



UC/FPCE-2008

Universidade de Coimbra  
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

**Estratégias de  *coping*  em função do Ciclo Vital da Família**

Eugénia Sofia Pereira Coutinho ([genacoutinho@hotmail.com](mailto:genacoutinho@hotmail.com))

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e Saúde,  
Sub-área de especialização em Sistémica, Saúde e Família sob a  
orientação da Professora Doutora Isabel Alberto

## **Estratégias de *coping* em função do Ciclo Vital da Família**

**Resumo:** As famílias ao longo do ciclo de vida vão vivendo acontecimentos indutores de *stress*, com os quais vão ter de lidar, recorrendo a recursos e a estratégias de *coping*.

O presente estudo analisa as estratégias de *coping* que as famílias utilizam preferencialmente, de acordo com a etapa do ciclo vital em que se encontram; assim como, identifica as influências do género, das formas de família e do nível socioeconómico nas estratégias de *coping* utilizadas pelas famílias. O estudo baseia-se numa amostra de 372 sujeitos, com idades compreendidas entre os 20 e os 88 anos. A recolha de dados efectuou-se através da resposta a três instrumentos, um questionário de dados sócio-demográficos, uma ficha de dados complementares e o *Family Crisis Oriented Personal Scales* (F-COPES).

Os resultados obtidos apontam para diferenças estatisticamente significativas a nível do *coping* total entre a etapa do Ciclo Vital “casal sem filhos” e a etapa “ninho vazio”. Também surgem resultados estatisticamente significativos em função da influência das formas de família. Quanto às várias dimensões do *coping*, parecem ser referidas de forma diferente em função das etapas do ciclo vital, do género, das formas de família e do nível socioeconómico.

**Palavras-chave:** Ciclo vital da família, etapas do ciclo vital, *coping*.

## **Coping strategies in function of the family life cycle**

**Abstract:** During their life cycle, families live happenings that infer stress and they'll have to deal with those happenings resorting to coping strategies.

The present study analyses coping strategies that families preferentially use, according to the vital cycle stage in which they are found; it also identifies the gender influences, the family forms and the social-economic classes in the coping strategies families use. The study is based on a sample of 372 subjects, aged between 20 and 88 years old. The collection of data was made by the results of three instruments, a social-demographic questionnaire, a complementary data file and the Family Crisis Oriented Personal Scales (F-COPES).

The results obtained point to statistically significant differences at a total coping level between the vital cycle stage “couple without children” and “empty nest” stage. Statistically significant results also appear in function of family forms influence. As for the various coping dimensions, they seem to be referred to in a different form according to the function of the vital circle stages, of gender, family forms and social-economic classes.

**Key Words:** Family life cycle, stage of family life cycle, coping.

## **Agradecimentos**

Pela sua disponibilidade e pela sua preciosa orientação agradeço, muito especialmente, à Professora Doutora Isabel Alberto.

À minha mãe, por todo esforço, apoio e confiança ao longo destes anos...

À minha irmã, pelo seu eterno companheirismo.

Ao Pedro, por todos os bons momentos.

À memória do meu pai, por tudo o que sempre será para mim...E por todo o orgulho, que onde quer que esteja, está a sentir por mim!

## Índice

<b>Introdução</b> .....	1
<b>I – Enquadramento Conceptual (revisão da literatura)</b> .....	1
<b>II – Objectivos</b> .....	15
<b>III – Metodologia</b> .....	16
3.1. Amostra....	16
3.2. Instrumentos .....	18
3.2.1. Questionário de dados sócio-demográficos.....	19
3.2.2. Ficha de dados complementares .....	19
3.2.3. <i>Family Crisis Oriented Personal Scales (F-COPES)</i> .....	20
3.3. Procedimentos .....	22
<b>IV – Resultados</b> .....	22
4.1. Análise do <i>coping</i> familiar percebido nas diferentes etapas do ciclo vital e em função do género, das formas de família e do nível socioeconómico.....	17
4.2. Análise das estratégias de <i>coping</i> que as famílias utilizam de acordo com a etapa do ciclo vital em que se encontram .....	22
4.3. Identificar se há influências do género, das formas de família e do nível socioeconómico nas várias dimensões do <i>coping</i> utilizadas pelas famílias .....	27
<b>V – Discussão</b> .....	32
<b>VI – Conclusões</b> .....	37
<b>Bibliografia</b> .....	39
<b>Anexos</b> .....	41

## Introdução

Este estudo insere-se num projecto de investigação mais vasto sobre *stress*, *coping* e qualidade de vida familiares.

A investigação nesta área é escassa, especialmente se pensarmos nos estudos realizados com famílias portuguesas. Foi no sentido de conhecer algo mais sobre a dinâmica das famílias portuguesas, que se procurou estudar os seus recursos e estratégias de *coping*.

Assim, o presente estudo propõe-se a analisar como se caracterizam as famílias portuguesas a nível do *coping*, atendendo às diferentes etapas do Ciclo Vital. A um nível exploratório analisou-se também a influência do género, das formas de família e do nível socioeconómico no *coping* familiar.

Tendo como base a categorização do Ciclo Vital da família proposta por Olson e colaboradores (1983) e os resultados da investigação levada a cabo pelos mesmos, procura-se fornecer um pequeno contributo para o conhecimento mais aprofundado das dinâmicas das famílias portuguesas ao longo da linha da vida.

## I – Enquadramento conceptual (revisão da literatura)

O ciclo vital da família é uma sequência previsível de transformações que a organização familiar vai sofrendo ao longo do tempo e que permitem delimitar e caracterizar as diferentes etapas do mesmo (Relvas, 1996). O desenvolvimento da família cumpre, essencialmente, duas funções: “criação de um sentimento de pertença ao grupo e a individualização/autonomização dos seus elementos” (Relvas, 1996, p.17); sendo que são duas tarefas básicas que exigem o cumprimento de objectivos específicos para cada etapa.

O sociólogo Duvall, na década de cinquenta, apresentou o primeiro quadro de categorias dos estádios do ciclo vital da família, que identificava 8 estádios: casais sem filhos; famílias com filho recém-nascido; famílias com crianças em idade pré-escolar; famílias com crianças em idade escolar; famílias com filhos adolescentes; famílias com jovens adultos; casal na meia-idade; e envelhecimento. Duvall considerou como critérios delimitativos dos oito estádios, a presença de crianças e a idade do filho mais velho (Relvas, 1996).

Carter e McGoldrick (1995) e Minuchin e Fishman (1990) apresentaram ainda propostas diferentes de classificação das etapas do ciclo vital. Contudo, iremos centrar-nos em dois modelos específicos; o modelo apresentado por Olson e colaboradores (1983) e o modelo apresentado por Relvas (1996).

Hill e Rodgers (1964, *in* Relvas, 1996) apresentam cinco etapas constitutivas do ciclo vital da família: jovem casal sem filhos; estágio expansivo (etapa em que aparece o primeiro filho); estágio estável (período que comporta toda a educação dos filhos, até um sair de casa); estágio de

contração (período de lançamento dos filhos, até sair o último de casa) e, estágio pós-parental (casal sem filhos em casa). Tendo por base este trabalho de Hill e Rodgers (1964), e partindo do pressuposto de que as necessidades desenvolvimentais das famílias mudam conforme nascem os filhos e crescem, Olson e colaboradores (1983) propõem uma divisão do ciclo vital em sete etapas: jovens casais sem filhos; famílias com filhos pequenos e em idade pré-escolar; famílias com filhos em idade escolar; famílias com adolescentes em casa; famílias de “lançamento dos filhos para o exterior”; etapa do “ninho vazio”; e famílias na reforma.

Relvas (1996) defende outra organização do ciclo vital da família, tendo por base o ciclo vital proposto por Minuchin e Fishman, constituindo-o em cinco etapas definidas pela parentalidade: a formação do casal, família com filhos pequenos, família com filhos na escola, família com filhos adolescentes e, por fim, família com filhos adultos. Como salienta Relvas (1996), é o aparecimento dos filhos e toda a evolução destes que funcionam como marcadores da dinâmica familiar e como critérios delimitativos das diversas etapas apresentadas pelas várias classificações do ciclo de vida familiar. Alarcão (2006) defende que existe algum consenso relativamente aos critérios de diferenciação das etapas do ciclo vital dentro das várias classificações propostas pelos diferentes autores, nomeadamente no que concerne à entrada de novos elementos e saída de elementos do núcleo familiar, associado às novas tarefas de desenvolvimento a realizar.

Tentando compreender as particularidades de cada etapa, passa-se a um olhar mais específico sobre cada uma delas.

Olson e colaboradores (1983) designam como a primeira etapa do ciclo vital, o jovem casal sem filhos, a que Relvas (1996), dá o nome de formação de casal. Esta etapa constitui o nascimento da família nuclear, cabendo ao novo casal, através da negociação, transformar os patrimónios individuais num património comum aos dois de que resultará um sentimento de pertença a uma nova família. Nesta etapa do ciclo vital, o casal tem como tarefa construir uma estrutura base e novos padrões de interação, que serão alcançados através da negociação e renegociação das experiências individuais que trazem da sua história pessoal e familiar. O conflito, quase inevitavelmente, acaba por surgir, já que a redefinição de limites ou fronteiras do subsistema conjugal com outros sistemas, nomeadamente, famílias de origem, amigos, filhos (mais tarde), vida profissional, não é tarefa fácil.

Segundo Relvas (1996, p.60), “a definição de limites é fundamental na medida em que protege o casal, reservando para os seus componentes uma área própria de satisfação das suas necessidades”. Se o novo casal vir a sua vida invadida por terceiros, a probabilidade de entrar em dificuldades acrescidas eleva-se, mas o contrário também é válido, se o casal se fechar demasiado sobre si próprio, cortando com as famílias de origem e outras fontes de suporte social, o subsistema ficará sobrecarregado e dificilmente conseguirá cumprir as suas tarefas.

A flexibilidade da comunicação entre os elementos do casal é outro requisito para a organização do espaço relacional e delimitação das fronteiras. Com alguma frequência, os casais defrontam-se com dificuldades

ao nível da comunicação. É essencial que o casal saiba e consiga metacomunicar, descentralizando-se dos conteúdos da comunicação e conversando ao nível da relação, de forma a definirem normas e níveis de poder na relação. Com uma gestão adequada da comunicação, cada um dos membros do casal consegue ter bem definido o espaço de cada, assim como o espaço do próprio casal em relação aos sistemas exteriores (Relvas, 1996).

A delimitação entre casal e famílias de origem é crucial no início da formação do casal. Se for adequadamente realizado as fases seguintes serão marcadas por uma maior facilidade relacional.

Ainda segundo Olson e colaboradores (1983) e Relvas (1996), além da reorganização de limites entre o casal e outros sistemas, é fundamental a reorganização de limites individuais. Cada parceiro tem a tarefa de descobrir tanto as suas necessidades próprias de intimidade e distância, como as necessidades do parceiro. Carter e McGoldrick (1995) referem a este respeito que quando um parceiro está excessivamente envolvido na resposta ao outro, ambos acabam por ficar presos numa cadeia de fusão, tornando-se incapazes de funcionar sozinhos.

A organização de um modelo original de casal, por todas as suas exigências e ajustamentos, constitui por si só um grande período de “stress”. A delimitação entre casal e famílias de origem é uma mudança normativa e, portanto, esperável, mas a maioria das vezes constitui-se como uma fonte “stress” para os elementos do casal. As tarefas de construção de uma estrutura familiar, de definição de limites com exterior e limites individuais, pelas suas exigências, podem constituir fontes de “stress” para o novo casal, que se terá a partir deste momento de desenvolver estratégias de “coping”, que lhe permita lidar com estas situações indutoras de “stress”.

A segunda etapa do ciclo vital da família, designada família com filhos pequenos, inicia-se com o nascimento do primeiro filho. As principais tarefas passam pela reorganização familiar, através da definição de papéis parentais e filiais e da redefinição de limites ao exterior, nomeadamente em relação à família de origem e à comunidade. A família está orientada para os cuidados de crescimento e alimentação do seu elemento mais novo (Olson *et al*, 1983; Relvas, 1996).

Na perspectiva de Olson e colaboradores (1983) e Relvas (1996), este estágio do ciclo vital da família vai desde o nascimento até à entrada na escola, já que as tarefas a realizar vão no sentido do que foi referido acima, e a entrada na escola do primeiro filho promove outro momento de crise e transição, pois coloca novas exigências à família, obrigando a novos ajustamentos. Pelo contrário, Carter e McGoldrick (1995) incluem nesta etapa todos os movimentos familiares desde o nascimento do primeiro filho até à adolescência do mesmo.

O nascimento do primeiro bebé implica uma série de reajustes na estrutura familiar e no quotidiano do casal. A díade, que até aí constituía o casal, expande-se a uma tríade, o que conduz à criação de novos papéis e funções familiares; nasce a parentalidade, o ser mãe e pai, da mesma forma que na família alargada se criam avós, tios, primos (Carter & McGoldrick, 1995; Relvas, 1996).

A forma como a parentalidade na família se vai organizar resulta de

quatro modelos de parentalidade, já que cada um dos parceiros traz consigo um modelo maternal e um paternal aprendidos na sua família de origem (Alarcão, 2006; Carter & McGoldrick, 1995; Relvas, 1996). A compatibilização destes quatro modelos é fundamental para um funcionamento familiar adequado. Se tal não acontecer, a família confronta-se com a existência de um modelo de dupla parentalidade, em que parecem existir dois subsistemas parentais, cada um exprimindo o modelo de cada um dos pais e respectivas famílias de origem (Alarcão, 2006; Relvas, 1996). Citando Relvas (1996, p.88), isto pode conduzir a “fenómenos disfuncionais como as ligações intergeracionais ou a parentificação de uma das crianças”. Neste sentido, é importante a criação de fronteiras entre os novos pais e os seus pais, de modo a dificultar o aparecimento desta dupla parentalidade (Alarcão, 2006; Relvas, 1996).

Além disto, a família nuclear inicia um novo ciclo relacional com a família de origem. As dificuldades maiores dão-se no que toca à educação das crianças, já que muitas vezes os modelos educativos dos avós não coincidem com os dos pais; quando isto acontece geram-se conflitos e até desqualificações e desconfirmações entre pais e avós, o que poderá conduzir a ligações e alianças intergeracionais disfuncionais. É crucial que todos os intervenientes neste processo sejam capazes de identificar as funções e tarefas do subsistema parental que competem a cada um (Alarcão 2006, Relvas, 1996).

Dá-se, nesta etapa do ciclo, o estabelecimento de uma hierarquia natural, que pressupõe o estabelecimento de fronteiras intergeracionais, em que a geração mais velha assume uma posição superior, a que corresponde maior poder, havendo o “exercício da autoridade dos pais sobre os filhos” (Relvas, 1996, p.94). A diferença geracional implica que os pais assumam uma posição de liderança e autoridade perante os filhos, que têm necessidade de regras e da criação de um contexto estruturado e seguro. É ainda essencial que se estabeleçam limites claros entre o subsistema conjugal e parental, assim como entre as respectivas funções de cada subsistema.

Aquando do nascimento de um filho, por mais estável que seja, a relação conjugal vai sempre sofrer perturbações e influências negativas resultantes deste acontecimento “stressor”, normalmente é definido um decréscimo na intimidade e satisfação conjugal (Carter & McGoldrick, 1995, Relvas, 1996). Com o nascimento do primeiro filho torna-se possível, pela primeira vez dentro da família nuclear, uma triangulação, deixando de haver necessidade do casal ir procurar a estabilidade fora do ambiente familiar. Embora a triangulação seja a base da interação humana e promova relações saudáveis, traz dificuldades quando se rigidifica ou se transforma em ligações, em que há a aliança de dois indivíduos contra um terceiro. Muitas vezes, os filhos assumem o papel de elementos polarizadores das tensões familiares, proporcionando o desvio de tensões não resolvidas entre outros elementos da família (Alarcão, 2006; Carter & McGoldrick, 1995, Relvas, 1996). Como refere Relvas (1996), esta etapa também implica mudanças na relação da família com o exterior, já que este acontecimento constitui a primeira abertura do sistema, iniciando-se aqui um processo de reabertura progressiva que vai ter o seu auge na adolescência dos filhos.



Quando se dá o nascimento do segundo filho, emerge um novo subsistema, o fraternal, que implica novos papéis e novas funções. O subsistema fraternal funciona, sobretudo, como um “laboratório da vida social” (Relvas, 1996, p.103) em que as crianças aprendem a lidar com os pares. Na fratria, as crianças aprendem a estabelecer amizades, a lidar com os inimigos, a resolver conflitos, a negociar. Contudo, a organização e funcionamento deste subsistema está dependente de alguns factores, dos quais emergem essencialmente dois factores: o número de filhos e os papéis e expectativas atribuídos a cada um deles; e a ordem e espaçamento dos nascimentos, que só por si podem definir níveis hierárquicos e subgrupos no interior do subsistema (Alarcão, 2006; Relvas, 1996).

A família nuclear vai ainda estabelecer relação com a comunidade envolvente, através dos contactos entre os filhos e outras crianças e através de instituições com as quais, a partir de agora, se vê obrigada a interagir. Na convivência com outros pais podem surgir comparações, dúvidas e conflitos internos, mas há também a oportunidade de crescer e enriquecer através da experiência dos outros. Por sua vez, no confronto com as instituições, por exemplo instituições de saúde ou os infantários, pode surgir culpabilidade, o sentimento de ineficácia ou o desejo de demissão das funções parentais, mas há também a possibilidade de se aprender a lidar adequadamente em situações que exigem conhecimentos mais especializados, como é o caso da saúde. Para evitar os riscos de demasiada influência do meio, cabe às famílias definir até que “ponto” o meio tem influência sobre si, para isto é necessário organizar as fronteiras entre o sistema família e os sistemas circundantes (Relvas, 1996).

O nascimento do primeiro filho assinala um momento de crise, em que a mudança é inevitável. O aparecimento deste pequeno ser e todos os reajustes familiares, que o seu nascimento implica, constituem situações indutoras de “stress”, com que a família vai ter lidar, na medida em que obriga à reorganização do sistema e à adequação a novos papéis.

A abertura do sistema familiar ao exterior, quer seja em relação à família de origem, quer seja em relação à comunidade envolvente, pode ser vivida pela família como situações causadoras “stress”, com as quais tem alguma dificuldade em lidar e para as quais vai ter de encontrar estratégias que lhe ajudem a gerir as situações e o “stress” sentido.

A terceira etapa do ciclo vital da família é a família com filhos na escola e consiste na primeira crise de desmembramento que a família vive. Este momento torna-se a primeira grande prova às capacidades familiares, no que respeita ao cumprimento da sua função externa, nomeadamente, através das competências de socialização demonstradas pela criança e pela *performance* e integração escolar desta (Olson *et al*, 1983; Relvas, 1996).

A escola é vista como a instituição que completa o papel educativo da família, mas também “como um instrumento social de avaliação do desempenho das funções da família, embora de modo não explícito” (Relvas, 1996, p.114). A entrada dos filhos na escola promove, internamente, a separação entre pais e filhos e, externamente, implica o início de uma relação com um sistema altamente organizado (Relvas, 1996). Um adequado funcionamento parental, enquanto sistema executivo, em que os filhos

assumam uma posição de complementaridade *one-down* e vivam situações de poder desigual, vai reflectir-se na forma como os filhos gerem e se adaptam à comunidade escolar. Da mesma forma, o funcionamento do subsistema fraternal também se vai repercutir na forma como a criança vai lidar com os seus pares. Além disto, a partir deste momento, a criança tem acesso ao conhecimento fora da família, o que consiste num outro movimento de separação-individação em relação à família, já que vai permitir à criança conhecer o mundo de uma forma mais autónoma. Contudo o acesso que a criança vai poder ter a esse conhecimento, depende do grau de segurança e autonomia vivido no meio intra-familiar (Alarcão, 2006; Relvas, 1996).

Com a entrada na escola, a família transporta as suas normas relacionais para o exterior/escola, mas também se vê “invadida” e confrontada pelas normas do mundo extra-familiar, quer as da escola, quer as das outras famílias, com as quais está a partir deste momento em contacto (Relvas, 1996; Alarcão, 2000). Quando as regras e códigos dos dois sistemas (escola e família) são incompatíveis, a criança e a família sentem-se perturbadas, pois não são capazes de integrar essas novas normas com que se vêm confrontadas (Évéquoz, 1987; Alarcão, 2000; Relvas, 1996).

A integração do código escolar na família faz com que o subsistema parental partilhe a sua função executiva com o sistema escola, personificada na figura do professor (Évéquoz, 1987; Relvas, 1996). Nasce o triângulo relacional pais-criança-professor. Também o subsistema fraternal se vê obrigado a co-habitar com o grupo de pares, onde surgem os amigos e, com eles, novos modos relacionais, que vão influenciar os relacionamentos na fratria, criando outro triângulo: irmãos-criança-amigos/colegas. Há ainda o triângulo que surge com a entrada dos filhos na escola, o triângulo família-criança-outras famílias: em que o subsistema parental se vê confrontado com as comparações que os filhos fazem da sua família com as famílias dos amigos e colegas (Évéquoz, 1988; Relvas, 1996; Alarcão, 2000).

A escola e família estão em permanente vigilância e avaliação recíprocas e, conseqüentemente, a criança pode tornar-se presa num conflito de lealdades, já que está a lidar com dois códigos distanciados aos quais pertence simultaneamente, não podendo aderir a nenhum deles em definitivo, porque se o fizesse estaria a quebrar os laços de lealdade que o une ao outro (Évéquoz, 1987; Relvas, 1996; Alarcão, 2000).

No entanto, os papéis da família e da escola distinguem-se no que respeita: a) à função de socialização, já que na família assume uma perspectiva afectiva e pessoal, enquanto na escola se promove a generalização das aprendizagens; b) à prestação de cuidados, onde a responsabilidade da família é quase exclusiva. O respeito pelas diferentes responsabilidades é o ponto de partida para que escola e família se sintam parceiros (Alarcão, 2000; Relvas, 1996).

A entrada dos filhos na escola constitui a primeira grande prova às funções externas da família, pela capacidade de socialização e integração dos seus membros mais novos, isto constitui uma grande fonte de “stress” familiar. Além disto, e em termos da vivência do quotidiano, a família deve ajustar-se de modo flexível à maior autonomia dos filhos, e em termos

práticos, terá que haver ajustes de rotinas do quotidiano, reajustes económicos e laborais, o que poderá constituir mais uma fonte de *stress* familiar. Além disto, o facto das regras e normas escolares, muitas vezes, poderem ser incompatíveis com as normas do sistema familiar constitui uma fonte de “stress” para a família, obrigando-a, mais uma vez, a criar estratégias que a ajudem a ajustar-se às novas relações e papéis.

Continuando nos modelos de Olson e colaboradores (1983) e Relvas (1996), a etapa seguinte no ciclo vital é a da família com filhos adolescentes, marcada pela entrada na adolescência dos filhos. Nesta etapa é crucial o alargamento dos espaços individuais dentro do sistema familiar, sem isto querer significar o desmoronar do espaço grupal familiar, o qual, pelo contrário, deverá ver a sua coesão reforçada. Com a adolescência dos filhos, a família atinge o culminar das duas funções primordiais: a socialização e a individualização dos seus elementos. Nesta etapa as famílias preparam os adolescentes para a saída de casa.

A adolescência é, tradicionalmente, vista como um período de rebeldia, conflito e rejeição de valores, a que estão também associados comportamentos desviantes. Contudo, há que ressaltar que o conflito presente nesta etapa constitui-se como oportunidade de maturação e evolução, o que depende da forma como é gerido e integrado por todos os elementos nele envolvidos (Erikson, 1968). Os conflitos surgem através do confronto das normas da família e sociais com as regras e ideais que os adolescentes vão criando e adoptando (Relvas, 1996, Carter & McGoldrick, 1995). Muitas vezes, os conflitos entre pais e adolescentes conduzem ao reactivar de outros conflitos familiares que pautam as dinâmicas familiares, mas que já nada têm a ver com os filhos (Relvas, 1996). Ainda para Carter e McGoldrick (1995), quando os adolescentes têm medo do conflito evitam fazer perguntas ou expressar as suas opiniões e ideias, o que resulta em distância em relação à família e falta de confiança.

Erikson (1968) considera que a adolescência é um período de crise que marca a transição entre a infância e a idade adulta, sendo portanto uma crise “normativa”, em que se dá a formação de identidade. A adolescência é um período de transição em que os indivíduos têm a oportunidade de explorar, testar e experimentar, antes de assumir responsabilidades adultas – é o designado período de moratória.

É neste período de maturação, em que os filhos atingem um conjunto de capacidades que lhes permitem autonomizar-se da família. A esta é exigido a manutenção do equilíbrio entre as exigências do sistema e as necessidades individuais de cada elemento (Benoit, 1988, cit. in Relvas, 1996). Este equilíbrio não remete somente para os adolescentes, mas engloba os diferentes subsistemas da família, implicando a renegociação da relação pais-filhos e a redescoberta da vida conjugal e profissional por parte da geração mais velha (Relvas, 1996). Como referem Carter e McGoldrick (1995), a adolescência provoca uma transformação “nos padrões de relacionamento entre as gerações” (p.223), em que a maturação do adolescente coincide com mudanças nos pais, que estão a entrar na meia-idade e a sua atenção começa a voltar-se agora para a reavaliação do casamento e da carreira, e com as transformações na vida dos avós que estão

agora na velhice.

Nesta etapa, os elementos mais novos adquirem as competências que lhes permitem entrar na vida adulta e os pais preparam-se para ficarem novamente sozinhos em casa, recentrados na conjugalidade. Como diz Relvas (1996, p.154), “Pode então falar-se mesmo de dois ciclos da família: o que decorre na presença física dos filhos e o que se processa na sua ausência física. (...) a adolescência dos filhos marca também na família outra passagem ou transição de ciclo”.

Em termos estruturais, o sistema familiar prossegue com a redefinição de limites, através da diferenciação intra-sistémica e da abertura ao exterior, o que conduzirá a uma nova definição dos papéis de cada um no interior da família, assim como a uma nova definição dos papéis parentais. No fim desta etapa, o subsistema parental deixa de exercer funções de controlo e educação, passando a ser uma fonte de suporte e os filhos deixam de estar numa posição hierarquicamente inferior aos pais (Relvas, 1996). Para Carter e McGoldrick (1995), as mudanças estruturais e a renegociação de papéis na família exigidas pela adolescência vão envolver três gerações: adolescente, pais e avós.

Como apontam Carter e McGoldrick (1995) e Relvas (1996), a independência e autonomia exigem aos adolescentes que se tornem cada vez mais responsáveis pelas suas decisões, o que não significa uma desconexão e ruptura com a família, significa antes menor dependência psicológica em relação aos pais e maior responsabilização e afirmação de si, até mesmo dentro do seio familiar, o que vai permitir ao adolescente a construção da identidade. À medida que os filhos adolescentes vão conquistando independência e autonomia, os pais vão também reconquistando e reconstruindo a sua independência em relação à função parental.

A reorganização da interacção nas relações pais-filhos é uma tarefa desta etapa. A idealização dos pais mantida até aqui vai desmoronar-se e o adolescente passa a fazer uma idealização de si próprio e das suas competências. Assim, a desobediência e os comportamentos de maior ou menor risco devem ser vistos pelos pais como sinais de crescimento e são encarados pelo próprio como a afirmação das suas capacidades; a adolescência é um longo caminho de experimentação, em que é exigida muita paciência aos pais, no sentido de estabelecer limites e normas firmes, mas não rígidos (Relvas, 1996).

Apesar de ser dada mais autonomia aos filhos, os pais não se podem demitir do seu papel de autoridade parental, devendo aprender a exercer o poder de forma regulada e flexível, tendo em conta a situação. O grau de autoridade exercido deve oscilar entre dois limites: um limite máximo que não permita o choque entre a autoridade parental e a “dignidade do adolescente” (Relvas, 1996, p.170) e um limite mínimo de controlo que mantenha o suporte e a segurança de que o adolescente também necessita.

É nesta etapa que se dá o maior movimento de abertura do sistema ao exterior e como principais sistemas influentes aparecem a escola e o grupo de pares do adolescente e as suas famílias. Na escola, o conflito de gerações dá-se entre professor e adolescentes e estes põem à prova, tal como fazem com os pais, a autoridade dos professores. O grupo de pares é outro contexto

importante no desenvolvimento do adolescente, já que consiste numa das principais fontes de suporte e ligação emocional do adolescente. O grupo de iguais é uma força de socialização, permitindo a competição e solidariedade, mas também a definição de limites e regras na relação com os pares, a aquisição e desenvolvimento de competências afectivas e sociais e a aquisição de normas e valores sociais. É essencial que os pais permitam a integração e participação do adolescente no grupo de pares, pois só assim estão a permitir a concretização da tarefa de autonomização do filho. Aceitar e integrar o papel do grupo de pares na autonomização do adolescente é também uma tarefa da família neste estágio do ciclo. No final desta etapa, os pais estão preparados para a saída dos filhos de casa, vendo-os como sujeitos independentes e autónomos, e com os quais se estabelecem relações positivas de igual para igual (Relvas, 1996).

Nesta etapa do ciclo vital, a família vive grandes mudanças estruturais e relacionais; os filhos crescem e autonomizam-se e os pais ficam novamente centrados na relação de casal. Todas as mudanças vividas neste período implicam “stress”, impulsionando a família a encontrar estratégias de “coping” para lidar com as situações “stressoras”.

No modelo proposto por Relvas (1996), a última etapa do ciclo é a família com filhos adultos, mas para Olson e colaboradores (1983), o ciclo vital ainda se prolonga por mais algumas etapas, nomeadamente, etapa do “ninho vazio” e famílias na reforma. A diferença que se verifica entre estes dois modelos no que respeita às últimas etapas do ciclo, diz respeito ao facto de Relvas (1996) considerar como limite do ciclo vital o final da função parental, enquanto Olson e colaboradores (1983) estendem o ciclo vital além do cumprimento da parentalidade, daí a existência de mais duas fases marcadas pela ausência dos filhos.<sup>1</sup>

Actualmente, é muito comum, na etapa da família com filhos adultos, as famílias passarem por três processos de mudança quase simultaneamente, a saída dos filhos de casa, a entrada na casa dos avós e a reorganização da vida conjugal por parte dos pais. É nesta etapa que se dá o maior número de entradas e saídas no sistema familiar: a saída dos filhos, a entrada dos parentes por afinidade e dos netos, a entrada dos avós e mais tarde a sua saída com a morte e com o passar do tempo os cônjuges da família nuclear acabam por desaparecer e conseqüentemente dá-se a morte do sistema familiar (Relvas, 1996).

Nas perspectivas de Carter e McGoldrick (1995), Olson e colaboradores (1983) e Relvas (1996), os pais, que constituem a geração intermédia, assumem o duplo papel simultâneo de pais e filhos, mas agora colocados entre duas gerações adultas e perante as quais se verifica uma inversão no sentido relacional com estas duas gerações: os seus filhos já são independentes e autónomos e os seus pais ficam cada vez mais dependentes e necessitados de apoio e protecção dos próprios filhos. Então, e segundo

---

<sup>1</sup> Carter e McGoldrick (1995) consideram que o período das famílias com filhos adultos está dividido em duas etapas: etapa da saída dos filhos e a última fase da vida da família.

Relvas (1996) a família vê-se obrigada a criar uma nova dinâmica relacional, que tenha em conta as necessidades de todas as gerações em interacção. As tarefas de reestruturação devem passar por: facilitar a saída dos filhos de casa, desenvolvendo com os filhos relações de adulto-adulto; renegociar a relação de casal, reforçando os seus limites em relação às outras duas gerações; lidar com o envelhecimento, integrando a geração mais idosa, dando-lhe suporte e resposta às necessidades (Carter & McGoldrick, 1995; Relvas, 1996).

Para Relvas (1996) a saída dos filhos de casa não significa que haja um corte na vinculação pais-filhos, significa antes que haja uma redefinição relacional entre ambas as gerações, alterando-se a hierarquia do poder e de estatutos dentro do sistema. Segundo Carter e McGoldrick (1995), a interferir com a separação pais-filhos estão os padrões familiares multigeracionais em relação ao grau de autonomia concedido aos filhos, da mesma forma que “se a solidificação do casamento não ocorreu” (1995, p.256) e não há reinvestimento possível, vai haver interferência negativa no “lançamento” dos filhos; algumas formas das famílias lidarem com as dificuldades de deixar “sair” os filhos passam pela ruptura emocional ou física e pelo “pseudolanzamento”, em que se dá “a independência física sem a concomitante independência emocional” (1995, p.256).

Com a saída dos filhos, o casal de meia-idade vê-se agora sozinho em casa, o que torna necessária uma reestruturação da sua relação (Carter & McGoldrick, 1995; Relvas, 1996). Segundo Relvas (1996), nesta fase do ciclo, a primeira ideia que se tem do casal é que está atravessar um período triste, vazio e depressivo, mas, pelo contrário, e embora possam existir estes sentimentos, esta fase permite ao casal um sentimento de libertação e a possibilidade de realizar projectos pessoais e conjugais. Relvas (1996) e Carter e McGoldrick (1995) defendem que se o casal durante toda a fase parental conseguiu manter a autonomia do subsistema conjugal e uma certa independência afectiva e emocional em relação aos filhos, a adaptação à fase pós-parental está facilitada.

Para os mesmos autores, a reforma é outro factor, que ao coincidir com esta nova fase do casal, vai ter efeitos positivos ou negativos na renegociação conjugal e, portanto, pode constituir uma fonte de “stress” familiar. Muitas vezes, a reforma é vivida com sentimentos de depressão e de inutilidade; assim, para Relvas (1996) quando a reforma dos dois elementos do casal acontece aproximadamente, implica que o casal se adapte e aprenda a estar junto a tempo inteiro; se por outro lado a reforma dos dois elementos acontece em tempos desfasados, o cônjuge reformado vai viver com sentimentos de solidão, o que se vai reflectir na relação conjugal, exigindo do outro mais disponibilidade e atenção e até exercendo pressão para que venha também para casa. Como referem Carter e McGoldrick (1995) e Relvas (1996) a reforma conduz também a uma alteração do estatuto social, o que pode provocar diminuição da auto-estima, através dos sentimentos de inutilidade e vazio vivenciados. A reforma exige, portanto, profundas transformações nos hábitos do quotidiano do casal, que passam pela criação de novos interesses comuns e individuais.

A família, aquando da saída dos filhos de casa e com criação das

próprias famílias nucleares por parte destes, vê-se transformada em família de origem e obrigada a redefinir os seus limites de modo a aceitar os novos elementos como pertencentes à família, quer sejam os parentes por afinidade quer sejam os netos, que mais tarde virão (Carter & McGoldrick, 1995; Relvas, 1996).

Como salienta Relvas (1996), a reaproximação com as gerações mais idosas marca esta etapa do ciclo vital, e a geração intermédia vai ter de aprender a lidar com os seus pais. Desta forma, o casal de meia-idade que agora desejaria aproveitar a maior liberdade, vê-se perante a obrigação de cuidar da geração mais idosa. Esta geração, por sua vez, retorna a uma fase de dependência e o reconhecimento desta situação por parte do idoso pode desencadear uma crise de identidade neste, que vive sentimentos de ambivalência: simultaneamente, deseja manter-se dono de si e ter um estatuto de poder acima dos mais novos, mas também deseja protecção e segurança por parte dos filhos. A relação entre as duas gerações mais velhas tem agora a função parental invertida: os filhos transformam-se em pais dos próprios pais. Por sua vez, Carter e McGoldrick (1995) defendem que apesar da maior dependência da geração idosa, não há uma “reversão de papel” (1995, p.277) entre pais e filhos. Carter e McGoldrick (1995) e Relvas (1996) estão de acordo na necessidade que existe da família avaliar conjuntamente quais as necessidades efectivas do idoso, procurando assim manter o equilíbrio entre autonomia e necessidade de apoio, evitando que se caia em situações de abandono ou em situações de dependência total precoce.

Com o tempo, a morte da geração mais idosa torna-se uma realidade e a família entra noutra momento de crise, quer pelas reestruturações exigidas pelo acontecimento, quer pela morte em si mesma (Relvas, 1996). A morte da geração mais velha transforma a geração intermédia na última geração e a próxima a enfrentar a morte; o casal que fez nascer, há décadas atrás, a família nuclear vê-se confrontado com a proximidade da própria morte, assim como com a aproximação da situação vivida com os pais – aproxima-se a sua vez de serem protegidos e apoiados pelos filhos (Carter & McGoldrick, 1995; Relvas, 1996). Muitas vezes, é também agora que se dá outra grande crise: a viuvez. Depois de décadas de vida em comum, a viuvez provoca sentimentos de perda, solidão e desorientação com os quais é muito difícil de lidar; a família aparece, neste momento, como uma importante fonte de apoio, ajudando o elemento viúvo a encontrar novos interesses e a reinvestir no funcionamento futuro (Carter & McGoldrick, 1995; Relvas, 1996).

As entradas e saídas vividas durante esta etapa - a saída dos filhos, a entrada dos parentes por afinidade e dos netos, a entrada dos avós e mais tarde a sua saída com a morte - constituem momentos de crise e, como tal, induzem “stress”, com que a família terá de lidar, desenvolvendo estratégias de *coping* específicas. Todos estes movimentos de entrada e saída do sistema familiar exigem tarefas de reestruturação familiar, que também se constituem como fontes de “stress” familiar, o que obriga a família a encontrar estratégias adequadas que a ajudem a lidar com as situações “stressoras”. Também em termos sociais, as famílias sofrem alterações, a

entrada na reforma constitui um grande momento de mudança e portanto é vivida como uma fonte de “stress” familiar, a que os indivíduos vão ter de se adaptar.

No modelo de Olson e colaboradores (1983), a quinta etapa do ciclo vital é a das famílias de “lançamento dos filhos para o exterior” (*launching families*), em que os filhos se preparam para sair de casa dos pais e adquirir papéis e identidade fora do núcleo familiar. As regras e os papéis familiares estão em transformação e a família cumpre a tarefa de “lançar” os filhos para o exterior com sucesso. A etapa que se segue é a etapa do “ninho vazio”, marcada pela ausência dos filhos de casa. Contudo, os pais ainda cumprem papéis de orientação dos filhos, mas a vida familiar orienta-se sobretudo para as necessidades do casal e no estabelecer relações diferenciadas com os netos. A última etapa do ciclo vital proposta por Olson e colaboradores (1983) é a das famílias na reforma, em que os pais já completaram a educação e supervisão dos filhos; ocupando-se na manutenção da relação de casal e no fortalecimento das relações com a família alargada e amigos.

As mudanças, normativas ou não-normativas, que uma família vive durante o decorrer de todo o ciclo vital, trazem repercussões, quer em termos de alterações estruturais, quer alterações relacionais. Estes momentos de crise e mudança constituem períodos marcados por sentimentos de incerteza e ansiedade, constituindo períodos de “stress” familiar, onde as famílias vão ter de se reorganizar, identificando e criando estratégias de “coping”, que lhes permitam lidar com a situação e minimizar o efeito do “stress” no sistema familiar. Como refere Minuchin (1979) uma crise é simultaneamente ocasião e risco; por um lado, ocasião de crescer e de evoluir, por outro lado, risco de impasse e de disfuncionamento, isto no caso dos sistemas não conseguirem lidar adequadamente com esta. Como referem McCubbin e Patterson (1982, cit. *in* Olson *et al*, 1983) estes períodos vão envolver processos de ajustamento, reorganização, consolidação e adaptação.

As transições entre as várias etapas do ciclo vital, apesar de normativas, regulares e esperadas, implicam stress, já que remetem as famílias para tarefas novas e conseqüentemente para mudanças nos seus padrões de interação e organização funcional. Hill (1949, cit. *in* Olson *et al*, 1983, p. 41) aquando do desenvolvimento do modelo ABC-X, definiu como stressor familiar “a situação para a qual a família teve pouca ou nenhuma preparação” e como crise “qualquer mudança aguda ou decisiva devido à inadequação de velhos padrões”. Na mesma linha, Olson e colaboradores (1983, p.40) consideram que “o stress familiar emerge como uma consequência do contínuo desenvolvimento, organização, reorganização estrutural e perturbações imprevisíveis”.

O stress familiar é conceptualizado por Olson e colaboradores (1983) como um estado de tensão que resulta de uma exigência actual, que requer ajustamento ou adaptação do comportamento familiar.

Angell (1936 *in* Vaz Serra, 1999), num estudo sobre *stress* na família, analisou as mudanças provocadas pela saída ou entrada de elementos na família, concluindo que as famílias que sentem menos *stress* nestas situações, caracterizam-se por estarem integradas, manterem uma boa interdependência entre os membros e uma adequada adaptabilidade às



mudanças.

No estudo transversal levado a cabo por Olson e colaboradores (1983) identificaram ainda as exigências financeiras, conflitos intrafamiliares e dificuldades trabalho-família apareceram como principais fontes geradoras de stress e tensão familiares, mais ou menos uniformes ao longo do ciclo vital,

McCubbin e Patterson (1983) referem que nos períodos de maior *stress*, a família vê-se obrigada a negociar novas normas familiares, para se adaptar às transformações. As estratégias que a família utiliza para lidar com o *stress*, as designadas estratégias de *coping* dizem respeito a um conjunto de processos cognitivos, afectivos e comportamentais, que os indivíduos e as famílias põem em prática para lidarem com as situações geradoras de *stress*.

O conceito de *coping* tem sido conceptualizado por um grande número de autores. Lazarus e Folkman (1984 *in* Vaz Serra, 1999) referem-se ao *coping* como o conjunto de esforços cognitivos e comportamentais de um sujeito para lidar com exigências específicas que são tidas como ultrapassando os seus recursos. Já em 1985, Monat e Lazarus relacionam o *coping* com os esforços para dominar condições prejudiciais ou de ameaça, quando o indivíduo não possui no seu repertório comportamental uma resposta automática à situação indutora de *stress*. Snyder e Dinoff (1999 citado *in* Vaz Serra, 1999) conceptualizam *coping* como as respostas de um sujeito a um acontecimento indutor de *stress*, que têm como finalidade a redução da “carga” física, emocional e psicológica induzida pela situação. Vaz Serra (1999) conceptualiza o *coping* como o conjunto de estratégias que o ser humano utiliza para lidar com situações indutoras de *stress*.

No modelo proposto por Folkman e Lazarus (1980 *in* Antoniazzi *et al*, 1998), o *coping* é visto como um processo que se dá entre o indivíduo e o meio, que tem como função ajudar o sujeito a lidar com a situação indutora de *stress*, que depois de ser avaliada, assume determinada interpretação e representação cognitiva no indivíduo. O processo de *coping* constitui-se então como os esforços cognitivos e comportamentais para lidar com as situações indutoras de *stress*.

Folkman e Lazarus (1980 *in* Vaz Serra, 1999) propõem no mesmo modelo a divisão do *coping* em duas categorias: *coping* focalizado no problema e *coping* focalizado na emoção. Na primeira categoria, o indivíduo irá orientar a sua acção para a resolução da situação que lhe induz *stress*. Na segunda categoria, o indivíduo vai tentar reduzir o estado de tensão e mal-estar emocional que surgiu com a situação. As estratégias focadas na emoção não procuram resolver o problema, tem como objectivo reduzir o impacto emocional da situação indutora de *stress*, de modo a que o indivíduo se sinta melhor, têm portanto um carácter paliativo (Lazarus & Folkman, 1980 *in* Monat & Lazarus, 1985). A estas duas categorias, DeLongis e Newth (1998 *in* Vaz Serra, 1999) acrescentaram uma nova categoria, designada estratégias de *coping* focadas na inter-acção social, que se refere à forma como um indivíduo lida e mantém os relacionamentos sociais com os outros em situação de *stress* (apoio da rede social).

Folkman e Lazarus (1985 *in* Antoniazzi *et al*, 1998) referem ainda que se as situações são avaliadas como modificáveis as estratégias focadas

no problema tendem a ser aplicadas, se as situações são percebidas e avaliadas como imutáveis e inalteráveis os indivíduos tendem a utilizar estratégias focadas na emoção.

Quando o *stress* é percebido como pouco intenso, os indivíduos tendencialmente utilizam estratégias de resolução de problemas, mas se o *stress* é sentido como mais grave e intenso os esforços dos indivíduos vão no sentido da redução do estado emocional. Assim, o tipo de estratégias utilizadas estão ainda dependentes do *significado pessoal* que o indivíduo atribui pela avaliação que faz do que lhe está a acontecer (Vaz Serra, 1999).

Como refere Vaz Serra (1999), a forma como um indivíduo lida com as situações indutoras de *stress* depende dos recursos sociais deste, onde se inclui a rede social do próprio e facilidade com que pode aceder a pessoas que lhe possam prestar ajuda, a capacidade económica e a saúde física, e dos recursos pessoais constituídos pela personalidade, auto-confiança, aspirações pessoais e pela experiência adquirida na resolução de situações de *stress* anteriores.

O *coping* familiar emerge quando a família tem de fazer um esforço adicional para “observar, experienciar, definir, compreender e exercer algum tipo especial de acções, de forma a retomar as rotinas do quotidiano” (Reiss & Oliveri, 1980 in Olson *et al.*, 1983: 139).

Segundo Olson e colaboradores (1983), as estratégias de *coping* familiar vão sendo progressivamente modificadas ao longo do tempo, não sendo criadas num momento único. Como o *coping* familiar é resultado de um conjunto de respostas individuais, torna-se possível que algumas estratégias possam ser mais eficazes e importantes que outras, dependendo do ponto do ciclo vital em que as famílias se encontrem e dos acontecimentos específicos. É difícil a definição de um *coping* de sucesso, já que uma estratégia que se revelou eficaz num determinado momento e em determinada situação, pode vir a revelar-se pouco útil noutro momento, assim como o inverso (Olson *et al.*, 1983).

Para McCubbin, Joy e colaboradores (1980 in Olson *et al.*, 1983) o *coping* familiar é um processo de aquisição de um equilíbrio no sistema familiar que facilita a organização e unidade do sistema e, simultaneamente, promove o crescimento e desenvolvimento individual de cada elemento.

Boss (1987 in Hobfoll & Spielberg, 1992) refere que os recursos de *coping* familiar são “bens ” sociológicos, económicos, psicológicos, emocionais e físicos com os quais os elementos da família podem diminuir o impacto de uma situação indutora de *stress* ou de uma acumulação de acontecimentos *stressantes*.

Segundo McCubbin & Patterson (1983), estudos revelaram a existência de dois padrões de *coping* familiar: a) *coping* de resistência, que remete para os esforços colectivos da família para reduzir ou minimizar o impacto do elemento indutor de *stress* e b) *coping* adaptativo que diz respeito aos esforços conjuntos da família para alterar as circunstâncias indutoras de *stress*, reduzir a tensão familiar, manter a unidade e equilíbrio familiares.

De acordo com o estudo de Olson e colaboradores (1983), existem cinco estratégias principais de *coping* familiar, que se subdividem em duas

categorias: internas e externas. As estratégias de *coping* internas, que dizem respeito a processos intrafamiliares, incluem o *reenquadramento* (capacidade da família para redefinir uma situação indutora de *stress* como um acontecimento que pode ser ultrapassado, tornando a situação mais controlável) e a *avaliação passiva* (abordagem menos responsiva, actuando como uma resposta de evitamento dos problemas, em que a família define a situação indutora de *stress* como algo que será ultrapassado como tempo). As estratégias de *coping* externas incluem a *procura de apoio espiritual* (esforços da família para procurar e confiar no apoio espiritual para enfrentar os problemas), a *aquisição de apoio social* (capacidade da família para aceitar e utilizar recursos provenientes da rede social informal como familiares, vizinhos e amigos) e a *mobilização de apoio formal* (esforços da família para procurar e aceitar a assistência e apoio das redes formais de suporte, como instituições comunitárias e de profissionais). Os resultados do estudo revelam que o *reenquadramento* é usado ao longo de todo ciclo vital, mas há uma ênfase menor na etapa das famílias com filhos adolescentes. A *avaliação passiva* não é tão usada nas primeiras etapas do ciclo, mas nas etapas finais aparece como uma estratégia útil e pragmática, que faz sentido se se pensar que os casais mais velhos estão menos preocupados, aceitando o facto de que as coisas se vão resolver sozinhas com o tempo. No que respeita às estratégias externas, a *procura de apoio espiritual* encontra o seu maior uso na fase do “ninho vazio” e da “reforma”, dada a maior probabilidade de doenças e perdas nestas etapas, há uma maior confiança nas crenças religiosas, ocorrendo a sua menor utilização nas duas primeiras etapas do ciclo vital. A estratégia de *aquisição de apoio social* revela-se muito importante nas etapas “ninho vazio” e “reforma”. Esta estratégia é menos usada nas fases “família com filhos adolescentes” e “famílias lançadoras dos filhos para o exterior”. A estratégia *mobilização de apoio formal* revelou maior uso nas duas últimas etapas do ciclo, “etapa do ninho vazio” e “reforma”, demonstrando que nestes períodos, como respostas à doença e à perda familiar, os indivíduos estão mais dispostos a procurar ajuda (Olson *et al*, 1983).

Em jeito de síntese, o ciclo vital da família conceptualiza as transições e momentos de crise que marcam o decorrer da vida familiar. Contudo, apesar das inúmeras conceptualizações e variações em torno do ciclo de vida da família, há uma grande escassez de estudos sobre as estratégias de *coping* preferencialmente utilizadas pelas famílias ao longo da linha da sua vida, nomeadamente, em relação às famílias portuguesas, o que leva a questionar como será o comportamento das famílias portuguesas ao longo do ciclo de vida, no que respeita aos comportamentos de *coping*.

## II - Objectivos

O presente estudo tem como objectivos:

- a) Analisar o *coping* familiar percebido ao longo do ciclo de vida e analisar a influência do género, das formas de família e do nível socioeconómico na percepção do *coping* familiar.

- b) Analisar as estratégias de *coping* que as famílias utilizam de acordo com a etapa do ciclo vital em que se encontram, verificando se existe alguma estratégia que seja transversal ao longo de todo o ciclo vital.
- c) Identificar se há influências do género, das formas de família e do nível socioeconómico em cada uma das dimensões específicas do *coping* utilizadas pelas famílias.

Estes objectivos têm como ponto de partida os resultados alcançados por Olson e colaboradores (1983). Assim, será importante perceber se as famílias portuguesas se comportam, a nível das estratégias de *coping*, como as famílias americanas ao longo do ciclo vital. Será que o *reenquadramento* é a estratégia de *coping* que se mantém constante ao longo de todas as etapas? (Olson *et al*, 1983). Será que a *avaliação passiva*, na população portuguesa, também é mais usada nas etapas tardias do que nas etapas iniciais? (Olson *et al*, 1983). Será que as estratégias externas de *coping*, *apoio espiritual*, *aquisição de suporte social* e *mobilização de apoios formais*, também são mais utilizadas pelas famílias portuguesas essencialmente nas últimas etapas do ciclo vital? (Olson *et al*, 1983).

Neste estudo procura-se dar resposta a estas questões, tendo sempre presente, que as famílias ao longo do tempo vão passando por diferentes fontes de “stress” que marcam diferentes etapas do ciclo vital e que também vão condicionar a adopção de diferentes estratégias de *coping*.

### III – Metodologia

#### 3.1. Amostra

O grupo de investigação parte de uma amostra total de 507 indivíduos, 161 homens (31,8%) e 346 mulheres (68,2%). As idades variam entre os 12 e os 88 anos, sendo a média das idades de 40,67 anos (d.p.=17,22).

A amostra do presente estudo é constituída por 372 sujeitos com idades compreendidas entre os 20 e os 88 anos de idade, sendo que a média das idades é de 44,85 (DP= 15,40). Considerando o género, a amostra é constituída por 119 sujeitos do sexo masculino (32%) e por 253 sujeitos do sexo feminino (68%). No que respeita ao estado civil, 75,8% (N=282) dos sujeitos são casados, 13,7% (N=51) dos sujeitos vivem em união de facto, 6,2% (N=23) são divorciados, 0,8% (N=3) estão separados e 3,5% (N=13) são viúvos.

Quanto à escolaridade, verifica-se 21,8% (N=81) dos sujeitos têm formação superior, 19,7% (N=73) têm o 9º ano finalizado, 15,9% (N=59) finalizaram o 12º ano, 15,6% (N=58) têm a 4ª classe, 14,3% (N=53) dos sujeitos cumpriram o 6º ano, 7,3% (N=27) dos sujeitos frequentaram o ensino médio e 5,4% (N=20) dos sujeitos têm menos que a 4ª classe (cf. Tabela1). Quanto à profissão, 16,4% (N=61) dos sujeitos encontram-se reformados, 16,2% (N=60) dos sujeitos têm profissões intelectuais ou científicas, 14,8% (N=55) trabalham são vendedores ou trabalham no sector dos serviços, 13,2% (N=49) são técnicos ou profissionais intermédios,

11,1% (N=41) dos sujeitos são pessoal administrativo, 5,9% (N=22) são domésticas, 5,7% (N=21) são operários, 3,8% (N=14) estão nos quadros superiores, 2,7% (N=10) trabalham na agricultura ou pesca, 2,2% (N= 8) são operadores de instalações, 3,2% (N= 12) são trabalhadores não qualificados, 4,3% (N=16) dos sujeitos estão desempregados e 2 (0,5%) sujeitos não têm profissão (ver Tabela 2). No que respeita à área de residência, 35,8% (N=133) dos sujeitos vivem em áreas predominantemente urbanas, 34,9% (N=130) residem em áreas medianamente urbanas e 29,3% (N=109) residem em zonas predominantemente rurais. Quanto ao nível socioeconómico, 59,6% (N=221) dos sujeitos apresentam um nível socioeconómico médio, 29,6% (N=110) apresentam um nível socioeconómico baixo e os restantes 10,8% (N=40) dos sujeitos apresentam um nível socioeconómico elevado, considerando Simões (1994), cruzando escolaridade e profissão. (Ver Tabela2).

**Tabela 1. Variáveis Sócio-demográficas: Idade e Escolaridade**

Idade		Escolaridade			
N	%	N	%		
20 – 29:	62	16,7%	< 4.º ano:	20	5,4%
30 – 39:	93	25%	4.º ano:	58	15,6%
40 – 49:	98	26,3%	6.º ano:	53	14,3%
50 – 59:	59	15,9%	9.º ano:	73	19,7%
60 – 69:	29	7,8%	12.º ano:	59	15,9%
70 – 79:	18	4,8%	Ensino médio:	27	7,3%
80 – 88:	13	3,5%	Ensino superior:	81	21,8%

**Tabela 2. Variáveis Socio-demográficas: Profissão e Nível socioeconómico**

Profissão	Nível socioeconómico	
	N	%
(1) quadros superiores:	14	3,8%
(2) prof. Intelectuais e científicas:	60	16,2%
(3) técnicos e prof . intermédios:	49	13,2%
(4) pessoal administrativo:	41	11,1%
(5) serviços e vendedores:	55	14,8%
(6) agricultores e pesca:	10	2,7%
(7) operários:	21	5,7%
(8) operadores de instalações:	8	2,2%
(9) não qualificados:	12	3,2%
doméstica:	22	5,9%
sem profissão:	2	0,5%
desempregado	16	4,3%
reformado :	61	16,4%

Quanto às etapas do ciclo vital da família, apenas 0,8% (N=3) dos sujeitos se encontram na etapa da reforma, sendo que a maior percentagem se verifica na etapa da “família lançadora”, onde se encontram 102 (27,4%) sujeitos da amostra (ver Tabela 3). Relativamente às formas de família, 78,8% (N=293) dos sujeitos são elementos de famílias nucleares intactas (ver Tabela 3). Quanto à composição do agregado familiar, o mais comum nesta amostra é a composição pai(s)+ filho(s), com um N=218 sujeitos (58,4%) (ver Tabela4).

**Tabela 3. Situação familiar**

Etapa do ciclo vital			Formas de família	
	N	%	N	%
casal sem filhos	63	16,9	nuclear intacta	293 78,8
filhos pequenos	45	12,1	pós-divórcio	25 6,7
filhos idade escolar	51	13,7	monoparental	8 2,2
filhos adolescentes	40	10,8	reconstituída	44 11,8
família lançadora	102	27,4		
família na reforma	3	0,8		
ninho vazio	64	17,1		
não se aplica	4	1,1		

**Tabela 4. Composição dos agregados familiares**

Composição do Agregado		
	N	%
casal	106	28,5
pai(s)+filho(s)	218	58,6
pai(s)+filho(s)+avó(s)	9	2,4
pai(s)+filho(s)+outro(s)	3	0,8
outras comp familiares	36	9,7

### 3.2. Instrumentos

Este estudo insere-se numa investigação mais ampla cujo protocolo incluiu os seguintes instrumentos: a) um questionário sócio-demográfico; b) uma ficha de dados complementares; c) um questionário relativo às estratégias de *coping* familiar (F-COPES); d) um instrumento acerca da qualidade de vida subjectiva (Qualidade de Vida); e um questionário relativo aos acontecimentos indutores de *stress* (FILE). Contudo, no presente estudo apenas será trabalhado o *Family Crisis Oriented Personal Evaluation Scales* (F-COPES).

### 3.2.1. Questionário de Dados Sócio-demográficos (Ver Anexo 1)

O questionário de dados socio-demográficos teve a sua primeira versão no ano passado (2006/2007), mas como se destinava a uma população muito específica (utentes dos centros de saúde), este ano sofreu algumas alterações.

Este instrumento pretende averiguar alguns dados pessoais do respondente, tais como a nacionalidade, local de residência, idade, estado civil, habilitações literárias, profissão, entre outros aspectos sócio-demográficos, além disto também questiona aspectos familiares, tais como o estatuto familiar (grau de parentesco na família nuclear), composição e caracterização do agregado familiar e a eventualidade da saída de filhos do agregado familiar, número de filhos e a principal fonte de suporte económico da família.

No final do questionário estão apresentadas duas questões para serem preenchidas pelo entrevistador no final da aplicação de todos os questionários. Estas questões remetem para a fase do ciclo vital em que a família se encontra e para o seu nível socioeconómico. Relativamente à fase do ciclo vital da família, há que salientar que foi definida como base de trabalho a classificação proposta no estudo levado a cabo por Olson e colaboradores, em 1983. Assim, as etapas usadas para classificar as famílias são sete: *jovens casais sem filhos*; *famílias com filhos pequenos ou em idade pré-escolar*; *famílias com filhos em idade escolar*; *famílias com adolescentes*; *famílias “lançadoras”*; *“ninho vazio”*; e *família na reforma*. Para caracterizar o nível socioeconómico das famílias, foi feito o cruzamento da profissão principal da família, da situação na profissão e da sua escolaridade (Simões, 1994, p.285-286).

### 3.2.2. Ficha de Dados Complementares (Ver Anexo 2)

Tal como o instrumento anterior, a ficha de dados complementares também foi criada pela equipa de investigação do ano passado (2006/2007), tendo sido este ano ligeiramente remodelada.

A ficha de dados complementares destinou-se a obter informação acerca da saúde e doença dos respondentes e familiares e dos recursos que são mais utilizados em caso de doença ou outro problema.

Neste sentido, numa primeira fase o questionário identifica a existência de doença(s) crónica(s) na família (por exemplo, diabetes, hipertensão, depressão, entre outras doenças) e, no caso da resposta ser positiva, averigua qual o impacto da doença na família e a percepção da sua gravidade, tal como é considerada pelo respondente. Posteriormente, o questionário averigua quais os tipos de apoio a que a família recorre, em caso de doença ou outras situações difíceis, sendo consideradas as seguintes fontes de apoio: a família chegada, a família alargada, instituições, e a comunidade. O questionário contempla ainda questões relativamente à avaliação do sujeito em relação ao *stress* familiar, qualidade de vida da família e a forma como a família se adapta às dificuldades.

**3.2.3. F-COPES - Family Crisis Oriented Personal Evaluation Scales** (McCubbin, H.C., Olson, D.H. & Larsen, A.S., 1981 *traduzido e adaptado por* Vaz Serra, A., Firmino, H., Ramalheira, C., Sousa Canavarro M.C., 1990). (Ver Anexo 3)

O “Escala de avaliação pessoal orientadas para a crise em família” foi desenvolvido em 1981, por McCubbin, Olson e Larsen. Este instrumento foi criado com o objectivo de identificar as estratégias comportamentais e de resolução de problemas usadas pelas famílias em situações de dificuldade ou problemáticas. Na construção da escala os autores tiveram em atenção as dimensões de *coping* descritas pelo Modelo ABCX, e integraram em estratégias de *coping*, os recursos familiares e a percepção e significado do acontecimento da teoria do stress familiar. As estratégias de *coping* familiar foram agrupadas em duas dimensões: internas e externas. As estratégias internas dizem respeito à forma como a família lida internamente com os problemas e dificuldades, enquanto que as estratégias externas se referem às estratégias que a família busca fora do núcleo familiar, para lidar com os problemas ou dificuldades (Olson, McCubbin *et al*, 1985).

A primeira versão do instrumento é composta por 30 itens, mas a sua versão final integra apenas 29 itens, que depois de efectuada a análise factorial foram organizados em 5 factores: 1) o *Reenquadramento* (composto por 8 itens que medem a capacidade da família para redefinir os acontecimentos indutores de *stress*, de modo a torná-los mais controláveis); 2) a *Avaliação Passiva* (integra 4 itens que avaliam a capacidade da família para aceitar situações problemáticas, minimizando o seu impacto); 3) a *Procura de Apoio Espiritual* (composto por 4 itens que se relacionam com a capacidade da família para obter apoio espiritual); 4) a *Aquisição de Suporte Social* (composto por 9 itens que medem a capacidade da família para procurar apoio de parentes, vizinhos, amigos e família alargada); a *Mobilização Da Família para Obter e Aceitar Ajuda* (integra 4 itens que avaliam a capacidade da família para procurar e aceitar a ajuda da comunidade). As duas primeiras sub-escalas pertencem às estratégias internas de *coping* familiar e as restantes três estão sob o título de estratégias externas de *coping* familiar (Olson, McCubbin *et al*, 1985).

O instrumento consiste numa escala tipo Likert de 5 pontos, em que 1 corresponde a “Discordo muito”, 2 a “Discordo moderadamente”, 3 a “Não concordo nem discordo”, 4 a “Concordo moderadamente” e 5 a “Concordo Muito”. A cotação é feita de forma a que quanto mais elevada for a pontuação, mais elevados são os valores das estratégias de *coping* familiar. Podem ser obtidos resultados para cada um dos 5 factores e um valor global de *coping* familiar de toda a escala.

Relativamente às qualidades psicométricas, Olson e colaboradores (1985) obtiveram índices de consistência interna (alpha de Cronbach) de .82 para o *reenquadramento*, .63 para a *avaliação passiva*, .80 para a procura de *apoio espiritual*, .71 *mobilização de apoio formal*, .83 para *aquisição de suporte social* e um total na escala de .86.

No nosso estudo, foi utilizada uma adaptação do questionário desenvolvida por Vaz Serra, Firmino, Ramalheira e Canavarro (1990), mas a que foi adicionado o item 18 da versão inicial do instrumento (“Fazemos



exercício com os amigos para nos mantermos numa boa condição física e reduzir a tensão”), ficando o questionário com os 30 itens da primeira versão da escala.

De forma a testar as qualidades psicométricas do instrumento, neste estudo, procedeu-se à análise da consistência interna do instrumento que, para a amostra do nosso estudo, obteve um alpha de Cronbach de .85. Não se justifica a exclusão de nenhum item na escala porque, apesar de existirem alguns itens com correlações baixas com a totalidade da escala (Ver Tabela 5), o facto de serem retirados não aumentaria a consistência interna do instrumento. A escala total obteve uma média de 93,87 com um desvio-padrão associado de 14,12.

**Tabela 5. Item – Total Statistics**

Itens	Corrected Item – Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
1	,405	,840
2	,477	,838
3	,195	,845
4	,430	,839
5	,524	,836
6	,323	,842
7	,228	,845
8	,398	,840
9	,406	,840
10	,451	,838
11	,231	,845
12	,171	,848
13	,242	,844
14	,453	,838
15	,305	,843
16	,474	,838
17	,437	,839
18	,341	,842
19	,296	,843
20	,336	,842
21	,447	,838
22	,247	,844
23	,465	,838
24	,333	,842
25	,474	,838
26	,287	,843
27	,484	,837
28	,157	,847
29	,376	,841
30	,390	,840

### 3.3. Procedimentos

A amostra foi recolhida em vários pontos do país, incluindo Açores, pelos vários elementos da equipa de investigação. A aplicação dos instrumentos foi efectuada de 15 de Novembro de 2007 a 31 de Janeiro de 2008.

O protocolo de investigação já havia sido construído previamente por outra equipa de investigadores, mas foram feitas algumas alterações no questionário sócio-demográfico e na ficha de dados complementares, já que não se pretendia recolher uma amostra clínica, mas uma amostra da população geral. A aplicação do protocolo seguia uma determinada organização; inicialmente era feito o preenchimento do questionário de dados sócio-demográficos e da ficha de dados complementares e só depois eram introduzidos os restantes instrumentos pela seguinte ordem: Qualidade de Vida, FILE e F-COPES. No caso de se tratar de adolescentes, passava-se o Qualidade de Vida era aplicado na sua versão Adolescentes e o F-COPES, a FILE não era aplicada.

Há a salientar que o tratamento e análise de dados foram efectuados com o programa SPSS, versão 15.0 para *Windows*.

## IV – Resultados

Tendo como base os objectivos propostos para este estudo, de seguida serão apresentados os resultados obtidos na análise estatística realizada.

### 4.1. Análise do *coping* familiar percebido nas diferentes etapas do ciclo vital e em função do género, das formas de família e do nível sócio-económico

O pressuposto de normalidade da distribuição foi confirmado através do teste de Kolmogorov-Smirnov, já que se tratava de um N superior a 50 (ver Tabela 6).

**Tabela 6. Teste de Normalidade F-COPES**

	Kolmogorov-Smirnov(a)		
	Statistic	df	Sig.
F-COPES	,044	372	,081

a Lilliefors Significance Correction

De seguida, realizou-se a análise de variância, através da ANOVA *one-way*, que mostrou não haver diferenças estatisticamente significativas (Sig.=.058) no *coping* familiar em função das diferentes etapas do ciclo vital (ver Tabela 7).

**Tabela 7. Análise da variância do F-COPES em função do ciclo de vida**

	df	Mean Square	F	Sig.
<b>Between Groups</b>	6	402,987	2,052	,058
<b>Within Groups</b>	361	196,419		
<b>Total</b>	367			

Como o nível de significância é bastante próximo de .05, exploratoriamente, foram realizados os testes *post-hoc* de Tukey, que revelaram haver diferenças estatisticamente significativas (Sig.=.033) entre a primeira etapa do ciclo, casal sem filhos, e a última, etapa do ninho vazio (ver Tabela 8). Assim, a etapa do casal sem filhos é a que apresenta menos recursos de *coping* (M= 88,48), enquanto as famílias na etapa do ninho vazio são as que parecem perceber mais recursos de *coping* (M=96,22) (ver Tabela 9).

**Tabela 8. Teste de Tukey HSD – Etapas do ciclo vital**

(I) etapa ciclo vital	(J) etapa ciclo vital	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
casal sem filhos	filhos pequenos ou pré-escolar	-6,235	2,735	,257
	filhos idade escolar	-6,328	2,640	,203
	filhos adolescentes	-7,249	2,833	,142
	família lançadora	-5,602	2,246	,164
	família na reforma	-7,524	8,282	,971
	ninho vazio	-7,743	2,487	<b>,033</b>
filhos pequenos ou pré-escolar	filhos idade escolar	-,093	2,866	1,000
	filhos adolescentes	-1,014	3,046	1,000
	família lançadora	,633	2,508	1,000
	família na reforma	-1,289	8,357	1,000
	ninho vazio	-1,508	2,727	,998
filhos idade escolar	filhos adolescentes	-,921	2,960	1,000
	família lançadora	,725	2,404	1,000
	família na reforma	-1,196	8,326	1,000
	ninho vazio	-1,415	2,631	,998
filhos adolescentes	família lançadora	1,647	2,615	,996
	família na reforma	-,275	8,389	1,000
	ninho vazio	-,494	2,825	1,000
família lançadora	família na reforma	-1,922	8,210	1,000
	ninho vazio	-2,140	2,235	,963
família na reforma	ninho vazio	-,219	8,279	1,000

**Tabela 9. Médias do F-COPES por etapas**

<b>etapa ciclo vital</b>	<b>N</b>	<b>Média</b>
casal sem filhos	63	88,48
família lançadora	102	94,08
filhos pequenos ou pré-escolar	45	94,71
filhos idade escolar	51	94,80
filhos adolescentes	40	95,73
família na reforma	3	96,00
ninho vazio	64	96,22
Sig.		,711

Relativamente à influência do género, das formas de família e do nível socioeconómico no *coping* familiar, a ANOVA 3-way revelou que apenas as formas de família mostraram ser estatisticamente significativas, apresentando um nível de significância de .000 (F(6,116)). As intersecções entre estas variáveis também não revelaram ter efeitos estatisticamente significativos sobre o *coping* familiar (ver Tabela 10).

**Tabela 10. ANOVA – Género, Formas de família e Nível socioeconómico**

<b>Source</b>	<b>df</b>	<b>Mean Square</b>	<b>F</b>	<b>Sig.</b>
Género	1	107,265	,588	,444
FORMASDEFAMILIA	3	1115,526	6,116	,000
Socio-economico	2	286,811	1,573	,209
Género * FORMASDEFAMILIA	2	58,328	,320	,727
Género * Socio-economico	2	5,600	,031	,970
FORMASDEFAMILIA * Socio-economico	6	166,522	,913	,485
Género * FORMASDEFAMILIA * Socio-economico	3	80,044	,439	,725

Para avaliar quais as formas de família que diferem significativamente entre si em termos de *coping* familiar, procedeu-se às comparações múltiplas através do teste de Tukey. Os resultados mostram que há diferenças estatisticamente significativas (Sig.=0.000) (ver Tabela 11) entre as famílias *nucleares intactas* (M=94,88; dp=14,15) e as famílias *reconstituídas* (M=84,73; dp= 11,08); há também diferenças significativas (Sig.=0,003) (ver Tabela 11) entre as famílias *reconstituídas* e as famílias *pós-divórcio* (M=96,56; dp=13,83).

**Tabela 11. Teste de Tukey HSD – Formas de família**

(I) FORMAS DE FAMÍLIA	(J) FORMAS DE FAMÍLIA	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.
nuclear intacta	pós-divórcio	-1,68	2,814	,933
	monoparental	-,74	4,839	,999
	reconstituída	10,09	2,205	,000
pós-divórcio	monoparental	,94	5,486	,998
	reconstituída	11,77	3,397	,003
monoparental	reconstituída	10,83	5,200	,160

#### 4.2. Análise das estratégias de *coping* que as famílias utilizam de acordo com a etapa do ciclo vital em que se encontram.

Os factores do F-COPES que foram usados neste estudo são os factores originais de Olson e colaboradores (1983) (ver Tabela 12), isto porque neste momento do trabalho, ainda não estava disponível a análise factorial das colegas da equipa de investigação que estão a trabalhar a aferição do instrumento para a população portuguesa; também não foram usados os factores obtidos pela equipa de investigação do ano passado, porque se tratava de uma amostra populacional muito restrita, utentes dos Centros de Saúde, o que poderá ter efeito na análise factorial obtida.

**Tabela 12. Distribuição dos itens pelos factores (Olson, McCubbin e col., 1983)**

Sub-escala	Nº dos itens
<b>Aquisição de apoio social</b>	1,2,4,5,10,16,20,25,29
<b>Reenquadramento</b>	3,7,11,13,15,19,22,24
<b>Apoio espiritual</b>	14,23,27,30
<b>Mobilização de apoio formal</b>	6,8,21
<b>Avaliação passiva</b>	12,17,26,28

Como a distribuição dos factores não cumpre o pressuposto de normalidade, já que os níveis de significância obtidos no Kolmogorov-Smirnov são inferiores a .05 para todos os factores, exceptuando ao sub-escala *aquisição de apoio social*, em relação ao sexo masculino (Sig.=0,200), procedeu-se à realização de testes não paramétricos (ver Tabela 13).

**Tabela 13. Teste de Normalidade da distribuição por sub-escalas**

Sub-escalas	género	Kolmogorov-Smirnov(a)		
		Statistic	df	Sig.
Reenquadramento	M	,112	119	,001
	F	,086	253	,000

Apoio social	M	,056	119	,200
	F	,060	253	,029
Apoio espiritual	M	,105	119	,003
	F	,086	253	,000
Apoio formal	M	,125	119	,000
	F	,119	253	,000
Avaliação passiva	M	,107	119	,002
	F	,101	253	,000

Foi realizado o teste de Kruskal-Wallis porque a variável independente possuía mais de duas categorias. Este teste revelou haver diferenças estatisticamente significativas entre as várias etapas do ciclo apenas na sub-escala *apoio espiritual* ( $\chi^2 = 61,609$ ;  $p=0.000$ ) (ver tabela 14). As *famílias na reforma* são as que mais utilizam esta estratégia (Mean Rank= 301,00), seguindo as famílias na *etapa do ninho vazio* (Mean Rank=248,97), e as *famílias com filhos adolescentes* (Mean Rank=208,10), já as famílias na etapa de *casal sem filhos* parecem ser as que utilizam menos o *apoio espiritual* como estratégia de *coping* (Mean Rank=111,12) (ver Tabela 15).

A estratégia *reenquadramento* assume-se como uma das mais utilizadas nas três primeiras etapas do ciclo, nas restantes etapas, à excepção das *famílias na reforma*, passa a ser a menos utilizada. Os resultados apontam para algo semelhante quanto ao apoio espiritual, que nas duas primeiras etapas aparece como a estratégia menos utilizada, mas como a mais utilizada na nas duas últimas etapas do ciclo, curiosamente esta estratégia também é a mais usada pelas famílias com filhos adolescentes.

**Tabela 14. Teste de Kruskal-Wallis – Etapas do ciclo vital**

	Reenquadramento	Apoio social	Apoio espiritual	Apoio formal	Avaliação passiva
Chi-Square	6,799	3,642	61,609	11,730	11,133
df	6	6	6	6	6
Asymp. Sig.	,340	,725	,000	,068	,084

**Tabela 15. Mean Ranks - Etapas do ciclo vital**

	Etapa ciclo vital	N	Mean Rank
Reenquadramento	casal sem filhos	63	190,84
	filhos pequenos ou pré-escolar	45	207,17
	filhos idade escolar	51	199,72
	filhos adolescentes	40	175,11
	família lançadora	102	178,11
	família na reforma	3	226,33
	ninho vazio	64	164,29
	Total	368	

Apoio Social	casal sem filhos	63	168,75
	filhos pequenos ou pré-escolar	45	184,39
	filhos idade escolar	51	189,00
	filhos adolescentes	40	181,98
	família lançadora	102	180,94
	família na reforma	3	194,17
	ninho vazio	64	203,29
	Total	368	
Apoio Espiritual	casal sem filhos	63	111,12
	filhos pequenos ou pré-escolar	45	161,23
	filhos idade escolar	51	188,45
	filhos adolescentes	40	208,10
	família lançadora	102	184,98
	família na reforma	3	301,00
	ninho vazio	64	248,97
	Total	368	
Apoio Formal	casal sem filhos	63	156,11
	filhos pequenos ou pré-escolar	45	178,01
	filhos idade escolar	51	201,29
	filhos adolescentes	40	196,34
	família lançadora	102	194,93
	família na reforma	3	59,00
	ninho vazio	64	185,48
	Total	368	
Avaliação passiva	casal sem filhos	63	153,34
	filhos pequenos ou pré-escolar	45	193,10
	filhos idade escolar	51	169,23
	filhos adolescentes	40	188,28
	família lançadora	102	201,83
	família na reforma	3	124,17
	ninho vazio	64	194,14
	Total	368	

#### 4.3. Identificar se há influências do género, das formas de família e do nível socioeconómico nas várias dimensões do *coping* utilizadas pelas famílias

Para analisar os efeitos do género nas estratégias de *coping* familiar realizou-se o teste não paramétrico de Mann-Whitney, cujos resultados mostram que há diferenças entre homens e mulheres em duas dimensões, nomeadamente, na aquisição de apoio social ( $U = 11935$ ;  $p = 0.001$ ) e no apoio espiritual ( $U = 12716,5$ ;  $p = 0.015$ ) (ver Tabela 16).

**Tabela 16. Teste de Mann-Whitney – Estratégias de Coping e Género**

	Reenquadr amento	Apoio social	Apoio espiritual	Apoio formal	Avaliação passiva
Mann-Whitney U	15014,00	11935,00	12716,50	14264,50	13268,00
Wilcoxon W	22154,00	19075,00	19856,50	21404,50	20408,00
Z	-,041	-3,229	-2,422	-,821	-1,857
Asymp. Sig. (2- tailed)	,967	,001	,015	,412	,063

O *reenquadramento* é a única estratégia de *coping* que alcança um valor semelhante entre homens (Mean Rank= 186,17) e mulheres (Mean Rank=186,66) (ver Tabela 17). A estratégia mais referida pelo sexo feminino é a *aquisição de apoio social* (Mean Rank=198,83), já para os homens, esta estratégia parece ser a menos referida (Mean Rank=160,29) e aquela que parece ser mais usada por estes é o *reenquadramento* (Mean Rank=186,17). Quanto ao *apoio espiritual*, as mulheres também alcançam um valor mais elevado (Mean Rank=195,74) que os homens (Mean Rank=166,86) (ver Tabela 17). Estes resultados levam a concluir que o género tem influência nas estratégias de *coping* utilizadas pelas famílias.

**Tabela 17. Mean Ranks - Estratégias de Coping e Género**

	Género	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Reenquadramento	M	119	186,17	22154,00
	F	253	186,66	47224,00
	Total	372		
Apoio Social	M	119	160,29	19075,00
	F	253	198,83	50303,00
	Total	372		
Apoio Espiritual	M	119	166,86	19856,50
	F	253	195,74	49521,50
	Total	372		
Apoio Formal	M	119	179,87	21404,50
	F	253	189,62	47973,50
	Total	372		
Avaliação Passiva	M	119	171,50	20408,00
	F	253	193,56	48970,00
	Total	372		

Para analisar a influência das formas de família na utilização das estratégias de *coping* recorreu-se ao teste não paramétrico de Kruskal-Wallis, que mostrou haver diferenças estatisticamente significativas em três sub-escalas, nomeadamente, no *reenquadramento* ( $\chi^2 = 9,503$ ;  $p=0,023$ ), na *aquisição de apoio social* ( $\chi^2 = 16,932$ ;  $p=0,001$ ) e no *apoio espiritual* ( $\chi^2 = 29,60$ ;  $p=0,000$ ) (ver Tabela 18).



**Tabela 18. Teste de Kruskal-Wallis – Estratégias de coping e Formas de família**

	Reenquadramento	Apoio social	Apoio espiritual	Apoio formal	Avaliação passiva
Chi-Square	9,503	16,932	29,060	7,059	7,517
df	3	3	3	3	3
Asymp. Sig.	,023	,001	,000	,070	,057

O *reenquadramento* parece ser mais usado pelas *famílias monoparentais* (Mean Rank=195,13) e pelas *famílias nucleares intactas* (Mean Rank=193,62), a forma de família que usa menos esta estratégia é a *família pós-divórcio* (Mean Rank=145,88) (ver Tabela 19). Quanto à aquisição de *apoio social*, são as *famílias pós-divórcio* (Mean Rank=229,72) e as *famílias monoparentais* (Mean Rank=219,81) que parecem usar mais, já as *famílias reconstituídas* (Mean Rank=130,90) são as que parecem usar menos. Relativamente ao *apoio espiritual*, são as *famílias monoparentais* (Mean Rank=210,75), *nucleares intactas* (Mean Rank=197,66) e *pós-divórcio* (Mean Rank=175,24) que utilizam mais, aquelas que utilizam menos esta estratégia são as *famílias reconstituídas* (Mean Rank=105,78) (ver Tabela 19).

Assim, as *famílias nucleares intactas* apresentam como as estratégias mais usadas o *apoio espiritual* (Mean Rank=197,66) e o *reenquadramento* (Mean Rank=193,62) e como estratégia menos usada a *avaliação passiva* (Mean Rank=183,10) (ver Tabela 19). As *famílias pós-divórcio* utilizam preferencialmente a *avaliação passiva* (Mean Rank=240,06) e a *aquisição de apoio social* (Mean Rank=229,72) e a estratégia que menos utilizam é o *reenquadramento* (Mean Rank=145,62) (ver Tabela 19). As *famílias monoparentais*, na totalidade são as que parecem usar mais estratégias de *coping*, utilizando preferencialmente a *aquisição de apoio social* (Mean Rank=219,81) e o *apoio espiritual* (Mean Rank=210,75), já a estratégia que menos usam e a *avaliação passiva* (Mean Rank=165,63). Quanto às *famílias reconstituídas* salienta-se o facto de ser a forma de família que parece usar menos estratégias de *coping*, sendo que a estratégia que mais usam é a *avaliação passiva* (Mean Rank=174,13) e a que menos usam é o *apoio espiritual* (Mean Rank=105,78). (Ver Tabela 19).

**Tabela 19. Mean Ranks – Estratégias de coping e Formas de família**

	Formas de Família	N	Mean Rank
Reenquadramento	nuclear intacta	293	193,62
	pós-divórcio	25	145,88
	monoparental	8	195,13
	reconstituída	44	152,18
	Total	370	
Apoio Social	nuclear intacta	293	188,99
	pós-divórcio	25	229,72
	monoparental	8	219,81

	reconstituída	44	130,90
	Total	370	
Apoio Espiritual	nuclear intacta	293	197,66
	pós-divórcio	25	175,24
	monoparental	8	210,75
	reconstituída	44	105,78
	Total	370	
Apoio Formal	nuclear intacta	293	187,52
	pós-divórcio	25	215,66
	monoparental	8	206,63
	reconstituída	44	151,05
	Total	370	
Avaliação Passiva	nuclear intacta	293	183,10
	pós-divórcio	25	240,06
	monoparental	8	165,63
	reconstituída	44	174,13
	Total	370	

Com o objectivo de analisar como se comportavam as famílias em termos de estratégias de *coping*, atendendo ao seu nível sócio-económico, realizou-se novamente o teste de Kruskal-Wallis, cujos resultados mostraram que há diferenças estatisticamente significativas na *aquisição de apoio social* ( $\chi^2 = 9,464$ ;  $p = 0,009$ ), no *apoio espiritual* ( $\chi^2 = 17,217$ ;  $p = 0,000$ ), na *mobilização de apoio formal* ( $\chi^2 = 8,968$ ;  $p = 0,011$ ) e na *avaliação passiva* ( $\chi^2 = 26,424$ ;  $p = 0,000$ ) (ver tabela 20).

**Tabela 20. Teste de Kruskal-Wallis – Estratégias de coping e Nível sócio-económico**

	Reenquadramento	Apoio social	Apoio espiritual	Apoio formal	Avaliação passiva
Chi-Square	,428	9,464	17,271	8,968	26,424
df	2	2	2	2	2
Asymp. Sig.	,807	,009	,000	,011	,000

A *aquisição de apoio social* parece ser mais utilizada pelas famílias de *nível socioeconómico baixo* (Mean Rank=211,76), seguindo-se as famílias de nível elevado (Mean Rank=185,45), já as famílias de *nível socioeconómico médio* (Mean Rank= 173,33) são as que referem menos esta estratégia (ver Tabela 21). Relativamente ao *apoio espiritual*, parece ser mais usado pelas famílias de *nível socioeconómico baixo* (Mean Rank=221,22), seguindo-se as famílias de *nível socioeconómico elevado* (Mean Rank=179,95), as famílias de *nível socioeconómico médio* (Mean Rank=169,57) são aquelas que, mais uma vez, parecem referir menos esta estratégia (ver tabela 21). Quanto à *mobilização de apoio formal*, é mais referido pelas famílias de *nível socioeconómico baixo* (Mean Rank=208,88), sendo as famílias de *nível socioeconómico elevado* (Mean Rank=155,78) as

que parecem usar menos esta estratégia. Em relação à *avaliação passiva*, são as famílias de *nível socioeconómico baixo* (Mean Rank=227,65) que a referem mais e são as famílias de *nível socioeconómico médio* (Mean Rank=163,96) que parecem usar menos esta estratégia. (Ver Tabela 21).

Assim, as famílias de *nível socioeconómico baixo* apresentam, na totalidade, mais estratégias de coping que os outros dois níveis sócio-económicos. Assim, o *nível socioeconómico baixo* utiliza preferencialmente a *avaliação passiva* (Mean Rank=227,65), o *apoio espiritual* (Mean Rank=221,22) e a *aquisição de apoio social* (Mean Rank=211,76), enquanto que a estratégia que menos usa é o *reenquadramento* (Mean Rank=190,69). Relativamente ao *nível socioeconómico médio*, as estratégias mais usadas são o *reenquadramento* (Mean Rank=185,03) e a *mobilização de apoio formal* (Mean Rank=180,08) e a estratégia que menos usa é a *avaliação passiva* (Mean Rank=163,96). Quanto às famílias do *nível socioeconómico elevado*, utilizam mais a *avaliação passiva* (Mean Rank= 193,25) e *aquisição de apoio social* (Mean Rank=185,16), já a que menos utilizam é a *mobilização de apoio formal* (Mean Rank=155,78) (ver Tabela 21).

**Tabela 21. Mean Ranks – Estratégias de coping e Nível sócio-económico**

	Nível sócio-económico	N	Mean Rank
Reenquadramento	Baixo	110	190,69
	Médio	221	185,03
	elevado	40	178,45
	Total	371	
Apoio Social	baixo	110	211,76
	médio	221	173,33
	elevado	40	185,16
	Total	371	
Apoio Espiritual	baixo	110	221,22
	médio	221	169,57
	elevado	40	179,95
	Total	371	
Apoio Formal	baixo	110	208,88
	médio	221	180,08
	elevado	40	155,78
	Total	371	
Avaliação Passiva	baixo	110	227,65
	médio	221	163,96
	elevado	40	193,25
	Total	371	

## V – Discussão

Os resultados obtidos mostraram que as etapas do ciclo vital, o género e o nível socioeconómico não têm um efeito significativo em termos do *coping* familiar percebido. Já as formas de família parecem influenciar significativamente o *coping* familiar percebido. No que respeita às cinco dimensões do *coping*, nem todas parecem sofrer a mesma influência das diferentes etapas do ciclo, do género, das formas de família e do nível socioeconómico.

Avançando com a exploração dos resultados encontrados, saliente-se que, relativamente, ao *coping* total percebido não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre a maioria das fases do ciclo de vida. Apenas a *etapa casal sem filhos* apresenta valores de *coping* significativamente mais baixos que a etapa do *ninho vazio*, que é aquela que parece perceber mais recursos de *coping*. Atendendo aos acontecimentos que marcam a primeira etapa do ciclo vital, pode entender-se a existência de menos recursos de *coping* como consequência da recente estrutura familiar. Como referem Olson e colaboradores (1983), Relvas (1996) e Alarcão (2006) esta é uma etapa em que ainda há muitos ajustes, papéis e limites a definir e em que a vida familiar se pauta por dinâmicas recém-constituídas, daí talvez os recursos de *coping* familiar não estarem ainda totalmente assentes. Já as famílias na fase do *ninho vazio*, etapa que fecha o ciclo de vida, já percorreram toda a linha da vida, e caracterizam-se pela sua maior estabilidade, pela diminuição dos encargos e obrigações, consequência da independência e saída dos filhos de casa, como apontam Relvas (1996) e Alarcão (2006). A grande experiência de vida e as competências para lidar com os problemas e situações “stressoras”, que foram adquirindo ao longo de décadas, podem estar na base da maior percepção de recursos de *coping*, em relação às outras fases do ciclo de vida.

No que respeita às formas de família, aquelas que apresentam menos recursos de *coping* percebidos são as *famílias reconstituídas*, que curiosamente se diferenciam significativamente das *famílias pós-divórcio*, assim como das *famílias nucleares intactas*. De facto, podia esperar-se, em termos de senso comum, que as *famílias pós-divórcio* apresentassem menos recursos de *coping*, atendendo ao recente período de desgaste e de mudança que é um processo de divórcio mas, contrariamente, os resultados mostraram ser esta forma de família que parece referir mais *coping*, o que se poderá explicar pelo facto de um processo de divórcio, situação fortemente *stressora*, exigir dos elementos da família a busca de mais recursos de *coping* que lhes permitam lidar com este acontecimento não-normativo, com o qual as outras famílias não tiveram de lidar. Por sua vez, também a comunidade envolvente poderá estar mais susceptível e mais disponível para oferecer recursos a estas famílias que estão a passar por um período crise. Tal como as *famílias pós-divórcio*, também as *famílias nucleares intactas* se diferenciam significativamente das *famílias reconstituídas*, apresentando valores elevados de *coping* familiar, a relacionar-se com isto podem estar os padrões familiares estáveis que uma família nuclear com o passar do tempo vai adquirindo e mantendo, obtendo à medida que o tempo passa, e que as

dificuldades vão surgindo, novos recursos de *coping*, acabando por deter no seu seio um leque abrangente de recursos de *coping*. As *famílias reconstituídas*, por sua vez, são aquelas que parecem referir menos *coping*, isto pode prender-se com algumas das especificidades que pautam a vida destas famílias. A formação do casal, que como salientam Alarcão (2006) e Relvas (1996) exige a construção de uma estrutura base e de novos padrões de interação, na maioria de vezes, acontece já com a existência de filhos, o que dificulta quer a tarefa de estruturação e organização da nova família, quer a atribuição de novos papéis e funções. Como refere Alarcão (2006), a coexistência de diferentes etapas do ciclo vital que não se podem fundir, nem ultrapassar podem condicionar o desenvolvimento familiar. Não esquecendo, que há que ser feita a definição de limites com as famílias de origem (Carter & McGoldrick, 1995; Alarcão, 2006) e também com famílias de origem das relações anteriores, e que de alguma forma estarão sempre presentes, a partir do momento que haja filhos desses relacionamentos (Alarcão, 2006). A criação e a existência de recursos de *coping* podem estar menos vinculados, porque as estruturas e dinâmicas familiares podem não estar totalmente definida e organizadas, já que não se deve esquecer, como aponta Alarcão (2006) que estas famílias acabam por resultar de famílias que já tiveram outras famílias nucleares. Pode também pensar-se que a comunidade envolvente e as redes sociais não estão tão sensíveis a disponibilizar ajuda a estas famílias como estão em relação às *famílias pós-divórcio*, já que à partida as *famílias reconstituídas* já refizeram a sua vida e já tomaram um novo rumo, ao contrário das *famílias pós-divórcio* que ainda não se refizeram do período de crise pelo qual passaram.

Relativamente às estratégias de *coping* em função das etapas do ciclo vital, apenas o *apoio espiritual* tem um uso significativamente diferente nas várias etapas do ciclo vital. As *famílias na reforma* são as que parecem usar mais esta estratégia, contudo o valor elevado que atingem pode dever-se a efeitos da amostra, já que são apenas três os sujeitos que fazem parte desta etapa. Ainda assim, este resultado vai de encontro ao estudo realizado por Olson e colaboradores (1983), no qual eram as famílias na reforma e as famílias na etapa do “*ninho vazio*”, aquelas que mais procuravam este apoio. Também no presente estudo, as famílias na etapa do “*ninho vazio*” assumem-se como a segunda etapa que parece usar mais esta estratégia. Não são estranhos estes resultados nas duas etapas finais do ciclo de vida familiar, se tivermos em conta que são fases da vida em que há mais probabilidade de aparecer uma doença ou de ocorrerem perdas, por exemplo, a morte do cônjuge; como referem Carter e McGoldrick (1995) e Relvas (1996), depois de décadas de vida em comum, a viuvez provoca sentimentos de perda, solidão e desorientação, com os quais é muito difícil de lidar; daí uma maior confiança em crenças religiosas para lidar com estes acontecimentos de vida *stressantes* e dolorosos.

Curiosamente, uma das etapas que também atinge um valor elevado nesta subescala do *coping* é a etapa das *famílias com filhos adolescentes*. Se atendermos às características deste período de vida familiar, esta aproximação às crenças religiosas até fará algum sentido. Como referem

Alarcão (2006) e Relvas (1996), a “autonomia de valores” vai-se conquistando a pouco e pouco na adolescência; a moral, os valores, os princípios, a espiritualidade ganham uma grande importância na vida dos adolescentes, que se aproximam, exploram e aderem com fervor a ideais e princípios morais. Um pouco por “contágio” dos filhos, os pais poderão fazer o mesmo percurso, reavivando as suas convicções e crenças e a importância que estas podem ter na vida, nomeadamente as religiosas.

Tal como o encontrado no estudo levado a cabo por Olson e colaboradores (1983), são as duas primeiras etapas do ciclo, *casal sem filhos* e *famílias com filhos pequenos*, que parecem fazer um menor uso do *apoio espiritual*. Estas duas etapas caracterizam-se por ser momentos de construção e negociação, na primeira há a tarefa de criar uma estrutura base para a nova família, através de uma negociação dos padrões individuais (Alarcão, 2006; Relvas, 1996), na segunda é necessário reajustar-se à existência de um terceiro elemento, que implica o aparecimento de novos papéis e funções familiares (Alarcão 2006; Relvas, 1996); estes aspectos acabam por implicar a recorrência a estratégias de *coping* internas, já que é possível que os indivíduos entendam estes exercícios exigidos pelo momento de vida como mais dependentes das suas capacidades e competências e não tanto de recursos externos. De encontro a isto, vão os resultados que apontam a estratégia *reenquadramento* como a mais usada pelas duas etapas iniciais do ciclo de vida familiar.

Além disto, etapa do *casal sem filhos* é a que apresenta, na generalidade, menos estratégias de *coping*, o que vai de encontro aos resultados obtidos no total de *coping* percebido pelas famílias desta etapa, o que leva pensar que estes jovens casais mesmo enfrentando uma série de dificuldades oriundas da renegociação necessária para a constituição de um novo sistema familiar, recorrem pouco a estratégias de *coping* que lhes ajudem a lidar com as situações *stressoras*, o que poderá estar associado à organização e dinâmicas recentes, e ainda pouco definidas, que marcam a vida das jovens famílias.

Relativamente às influências do género nas estratégias de *coping*, apenas duas dimensões do *coping* mostraram ser significativamente afectadas pelo género, a *aquisição de apoio social* e o *apoio espiritual*. Assim, a *aquisição de apoio social* parece ser a estratégia de *coping* mais utilizada pelas mulheres, já para os homens esta é a estratégia que se mostra menos útil; também no estudo de Olson e colaboradores (1983), as mulheres pontuavam mais que os homens nesta estratégia. Os resultados podem ser explicados se atendermos às diferenças nos papéis familiares entre homens e mulheres, em que adquirir suporte social num período de dificuldades e *stress* é, ainda actualmente, um trabalho de mulher (Olson *et al*, 1983). Isto também vai ao encontro do apontado por Antoniazzi, Dell’Aglia & Bandeira (1998) e Dell’Aglia (2003), que referem que os homens, desde a infância, são socializados para se tornarem independentes e fazerem uso de estratégias de *coping* mais competitivas, já as mulheres são educadas para serem mais sociais e para fazerem uso de estratégias de *coping* pró-sociais.

No contexto português, é visível o maior envolvimento das mulheres

nas relações com a família alargada e com a comunidade, os homens parecem adoptar posturas muito mais reservadas e distanciadas, o que pode estar na base deste resultado. O *apoio espiritual* é largamente mais usado pelas mulheres do que pelos homens, o que não é muito estranho atendendo à cultura portuguesa, em que as crenças religiosas estão muito mais enraizadas nas mulheres, sendo elas que participam mais em actos religiosos como a missa e que tentam mobilizar toda família no mesmo sentido. Parece importante salientar outro aspecto, embora não haja diferenças significativas na estratégia *reenquadramento* em função do género, esta estratégia parece ser a mais útil para os homens, tal como no estudo de Olson e colaboradores (1983), já para as mulheres esta estratégia é a que pontua menos, revelando-se como a menos útil. As restantes estratégias de *coping* não mostraram diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres.

Quanto às estratégias de *coping* em função das formas de família, os dados apontam para diferenças estatisticamente significativas em três dimensões do *coping*, nomeadamente, o *reenquadramento*, a *aquisição de apoio social* e a *procura de apoio espiritual*. As *famílias monoparentais* são as que parecem usar mais a estratégia *reenquadramento*, contudo este resultado pode dever-se a um efeito da amostra, já que esta forma de família está representada por um número bastante reduzido de indivíduos; mas ainda assim, tal resultado não é estranho se se pensar que estas famílias, apesar de obterem alguns apoios da comunidade, continuam a depender si mesmas para enfrentar as dificuldades como qualquer outra família. Como salienta Alarcão (2006), a falta de um elemento do subsistema parental acarreta algumas dificuldades para o sistema familiar e, especificamente, para o outro elemento do subsistema parental, que não usufrui de um “espaço de distensão e de suporte emocional para a resolução de certos problemas intra e extra-familiares” (p. 214). Assim, com o tempo, é possível que estas famílias aprendam a redefinir os acontecimentos *stressantes* de uma forma mais aceitável e controlável (Olson *et al*, 1983), de modo a que vejam facilitada a sua convivência com os problemas e reforçada a confiança na sua capacidade de resolução dos mesmos. As *famílias nucleares intactas* atingem o segundo valor mais elevado nesta estratégia e a grande diferença estabelece-se entre estas duas formas de família e a *família pós-divórcio*, que apresenta o resultado mais baixo da estratégia *reenquadramento*. Estes resultados não são estranhos se tivermos em atenção as especificidades de cada uma destas formas de famílias, as *nucleares intactas* constituem-se sistemas estáveis, que têm um conhecimento de si e das suas competências e que, na generalidade, estão apenas a viver as crises normativas e esperáveis, o que lhes permite encontrar no seu seio estratégias para lidarem com as fontes de *stress*; já as *famílias pós-divórcio* acabaram de passar por um período desgastante, em que viram a estabilidade e os padrões familiares desmoronar, o que de alguma forma acaba por implicar que se percebam menos confiantes e capazes de resolverem os seus problemas e de lidar com as mudanças (Olson *et al*, 1983).

Relativamente à *aquisição de apoio social*, são as *famílias pós-divórcio* e as *famílias monoparentais* que parecem usar mais, já as *famílias reconstituídas* afastam-se largamente destas. Atendendo ao facto que as

*famílias monoparentais* estão mais desamparadas pela falta de um elemento executivo, com quem se partilhe tarefas e complemente funções e papéis (Alarcão, 2006), é compreensível que acabem por procurar mais apoio no exterior, nomeadamente, na família alargada e na vizinhança. Algo semelhante acontece com as *famílias pós-divórcio*, que também estarão desamparadas e desgastadas atendendo à recente mudança, o que poderá implicar a procura de apoio entre a família alargada, os amigos e até mesmo nos vizinhos. Por sua vez, as *famílias reconstituídas* parecem necessitar menos deste tipo de estratégia, isto poderá dever-se ao facto de estarem mais centradas nos seus próprios recursos e nas tarefas internas exigidas por esta forma de família, como a criação de novas regras de funcionamento e de novos padrões de relação e o equilíbrio entre códigos familiares antigos e novos (Alarcão, 2006).

No que respeita ao *apoio espiritual*, as *famílias reconstituídas* voltam a ser as que menos pontuam, contrariamente, as *famílias monoparentais* e *nucleares intactas* são as que parecem usar mais esta estratégia, o que poderá estar relacionado no caso das *famílias monoparentais*, mais uma vez, com efeitos de amostragem; contudo, este resultado não é de todo inexplicável, já que a procura de apoio na fé pode ser uma das formas de encontrar forças para lidar com as situações de vida difíceis, quando, como apontam Carter e McGoldrick (1995) e Alarcão (2006), não se tem um parceiro em quem se apoiar, e quando todas as funções executivas recaem sobre si. Atendendo à cultura portuguesa, não é difícil explicar o resultado elevado das *famílias nucleares intactas* nesta dimensão do *coping*, já que são ainda muito tradicionais e vivem muito a fé em Deus e em torno da Igreja, procurando aqui apoio e força para lidar com os acontecimentos difíceis. Em oposição, o baixo resultado das *famílias reconstituídas* pode dever-se ao facto de serem famílias menos tradicionais e, conseqüentemente, menos ligadas a crenças religiosas.

Os resultados obtidos para as estratégias de *coping* em função do nível socioeconómico revelaram haver efeitos significativos em quatro dimensões do *coping*, a única que não varia significativamente em função do nível socioeconómico é o *reenquadramento*, mostrando ser a mais estável, independentemente dos recursos sociais e económicos das famílias. A *aquisição de apoio social* parece ser mais útil para as famílias de *nível socioeconómico baixo*, que atendendo aos seus baixos recursos sociais e económicos, procurarão obter ajuda por parte dos seus vínculos significativos como família alargada, amigos e vizinhos, ao contrário das famílias de *nível socioeconómico médio* que são as que parecem procurar menos *apoio social*, o que se poderá dever ao estilo de vida contemporâneo destas famílias, que estão cada vez mais ocupadas com a agitação e o stress do dia-a-dia, o que não lhes permite sequer estabelecer vínculos sociais significativos. Como salientam Carter e McGoldrick (1995), é a interdependência entre as famílias de nível baixo e os seus vínculos significativos que, muitas vezes, lhes permite sobreviver em circunstâncias de privação, já as famílias mais bem remuneradas e pertencentes a outro nível possuem muito menos vínculos sociais, vivem muito mais sozinhas, não tendo, por exemplo, ninguém para cuidar dos seus filhos. A disparidade



entre estes dois níveis socioeconómicos repete-se em relação à estratégia *apoio espiritual*, em que as famílias de nível socioeconómico baixo atingem o valor mais elevado e as de nível médio, o valor mais baixo. Este resultado era esperável, se atendermos mais uma vez às especificidades de cada um dos níveis. Se por um lado, as famílias de *nível socioeconómico baixo* têm ainda modos de vida muito tradicionais (Carter & McGoldrick, 1995), em que as crenças religiosas pautam grande parte das vivências, as famílias de *nível socioeconómico médio*, por outro lado, já perderam mais as suas crenças religiosas e pautam as suas vivências com mais pragmatismo. Algo semelhante passa-se em relação ao *nível socioeconómico elevado*, que apesar de não atingir um valor tão baixo, está também largamente abaixo do *nível socioeconómico baixo* no uso do *apoio espiritual*.

Quanto à *mobilização de apoio formal*, é mais uma vez o *nível socioeconómico baixo* que obtém o maior valor e quem parece fazer um menor uso desta estratégia é o *nível socioeconómico elevado*. Como referem Olson e colaboradores (1983), esta estratégia passa pela capacidade das famílias procurarem recursos mais formais na comunidade, nomeadamente instituições de solidariedade e de apoio social; sendo assim, não é desfasado que sejam as famílias de nível mais carenciado, e logo com pouco poder económico e escassos bens (Carter & McGoldrick, 1995), que procurem este tipo de apoio em respostas às dificuldades económicas e sociais que vão enfrentando ao longo do tempo.

A *avaliação passiva*, por sua vez, é a estratégia de *coping* menos útil para o *nível socioeconómico médio* e a que se revelou mais útil para as famílias de *nível socioeconómico elevado* e também, curiosamente, para as famílias de *nível socioeconómico baixo*; curiosamente, porque apesar de serem as famílias que atingem valores mais elevados em todas as estratégias de *coping*, também são as que vêem como mais útil adopção de uma postura de menos reactividade e de avaliação mais passiva perante os acontecimentos de vida mais *stressantes* (Olson *et al*, 1983), o que pode ser visto com uma tentativa de se protegerem da criação de falsas expectativas elevadas ou erradas da capacidade de controlar os problemas que vão enfrentando, sejam eles económicos, sociais ou familiares. O valor obtido pelas famílias de *nível socioeconómico elevado* torna-se compreensível pode ser entendido da mesma forma, ou seja, como tentativa de protecção de esmagamento perante situações indutoras de *stress*, evitando a criação de expectativas ilusórias em relação à sua capacidade de controlo destas situações.

## VI – Conclusões

Este estudo pretendeu analisar os recursos e estratégias de *coping* em função do ciclo vital da família, bem como, ainda que de forma exploratória, a influência do género, formas de família e nível socioeconómico no *coping* familiar.

Embora o ciclo vital da família seja pautado, ao longo do seu percurso, por diferentes exigências, acontecimentos e dificuldades (Alarcão,

2006; Olson *et al*, 1983; Relvas, 1996), o presente estudo não revelou haver efeitos significativos das diferentes etapas do ciclo de vida, nos recursos e estratégias de *coping* adoptados pelas famílias portuguesas. Apesar da maioria dos resultados obtidos neste estudo confirmarem grande parte dos resultados obtidos por Olson e colaboradores (1983), em termos estatísticos apresentam diferenças pouco significativas entre as várias etapas do ciclo vital no que respeita aos valores de *coping* percebido.

As diferentes formas de família, pelas especificidades que caracterizam cada uma delas, parecem ter efeitos mais significativos quer no *coping* total, quer em relação algumas dimensões do *coping*, nomeadamente no *reenquadramento*, na *aquisição de apoio social* e na *procura de apoio espiritual*. As *famílias nucleares intactas*, *famílias pós-divórcio* e as *famílias monoparentais* apresentam na generalidade valores mais elevados nas diferentes dimensões do *coping* que as *famílias reconstituídas*. O género e o nível socioeconómico das famílias, embora não exerçam efeitos significativos em termos de *coping* total percebido, mostram ter influência em algumas *dimensões* do *coping*, o que de alguma forma se explica pelas diferenças de estatutos e papéis familiares que ainda hoje se manifestam entre homens e mulheres das famílias portuguesas, e também pelas diferenças culturais e de quotidiano que tornam específicos cada um dos níveis socioeconómicos.

Contudo, o presente estudo confronta-se globalmente com algumas limitações. A este respeito, salienta-se o facto deste ser um estudo sobre o modo como as famílias lidam e resolvem os seus problemas e dificuldades ao longo do tempo, o que requereria, em termos ideais, estudos longitudinais e prolongados. Além disto, a amostra não foi recolhida por famílias, o que muitas vezes implicou a presença, na amostra, de apenas um elemento do agregado familiar; a juntar-se a isto, está também o facto da amostra incluir apenas sujeitos casados, viúvos, divorciados e pais solteiros, ou seja, a amostra inclui apenas elementos do subsistema parental, o que nos permitiu obter somente a perspectiva dos elementos executivos dos sistemas familiares. Outro limite deste estudo remete para as diferenças em termos de representação amostral das várias etapas do ciclo de vida; de facto, as etapas do ciclo não estão igualmente representadas na amostra, enquanto há etapas com um número de sujeitos satisfatório, há outras que apresentam um N muito reduzido; o mesmo se passa em relação às formas de família, em que umas estão fortemente representadas e outras apresentam um escasso número de sujeitos. Em termos de limitações, acrescenta-se ainda o facto do presente estudo ter feito uso dos factores originais do F-COPES propostos por Olson e colaboradores (1983), uma vez que por questões de tempo não foi possível fazer a análise factorial deste instrumento. Neste sentido, seria importante, que num futuro próximo se fizesse a aferição deste instrumento para a população portuguesa, para que os resultados investigações futuras possam ser mais representativos da nossa população.

Para finalizar, em termos de investigações futuras, seria interessante explorar de forma mais aprofundada o funcionamento em termos de *coping* das famílias portuguesas; neste sentido, seria importante obter amostras totalmente representativas das diferentes etapas do ciclo vital. Outras

questões levantadas por este estudo e que parecem ser merecedoras de investigações futuras são os resultados obtidos pelas diferentes formas de famílias, parece importante estudar com mais profundidade o funcionamento de cada uma das formas de família, tentando obter novas informações e sistematizações do percurso de vida destas, que podem até vir a ser úteis em termos de intervenção. Além disto, parece também pertinente que, em investigações futuras, se explore o funcionamento das famílias dos diferentes níveis socioeconómicos ao longo do ciclo vital.

Atendendo à escassez de investigações nesta área, lança-se o desafio de se continuarem a realizar estudos nesta área, que possam ser cada vez mais representativos dos padrões de funcionamento das famílias portuguesas.

### Bibliografia

- Alarcão, M. (2006). *(des)Equilíbrios familiares*. 3.<sup>a</sup> ed., Coimbra: Quarteto.
- Alarcão, M. (2000). Escola-Família: Diálogos e monólogos em torno das dificuldades do aluno/filho. In I. Soares (coord.), *Psicopatologia do desenvolvimento: Trajectórias (in)adaptativas ao longo da vida* (p.469-502). Coimbra: Quarteto Editora.
- Antoniazzi, A. S., Dell’Aglío, D. D., & Bandeira D. R. (1998). O conceito de coping: uma revisão teórica. *Estudos psicológicos*, 3: pp. 273-294. Consultado em Março 2007, [Http://www.scielo.br/scielo.php](http://www.scielo.br/scielo.php)
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1995). *As Mudanças no Ciclo de Vida Familiar. Uma estrutura para a terapia familiar*. 2.<sup>a</sup> ed., Porto Alegre: Editora Artes Médicas.
- Dell’Aglío, D. (2003). O processo de coping em crianças e adolescentes: adaptação e desenvolvimento. *Temas em Psicologia da SBP*, 11, 38-45. Consultado em Fevereiro de 2008, [Http://www.scielo.br](http://www.scielo.br).
- Erikson, E. (1968) *Identity: youth and crisis*. New York: Norton.
- Évéquoz, G. (1987). *Le contexte scolaire et ses otages: Vers une approche systémique des difficultés scolaires*. Paris: ESF.
- Évéquoz, G. (1988). Analyse systémique des interactions école-famille: proposition d’un cadre théorique. *Bulletin de Psychologie*, XLI (384), 355-363.
- Hobfoll, S. E., & Spielberg, C. D. (1992). Family stress: integrating theory and measurement. *Journal of Family Psychology*, 6, 99-112.

- Maroco, J. (2007). *Análise estatística com utilização do SPSS*. 3ª ed., Lisboa: Edições Sílabo.
- McCubbin, H. I., & Patterson J. M. (1983). Family transitions: Adaptation to stress. *Journal of marital therapy*, 6, pp. 5-25.
- Minuchin, S. (1979). *Familles en thérapie*. Paris: Jean-Pierre Delarge.
- Minuchin, S., & Fishman, C. (1990). *Técnicas de terapia familiar*. Porto Alegre: Artes Médicas. 21-37.
- Monat, A., & Lazarus, R. (Eds.) (1985). *Stress and coping, an anthology* (2.ed). New York: Columbia University Press.
- Olson, D. H., McCubbin, H.I., Barnes, H.L., Larsen, A. S., Muxen, M.J., & Wilson, M.A. (1983). *Families: What makes them work?*. Beverly Hills: Sage Publications.
- Olson, D.H., McCubbin, H. I., Barnes, H., Larsen, A., Muxen, M., & Wilson, M. (1985). *Family Inventories: inventories used in a national survey of families across the family life cycle*. (Rev. ed.), St. Paul, Minn. (290 McNeal Ave. St. Paul 55108): Family Social Science, University of Minnesota.
- Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da família. Perspectiva sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.
- Ribeiro, J.P. (2007). *Metodologia de investigação em psicologia e saúde*. Porto: Legis Editora.
- Serra, A. V. (1999) *O Stress na Vida de Todos os Dias*. Coimbra.
- Vaz Serra, A., Firmino, H., Ramalheira, C., & Sousa Canavarro, M.C. (1990). Relationship between Family Strengths, Individual and Family Coping: A study of Normal and disturbed populations. Comunicação apresentada no XX Congrès Européen de Thérapie Comportamentale, Paris, France.
- Simões, M. (1994). *Investigação no Âmbito da Aferição Nacional do Teste das Matrizes Progressivas Coloridas de Raven (M.P.C.R.)*: Dissertação de Doutoramento em Psicologia, Especialização em Avaliação Psicológica Apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.
- Somerfield, M. R., McCrae, R. R. (2000). Stress and coping research: methodological challenges, theoretical advances, and clinical applications. *American Psychologist*, 55, 620-625.