
Sinais de Negligência Cuidados Higiene	3
Abuso de Álcool	1
Sinais Maus tratos físicos e psicoafectivos	1
Mau trato verbal face aos filhos	2
Dificuldades no estabelecimento de regras e limites	6
Desorganização do Espaço Doméstico	2

A amostra era constituída por seis famílias, sendo que, no decorrer do programa, duas das progenitoras desistiram do mesmo. Uma das desistências prendeu-se com o facto da progenitora iniciar uma atividade laboral e como tal, passou a ser impossível a sua participação nas sessões do programa. A outra desistência está relacionada com o estado emocional da progenitora aquando da implementação do programa, especificamente, a resistência em participar nas sessões de grupo, mas também em focar a sua atenção nas temáticas do programa, uma vez que as suas prioridades voltaram-se para questões específicas do seu núcleo familiar e fundamentalmente de si própria, sentindo maior necessidade de um acompanhamento psicológico individual, situação que foi de imediato remetida para um técnico da Instituição (CCE).

Procedimentos

Trata-se de um estudo quasi-experimental, com recurso a metodologia mista (inclusão de análise quantitativa e qualitativa) dos resultados.

A população-alvo é constituída por famílias em Risco Psicossocial, acompanhadas pelo CAFAP “Entre Famílias” do Centro Comunitário de Esmoriz, especificamente as mães e os filhos entre 6 e 12 anos.

Todo o procedimento foi discutido numa reunião entre a estagiária, supervisora e técnicas do CAFAP e do Centro Comunitário de Esmoriz. Posteriormente, as técnicas do selecionaram seis famílias que reuniam os critérios de inclusão estabelecidos. Foi agendada telefonicamente uma reunião individual com cada família no seu domicílio, com o objetivo de se apresentar o Programa Piloto de Treino de Competências Parentais “Família +”, obter o Consentimento Informado e aplicar as escalas EMBU-P (Egna Minnen Beträffande Uppfostrane – Pais) às progenitoras e EMBU-C aos filhos com idades entre os 6 e os 12 anos.

O Programa *Família +* é um programa piloto neste CAFAP, composto por oito sessões de grupo semanais e três sessões individuais quinzenais com seis progenitoras em situação de desemprego que visa promover e treinar competências parentais. O programa foi desenhado tendo em consideração os conceitos de parentalidade positiva e *coaching* parental, bem como a eficácia comprovada do uso de técnicas cognitivo-comportamentais nesta área de intervenção. Para avaliar o efeito do programa, especificamente a perceção que as progenitoras têm dos seus próprios estilos parentais educativos, mas também a perceção que os seus filhos (entre os 6 e os 12 anos) têm sobre os estilos parentais educativos das suas progenitoras, no que diz respeito às dimensões “Suporte Emocional”, “Rejeição” e “Tentativa de Controlo”, recorreu-se às Escalas EMBU-P e EMBU-C), em dois momentos distintos: pré e pós programa-

Todas as sessões, de grupo e individuais, foram planificadas de acordo com a temática, os objetivos a atingir e a metodologia que consideramos mais adequada ao envolvimento e compreensão das progenitoras.

Em cada sessão de grupo foi abordada uma temática específica, relacionada com competências parentais relevantes para as famílias em questão, atendendo às problemáticas observadas e objetos de intervenção estabelecidas no Plano Integrado de Apoio Familiar (PIAF) (tabela 5).

Para cada sessão de grupo foram estabelecidos objetivos concretos, dando continuidade às abordagens de uma forma crescente, facilitando assim a integração de conteúdos e o treino de competências exploradas em cada sessão. Assim, para algumas destas sessões de grupo foram utilizadas folhas de registo específicas, bem como folhas de registo de trabalho para casa (TPC).

Tabela 5: *Planificação Geral das Sessões de Grupo*

Sessão	Temática	Objetivo Geral	Objetivos Específicos
1	“As minhas Características +”	Promover o <i>empowerment</i> e a auto-confiança	- Reforçar a imagem positiva (características positivas) de si próprio e dos outros
2	“Eu sou uma Mãe +”	Promover o <i>empowerment</i> e a auto-confiança	- Identificar competências/qualidades em si própria como “Mãe”
3	“A minha Família e as suas Competências +”	Aumentar a auto-estima familiar	- Identificar e reforçar competências/qualidades nos diferentes elementos da família
4	“A Gestão + das Tarefas em Família”	Aumentar a disponibilidade afetiva e física dos progenitores (suporte afetivo)	- Gerir eficazmente tarefas do quotidiano - Partilhar responsabilidades pelos diferentes elementos da família - Promover a organização individual e familiar
5	“Afetos e Elogios +”	Melhorar a comunicação na família	- Reduzir hostilidade e agressividade verbal - Aumentar a comunicação dos afetos
6	“As Birras e os Sinais +”	Gerir positivamente os conflitos (stress do quotidiano)	- Identificar sinais de birras - Reduzir birras dos filhos
7	“Os Limites e as Estratégias +”	Utilizar práticas educativas adequadas	- Estabelecer limites aos filhos adequadamente - Orientar comportamento dos filhos de modo consensual
8	“As Conquistas +”	Promover o <i>empowerment</i> e a auto-confiança Aumentar níveis de motivação e satisfação pessoal	- Identificar as mudanças positivas alcançadas com o programa - Reforçar a continuidade dos comportamentos adotados com o programa

Paralelamente às sessões de grupo, realizaram-se três sessões individuais quinzenais, (intercaladas entre cada duas temáticas, ou seja, duas sessões de grupo), para efectuar o acompanhamento individualizado de cada família, analisando-se com a progenitora, os efeitos imediatos na dinâmica familiar, como resultado do treino das competências abordadas nas sessões de grupo, efetuando-se o registo numa tabela específica das principais mudanças e dificuldades sentidas, bem como os aspetos que deseja melhorar relativamente às temáticas abordadas.

À semelhança das sessões de grupo, também para cada sessão individual foram estabelecidos objetivos concretos, procurando refletir individualmente a integração e o treino de competências no seio familiar (tabela 6). Para isso, e de modo a registarmos as

principais mudanças, mas também as dificuldades sentidas por cada família e progenitora, foram usadas folhas de registo específicas para cada sessão.

Tabela 6: *Planificação Geral das Sessões Individuais*

Sessão	Temática	Objetivo Geral	Objetivos Específicos
1	“As minhas Características +” “Eu sou uma Mãe +”	Promover o <i>empowerment</i> e a auto-confiança	<ul style="list-style-type: none"> - Refletir sobre as suas características positivas - Identificar competências em si própria como “Mãe +” - Reforçar as competências identificadas em si próprio - Melhorar e valorizar o seu papel de “Mãe +” - Refletir sobre o seu papel de “Mãe”
2	“A minha Família e as suas Competências +” “A Gestão + das Tarefas em Família”	<p>Aumentar a auto-estima familiar</p> <p>Aumentar a disponibilidade afetiva e física dos progenitores (suporte afetivo)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Reconhecer competências + em cada elemento da sua família - Valorizar a sua família e os seus diferentes elementos - Delegar e dividir tarefas pelos diferentes elementos da família - Planificar as tarefas a realizar nos diferentes dias da semana - Estabelecer rotinas e regras na família - Aumentar o tempo livre para disfrutar individualmente e em família
3	“Afetos e Elogios +” “As Birras e os Sinais +”	<p>Melhorar a comunicação na família</p> <p>Gerir positivamente os conflitos (stress do quotidiano)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Usar o elogio como estratégia para incentivar e reforçar comportamentos positivos dos filhos - Associar o momento de elogiar a um momento de troca de afetos - Identificar sinais que antecipam um momento de birra - Reconhecer o significado de expressões (verbais, faciais e corporais) - Associar emoções a pensamentos e comportamentos

Três meses depois da última sessão de grupo (o fim do programa), foi agendada uma sessão individual e aplicou-se novamente o EMBU-P e EMBU-C para avaliarmos as perceções de mães e filhos relativamente aos estilos parentais.

A componente qualitativa do presente estudo pretende compreender, de forma mais aprofundada, o modo como as participantes avaliam os efeitos do programa Família +, bem

como o próprio programa. Para tal, recorreu-se a uma Entrevista Semi-Estruturada composta por 8 secções de questões abertas que respondem aos objetivos específicos do estudo, relativamente aos efeitos do Programa *Família* + na dinâmica familiar: *características gerais, características enquanto mãe, características dos outros familiares, gestão e família, comunicação, gestão de problemas, práticas educativas e feedback geral.*

Medidas

Para realizar a intervenção utilizaram-se diversos instrumentos:

Dados sócio demográficos: recolhidos através do *PIAF* relativos a cada uma das famílias e relevantes para a caracterização da amostra (progenitoras e filhos) e que poderão influenciar os resultados obtidos no final da implementação do programa;

Egna Minnen Beträffande Uppfostrane – Pais (EMBU-P) (Versão Portuguesa de Canavarro & Pereira, 2007): instrumento preenchido pelas progenitoras, orientados pelas técnicas do CAFAP e a estagiária, com o objetivo de avaliar a sua perceção relativamente aos seus estilos parentais educativos. Em relação à consistência interna do instrumento, os valores do *coeficiente alfa de Cronbach* são aceitáveis para fins de investigação, variando entre 0.71 e 0.82 (Canavarro & Pereira, 2007). Composto por 42 itens, avaliados numa escala de tipo Likert, de 4 pontos, que vai desde “Não, nunca” a “Sim, sempre”. Estes itens estão agrupados em três dimensões/fatores:

a) *Suporte Emocional* (1,10,16,20,21,22,27,28,30,32,36,40,41,42), itens que traduzem a expressão verbal e física de suporte afetivo por parte das progenitoras, a aceitação parental e a disponibilidade física e psicológica;

b) *Rejeição* (2,4,5,8,11,12,13,14,17,18,25,31,33,34,35,37,38), itens que expressam hostilidade ou agressão verbal e física e a não aceitação da(s) criança(s);

c) *Tentativa de Controlo* (3,6,7,9,15,19,23,24,26,29,39), itens que descrevem as intenções e ações das progenitoras que pretendem controlar o comportamento das crianças, as manifestações de exigência em relação ao(s) filho(s) e as preocupações com o bem estar da(s) criança(s);

Egna Minnen Beträffande Uppfostran – Crianças (EMBU-C) (Versão Portuguesa de Canavarro & Pereira, 2007): instrumento preenchido pelo(s) filho(s) entre os 6 e 12 anos, orientados pelas técnicas do CAFAP e a estagiária, com o objetivo de avaliar os estilos parentais educativos percebidos pela(s) criança(s). Relativamente às características psicométricas do instrumento, na medida da consistência interna, os valores do *coeficiente*

alfa encontrados (valores entre 0,62 e 0,85) são considerados aceitáveis para efeitos de investigação (Canavarro & Pereira, 2007). Composto por 32 itens, avaliados numa escala de tipo Likert, de 4 pontos, que vai desde “Não, nunca” a “Sim, sempre”. Estes itens estão agrupados em três dimensões/fatores:

a) *Suporte Emocional* (1,3,7,9,12,13,14,16,20,21,24,27,29,32), itens que traduzem a disponibilidade afetiva e física das progenitoras, a comunicação dos afetos e os comportamentos que manifestam aceitação da criança por parte da(s) progenitora(s);

b) *Rejeição* (2,10,11,17,25,26,28,31), itens que expressam hostilidade física e verbal da(s) progenitora(s) para com a criança, bem como comportamentos de rejeição;

c) *Tentativa de Controlo* (4,5,6,8,15,18,19,22,23,30), itens que revelam o controlo do comportamento da criança, a adesão do comportamento da criança às expectativas da(s) progenitora(s), o recurso a estratégias de indução de culpa e comportamentos de sobre proteção;

Entrevista Semi-Estruturada: reúne 8 secções de questões abertas que respondem aos objetivos específicos do estudo, relativamente aos efeitos do Programa *Família* + na dinâmica familiar: *características gerais, características enquanto mãe, características dos outros familiares, gestão e família, comunicação, gestão de problemas, práticas educativas e feedback geral.*

Análise de Dados

Análise Quantitativa: Análise das Escalas EMBU-P e EMBU-C

Os dados obtidos nas escalas **EMBU-P** e **EMBU-C** foram sujeitos a uma **análise quantitativa**, com recurso ao *Statistical Program for Social Sciences SPSS 23*) e utilizando medidas descritivas e inferenciais. Foram usadas medidas não paramétricas, considerando o reduzido número de participantes (inferior a 30). Assim, recorreremos ao *Teste de Wilcoxon*, uma versão não paramétrica do *Teste t* para amostras emparelhadas, considerando os dados obtidos pré e pós intervenção.

Análise Qualitativa: Análise Temática das Entrevistas

Por outro lado, os conteúdos da Entrevista foram objeto de uma **análise qualitativa**, com recurso ao NVivo11. A questão de pesquisa que se pretende responder é: como é que as progenitoras avaliam o programa *Família* + e os seus efeitos nas dinâmicas familiares? Para tal, elaborou-se uma série de questões numa entrevista semi-estruturada para as mães.

De modo a analisar as respostas obtidas nesta entrevista, escolheu-se a análise temática como uma ferramenta de pesquisa flexível, compatível com diferentes paradigmas, tanto essencialistas quanto construtivistas, e que podem fornecer uma grande quantidade de informações. Seguimos um procedimento que respeita 5 etapas (Braun & Clarke, 2006): 1. Transcrição das entrevistas e familiarização com o conteúdo; 2. Geração inicial de códigos; 3. Pesquisa de tópicos; 4. Revisão dos tópicos; 5. Definição e rotulagem de tópicos. Este procedimento permitiu construir diferentes categorias de conteúdo que, para Bardin (1977), deve obedecer a aspetos como: homogeneidade, exaustividade, exclusividade, objetividade e relevância. A análise temática de fontes orais, como as entrevistas, permite descobrir, identificar e discriminar as fontes e posteriormente interpretá-las. Com esta análise é possível verificar a autenticidade da fonte e a sua continuidade, assim como a utilidade dos conteúdos (Rodríguez Jiménez y Rubio, 2008).

4. Resultados

Para análise dos resultados, e salvaguardando a identidade dos participantes, atribuímos um código a cada progenitora e filhos:

- a) progenitora dois (P2) e os seus dois filhos, respeitando a ordem de nascença (P2C1 e P2C2)
- b) progenitora quatro (P4) e o seu sexto filho (P4C6)
- c) progenitora cinco (P5) e os seus dois primeiros filhos (P5C1 e P5C2)
- d) progenitora seis (P6) e o seu único filho (P6C1)

Resultados da Análise Quantitativa

A **análise quantitativa** dos resultados, pretende comparar a percepção que mães e filhos têm relativamente às dimensões “*suporte emocional*”, “*rejeição*” e “*tentativa de controlo*”, presentes em ambas as escalas, antes da intervenção e após a mesma, percebendo as mudanças que o programa *Família +* desencadeou em cada uma das dimensões. Deste modo, esta análise focar-se-á em dois dos objetivos específicos deste programa:

- a) Avaliar a **percepção dos estilos parentais** (perspetiva das progenitoras e dos filhos);
- b) Aumentar a **disponibilidade afetiva e física das progenitoras** (suporte afetivo);

Assim, no geral, e atendendo ao objetivo referente à alínea a), tanto no EMBU-P como no EMBU-C, podemos verificar que as alterações não foram estatisticamente significativas, uma vez que o nível de significância para todas as dimensões é superior a ,05 ($p > ,05$), ou seja, a percepção dos estilos parentais das progenitoras não variou significativamente após o programa, quer na percepção das próprias progenitoras como também na percepção dos seus filhos (tabela 7).

Por outro lado, relativamente ao objetivo da alínea b), verificamos que de acordo com os resultados obtidos, não poderemos afirmar que houve um aumento estatisticamente significativo da disponibilidade afetiva e física das progenitoras.

No entanto, analisando os resultados de cada dimensão, observamos diferença na percepção dos estilos parentais entre as progenitoras e os filhos, especificamente no que diz respeito ao Suporte Emocional e à Rejeição. Esta diferença é visível pelo valor de M

obtido para cada um destas dimensões, que, apesar de muito próximo, percebe-se que no EMBU-P houve uma redução e no EMBU-C, houve um aumento (tabela 7).

Estas diferenças na percepção entre mães e filhos poderá indicar, no caso da dimensão de *Suporte Emocional*, a tomada de consciência por parte das progenitoras das situações em que realmente conseguem transmitir suporte emocional aos filhos, havendo uma maior preocupação no modo como o expressam este suporte, ou seja, não apenas verbalmente, mas também através da sua disponibilidade física e psicológica, bem como pela comunicação dos afetos. No que diz respeito à dimensão *Rejeição*, constatamos também que o modo como mães e filhos interpretam os comportamentos de rejeição é diferente. Os resultados das progenitoras podem indicar uma mudança de atitude, fundamentalmente no que diz respeito à imposição de limites e regras, uma realidade até então pouco visível nestas famílias. Porém, esta mudança não será interpretada pela maioria dos filhos como rejeição, podendo isto revelar uma adequação por parte das progenitoras das suas práticas educativas, fundamentalmente no que diz respeito às temáticas dos limites e birras, colocando em prática competências e estratégias trabalhadas nas sessões e reduzindo assim a hostilidade e agressão verbal e/ou física entre mães e filhos.

Salientamos no entanto que, a única dimensão em que parece existir concordância no modo como é percebido o comportamento das progenitoras, refere-se à *Tentativa de Controle*, sendo que houve um aumento ligeiro de M tanto no EMBU-P como no EMBU-C (tabela 7). Estes resultados parecem apontar para uma maior preocupação por parte das progenitoras no modo como tentam controlar o comportamento dos filhos, revelando preocupação com o bem estar dos mesmos, procurando encontrar um equilíbrio entre as suas exigências e preocupações, mas também a oportunidade dos filhos em experienciar e explorarem situações com o objetivo de os motivar mas, também, de os “tornar” mais autónomos e confiantes.

f) Utilizar **práticas educativas** adequadas (para orientação do comportamento dos filhos)

No que diz respeito à **motivação e satisfação pessoal** (figura 1), as progenitoras revelam que, com o programa, surgiram *mudanças* nelas próprias, nos filhos e, apenas uma delas refere também mudanças positivas no marido, realçando que este, atualmente *ajuda mais*, tanto nas tarefas como no cuidado das filhas. Relativamente às progenitoras, as principais mudanças prendem-se com o *aumento da auto-estima*, da *auto-confiança*, uma *perspetiva positiva* face aos obstáculos ou problemas que surgem no seu quotidiano, um *sentimento de felicidade* tanto pelas mudanças como também pela *aprendizagem adquirida*, *desejando a continuidade* do programa e a sua participação nas sessões. Os filhos, são vistos agora, como *mais competentes*, *mais cooperativos*, *mais felizes* e *mais respeitadores*.

“Ele (marido) também andar mais por casa, já ajuda mais...” (P2)

“antes não queriam nos ajudar e agora já ajudam mais...”(P2)

“Foi a parte da educação...Eles me respeitarem mais.” (P5)

“Sinto que a minha confiança passou também para ele e vejo-o mais feliz por lhe dar mais oportunidades...”(P4)

“já se sente mais capaz das coisas”(P4)

Por outro lado, salientam também a *satisfação com o programa*, fundamentalmente pelas *mudanças e aprendizagem* que o programa lhes trouxe, quer para si próprias como para as suas famílias assim como pela *partilha de experiências* durante as sessões de grupo, que lhes permitiu ser mais conscientes da realidade, percebendo que outras mulheres partilhavam das mesmas dificuldades, das mesmas dúvidas e dos mesmos receios.

“Estou satisfeita com as mudanças, com o programa...” (P5)

“Foi muito bom. Aprendi muitas coisas.” (P6)

“(…) mas o convívio umas com as outras, conhecermo-nos, partilhar experiências... porque eu pensava que o meu caso era muito grave, mas afinal, estavam lá pessoas que estavam piores que eu...” (P2)

“Mudou... Porque eu era uma menina muito revoltada e eu guardei tudo para mim... e programa fez-me muito bem... desabafei... estavam lá outras meninas e... aquilo fez-me bem... mudei... radicalmente...” (P6)

“(…) partilhamos aqui experiências umas com as outras e isso fez-me bem...” (P4)

Esta motivação e satisfação foi igualmente visível no discurso das progenitoras ao revelarem a sua vontade de *continuidade do programa*, quer para continuar a abordar as mesmas temáticas, melhorando alguns aspetos e dissipando possíveis dúvidas, mas

também para explorar outros temas que sentem ser importantes nesta sua aprendizagem. Salientam ainda que recomendariam a participação no programa a outras mulheres que estivessem a vivenciar uma experiência idêntica à delas.

“Recomendaria, sem dúvida... E se houver outro, estou cá eu... (ri) Se houver, venho... falar das mesmas coisas, de outras... claro que sim... Gostei de cá vir...gostei muito...” (P4)

“Se houvesse mais...se houvesse mais algumas das sessões, para virem colaborar porque é muito bom e aprende-se muita coisa aqui...e ajuda em nós...ajuda-nos a mudar e em tudo...” (P5)

“(...) e espero continuar a ter mais sessões destas... gostava muito... Fez-me bem... Podia ser outros temas...” (P6)

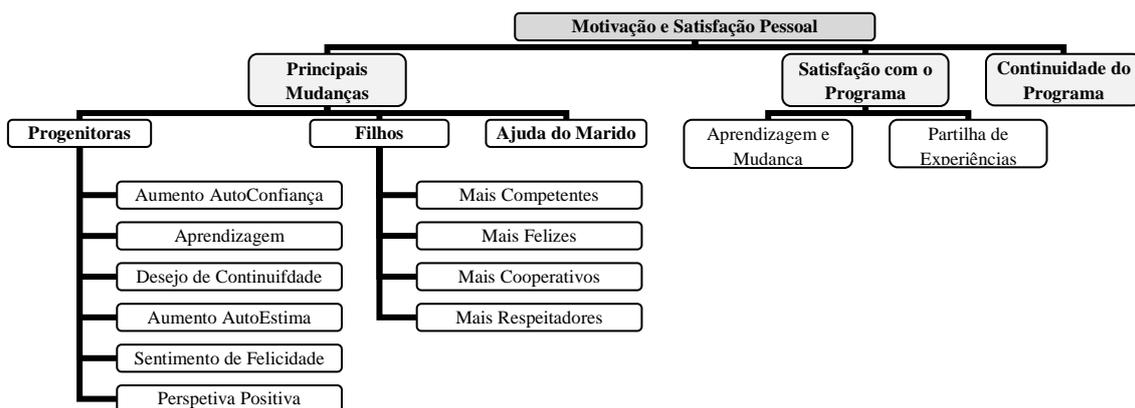


Figura 1: *Motivação e Satisfação Pessoal*

Por outro lado, no que diz respeito à **gestão familiar** (figura 2), as progenitoras evidenciam alterações significativas e positivas ao nível da **gestão de tarefas**, revelando uma *maior capacidade de organização*, essencialmente pela *divisão de tarefas* entre os membros da família, salientando que atualmente os *filhos cooperam mais e têm iniciativa* para realizarem determinadas tarefas. Algumas, sublinham ainda que já conseguem *pedir ajuda* e colaboração na realização de tarefas, sentindo que agora, a maioria, dispõe de *mais tempo para si própria*, o que não se verificava antes do programa. No entanto, revelam que as *dificuldades sentidas* têm que ver com a aceitação de alguns dos seus filhos na divisão de tarefas, mostrando-se pouco recetivos a alguns pedidos de colaboração.

“Ao dividir essas tarefas como pôr e levantar a mesa... Assim é mais fácil gerir as tarefas e consigo organizar-me de maneira diferente...” (P2)

“ Conseguimos organizarmo-nos melhor...” (P5)

“Houve uma mudança na forma como divido as tarefas.” (P6)

“Elas agora cooperam mais um bocado, e... estão mais... tomam a iniciativa...” (P2)

“(...) o D. já ajudava bastante mas agora ainda ajuda mais. O T., prontos, também só tem seis anos, já...já quer fazer a cama, já quer arrumar o pijama, a tal situação. O L. e também o T., quando me veem a cozinhar já estão prontos para vir pôr a mesa...Querem que eu ponha os pratos em baixo para começarem a pôr a mesa...às vezes até há briga, mas pronto...Ammm...o T. já faz o lanche da escola para ele e para o irmão (L.). Sob a cima da cadeira e vai buscar os cereais, o leite e assim, já faz...pronto...Fazem com gosto e por iniciativa própria.” (P5)

“Tenho mais tempo para fazer outras coisas que antes não conseguia. Prontos... não estar assim tão sufocada... Porque antes eu tinha que cozinhar, pôr a mesa e essas coisas todas... fazia tudo a correr e agora já não, já faço mais na calma, já não stresso tanto... também uma das coisas que me dava o “chelic”. Mais calma e com menos stress... assim vai melhorar tudo... e isso também passou para a minha família. Eles também fazem as coisas com tranquilidade.” (P5)

“Tenho mais tempo para as minhas coisas. Com esta partilha de responsabilidades e tarefas, permiti ter mais tempo para mim própria... por exemplo... sentar-me a ver televisão... antes nem televisão via, sequer... por exemplo, tempo... pra ir dar um passeio... tudo... É o que eu não tinha e agora estou a ter...” (P6)

“Mas nos dias em que vou sair com as minhas amigas, é o meu dia e acabou... e eles têm de fazer...” (P4)

“(...) ainda não consigo ter tempo para mim... não consigo organizar-me para isso.” (P2)

“Eu peço, mas a resposta continua a ser não... Muito raramente a resposta é sim...” (P4)

Na gestão familiar também se verificam mudanças na *gestão de conflitos*, salientando-se o *sentimento de competência* que as progenitoras descrevem, pela adoção de uma *postura tranquila e firme*, mas, também, pela *expressão de emoções e explicação de dificuldades* aquando dos pedidos e das birras persistentes dos filhos.

“Descobri capacidades que... que tinha mas... que eu não sabia... que as tinha...” (P6)

“Comecei a gerir certos conflitos de forma mais tranquila.” (P5)

“Agora consigo gerir melhor os conflitos porque sou mais firme.” (P4)

“Já consegui gerir de uma maneira um bocado...que antes não. Consegui expressar a minha emoção de maneira diferente...” (P5)

“Perante uma birra nós explicamos porque não podemos dar... conversamos... Se não podemos dar agora, damos mais tarde...e... elas entendem...lá nisso.” (P2)

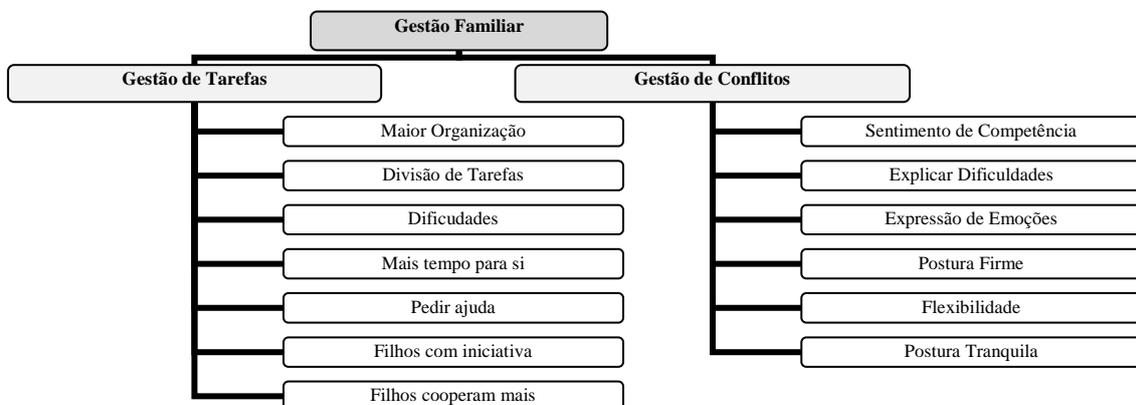


Figura 2: *Gestão Familiar*

Relativamente à **comunicação na família** (figura 3), as mudanças sentidas, referem-se tanto à comunicação das progenitoras, como dos filhos e de um dos maridos. Assim, as **progenitoras**, revelam que a sua comunicação é agora diferente, caracterizada por uma *postura calma*, com um *tom de voz moderado*, procurando *falar de emoções*, das suas *necessidades*, usando *elogios* e trocando *afetos*.

“Antes usava o tom de voz mais elevado e agora não... falo mais calma com ele... e tem havido melhores resultados...” (P6)

“ Eu tento não falar muito alto e não me enervar com elas... tento estar mais calma e isso tem ajudado a melhorar...” (P2)

“ (...) nunca lhes dizia era aquilo que eu sentia e agora já digo isso mais vezes...” (P4)

“ Consegui expressar a minha emoção de maneira diferente...” (P5)

“Eu não sou vossa empregada, eu sou vossa mãe e parece que às vezes vós não quereis uma mãe...quereis uma pessoa disponível para fazer tudo 24 horas por dia...eu sou mulher, também tenho os meus direitos e as minhas necessidades” (P4)

“ Comecei a usar mais os elogios e isso acaba por motivá-los a fazer as tarefas, por exemplo. Ao falar para eles, se eu não uso um elogio ou assim, eles passam ao lado.” (P5)

“ Além disso, quando falo com eles, às vezes também o uso o abraço e o beijinho, passar a mão pela cabeça, o que me der na ideia...o que sentir na altura.” (P5)

As progenitoras salientam ainda que o modo como os *filhos* comunicam sofreu também algumas alterações, revelando *maior disponibilidade e proximidade* para consigo, querendo conversar sobre diferentes aspetos do seu dia, mas também, a *troca de afetos* que acompanha o discurso dos filhos é agora algo mais comum do que antes do programa.

“ Elas também já começam a mostrar mais interesse e tudo... em estar mais à nossa beira... Há uma maior aproximação entre todos. (P2)

“Eles, comigo...dão-me um abraço e vão embora.” (P5)

Uma das progenitoras, revelou também que o seu *marido* está *mais carinhoso e mais próximo*, sobretudo das filhas.

“Porque ele (marido) tornou-se mais carinhoso com elas...há uma maior aproximação...” (P2)

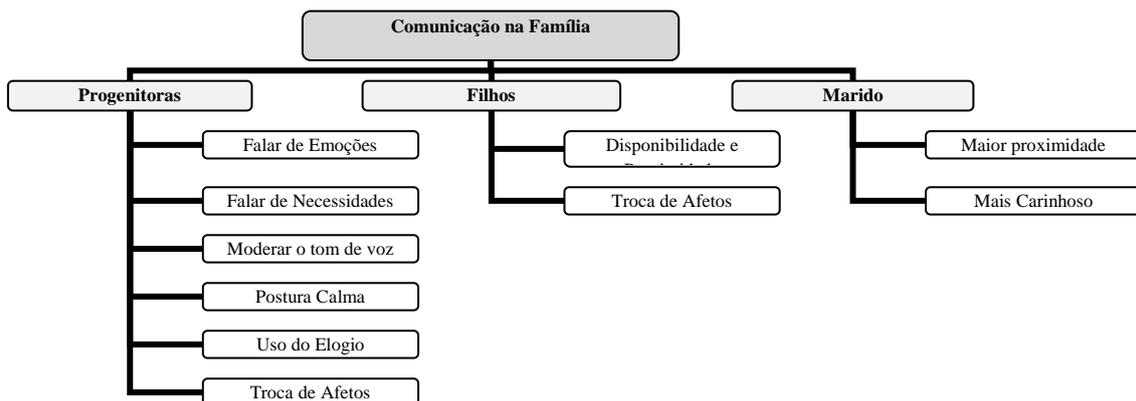


Figura 3: *Comunicação na Família*

Abordando agora o objetivo referente à **auto-estima familiar** (figura 4), pode salientar-se que as progenitoras conseguem atualmente identificar qualidades no seu núcleo

familiar, aumentando desta forma a auto-estima dos diferentes elementos. Assim, os *filhos*, são agora caracterizados como sendo *carinhosos*, *autónomos*, *colaborantes*, *respeitadores* e *responsáveis*. Algumas progenitoras, referem ainda que estas mudanças levaram a que os filhos demonstrassem em diferentes situações um *sentimento de competência* que até então não seria visível.

- “Nos meus filhos, as qualidades que já disse no início: carinhosos, colaborantes, mais autónomos, não serem tão teimosos, também...” (P5)
 “ (...)elas já ajudam, há dias que continua a ser casmurra (a mais velha), não é?, mas já ajuda... a pequenita também já ajuda.... Mas tem os seus dias... mas já ajudam...” (P2)
 “ (...)vejo em casa é que ele é responsável pelas coisas dele...antes...não era...” (P6)
 “ (...) com o programa comecei a dar-lhe outras oportunidade... descobri essa competência, essa qualidade.” (P4)
 “ Eu digo-lhes a eles o que identifico neles e isso faz com que eles queiram fazer as coisas, se sintam mais capazes...” (P5)
 “ Ele antes era um menino muito mal educado. Agora respeita-me, tanto a mim... como as outras pessoas...” (P6)

Por outro lado, relativamente às qualidades agora identificadas nos *maridos* (três na totalidade), apenas uma das progenitoras observa diferenças, especificamente *mais tranquilo* e *mais cooperativo*, sendo que as outras duas não verificam alterações (*sem mudanças*).

- “ (...) o meu marido, considero que ele agora é mais tranquilo do que antes.” (P2)
 “ (...) mais cooperativo nas coisas da casa, do cuidado das meninas...” (P2)
 “Nos meus filhos sim. No meu marido já não.” (P5)
 “A ajuda que eu tenho é do marido...mas isso eu já tinha.” (P6)

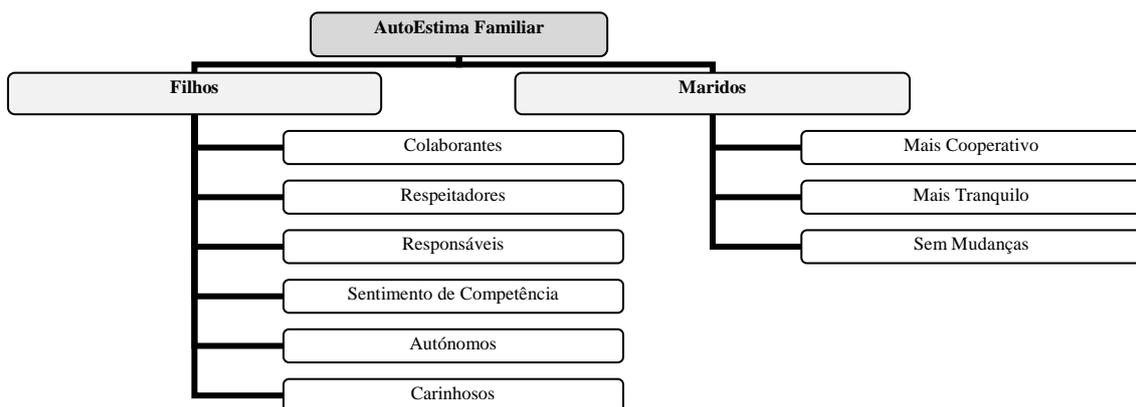


Figura 4: Autoestima Familiar

No que diz respeito à promoção do *empowerment e auto-confiança* (figura 5) nas progenitoras, foi possível verificou-se que após o programa, existe *maior consciência das*

suas competências, enfrentando agora as situações diárias numa *perspetiva positiva*, observando-se por isso mesmo uma *maior auto-estima e auto-confiança*.

“(…) no meu dia-a-dia, às vezes, quando as coisas estão assim...como é que eu devo explicar...quando as coisas estão más...eu penso...” “Não. Eu sou assim e assim. Eu sou capaz!” (P4)

“Agora, pronto, já consigo ver as coisas mais no positivo. Agora vejo as coisas como “Eu sou capaz. Eu consigo!” (P5)

“Mudou muita coisa... vejo-me de maneira diferente... Mudou muita coisa em mim, na minha vida de casa... Mais organizada... Ser correta com as coisas, cumprir com as coisas... ser responsável...tornei-me muito mais responsável...” (P6)

“Na minha auto imagem, prontos...estou mais confiante comigo mesma. Descobri que era mais confiante com o programa.” (P5)

“(…) já consegui... ter mais auto-estima. Comecei a gostar mais de mim, da minha imagem.” (P2)

“(…) fez-me pensar nas minhas qualidades. Com o programa comecei a dedicar mais tempo a mim. Já consigo ver que eu não sou apenas uma mãe... sou mulher...” (P4)

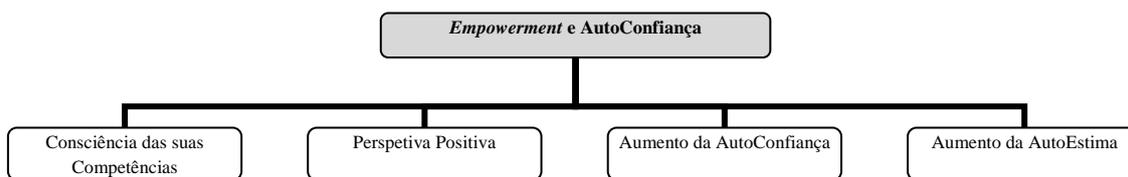


Figura 5: *Empowerment e Autoconfiança*

Relativamente às **práticas educativas** (figura 6), verificou-se que, apesar de não ser muito evidente no discurso das progenitoras, com o programa, surgiram algumas mudanças, fundamentalmente na postura agora adotada pela maioria, revelando um *sentimento de eficácia* pelo uso do *diálogo*, da *distração nas birras* dos filhos mais novos, uma maior *firmeza nos castigos* aplicados e *assertividade*. Porém, algumas progenitoras referem que em determinadas situações o uso da *palmada* continua a ser, a seu ver, o mais eficaz.

“Acho que agora lido com eles de forma mais eficaz...” (P4)

“Começo a ser mais firme nos castigos que eu dou... começo a cumpri-los mais. Mas também, tento dar castigos que eu sei que vou conseguir cumpri-lo.” (P4)

“É mais com a E... ajudou. Porque ela é muito irrequieta... uma pessoa fala para ela e ela... é um bocado difícil de explicar-lhe porque é que ela não pode fazer as coisas como ela quer... e... mas sim, ajudou com ela...” (P2)

“(…) tentar entrar mais em brincadeiras com ele... tentá-lo distrair dalguma forma... isso eu faço e... não tem havido muitas birras.” (P6)

“Mas a minha estratégia para impor limites é diferente... agora já dou mais liberdade, um bocadinho...tento negociar.” (P5)

“ Em vez de me exaltar e falar mais alto, tento levar mais para a brincadeira, sem levantar o tom de voz... porque antes eu acho que quando eu levantava o tom de voz ele ficava mais exaltado e agora não... agora, eu tenho entrado assim com ele... calmamente... tem resultado com ele...” (P6)
“ Mas há situações com eles, que de vez enquanto tem de ser uma sapatada no rabo.” (P5)
“ Às vezes ainda dou uma palmada.” (P2)

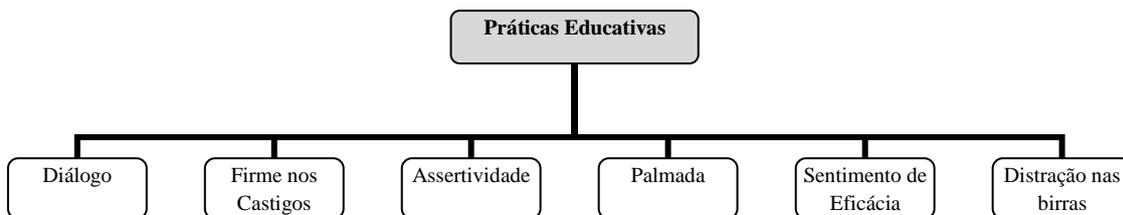


Figura 6: *Práticas Educativas*

Os resultados da análise qualitativa reforçam o que se verificou na análise quantitativa, acrescentando novos dados.

Demonstram que a motivação e satisfação das progenitoras, tanto pelas mudanças alcançadas na sua dinâmica familiar como pela experiência vivida com a participação no programa é evidente e propulsora da continuidade de implementação de estratégias e competências abordadas nas sessões.

Porém, percebeu-se ainda que as mudanças mais sentidas e expressas pelas progenitoras terão sido a um nível pessoal, de uma mudança de perspectiva enquanto mulheres e mães, sentindo-se mais capazes e valorizadas por si próprias. Este sentimento de competência e esta perspectiva positiva permitiu-lhes gerir mais eficazmente o seu quotidiano, quer ao nível dos conflitos, das birras, mas também ao nível das tarefas domésticas, conseguindo envolver mais os filhos e num dos casos, o marido, na participação das tarefas e com isso, descobrir competências individuais, quer em si próprias quer nos filhos e marido, aumentar a disponibilidade física e afetiva para “estar” uns com os outros, melhorando a comunicação entre todos, através da troca de afetos e da redução da hostilidade e agressividade verbal. Estas mudanças, culminaram com a alteração de algumas práticas educativas, sendo contudo, uma área em que os resultados não parecem ser tão significativos, refletindo-se nos resultados obtidos pelo teste Z de Wilcoxon, que a perceção dos estilos parentais não sofreu alterações significativas, quer na

perspetiva das progenitoras como também dos filhos, devendo-se no entanto referir que as médias (M) obtidas em todas as dimensões, tanto no EMBU-P como no EMBU-C, são muito próximas e o número reduzido de sujeitos (6) não ajudou a rejeitar a hipótese nula.

No entanto, será de pensar que, tal como as próprias progenitoras referiram, existe ainda uma necessidade de orientação em algumas temáticas, fundamentalmente pela sua complexidade e implicância com outros elementos, como os maridos ou companheiros.

Deste modo, será oportuna a reestruturação do programa, tanto pela necessidade de aumentar o número de sessões para explorar de modo mais aprofundado e concreto algumas temáticas, mas também pela possibilidade de integrar os companheiros e maridos, mesmo sabendo que essa hipótese foi equacionada no início da planificação do *Família +* e não foi implementada pela incompatibilidade de horários das sessões com os empregos dos maridos e companheiros. Será, sem dúvida, importante perceber de que modo seria possível esta integração, compatibilizando horários de ambos os intervenientes.

Pensa-se, que desta forma, os resultados poderão revelar-se ainda mais evidentes e consistentes, contribuindo para a redução de fatores de risco psicossocial que caracterizam as famílias acompanhadas no CAFAP “Entre Famílias”.

5. Discussão

Este estudo, corrobora muitos outros (p.ex: Macedo, Nunes, Costa, Ayala-Nunes, & Lemos, 2013; Nunes, Lemos, Nunes & Costa, 2013), realizados em Portugal, com famílias em risco psicossocial, nos quais foi possível verificar que, fatores sociodemográficos como a precaridade económica, educativa e laboral constituem vulnerabilidades que podem ter um impacto negativo no desenvolvimento das crianças (Brooks-Gunn & Duncan, 1997).

E porque a natureza dos riscos é variada e apresenta um carácter cumulativo, tal como pudemos observar na amostra, segundo a perspectiva de Rodrigo e colaboradores (2008), os fatores de risco devem ser diferenciados, podendo ser contextuais e proximais. Os fatores de risco contextuais relacionam-se com características sócio-demográficas (grau de instrução, tipologia familiar, etc.) e os factores de risco proximais caracterizam-se pelos aspetos que determinam a qualidade dos cuidados (relacionamento intra e interpessoal entre pais e filhos, afetividade, práticas educativas parentais, etc.). Fatores como a monoparentalidade, o baixo nível educativo, a precariedade económica e viver numa zona insegura dificultam a tarefa de ser pai e mãe (Rodrigo, Martín, Cabrera & Máiquez, 2009).

Atendendo a isto, é importante percebermos de que modo estas vulnerabilidades influenciam o exercício das funções parentais e das dimensões relacionadas com a parentalidade: a dimensão suporte/afeto e a dimensão controlo.

A dimensão suporte/afeto caracteriza-se pelos comportamentos dos pais que contribuem para que a criança se sinta confortável, aceite e aprovada enquanto pessoa. Assim, a presença de suporte/afeto parental é visível através do comportamento carinhoso e responsivo face à criança, materializando-se através do suporte parental, da expressão de afeto positivo, do uso do reforço positivo, da aceitação da criança, da vinculação e da sensibilidade e responsividade ajustadas às necessidades da criança, opondo-se deste modo, à presença de rejeição e criticismo (Barber, 2006; Davidov & Grusec, 2006; Grusec, Goodnow & Kuczynski, 2000; Pettit, Bates, & Dodge, 1997).

Por outro lado, a dimensão controlo é instrumental, constituindo-se pelas ações que os pais exercem com o objetivo de orientar o comportamento da criança no sentido por eles desejado (Barber, 2006; Darling & Steinberg, 1993; Maccoby & Martin, 1983).

Porém, ainda no âmbito da parentalidade, existem outros autores que consideram a existência de três dimensões do comportamento parental - suporte, controlo comportamental e controlo psicológico - o controlo seria então subdividido em duas dimensões independentes, conceptualizadas empiricamente através dos construtos controlo

comportamental e controlo psicológico (Kuppens, Grietens, Onghena, & Michiels, 2009). O controlo comportamental centra-se no comportamento da criança, com o objetivo de controlar ou gerir o seu comportamento, através da disciplina, da monitorização e supervisão (e.g. as responsabilidades em casa, o modo de se comportar) e por sua vez, o controlo psicológico caracteriza-se pelo controlo dos processos psicológicos da criança (e.g. sentimentos, expressão verbal, identidade).

De acordo com esta ideia, Barber (2006), defende que estes dois tipos de controlo estarão assim associados a diferentes tipos de problemas emocionais e comportamentais, ou seja, o controlo comportamental estará relacionado com problemas de externalização e o controlo psicológico seria, assim, associado a diferentes variáveis do ajustamento emocional.

Os problemas descritos anteriormente, caracterizavam os filhos das nossas progenitoras, reforçando deste modo, a influência que o risco psicossocial apresenta no modo como os pais exercem as suas funções parentais e, por conseguinte, no comportamento dos filhos.

Assim, e de acordo com os resultados obtidos com o programa *Família +*, verifica-se que o cruzamento da abordagem defendida pelo *Coaching* Parental e pela Terapia Cognitivo Comportamental, revelou-se eficaz. Focar-se nas soluções e não nos problemas, centrando-se numa perspetiva positiva da parentalidade, através de técnicas específicas como o *role-playing*, o *feedback* e as tarefas de casa, permite observar mudanças positivas ao nível da identificação e conceptualização do comportamento dos filhos, por parte das progenitoras, mas também uma melhoria da comunicação, da auto-estima e auto-confiança, diminuição do *stress* e redução de problemas de comportamento nos filhos através de uma gestão mais eficaz de tarefas e conflitos.

Por outro lado, e tal como referem Karavasilis e seus colaboradores (2003), uma parentalidade que promova a individualidade da criança, através do encorajamento à autonomia num contexto de suporte, afecto e responsividade, tal como foi sendo visível ao longo do programa através do treino de competências abordadas nas sessões, pode também facilitar o desenvolvimento de uma representação interna positiva do Self como sendo amado e da mãe como estando disponível, uma realidade igualmente verificada nos resultados obtidos após o programa *Família +*, quer na perspetiva das progenitoras mas também na perspetiva dos seus filhos.

6. Conclusão e Limitações

Atendendo a que a população alvo deste estudo apresenta características muito particulares, fundamentalmente pela instabilidade emocional e inconsistência relativamente aos desafios que lhes possam ser colocados, defendemos que a intervenção parental e especificamente no contexto de risco psicossocial, deve considerar diferentes fatores relacionados com o envolvimento das famílias, uma vez que as taxas de desistência precoce deste tipo de programas são significativas, tal como aconteceu durante o programa *Família+*, em que duas das progenitoras desistiram, tornando-se um obstáculo à sua eficácia.

Deste modo, e de acordo com Pereira, Negrão e Soares (2015), reunindo os resultados de diferentes investigações no âmbito da intervenção parental, colocam-se desafios específicos organizados em três grupos:

I – desafios internos colocados ao funcionamento das instituições que dificultam a atuação dos técnicos;

II – desafios à adesão inicial à intervenção, fundamentalmente pela resistência *à priori* das famílias, podendo levar à rejeição na sua participação;

III – desafios durante a intervenção que podem levar a uma desistência precoce.

Por outro lado, será de equacionar que alguns dos objetivos, apesar de alcançados, não foram tão significativos em termos de mudanças nas dinâmicas familiares, como foi o caso das práticas educativas, fundamentalmente pela sua complexidade e implicação com outros elementos, como os maridos ou companheiros que, não participaram diretamente nesta intervenção pela incompatibilidade de horários.

Porém, seria importante a continuidade do programa *Família +*, quer pela receptividade e motivação das progenitoras, mas fundamentalmente pela necessidade de se explorar temáticas já abordadas, mas que se percebeu que exigem um treino de competências mais persistente e concreto, assim como outras temáticas que se revelem pertinentes na resposta às necessidades destas famílias.

O feedback das progenitoras relativamente ao *Família +* é bastante positivo, essencialmente pelo aumento da sua auto-estima e auto-confiança, fundamentais para o sentimento de competência face aos problemas com que lidam diariamente. Este facto, é concordante com uma meta-análise sobre os fatores protetores que contribuem para a resistência das famílias, em que Benzies e Mychasiuk (2009) identificaram, entre outros, a

eficácia percebida e o apoio social, como fatores que promoviam a resistência das famílias face às adversidades.

Deste modo, pensamos que programas como o *Família* + poderão revelar-se pertinentes e funcionar como fator protetor em famílias em risco psicossocial.

Referências

- Abreu-Lima, I., Alarcão, M., Almeida, A., Brandão, M., Cruz, O., Gaspar F., & Ribeiro dos Santos, M. (2010). Avaliação de intervenções de educação parental: Relatório 2007-2010. Universidades de Psicologia e Ciências da Educação do Porto, Coimbra, Minho e Lisboa.
- Azar, S. (2002). Parenting and child maltreatment. In M. H. Bornstein (Ed.). Handbook of parenting. Biology and ecology of parenting. (2nd ed., vol II, pp. 231-252). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Barber, B.K. (2006). Reintroducing parental psychological control. In B.K. Barber (Ed.). *Intrusive Parenting: How psychological control affects children and adolescents*, 3-13. Washington: American Psychological Association.
- Bardin, L. (1977). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Belo, S. e Coelho, A. (2017). *Family Coaching. 36 desafios para pais extraordinários*. (3ª edição). Alfragide: Texto Editores.
- Benzies, K., & Mychasiuk, R. (2009). Fostering family resiliency: a review of the key protective factors. *Child and Family Social Work*, 14, 103–114.
- Brandão, T. (2004). Apoio à família e formação parental. *Análise Psicológica*, 1 (XXII), 55-64.
- Braun, V. e Clarke, V. (2006). *Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101.
- Brenner, V., Nicholson, B. C., & Fox, R. A. (1999). Evaluation of a Community- Based Parenting Program with the Parents of Young Children. *Early Child Development and Care*.
- Brooks-Gunn, J., & Duncan, G. (1997). The effects of poverty on children. *The Future of Children*, 7, 55-71.

Caminha, M. G. (2011). Treinamento de pais: Aplicações clínicas. In Caminha, M. G, & Caminha, R. M. (org.), *Intervenções e treinamento de pais na clínica infantil* (pp. 89-119). Porto Alegre: Sinopsys Editora.

Canavarro, M. C., & Pereira, A. I. (2007). A avaliação dos estilos parentais educativos na perspectiva dos pais: A versão portuguesa do EMBU-P. *Psicologia: Teoria Investigação e Prática*, 2, 271-286.

Canavarro, M. C., & Pereira, A. I. (2007). A percepção dos filhos sobre os estilos educativos parentais: A versão portuguesa do EMBU-C. *Revista Ibero-Americana de Diagnóstico e Avaliação Psicológica*, 24 (2), 193-210.

Cordioli, A. V., & Knapp, P. (2008). A terapia cognitivo comportamental no tratamento dos transtornos mentais. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 30 (2), 51-53.

Cowan, P. A., Powell, D. & Cowan, C. P. (1998). Parenting interventions: A family systems perspective. In W. Damon, I. E. Sigel, & K. A. Renninger (Eds.), *Handbook of child psychology*, Vol. 4 (pp 3-72). New York: John Wiley and Sons.

Cruz, O. (2013). *Parentalidade*. Porto: Livpsic.

Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496.

Davidov, M., & Grusec, J.E. (2006). Multiple pathways to compliance: Mothers' willingness to cooperate and knowledge of their children's reactions to discipline. *Journal of Family Psychology*, 20(4), 705-708.

Edwards, N. A., Sullivan, J. M., Meany-Walen, K., & Kantor, K. R. (2010). Child parent relationship training: Parent's perceptions of process and outcome. *International Journal of Play Therapy*, 19 (3), 159-173.

Feldman, M. (1994). Parenting education for parents with intellectual disabilities: A review of outcome studies. *Research in Developmental Disabilities*, 15 (5), 299-332.

Grusec, J.E., Goodnow, J.J., & Kuczynski, L. (2000). New directions in analysis of parenting contributions to children's acquisition of values. *Child Development*, 71(1), 205-211.

Hart, L. (1990). *The winning family: increasing self-esteem in your children and yourself*. Oakland, C. A.: LifeSkills Press.

Honig, A. S. (2000). Raising Happy Achieving Children in the New Millenium. *Early Child Development and Care*, 163, 79-106.

Iwaniec, D. (1997). Evaluating parent training for emotionally abusive and neglectful parents: Comparing individual versus individual and group intervention. *Research on Social Work Practice*, (pp. 329-349).

Jalongo, M. R. (2002). Parent education. In *World Book Encyclopedia*.
www.elibrary.com/education.

Karavasilis, L., Doyle, A. B., & Markiewicz, D. (2003). Associations between parenting style and attachment to mother in middle childhood and adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 27(2), 153–164.

Knoester, C., Petts, R., Eggebeen, D. (2007). Commitments to fathering and well – being and social participation of new, disadvantaged fathers. *Journal of Marriage and Family*, 69 (4), 99–1004.

Kuppens, S., Grietens, H., Onghena, P., & Michiels, D. (2009). Measuring parenting dimensions in middle childhood: multitrait-multimethod analysis of child, mother, and father ratings. *European Journal of Psychological Assessment* , 25(3), 1-8.

- Maccoby, E.E., & Martin, J.A. (1983). Socialization in the context of the family: parent-child interaction. In P.H. Mussen (Ed.) & E. M. Hetherington (Vol. Ed.). *Handbook of Child Psychology*. Vol. 4: Socialization, personality, and social development, 4th ed., 1-101. New York: John Wiley.
- Macedo, C., Nunes, C., Costa, D., Ayala-Nunes, L., & Lemos, I. (2013). Apoio social, acontecimentos stressantes, adaptabilidade e coesão em famílias em risco psicossocial. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 14 (2), 304-312.
- Marujo, H. A., & Neto, L. M. (2000). Educating for optimism: new attitudes towards the self, the culture and the relationships. I Actas del IX Congreso INFAD 2000, Infancia Y Adolescencia, la perspectiva de la educaion en el siglo que empieza. Vol. 1. (pp. 502-505). Cadiz: Servicio de Publicaciones de la Universidad.
- Mendez-Baldwin, M., & Bush Rossnagel, N. (2003). Changes in parental sense of competence and attitudes in parents involved in a head start program as a result of participation in parenting education workshop. *NHSA Dialog*, 6(2), 331-344.
- Neufeld, C. B., & Maehara, N. P. (2011). Um programa cognitivo-comportamental de orientação de pais em grupo. In Caminha, M. G., & Caminha, R. M. (org.), *Intervenções e treinamento de pais na clínica infantil* (pp. 149-174). Porto Alegre: Sinopsys Editora.
- Noller, P., & Taylor, R. (1989). Parent education and family relations. *Family Relations*, (pp. 196-200).
- Nunes, C., Lemos, I., Ayala-Nunes, L., & Costa, D. (2013). Acontecimentos de vida stressantes e apoio social em famílias em risco psicossocial. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 14 (2), 313-320.
- Pettit, G.; Bates, J., & Dodge, K. (1997). Supportive parenting, ecological context, and children's adjustment: A seven-year longitudinal study. *Child Development*, 68, 908-923.

Pereira, D. (2003). Factores que influenciam o comportamento parental: percepções de pais e filhos em situações de maus tratos. Tese de Mestrado. Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação de Coimbra.

Pereira, M., Negrão, M., & Soares, I. (2015). Intervenção parental na infância com base na teoria e investigação da vinculação: Video-feedback Intervention to promote Positive Parenting and Sensitive Discipline (VIPP-SD). In A.I.Pereira, A.R.Goes & L. Barros, (Eds.) *Promoção da Parentalidade Positiva: Intervenções Psicológicas com pais de crianças e adolescents*. Lisboa: Coisas de Ler.

Petersen, C. S., & Wainer, R. (2011). Princípios básicos da terapia cognitivo comportamental de crianças e adolescentes. In Petersen, C. S., & Wainer, R. (org.), *Terapias CognitivoComportamentais para crianças e adolescentes* (pp. 16-31). Porto Alegre: Artmed.

Portaria nº 139/2013, Diário da República, I Série, Nº 64 – 2 de Abril

Porto, P. (2005). Orientação de pais de crianças com fobia social. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 1 (1), 101-110.

Reyno, S. M., & McGrath, P. J. (2006). Predictors of parent training efficacy for child externalizing behavior problems: a meta-analytic review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 47 (1), 99-111.

Roberts, M. C., Brown, K. J., Johnson, R. J., & Reinke, J. (2002). Positive Psychology for Children. Development, Prevention and Promotion. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology*. (pp. 663-675). Oxford: University Press.

Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., Correa, A. D., Martín, J. C., & Rodríguez, G. (2006). Outcome evaluation of a community center-based program for mothers at high psychosocial risk. *Child Abuse & Neglect*, 30 (9), 1049-1064.

Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., Martín, J. C., & Byrne, S. (2008). *Preservación familiar. Un enfoque positivo para la intervención con familias*. Madrid: Pirámide.

Rodrigo, M. J., Martín, J.C., Cabrera, E., & Máiquez, M. L. (2009). Las competencias parentales en contextos de riesgo psicosocial. *Intervención Psicosocial*, 18 (2), 113-120.

Rodríguez Jiménez, J. e Rubio, A. (eds.) (2008). *Las fuentes orales: Metodología para trabajar con una fuente que buscas y te busca. Primer Encuentro entre el Periodismo de Investigación y la Historia*. Madrid, Universidad Rey Juan Carlos e Instituto de Humanidades de la URJC.

Sigel, I. E., & McGillicuddy-De Lisi, A. V. (2002). Parent beliefs are cognitions: The dynamic belief systems model. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Being and becoming a parent* (pp. 485-508). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Seligman, M. E. P. (1998). Building human strength: psychology's forgotten mission. *American Psychological Association*, 29 (1).

Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: Na Introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.

Thompson, R. W., Grow, C. R., Ruma, P. R., Daly, D. L., & Burke, R. V. (1993). Evaluation of a practical parenting program with middle- and low-income families. *Family Relations*, (pp. 42, 21-25).



UNIVERSIDADE
LUSÓFONA
DO PORTO

Catarina Oliveira Rocha

Família +

Programa Piloto de Treino de Competências
Parentais

Dissertação de Mestrado
Psicologia Clínica e da Saúde

Dissertação defendida em provas públicas na
Universidade Lusófona do Porto no dia 27/07/2018,
perante o júri seguinte:

Presidente: Prof. Doutor Diogo Jorge Pereira Lamela

Arguente: Prof. Doutor Ricardo José Martins Pinto

Orientador: Prof^ª Doutora Maria Teresa Soares Souto

Julho 2018

DECLARAÇÃO

É autorizada a reprodução integral desta tese/dissertação apenas para efeitos de investigação, mediante declaração escrita do interessado, que a tal se compromete.

Assinatura Autora:
