



UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA

RESILIÊNCIA FAMILIAR EM CONTEXTO DE POBREZA
URBANA: A PERCEÇÃO DAS FAMÍLIAS SOBRE FORÇAS
FAMILIARES, RESILIÊNCIA INDIVIDUAL E STRESS
PERCEBIDO

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para
obtenção do grau de Mestre em Ciências da Família, especialização
em Contextos Familiares de Risco

Por

Cláudia Sofia Faria da Silva Lucas

Faculdade de Ciências Humanas

Instituto de Ciências da Família

Setembro 2012



UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA

RESILIÊNCIA FAMILIAR EM CONTEXTO DE POBREZA
URBANA: A PERCEÇÃO DAS FAMÍLIAS SOBRE FORÇAS
FAMILIARES, RESILIÊNCIA INDIVIDUAL E STRESS
PERCEBIDO

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para
obtenção do grau de Mestre em Ciências da Família, especialização
em Contextos Familiares de Risco

Por

Cláudia Sofia Faria da Silva Lucas

Sob orientação da Professora Doutora Maria Teresa M. L. da
Silveira Rodrigues Ribeiro

Faculdade de Ciências Humanas

Instituto de Ciências da Família

Setembro 2012

Resumo

O presente trabalho tem como objectivo geral estudar a resiliência familiar em famílias em situação de pobreza urbana, partindo da sua percepção sobre as forças familiares, a resiliência individual e o stress percebido. Uma vez que, este estudo parte da necessidade sentida (na prática profissional) de adoptar uma perspectiva positiva sobre o funcionamento destas famílias e dos seus membros, um outro objectivo é o de retirar implicações relacionadas com a população em análise, com vista à intervenção. A amostra é constituída por 61 adultos, de ambos os sexos, com idades entre os 18 e os 77 anos, pertencentes a 31 famílias que vivem em situação de pobreza no concelho de Lisboa. Utilizaram-se os seguintes instrumentos de auto-relato: o Questionário de Forças Familiares (Melo & Alarcão, 2011); a Escala de Resiliência de Connor-Davidson (Connor & Davidson, 2003; versão portuguesa de Anjos & Ribeiro, 2008); a Escala de Stress Percebido (Cohen, Tamarck & Mermelstein, 1983; versão portuguesa de Rocha & Ribeiro, 2008, cit. por Rocha, 2009); e, por último, um questionário de caracterização sócio-demográfica. Os resultados indicam que os participantes são capazes de perceber as forças da sua família, ou seja, processos familiares associados à resiliência, o que significa que identificam aspectos positivos do seu funcionamento. Além disso, percebem um bom nível na escala de resiliência individual e níveis médios de stress percebido. Estes resultados realçam a importância de pensar uma intervenção centrada na família e baseada nas forças, que opere uma mudança social positiva em situação de pobreza urbana.

Palavras-Chave: pobreza; resiliência; resiliência familiar; forças familiares e stress percebido.

Abstract

The general goal of this work is to study family resilience in families living a situation of urban poverty, based on their perception of family strengths, individual resilience and perceived stress. Considering that study resulted from the need felt by the professional practice of adopting a positive view on the functioning of these families and their members, another goal was, therefore, added to study which consists on apprehending its implications on the population under analysis so as to enable intervention. The sample is made up of 61 adults of both genders, with ages from 18 to 77, from a population of 31 families living in poverty in the municipality of Lisbon. The following self-reporting tools were used: the inquiry on family strengths *Questionário de Forças Familiares* (Melo & Alarcão, 2011); the Connor-Davidson Resilience Scale (Connor & Davidson, 2003; Portuguese version by Anjos & Ribeiro, 2008); the Perceived Stress Scale (Cohen, Tamarck & Mermelstein, 1983; Portuguese version by Rocha & Ribeiro, 2008, cit. by Rocha, 2009); and last, a social and demographic inquiry. The results show that participants are able to perceive the strengths of their family - the family processes associated to resilience - meaning that they can identify the positive aspects of their functioning. Furthermore, they've shown to have a good perception level on the individual resilience scale as well as an average level on the perceived stress. These results underline how important it is to think of a family centered intervention based on strengths, which is likely to operate a positive social change in a situation of urban poverty.

Key-Words: poverty, resilience; family resilience, family strengths and perceived stress.

Agradecimentos

Em primeiro lugar, agradeço à Prof. Doutora Maria Teresa Ribeiro por ter aceitado orientar a presente tese, pela ajuda na organização de ideias, na escolha do caminho a seguir, pelas correcções atentas e pelas sugestões.

Agradeço à minha entidade empregadora pelo apoio para a realização deste mestrado, sem o qual não teria sido possível chegar ao fim.

Agradeço, em particular, à minha colega de trabalho e amiga, Alexandra Caeiro, por acreditar em mim e na importância deste trabalho, por me ajudar sempre que possível, pela sua disponibilidade e pelo encorajamento que me deu.

Agradeço à minha família e namorado, que estiveram sempre ao meu lado, acreditando nas minhas capacidades. Agradeço, em especial, ao meu pai pela leitura atenta que realizou em busca de possíveis erros ortográficos e gramaticais. Em grande parte, a ele devo a minha capacidade de escrita.

Agradeço, ainda, a todos os participantes que constituíram a amostra deste estudo pela sua disponibilidade. Sem eles, não teria sido possível obter quaisquer resultados.

Não posso deixar de agradecer, por fim, a todos aqueles com quem trabalho, que vivem em condições de vida muito difíceis e não perdem a força de viver. Pessoas que diariamente me surpreendem, que me dão verdadeiros exemplos de vida, que me ajudam a conhecer melhor o ser humano, que me ajudam a melhorar-me, porque exigem de mim, que me permitem experienciar situações novas, nem sempre positivas, mas que me obrigam a crescer. É por eles que este trabalho faz sentido; é por eles que tenho que me transformar em melhor profissional, sem nunca esquecer que sei muito pouco e que terei que estar sempre muito atenta para conseguir aprender com aqueles com quem e para quem trabalho.

Índice

1. Introdução	1
2. Enquadramento Teórico	4
2.1 Contexto de Pobreza	4
2.2 A Família à luz da Perspectiva Sistémica	8
2.2.1 Abordagem Ecológica do Desenvolvimento Humano	11
2.2.2 O Ciclo Vital da Família	13
2.3 Stress	14
2.3.1 Stress Individual	14
2.3.2 Stress Familiar	16
2.4 A Família: Abordagem centrada nas forças	18
2.5 Resiliência	21
2.5.1 Resiliência Familiar	24
3. Definição do Mapa Conceptual e dos Objectivos de Investigação	28
3.1 Questões Iniciais	29
3.2 Objectivos Gerais	29
3.3 Objectivos Específicos	29
4. Método	31
4.1 Desenho de Investigação	31
4.2 Amostra	31
4.3 Instrumentos	34
4.3.1 Questionário de Forças Familiares	34
4.3.2 Escala de Resiliência CD-RISC	35
4.3.3 Escala de Stress Percebido	36
4.3.4 Questionário de Caracterização Sócio-Demográfica	37
4.4 Procedimento de Recolha de Dados	37
4.5 Procedimento de Análise de Dados	38
5. Resultados	40
6. Discussão	45
7. Conclusão	54
8. Referências Bibliográficas	57
9. Anexos	62

Índice de Figuras, Quadros e Tabelas

Figura 1.	Mapa conceptual do estudo.....	28
Quadro 1.	Resumo dos processos-chave de resiliência familiar de Walsh (1998), traduzido por Yunes (2003).....	26
Quadro 2.	Caracterização sócio-demográfica da amostra.....	32
Tabela 1.	Análise descritiva do Questionário de Forças Familiares.....	40
Tabela 2.	Análise descritiva da Escala de Resiliência CD-RISC.....	41
Tabela 3.	Correlações entre as forças familiares, a resiliência e o stress percebido.....	42
Tabela 4.	Correlação entre a percepção de dois elementos de cada agregado familiar sobre as forças familiares.....	43
Tabela 5.	Diferenças no nível de stress em função do sexo.....	43
Tabela 6.	Correlação entre a idade e a resiliência.....	44
Tabela 7.	Diferenças em função do estágio do ciclo de vida familiar.....	44

1. Introdução

O presente trabalho de investigação realizou-se no âmbito do Mestrado em Ciências da Família com Especialização em Contextos Familiares de Risco, partindo do interesse suscitado pela prática profissional com famílias em situação de pobreza urbana.

Em primeiro lugar, a família servindo como predictor do ajustamento psicossocial da pessoa (Ribeiro, 2006) tem uma importância incontestável na sociedade e a investigação sobre o tema é sempre de extrema importância.

O mesmo se passa em relação à pobreza. A situação de pobreza acarreta riscos devido às desvantagens que lhe estão associadas (Pesce, Assis, Santos & Oliveira, 2004). Assim sendo, é urgente perceber de que forma indivíduos e famílias inseridos em contextos de vulnerabilidade ultrapassam os constrangimentos vividos.

Quando se trabalha com famílias que vivem num contexto de pobreza nem sempre é fácil “olhar” para os seus pontos fortes, para os aspectos positivos das suas vidas e do seu funcionamento. De acordo com Sousa, Hespanha, Rodrigues e Grilo (2007), a tendência dos profissionais acaba por ser a de focar os problemas, o que “falta” a estas famílias, o que não funciona, tornando difícil vislumbrar soluções e melhorias nas suas vidas.

Foi na ânsia de encontrar o “outro lado da moeda”, de estabelecer uma abordagem mais positiva, de ser capaz de identificar o que funciona nestas famílias, que surgiu este trabalho.

O que importa, verdadeiramente, é a maneira como as famílias enfrentam os problemas e a competência para os resolver (Walsh, 1998). Espera-se que essa perspectiva permita mudar a forma como se “olha” para essas famílias, a intervenção que com elas se desenvolve e o próprio sentimento do profissional em relação à sua prática, conferindo-lhe uma nova esperança e uma nova visão, tão necessárias.

Efectivamente, é necessário que assim seja para que a intervenção social cumpra o seu objectivo de ajudar as famílias a melhorar a sua vida (Sousa, *et al*, 2007). É por esse objectivo, e por este trabalho partir das necessidades sentidas na prática profissional, que surgiu o interesse de abordar, neste estudo, o tema da resiliência familiar em famílias em situação de pobreza.

A revisão de literatura (e.g. Anaut, 2005) indica, de uma forma geral, que a resiliência familiar permite aos membros do grupo familiar – enquanto sistema social – responder

positivamente às adversidades. Analisar a resiliência familiar é, por isso, colocar o foco nas competências e recursos das famílias, no que há de positivo no seu funcionamento e abrir o espaço necessário para se descobrir as possibilidades de estimular os processos de resiliência.

Esta perspectiva de análise é tanto mais essencial e premente quanto maior o risco a que a família está sujeita, nomeadamente, o risco inerente aos contextos de pobreza.

Por outro lado, a revisão de literatura permitiu verificar a escassez de estudos sobre a resiliência em famílias pobres em Portugal e de estudos que incluam a percepção de mais do que um elemento da mesma família. Uma das limitações de outros estudos (e.g. Sousa & Ribeiro, 2005) é, precisamente, apenas considerar o ponto de vista de um dos elementos da família.

Por essas razões, é inovador o que se pretende fazer neste estudo: analisar a relação entre a percepção da resiliência individual e a percepção dos processos de resiliência familiar, mais propriamente, das forças familiares; e comparar a percepção dos membros da mesma família em relação às forças familiares.

Partindo do princípio que a intervenção deve focar as competências das famílias (Sousa & Ribeiro, 2005) e que é relevante conhecer a percepção das famílias pobres, o que possibilita o reconhecimento pelas famílias das próprias capacidades (e não apenas a atribuição pelos profissionais) (Ausloos, 1996), este estudo baseia-se na percepção que cada elemento do agregado familiar tem sobre as forças da sua família.

Como a literatura sobre resiliência familiar se baseia na literatura sobre stress familiar e sobre forças familiares (Hawley & De Haan, 1996), o presente trabalho abordará todos estes conceitos e outros que estão relacionados. Para falar sobre resiliência falar é indispensável abordar também a resiliência individual e o mesmo acontece em relação ao stress.

Deste modo, o presente documento está dividido em capítulos e subcapítulos.

O primeiro capítulo é dedicado ao enquadramento teórico, apresentando uma revisão de literatura sobre as variáveis em estudo, bem como a exposição de conceitos relevantes para o mesmo. Tratando-se de um estudo sobre famílias pobres, será abordado o contexto de pobreza, a perspectiva sistémica, com enfoque no modelo bioecológico e no ciclo vital da família, o stress individual e familiar, a abordagem centrada nas forças familiares e, por fim, o conceito de resiliência, com especial incidência na resiliência familiar.

No segundo capítulo é apresentado o mapa conceptual das variáveis em estudo, as questões de investigação iniciais e os objectivos do estudo.

O terceiro capítulo refere-se à metodologia utilizada, apresentando os procedimentos metodológicos, a caracterização da amostra e os instrumentos utilizados.

No quarto capítulo será feita a descrição dos resultados do estudo e, no quinto capítulo, segue-se a discussão dos mesmos.

Por fim, será apresentada a conclusão que abrange as implicações práticas deste estudo, as limitações e algumas pistas de investigação futura.

2. Enquadramento Teórico

2.1 Contexto de Pobreza

Nos países desenvolvidos muitas famílias vivem em situação de pobreza, com baixa qualidade de vida (Sousa, 2008).

Comparativamente com outros países europeus, em Portugal, a investigação sobre pobreza é recente, sendo que os primeiros estudos nesse domínio datam da década de oitenta (Bruto da Costa, 2004). Nas décadas mais recentes, os níveis de pobreza persistentemente elevados em Portugal representam uma questão incontornável no processo de desenvolvimento da economia portuguesa (Alves, 2009).

Em Portugal, o objectivo de satisfazer mínimos sociais, que assegurem um padrão mínimo de bem-estar, fica muito aquém do desejado, talvez com a excepção da escolaridade básica e do rendimento social de inserção. O sector da Acção Social (que representa uma reduzida proporção no conjunto da despesa social pública), orientado para a população mais pobre, oferece ajudas de carácter eventual e que não configuram direitos por parte dos assistidos (Sousa, *et al*, 2007).

O próprio sistema de pensões, o mercado de trabalho, o sistema de salários e o carácter precário de algumas actividades por conta própria forçam a existência da pobreza (Bruto da Costa, 2004). Por isso, apesar dos esforços desenvolvidos no combate à pobreza, o fenómeno persiste, ainda, em larga escala, no país (Bruto da Costa, 2004; Sousa, 2008).

A pobreza representa uma privação do direito básico de cada indivíduo participar plenamente na vida social, económica, cultural e política da comunidade em que se insere (Alves, 2009). Segundo Bruto da Costa (2004), a pobreza consiste numa situação dinâmica de privação, por falta de recursos, e é por isso que para resolver uma situação de pobreza, não basta fazer cessar a privação, é preciso também resolver o problema da auto-suficiência em matéria de recursos.

A privação, por sua vez, traduz-se em más condições de vida e abarca vários domínios das necessidades básicas: alimentação, vestuário, condições habitacionais, transportes, comunicações, condições de trabalho, possibilidades de escolha, cuidados de saúde, educação, formação profissional, cultura, participação na vida social e política, etc. (Bruto da Costa, 2004).

Para Rodrigues, Samagaio, Ferreira, Mendes e Januário (1999), a pobreza não é somente a situação de privação resultante da insuficiência de recursos económicos que permitam a subsistência da família e a satisfação das suas necessidades básicas. Está também relacionada com as representações e práticas sociais, as estratégias de vida, a organização familiar, os padrões de consumo e os sistemas de valores que configuram modos de vida diferenciados afectos à vivência da pobreza, que frequentemente se transmitem intergeracionalmente.

O contexto de privação económica ao longo de gerações afecta a família e os seus membros através de um ciclo que cria e perpetua essa situação (Conger, *et al*, 1992 cit. por Sousa, *et al*, 2007): o stress económico tem impacto no funcionamento social e emocional dos pais, através das pressões diárias (tais como não ter dinheiro para adquirir bens de primeira necessidade); à medida que os pais ficam emocionalmente mais stressados, interagem entre si, com os filhos e com o exterior de modo mais conflituoso. Este padrão de comportamento aumenta a instabilidade no casamento e deteriora as competências parentais, o que intensifica o risco de os filhos terem problemas de desenvolvimento.

As relações interpessoais e familiares (nos casos de privações severas) podem contribuir para uma acentuada falta de competências que são essenciais tanto no ambiente escolar como na vida em geral, não apenas ler e escrever, mas também conceptualizar, prestar atenção, orientar-se por tarefas, entre outras (Minuchin, Montalvo, Guerney, Rosman & Shumer, 1967).

Assim se estabelece uma cultura de pobreza, porque os pais e as mães ensinam aos seus filhos as competências necessárias para viverem no seu ambiente físico e cultural. Esse é um processo que garante a perpetuação a partir da transmissão, de uma geração à outra, de valores e crenças (Bem & Wagner, 2006). Desta forma, os filhos irão reproduzir o comportamento dos pais, mantendo a família no ciclo de pobreza.

Mas falar de pobreza é também falar de exclusão, porque uma e outra reforçam-se mutuamente (Rodrigues, *et al*, 1999; Sousa, 2008); são problemas multidimensionais e coexistem com outros (Sousa, 2008). A exclusão do mercado de trabalho gera pobreza e esta impede o acesso a bens e serviços socialmente relevantes (habitação, saúde, lazer) (Rodrigues, *et al*, 1999). Os pobres tendem a ser excluídos de diversos mercados, enfrentam um acesso limitado às instituições políticas e judiciais e investem de forma insuficiente na aquisição de activos que optimizem a sua participação nas actividades

económicas (Alves, 2009). Assim, uma vez que o pobre é excluído de alguns dos sistemas sociais básicos, a pobreza apresenta-se como uma forma de exclusão social – exclusão social de tipo económico (Bruto da Costa, 2004).

A pobreza urbana, por sua vez, reveste formas mais visíveis e extremas de exclusão. Reflete problemas associados a baixos rendimentos e desemprego, à falta de qualificações (e à incapacidade de as desenvolver), à precariedade do emprego, às situações de doença ou de problemáticas sociais diversas (toxicod dependência, alcoolismo, etc) (Rodrigues, *et al*, 1999). Talvez por isso, a intervenção tem sido caracterizada pela falta de sucesso, mantendo-se a dependência em relação aos serviços, principalmente porque é raro o caso em que se consegue remover a família da situação em que se encontra (multiplicidade de problemas e pobreza) (Matos & Sousa, 2004).

Minuchin, *et al*, (1967) afirmam que, diferentes grupos empobrecidos que vivem em áreas urbanas caracterizam-se pelos mesmos problemas, isto é, parece que um número de variáveis atravessa todas as culturas de pobreza. Não obstante, da experiência dos autores com famílias pobres, uma diferenciação parece ser particularmente significativa: separar os elementos estáveis dos instáveis e desorganizados. O último grupo, apesar de compartilhar certas características com o primeiro, também mostra patologias sociais: alcoolismo, doença mental, vício, crime e delinquência, etc. A evidência, em geral, sugere que as famílias estáveis e instáveis diferem consideravelmente nos padrões de organização familiar, nas práticas de educação infantil e na capacidade de resistir aos efeitos terríveis e desmoralizantes da pobreza.

Matos e Sousa (2004) propõem uma categorização de tipologias familiares baseada na relação das famílias pobres com as instituições sociais:

- a) Famílias que se mantêm à distância (*Outsider families*) – famílias que não admitem a existência de problemas e, por isso, não sentem necessidade de procurar ajuda;
- b) Famílias resignadas (*Resigned families*) – famílias que tentam encontrar suporte nas organizações sociais, mas que em virtude da negação de um pedido, ou da relação complexa com os profissionais decidem lidar com os problemas por conta própria;
- c) Famílias persistentes (*Persistent families*) – famílias que tentam várias estratégias até conseguirem o que querem, vão de instituição em instituição em busca do suporte pretendido; tendem a apresentar um longo historial de intervenção social;

- d) Famílias excessivamente necessitadas (*Over-needy families*) – famílias que ao mais pequeno sinal de problemas, à mais simples dificuldade, recorrem às instituições sociais;
- e) Famílias equilibradas (*Balanced families*) – famílias que percebem os serviços sociais como um recurso a usar apenas em períodos de crise, pelo que só a eles recorrem quando se justifica;
- f) Famílias imprudentes (*Imprudent families*) – famílias que deixam arrastar os problemas até eles se tornarem insustentáveis;
- g) Famílias ignoradas (*Ignored families*) – famílias que vivem com problemas mas que não recebem qualquer tipo de apoio.

Hines (1989, cit. por Sousa & Ribeiro, 2005) reforça que ser pobre não significa necessariamente ser disfuncional, mas a pobreza é um factor que pode forçar mesmo famílias saudáveis a bloquearem, especialmente quando há contextos que as mantêm numa posição de pobreza e pouco poder. Daí que o combate à pobreza implique a devolução de poder (político, económico, social, cultural, de influência, de pressão social, etc) ao pobre (Bruto da Costa, 2004).

Pertencer a uma classe sócio-económica desfavorecida é, então, um facto que pode ser considerado como risco devido às desvantagens associadas (Pesce, *et al*, 2004). As crianças são particularmente vulneráveis à pobreza e os idosos são o subgrupo que apresenta um risco mais elevado de pobreza (Sousa, 2008). De facto, podem encontrar-se famílias vulneráveis em todos os extractos sociais, culturais e económicos, mas são as pobres que mais atraem a intervenção.

O termo vulnerabilidade¹ refere-se a fragilidades internas ou externas, tais como baixa auto-estima, depressão e/ou pobreza. Na presença de factores de risco, as famílias vulneráveis, têm mais probabilidades de desenvolver comportamentos desajustados, porque são mais frágeis e têm menos recursos. Além disso, há outras variáveis que colocam em desvantagem famílias com privações económicas e socialmente vulneráveis: problemas no desenvolvimento individual e familiar, ausência/raridade de experiências positivas e exposição crónica a eventos stressantes (Sousa, *et al*, 2007).

¹ Em ciências sociais, o conceito de vulnerabilidade não é um sinónimo de pobreza, é uma forma de conceptualizar o que pode acontecer a uma população que se encontra sob condições de riscos e perigos particulares; expressa-se de muitas maneiras e coexiste com as capacidades (Sousa, 2008).

De que forma os indivíduos, inseridos em contextos de vulnerabilidade, estruturam estratégias de contorno dos constrangimentos vividos? De forma genérica, apresentam-se três estratégias de acção-tipo, definidas como um processo onde a experiência da vulnerabilidade, da incerteza e do risco pode fazer assumir diferentes formas de acção ao longo do tempo (Pinto, Guerra, Martins & Almeida, 2010):

- a) adaptação e conformação às condições de vida e aos seus limites, baixando os limiares de aspirações, limitando actividades e demitindo-se de elaborar projectos face ao futuro; a natureza da acção é defensiva, imobilista e conformada;
- b) frustração e stress, levando a um quotidiano onde é difícil organizar esforços para procurar alternativas aos constrangimentos que advêm de necessidades não satisfeitas e onde se espera que a solução dos problemas venha do exterior;
- c) esperança e crença na capacidade de vir a atingir os seus objectivos, combinando activação e resiliência; assenta na necessidade de aproveitar as oportunidades que decorrem da instabilidade estrutural da sociedade.

Neste trabalho, importa explorar particularmente esta última estratégia de acção, baseada na resiliência.

2.2 A Família à luz da Perspectiva Sistémica

Pensar na família é pensar numa realidade natural, complexa e, simultaneamente, construída socialmente. A complexidade da família diz respeito à sua mutabilidade, à sua continuidade e aos seus múltiplos significados (de ordem psicológica, sociológica, histórica, demográfica, económica, cultural, religiosa e política). Além disso, a família constitui-se como um dos principais contextos sociais do desenvolvimento humano (tanto para os adultos como para as crianças) e, por isso, serve como predictora do ajustamento psicossocial da pessoa (Ribeiro, 2006). Não restam dúvidas sobre a sua importância na sociedade.

Falar de família leva, muitas vezes, a uma questão: o que é, afinal, uma família “normal”? As famílias normais podem ser definidas em termos de (Walsh, 1993):

- a) Funcionamento assintomático – desta perspectiva clínica, uma família é considerada normal se nenhum dos seus membros apresentar sintomas de disfunção ou psicopatologia;

- b) Funcionamento familiar ideal – uma família bem sucedida é definida em termos de características ideais;
- c) Funcionamento familiar médio – uma família é vista como normal se for média ou se encaixar num padrão que é típico ou predominante na maioria das famílias;
- d) Processos familiares transacionais – as famílias normais são conceptualizadas em termos de processos universais que são característicos de todos os sistemas e que envolvem a integração, manutenção e crescimento da unidade familiar; o que é normal é definido num contexto social e temporal e requer adaptação ao longo do ciclo de vida da família.

Esta última definição é a que faz mais sentido à luz da perspectiva sistémica. Vários autores (Sousa, *et al*, 2007; Walsh, 1998) são unânimes em denunciar que é preciso afastar o mito da família “normal”, feliz e harmoniosa. As famílias saudáveis (isto é, com um bom funcionamento) também lutam com problemas, sendo assim, os problemas não são necessariamente sintoma ou causa de famílias disfuncionais; o que verdadeiramente interessa é a maneira como se enfrentam os problemas e a competência para os resolver, ou seja, o que mais importa para o funcionamento familiar saudável e para a resiliência são os processos familiares (Walsh, 1998).

Não obstante, falar de família implica também analisar os seus (des)equilíbrios, os seus sintomas. Para o modelo médico, sempre que era apresentado um sintoma era necessário procurar a causa da doença/perturbação com vista à cura. Para o modelo sistémico, o sintoma passa a ser visto como tendo uma função, constitui-se como uma mensagem que informa sobre o funcionamento do sistema familiar e, por isso, é preciso compreendê-lo (Alarcão, 2002).

O aparecimento do modelo sistémico marca a diferença comparativamente ao modelo médico: de diagnóstico psicopatológico individual passa-se para a avaliação relacional; da designação de doente passa-se à de paciente identificado; e da noção de patologia passa-se à de disfuncionamento familiar. A patologia deixa de ser vista como individual, sem influência do meio cultural ou social. Com esta nova perspectiva a intervenção também se altera: o objectivo que era de cura passa a ser de mudança; o alvo que era o indivíduo passa a ser a família; e a metodologia utilizada deixa de ser a análise linear e a terapia individual para dar lugar à circularidade e à entrevista familiar conjunta (Alarcão, 2002).

É neste âmbito que a família passa a ser vista como contexto de leitura do valor do sintoma e como contexto de mudança. O sintoma não é mais sinal de disfuncionalidade, mas sim um factor que leva a família a alcançar um novo estado, um nível mais complexo de organização (Alarcão, 2002).

É importante salientar que “há alguns mecanismos básicos do funcionamento familiar e individual que, quando perturbados, viciados ou desviados do seu sentido, abrem a porta a perturbações diversas.” (Alarcão, 2002: 245).

Para Ausloos (1996), a saída de um ou mais membros da família para a toxicodependência, a depressão, a anorexia, a psicose, as alterações do comportamento, etc., dependerá muito mais do contexto (estatuto social, meio cultural, ambiente imediato, influências do meio escolar ou profissional) e dos acontecimentos (tempos fortes da vida familiar, percursos individuais de cada membro, lugar na fratria, influência do grupo de amigos, etc), e até do terreno biológico, do que da dinâmica familiar. O autor chama a atenção para o facto de uma manifestação sintomática ser sempre multicasual.

Desta forma, o sistema familiar não é estático nem imune a influências externas, permanece em desenvolvimento (enquanto grupo), tal como cada um dos seus elementos individuais (Relvas, 1996; Ribeiro, 2006), sendo que essa mudança ocorre ao nível de três componentes: funcional, interaccional e estrutural (Relvas, 1996). Aliás, a família tem sofrido inúmeras alterações na sua estrutura, mas continua a ser nela que se desenvolvem os vínculos afectivos, as principais transições de vida, os valores, os estilos educativos e de socialização, as relações pais-filhos e as relações ente irmãos (Ribeiro, 2006).

A família, enquanto um todo, é um sistema auto-regulado cuja abertura é variável de acordo com a sua organização, possui um dinamismo próprio que lhe confere individualidade e autonomia e possui uma capacidade auto-organizativa (capaz de utilizar a desordem, sem se destruir, e de se alimentar dela, criando a ordem necessária à sua sobrevivência). Isto é, a família no seu funcionamento integra as influências externas e internas num jogo de equilíbrios dinâmicos (Relvas, 1996).

Os sistemas seguem as suas regras e fazem as próprias escolhas, logo não são reguláveis do exterior por intermédio da acção de um interventor, mas é também na relação com o exterior e com outros sistemas que o sistema familiar se organiza (Melo, 2011).

2.2.1 Abordagem Ecológica do Desenvolvimento Humano

Podemos encontrar na literatura muitos contributos de autores que vêm dar consistência à necessidade de basearmos a investigação e a intervenção em paradigmas ecossistémicos. O trabalho de Cancrini, Gregório e Nocerino (1997) com famílias multiproblemáticas, já apontava para a importância de ter em consideração os factores contextuais.

A Teoria Ecológica do Desenvolvimento Humano tem o seu principal expoente em Urie Bronfenbrenner (Narvaz & Koller, 2005), que começou por trabalhar num modelo científico apropriado para estudar o desenvolvimento humano – o modelo ecológico (Bronfenbrenner, 1979). A teoria ecológica veio reorientar a tradicional concepção de psicologia e destacar que os processos ocorrem dentro de contextos através de interacções em diferentes sistemas (Narvaz & Koller, 2005).

Seguiram-se outros trabalhos em que Bronfenbrenner questiona o modelo original por este atribuir grande ênfase ao papel do ambiente durante o desenvolvimento, em detrimento dos processos individuais. Mais recentemente, reformulando o modelo original, o autor propõe que o desenvolvimento humano seja estudado através da interacção de quatro núcleos inter-relacionados e inseparáveis: o processo (ao qual atribui uma posição central), a pessoa, o contexto e o tempo (Bronfenbrenner & Morris, 1998). Surge, assim, o Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano.

O *processo* passou a ser o construto fundamental deste modelo, dando destaque aos *processos proximais* – formas particulares de interacção entre a pessoa e o contexto, em que essas interacções vão sendo progressivamente mais complexas. Os processos proximais podem produzir efeitos de: competência – aquisição e desenvolvimento de conhecimentos, habilidades e capacidades para direccionar o seu comportamento; ou disfunção – dificuldade recorrente em manter o controle e a integração do comportamento (Bronfenbrenner & Morris, 1998).

A *pessoa* é o segundo componente deste modelo, envolvendo as características determinadas biopsicologicamente e as que foram construídas na interacção com o ambiente. As características são tanto produtoras como produto do desenvolvimento, influenciando os processos proximais e, simultaneamente, resultando da interacção entre o processo, a pessoa, o contexto e o tempo (Bronfenbrenner & Morris, 1998).

O terceiro componente do modelo bioecológico é o *contexto*, que envolve a interacção de quatro tipos de sistemas com uma relação inclusiva entre si, formando o meio ambiente ecológico (Bronfenbrenner, 1979; Ribeiro, 2006): o *microsistema* – que envolve o conjunto de relações entre a pessoa e o ambiente mais próximo em que se desenvolve (e.g. relação de casal, relações entre irmãos); o *mesossistema* – que diz respeito ao conjunto de relações entre os microsistemas nos quais a pessoa participa activamente (e.g. relações família-escola); o *exossistema* – que engloba as estruturas sociais formais e informais que influenciam o ambiente mais próximo da pessoa (e.g. amizades, relações de vizinhança, relações com outros familiares); e o *macrossistema* - que inclui os valores, as crenças, as ideologias, as formas de governo e os acontecimentos históricos que definem a comunidade onde a pessoa vive e que podem afectar os outros sistemas ecológicos (e.g. mudanças demográficas, religião, preconceitos sociais, um período de depressão económica, políticas).

O *tempo* é o quarto componente do modelo em análise e permite examinar a influência de mudanças e continuidades sobre o desenvolvimento humano. É essencial ter em conta as mudanças que ocorrem em relação à pessoa, ao ambiente e à relação dinâmica entre eles. Especialmente na família, a forma como um membro reage a uma transição histórica ou a uma mudança de papel afecta o desenvolvimento dos outros membros (Bronfenbrenner & Morris, 1998).

O Modelo Bioecológico do Desenvolvimento Humano é, portanto, uma proposta teórico-metodológica complexa e em constante evolução, rejeitando o modelo de déficit na abordagem do contexto humano e resgatando as capacidades e competências da pessoa em desenvolvimento, vendo o ser humano como um ser activo, capaz de modificar-se e de modificar o seu ambiente, ou seja, sofrendo influências de um conjunto de sistemas e neles determinando mudanças (Narvaz & Koller, 2005).

Garcia e McDowell (2010) têm a convicção de que é fundamental intervir a nível macro, visando a promoção da justiça social. Estes autores sugerem o conceito de “capital social”², em que as famílias podem ganhar ou perder capital através da sua participação em múltiplos sistemas. No entanto, a acumulação de capital social é mais acessível para aqueles que pertencem a grupos sociais dominantes do que para as famílias pobres, que

² Bordieu (1986, cit. por Garcia & McDowell, 2010) definiu capital social como a totalidade de recursos associados à relação com outros, sejam instituições ou pessoas, que constituem a base do sentido de pertença a um grupo.

estão em clara desvantagem social e económica, dada a falta de recursos disponíveis. Defendem ainda que para apoiar as famílias pobres será necessário maximizar o seu capital social. Para isso, a intervenção deverá basear-se numa perspectiva contextual, tendo em conta a dimensão social, política e histórica e, paralelamente, as dinâmicas individuais, familiares e da comunidade local.

2.2.2 O Ciclo Vital da Família

É possível a identificação de uma sequência previsível de transformações na organização da vida familiar, em função do cumprimento de tarefas definidas, dando-se a essa sequência o nome de ciclo vital e essas tarefas caracterizam as suas etapas (Relvas, 1996). A perspectiva do ciclo de vida familiar é necessária para o entendimento da resiliência (Walsh, 1998).

As diferentes fases do ciclo vital da família equacionadas por Relvas (1996) são: formação do casal; família com filhos pequenos; família com filhos na escola; família com filhos adolescentes; família com filhos adultos.

Para a autora, a *formação do casal* coincide com o início do tempo de vida da família (nasce a família nuclear), sendo a primeira etapa do ciclo vital, em que o casal, negociando e renegociando, transforma em património comum o que é pertença de dois.

Com o nascimento do primeiro filho inicia-se uma nova fase de transição do ciclo vital familiar (*família com filhos pequenos*), em que as tarefas postas à família são determinadas pelo nível etário e pelo desenvolvimento da criança. A díade alarga-se à tríade, ocorre uma redistribuição de papéis, funções e imagens identificatórias a três níveis: no seio do próprio par, nas relações entre os esposos e as famílias de origem e nas relações com os contextos envolventes mais significativos (profissional, de amigos, rede de suporte social, etc.)

Para a *família com filhos na escola*, a mudança continua a ocorrer no mesmo sentido: trata-se da reorganização familiar, através da definição de papéis parentais e filiais e de nova redefinição de limites face ao exterior, visando uma maior abertura às famílias de origem e à comunidade. A entrada da criança na escola é um momento crucial de abertura do sistema familiar ao mundo que o rodeia, como se se tratasse de um teste à capacidade familiar (através do desempenho escolar da criança e das suas competências para conviver com os outros). A entrada dos filhos na escola é o início da relação com um sistema novo, bem organizado e altamente significativo.

A *família com filhos adolescentes* é marcada pela necessidade de definição de um novo equilíbrio entre o individual, o familiar e também o social.

Por último, a etapa da *família com filhos adultos*, que se constitui como um período de grande movimentação familiar, marcado por múltiplas saídas (dos filhos) e entradas (dos genros/noras e dos netos) no sistema e por transformações relacionais importantes, onde se inter cruzam gerações. Pode ainda ocorrer a entrada dos pais idosos e a sua saída por falecimento ou institucionalização.

Com o decorrer dos anos um dos cônjuges desaparece desta família nuclear, acabando por a última saída coincidir com a morte do sistema.

Todas as famílias vivem transições do ciclo vital, transições essas que provocam mudanças que, por sua vez, provocam stress.

2.3 Stress

Ao longo do tempo, têm sido utilizadas várias definições do conceito de stress, sendo preciso entendê-lo como um conceito em evolução (Boss, 2002).

2.3.1 Stress Individual

No âmbito dos estudos do stress, a teoria mais citada na literatura – *Teoria Transaccional do Stress* – emerge com Lazarus & Folkman (1984: 19), em que “o stress psicológico consiste numa relação particular entre a pessoa e o ambiente, a qual é avaliada pelo indivíduo sendo considerada como algo que sobrecarrega ou excede os seus recursos, ameaçando o seu bem-estar”.

Alguns autores consideram que cada provação ultrapassada com êxito melhora a capacidade do indivíduo para enfrentar a provação seguinte (Anaut, 2005). Porém, as análises de outros investigadores divergem. Rutter e Garnezy (1996, cit. por Anaut, 2005) sublinham que a acumulação dos factores de stress pode ter um efeito multiplicador, e não apenas adicional, traduzindo-se em estados de stress acentuado que podem levar a rupturas de resiliência.

Mais recentemente, surgiram as teorias de stress baseadas nos recursos, que consideram, para além dos factores geradores de stress, os factores que preservam e promovem a saúde e o bem-estar. A *Teoria da Conservação de Recursos*, que procura ser

uma teoria integrativa do stress, considera tanto os processos ambientais/culturais/sociais como os processos pessoais/internos, não esquecendo a sua lógica interaccional (Hobfoll, 2001).

O stress psicológico ocorre: quando os indivíduos se sentem perante a possibilidade de perda de recursos; face à perda efectiva destes; ou aquando da falha no ganho de recursos após um investimento significativo com vista à obtenção dos mesmos. Pelo contrário, a obtenção de recursos e a sua acumulação conduzem a bem-estar. Os recursos podem ser objectos (e.g., automóvel, casa), condições (e.g., emprego estável, bom casamento), características pessoais (e.g., sentido de auto-eficácia, competências profissionais) ou energias (e.g., conhecimento) valorizados pelo indivíduo, quer pelo seu valor instrumental, quer ainda pelo valor simbólico que representam na definição do próprio *self* (Hobfoll, 2001).

Importa salientar alguns dos princípios fundamentais decorrentes desta teoria:

- a) princípio da *primazia da perda de recursos*: perante a mesma quantidade de perdas e ganhos, as perdas produzem um impacto significativamente superior consubstanciado em respostas fisiológicas, cognitivas, emocionais e sociais, habitualmente disfuncionais, e o efeito da obtenção de recursos parece assumir maior relevância quando em contexto de perda (Hobfoll, 2001);
- b) princípio do *investimento de recursos*: as pessoas que possuem mais e melhores recursos apresentam menor vulnerabilidade para a perda dos mesmos e maior competência para os obter, ao contrário de indivíduos com menos recursos que apresentam maior propensão para a perda dos mesmos e menor competência para os obter. Com vista a atenuar os efeitos potencialmente negativos do stress surgem, como mecanismos específicos de investimento de recursos, a *reposição de recursos* perdidos ou a *substituição de recursos* perdidos por outros de valor semelhante, embora pertencentes a domínios diferentes (Hobfoll, 2001).

Em suma, aqueles que apresentam falta de recursos (e.g. contexto de pobreza) encontram-se, não só, mais vulneráveis à perda dos mesmos, como quando tal acontece as perdas iniciais conduzem a perdas futuras – *espiral de perda de recursos* (Hobfoll, 2001).

Apesar da maioria dos recursos em questão poderem ser objectivamente observados, os julgamentos subjectivos constituem uma importante fonte de informação relativamente à avaliação da preponderância que assume a perda de diferentes recursos. Os julgamentos

subjectivos são de particular utilidade, sobretudo, nas situações em que a natureza do *stressor* é ambígua, quando escasseiam dados objectivos significativos, quando se verifica algum relativismo biológico e cultural associado à interpretação dos acontecimentos, etc. (Hobfoll, 2001).

O cálculo do stress não deve ser efectuado em função do número ou da importância objectiva dos acontecimentos negativos da vida mas sim em função dos aspectos subjectivos ou stress percebido. Para isso, foram construídas escalas para avaliar o stress percebido subjectivamente pelos indivíduos (Anaut, 2005). É através de uma dessas escalas que, no presente estudo, será avaliado o stress percebido pelos participantes.

2.3.2 Stress Familiar

O stress familiar pode definir-se como uma pressão ou tensão no sistema familiar, que tem como origem acontecimentos que podem causar mudança na família (Boss, 2002). Quando a família se depara com uma necessidade de mudança estrutural/funcional, encontra-se perante uma situação de stress e procura uma alteração na sua estrutura funcional, tentando atingir um novo estado de equilíbrio (McCubbin & Patterson, 1983). A ideia de que as famílias seguem diferentes caminhos em resposta ao stress não é nova (Boss, 2002; De Haan, Hawley & Deal, 2002).

Todas as famílias vivem mudanças que, por sua vez, provocam stress. Assim, pode surgir a crise. Segundo Ausloos (1996), “crise não significa necessariamente mal-estar, mas abertura à mudança, mesmo se esta se acompanha muitas vezes do incómodo de ter de mudar os seus hábitos” (p. 80). O que faz a diferença é a forma como a família reage à crise: pode convertê-la em oportunidade de transformação e crescimento ou em risco de bloqueio e impasse (Alarcão, 2002). Hoffman (1981), citado por Alarcão (2002), defende que as famílias alcançam mais facilmente uma mudança estrutural precisamente graças à crise. No entanto, os resultados do impacto de uma situação de crise são produto da interacção de múltiplos factores (McCubbin & Patterson, 1983).

Acontece que, por vezes, as mudanças no exterior da família, combinadas com as mudanças no seu interior, produzem um estado de instabilidade ecológica, no qual o nível de stress excede os recursos pessoais e familiares disponíveis (Cancrini, *et al.*, 1997). Além disso, algumas famílias vivem em locais particularmente inóspitos (onde o acesso a recursos e a meios facilitadores do seu desenvolvimento é limitado) que desafiam as suas

capacidades de auto-organização e o seu potencial de crescimento. Perante a adversidade, o sistema familiar tem de reorganizar-se internamente e otimizar as suas forças, ao mesmo tempo que ensaia movimentos de adaptação (que nem sempre são os esperados para a sua etapa de desenvolvimento) (Melo, 2011).

As teorias do stress familiar que se baseiam na perspectiva dos sistemas sociais têm origem no Modelo ABC-X proposto por Hill (1971, citado por Boss, 2002). Devido à necessidade de um modelo mais dinâmico, explicativo dos esforços continuados que as famílias (e respectivos indivíduos) realizam para se adaptarem às situações de crise, McCubbin e Patterson (1983) desenvolveram um novo modelo (baseado no anterior): o Modelo ABCX-Duplo do Stress e Adaptação Familiar.

Este modelo incorpora: (a) o acontecimento gerador de stress ou stressor; (b) os recursos ou forças de que a família dispõe para lidar com o stressor; (c) o significado que a família, individual e colectivamente, atribui ao stressor; (x) o stress ou crise (que resulta mais da resposta da família ao acontecimento, do que do próprio stressor); (aA) os stressores e mudanças adicionais que podem influenciar a capacidade da família se adaptar; (bB) os recursos individuais (e.g. auto-estima), familiares (e.g. coesão, flexibilidade) e sociais/comunitários (e.g. apoio social), que se desenvolvem e fortalecem em resposta ao stress; (cC) a percepção e compreensão que a família tem dos stressores (original e adicionais) e dos recursos que permitirão atingir resoluções satisfatórias; e (xX) os resultados, mais ou menos bem sucedidos, dos esforços da família, ou seja, a *adaptação* familiar, que pode ser boa ou má consoante a obtenção de equilíbrio no funcionamento familiar e de satisfação familiar (McCubbin & Patterson, 1983).

Apesar de inevitável, nem todo o stress se encontra associado a perturbação, porquanto não são raras as famílias que experimentam elevados níveis de stress permanecendo funcionais. Nestas famílias verifica-se uma elevada flexibilidade nas regras familiares, nos papéis e na resolução de problemas. Por outro lado, assiste-se a uma forte capacidade de mudança para se adaptarem às situações com as quais se deparam. Por fim, há ainda uma contínua negociação entre as pressões e as manifestações de apoio dentro da família, e na relação entre esta e a comunidade (Boss, 2002).

De acordo com o modelo ABCX-Duplo, para que o processo de adaptação seja eficaz, são requeridas três estratégias de *coping*³ fundamentais: *sinergia* (esforço de coordenação e de união familiar); *interface* (reformulação das regras e/ou padrões de interação com a comunidade); e *compromisso* (envolvimento mútuo no processo de resolução) (McCubbin & Patterson, 1983).

Patterson (2002a, 2002b), na tentativa de integração das teorias do stress familiar com a perspectiva da resiliência familiar, propôs o *Family Adjustment and Adaptation Response Model* (FAAR Model), que enfatiza os processos activos em que as famílias se envolvem no sentido de promover um equilíbrio entre as exigências a que estão sujeitas e as suas capacidades, à medida que ambas interagem com os significados familiares, visando o ajustamento ou adaptação.

2.4 A Família: Abordagem centrada nas forças

No geral, os estudos sobre família enfatizam problemas, patologias, fragilidades, aspectos negativos e deficitários da convivência familiar (Yunes, 2003; Sousa & Eusébio, 2005), enquanto as suas forças e o seu potencial têm passado despercebidos e desvalorizados (Walsh, 1998). A razão para esse facto decorre da dificuldade em valorizar competências e aspectos positivos em famílias que vivem conjunturas de elevada vulnerabilidade, principalmente para elementos externos (como os profissionais) (Hepworth, Rooney, Rooney, Strom-Gottfried & Larsen, 2009; Sousa & Ribeiro, 2005; Sousa, *et al*, 2007).

Cancrini, *et al*, (1997) constataram haver uma atitude de substituição por parte dos profissionais, decorrente do desentendimento entre serviços e famílias e do recurso a lentes deficitárias, a qual nada favorece o desenvolvimento de competências familiares, mas pelo contrário aumenta a postura de delegação e desresponsabilização e diminui a auto-estima das famílias. Segundo Sousa e Eusébio (2005), o sistema de crenças que organiza a interação entre famílias e profissionais parece caracterizar-se por uma posição de impotência de ambos, sobretudo quando a intervenção não segue um rumo positivo. Esse sentimento de impotência existe porque, tanto as famílias como os profissionais, culpam-se

³ A palavra *coping* refere-se, geralmente, a esforços cognitivos e comportamentais para lidar com situações adversas e avaliadas como sobrecarregando ou excedendo os recursos pessoais (Yunes, 2003).

mutuamente por esses resultados, sentem-se incapazes de promover boas relações ou eficácia e sentem que a melhoria das mesmas não depende deles.

Na realidade, profissionais saturados de problemas não conseguem ver soluções e em vez de serem facilitadores da mudança funcionam precisamente em sentido contrário. A perspectiva das forças não resulta se os profissionais se esconderem por trás do papel de especialistas e se distanciarem dos clientes (Sousa, 2008).

As próprias famílias nem sempre se sentem confortáveis com a abordagem centrada nas forças, uma vez que, no processo pelo qual já passaram, aprenderam a articular as suas necessidades e problemas (que lhes davam acesso e direito a serviços) (Hepworth, *et al*, 2009).

Em suma, os maiores obstáculos para adoptar uma abordagem centrada nas forças são (Sousa, Ribeiro & Rodrigues, 2006):

- a) a relutância dos profissionais em identificar os aspectos positivos das famílias;
- b) a impotência e incredulidade de famílias e profissionais na possibilidade das famílias melhorarem o seu estilo de vida;
- c) a concentração nos meios formais como os principais recursos para as famílias melhorarem o seu estilo de vida.

Nos últimos anos, o enfoque mudou para este novo paradigma fundamentado na competência e orientado para a força, que afirma o potencial da família para o auto-reparo e para o crescimento a partir da crise (Walsh, 1998). As novas abordagens centradas em competências apesar de relativamente consistentes de um ponto de vista teórico e conceptual, ainda se encontram afastadas da prática (Sousa, *et al*, 2007) e estão longe de constituir práticas dominantes nos serviços sociais portugueses (Sousa, Ribeiro & Rodrigues, 2007), embora oferecessem à família melhores recursos para transformar o risco em oportunidade e expandir as suas forças (Benard, 2006; Walsh, 1998, 2002).

Neste novo paradigma, os problemas não são ignorados, simplesmente têm uma função menor, sendo contrabalançados com as competências que também existem (Early & GlenMaye, 2000; Hepworth, *et al*, 2009; Sousa, 2008) e, por isso, os profissionais gastarão menos tempo a tentar compreender a causa dos problemas ou a tentar defini-los, e apostarão mais na identificação das forças e dos recursos e na sua mobilização para a resolução dos problemas (Early & GlenMaye, 2000).

As abordagens centradas na família e nas suas forças são essenciais para combater a desesperança e a descrença no potencial humano para a mudança, descrença que aumenta com cada caso de insucesso, com possível prejuízo para outras famílias, para os profissionais e para as comunidades em geral (Melo, 2011). Se os profissionais utilizarem, na sua prática, esta abordagem, que se baseia no empowerment e na noção de que as pessoas podem crescer e podem mudar (Hepworth, *et al*, 2009), estarão a valorizar as famílias e a ajudá-las a melhorarem as suas vidas (Early & GlenMaye, 2000).

“As famílias não são doentes, incompetentes ou incapazes.” Esta afirmação peremptória de Ausloos (1996: 65) não deixa margem para dúvidas: todas as famílias têm competências e a cada família só se podem colocar problemas para os quais tenha recursos e capacidades de os solucionar, ou seja, os sistemas são competentes para resolver os problemas que o seu próprio funcionamento suscitou. Acontece que, a demasiada concentração nos problemas impede os sistemas de perscrutar soluções e perceber que competências têm para dissolver os problemas (Sousa, *et al*, 2007).

As denominadas famílias disfuncionais estão, apenas, parcialmente paralisadas ou bloqueadas em padrões repetitivos de organização que não funcionam, mas que dão algum sentido de segurança porque são habituais. Em certas ocasiões os sistemas não sabem utilizar as suas competências, em algumas áreas não as possuem, podem não reconhecer que as têm, estão impedidos ou privam-se de as usar (Ausloos, 1996). Nestas circunstâncias, é necessário educar as famílias para focarem as suas próprias forças. Identificar e valorizar as forças inerentes ao sistema familiar requer o esforço de todos os envolvidos (Hepworth, *et al*, 2009).

Vários autores defendem que, em vez de rotular as famílias de “incapazes”, deverão ser explorados em profundidade os constrangimentos contextuais (parcos recursos) que podem estar a bloqueá-las ou a constranger o desenvolvimento dos recursos familiares e a impedi-las de dirigir os esforços no melhor sentido, da melhor forma e, principalmente, de alcançar os objectivos desejados (Garcia e McDowell, 2010; Sousa, Ribeiro & Rodrigues, 2007). A importância dos aspectos contextuais não deve ser minimizada, principalmente porque a pobreza faz parte de um contexto social, que permite que ela surja e persista, exigindo o contributo das políticas sociais para a sua diminuição ou supressão (Sousa, Ribeiro & Rodrigues, 2007).

Uma vez que as famílias partilham de muitas das qualidades, capacidades e forças dos indivíduos, também elas detêm a capacidade de crescer, mudar e adaptar-se (Early & GlenMaye, 2000). Nestas famílias, a mudança ocorre frequentemente, mas não da forma como os profissionais esperam ou gostariam, criando a ilusão de que nada muda (Sousa, Ribeiro & Rodrigues, 2007).

As famílias demonstram as suas forças através da sua capacidade de criar redes de suporte, de interagir com uma sociedade que pode não as compreender ou ser-lhes indiferente, e de lidar com transições geradoras de stress e com políticas que as encaram como inadequadas, continuando sempre (Hepworth, *et al*, 2009). Todas as pessoas, mesmo aquelas que vivem sob as mais precárias e desvantajosas condições, têm capacidades e podem activá-las para resistir a essas condições adversas, tentando melhorar a sua qualidade de vida (Sousa, 2008).

Contudo, são escassos os instrumentos que permitam construir índices globais de força familiar que possam ser utilizados quer na investigação, quer na prática (Melo e Alarcão, 2011). Neste estudo, será utilizado um questionário que cumpre este fim.

2.5 Resiliência

Este focus nas forças, que tem ocorrido nos últimos anos, foi acompanhado pelo ênfase na resiliência (Hawley & De Haan, 1996), que se destaca entre os fenómenos indicativos de vida saudável por dizer respeito a processos que explicam a superação de adversidades (Yunes, 2003). Mais especificamente na língua portuguesa, a palavra resiliência, aplicada às ciências sociais e humanas, vem sendo utilizada há poucos anos (Yunes, 2003).

A resiliência tem sido bastante discutida, do ponto de vista teórico e metodológico, pela comunidade científica, por se tratar de um conceito relativamente novo no campo da Psicologia (Yunes, 2003). Os primeiros trabalhos com base no conceito de resiliência, nas áreas da psicologia e da psicopatologia, surgiram nos países anglo-saxónicos e norte-americanos, no início dos anos 80. Este conceito integra contributos das teorias psicanalíticas, desenvolvimentais e comportamentais e impregna as abordagens clínicas, psicopatológicas e socioeducativas contemporâneas (Anaut, 2005).

Nas últimas décadas, os profissionais têm procurado compreender as razões que fazem com que uns indivíduos/famílias ultrapassem problemas diversos e continuem a funcionar bem e outros não (Mullin & Arce, 2008). Crianças descritas como “resilientes”, que

experimentaram stress extremo durante a infância e se tornaram adultos bem ajustados e de sucesso, têm sido objecto de muita pesquisa e debate (Hawley & De Haan, 1996). A maioria da pesquisa sobre resiliência concentrou-se, por isso, nos traços individuais (temperamento maleável, nível elevado de auto-estima e inteligência superior como sendo úteis no desenvolvimento da resiliência) (Walsh, 1998).

A pesquisa sobre resiliência tem tradicionalmente girado em torno dos factores de risco e de protecção individuais que possibilitam ter êxito perante circunstâncias adversas (Bhana & Bachoo, 2011). Garmezy (1991, cit. por Anaut, 2005), a partir da observação de famílias desfavorecidas, conclui que a resiliência assenta em três tipos de factores de protecção. Segundo este autor a tríade da força psicológica da resiliência é composta por: factores individuais (o temperamento, a reflexão e as capacidades cognitivas), factores familiares (o calor humano, a coesão, e a atenção por parte dos pais ou do principal prestador de cuidados) e factores de suporte (o professor atento, o técnico de serviço social ou o organismo de serviços sociais). No entanto, ter em conta os factores de protecção contribui para a compreensão da resiliência, mas não se reduz à resiliência (e vice-versa) (Anaut, 2005).

Muitos autores usam termos diferentes para definir a resiliência (Mullin & Arce, 2008) e o posicionamento dos investigadores reflecte a diversidade das abordagens (Anaut, 2005), o que mostra que a sua definição não é clara nem poderia ser, tendo em conta a complexidade e multiplicidade de factores e variáveis que devem ser ponderados no estudo dos fenómenos humanos (Yunes, 2003).

A resiliência está sobretudo associada à maneira como o indivíduo ou a família encara uma adversidade (como a pobreza) (Mullin & Arce, 2008) e pressupõe a existência de condições adversas (Silva, Elsen & Lacharité, 2003). Para Luthar, Cicchetti e Becker (2000), a resiliência refere-se à obtenção de resultados desenvolvimentais esperados, apesar da presença de desafios significativos para o desenvolvimento e a adaptação do indivíduo. Já Walsh (1998) considera que a resiliência é forjada precisamente pela adversidade e não apesar dela, porque as crises e dificuldades podem extrair o melhor das pessoas quando estas enfrentam os desafios. Na resiliência a capacidade para escolher opções viáveis é fundamental.

A questão relativa à posição da resiliência como processo ou capacidade mantém-se em aberto e promete ainda muitos debates científicos. (Anaut, 2005). Alguns autores

contemporâneos enfatizam o carácter processual da resiliência (Luthar, *et al*, 2000), optando por definir resiliência referindo-se aos processos através dos quais as pessoas enfrentam e superam as adversidades (Walsh, 1996, 1998, 2003; Yunes, 2003).

O pleno entendimento da resiliência requer um modelo interaccional complexo. A teoria dos sistemas expande a nossa visão da adaptação individual como estando incorporada em processos transaccionais mais amplos nos sistemas familiar e social. São necessárias tanto perspectivas ecológicas quanto desenvolvimentais para entender a resiliência no contexto social e ao longo do tempo (Walsh, 1998).

Muitos investigadores concordam em considerar que a resiliência não é constante e definitiva, e que um sujeito pode ser resiliente em certos domínios e não noutros, residindo a resiliência antes de mais num equilíbrio de forças (Anaut, 2005). As inúmeras investigações que trataram esta questão evidenciaram o facto de a resiliência não ser um dado adquirido de uma vez por todas, porque não corresponde a um modo de funcionamento estático. Estando o indivíduo em desenvolvimento ao longo de toda a vida e sendo as estruturas ambientais variáveis, o funcionamento resiliente é portanto, também flutuante (Anaut, 2005). Assim, do ponto de vista operacional, um dos problemas para o estudo da resiliência é a selecção de indicadores mensuráveis deste fenómeno multideterminado (Silva, *et al*, 2003). À questão da subjectividade em relação ao que é considerado adversidade e resposta positiva, Luthar, *et al*, (2000) respondem que a definição dos indicadores de resiliência está sujeita aos mesmos limites e possibilidades de qualquer pesquisa que envolva comportamentos humanos.

É comum, em estudos sobre resiliência, a utilização de vários instrumentos de natureza e tamanhos diferentes, principalmente pela dificuldade em se atingir a resiliência através de um único parâmetro de medida (Pesce, *et al*, 2004). Diferentes escalas foram construídas a fim de determinar os critérios do funcionamento resiliente e tentar avaliar a resiliência (Anaut, 2005). É uma dessas escalas que será utilizada no presente estudo.

Enquanto os pesquisadores se debatem com a resiliência enquanto constructo, os profissionais de Serviço Social têm procurado modelos de intervenção que a promovam (Mullin & Arce, 2008), mas a família tem sido um recurso negligenciado nas intervenções que visam estimular a resiliência individual (Walsh, 1998). A ênfase na resiliência é da maior importância porque coloca em destaque a capacidade do ser humano se reconstruir ao longo da vida, de se renovar a cada nova experiência (Silva, *et al*, 2003). Contudo, a

promoção da resiliência não deve substituir as políticas de combate à desigualdade social e condições de vida precárias de indivíduos e famílias (Pesce, *et al*, 2004).

2.5.1 Resiliência Familiar

A resiliência tem sido definida de forma variada na literatura sobre família. A resiliência familiar é um construto relativamente novo, mas viável, que descreve como as famílias se adaptam ao stress e recuperam da adversidade (Hawley & De Haan, 1996), mas que não tem tido uma concordância universal em relação à sua conceptualização (De Haan, *et al*, 2002). Em alguns casos, a resiliência é vista como um factor individual com a família a servir de factor de protecção ou de risco, enquanto em outros casos é vista como uma qualidade sistémica partilhada pela família como uma unidade (como um todo). Um corpo crescente da literatura considera a resiliência como um constructo de nível familiar (Hawley & De Haan, 1996).

A literatura sobre resiliência ao nível individual e ao nível familiar tem muitos pontos similares. As definições de ambos os níveis de análise afirmam que a resiliência é desenvolvida em resposta ao stress. Tal como a resiliência individual, a resiliência familiar constrói-se sobre interacções complexas entre os factores de risco e de protecção, operando nos níveis individual, familiar e comunitário, e não se desenvolve através da fuga ao risco, mas através da aplicação bem sucedida dos factores de protecção para enfrentar as situações adversas e emergir delas mais forte (Benzies & Mychasiuk, 2009). Não obstante, enquanto a literatura sobre resiliência individual enfatiza factores de risco e de protecção, a literatura sobre resiliência familiar enfatiza, em primeiro lugar, os factores de protecção por estes serem mais poderosos que os factores (Hawley & De Haan, 1996; Benard, 2006).

De qualquer forma, o interesse pela resiliência familiar contribui para redireccionar o raciocínio, focando e pesquisando os aspectos sadios e de sucesso do grupo familiar em vez de destacar os seus desajustes e falhas (Antonovsky & Sourani, 1988; Yunes, Garcia & Albuquerque, 2007). Trata-se de uma nova lente que altera fundamentalmente a perspectiva de encarar as famílias em situações de angústia como defeituosas, permitindo-nos encará-las como desafiadas, ratificar o seu potencial para o crescimento e usar como alicerces os seus recursos. Essa abordagem baseia-se na convicção de que, para lidar com a crise repentina ou com a adversidade prolongada, tanto a força individual quanto a força familiar podem ser forjadas. É possível extrair o melhor das famílias (em vez de tentar

apenas salvar os indivíduos, abandonando as famílias), desenvolvendo processos fundamentais para encorajar o crescimento individual e o crescimento familiar (Walsh, 1998). Além disso, se as acções de um elemento da família têm impacto na mesma como uma unidade, pode assumir-se que a resiliência individual tem um efeito na resiliência familiar (Hawley & De Haan, 1996).

A resiliência familiar apresenta duas perspectivas principais: enquanto capacidade (*family resiliency*), constitui o conjunto de características das famílias que lhes permitem resistir à disrupção face à mudança e adaptar-se perante situações de crise (McCubbin & McCubbin, citados por Patterson, 2002a); enquanto processo (*family resilience*), corresponde à dinâmica através da qual as famílias se adaptam e funcionam de forma competente, na sequência do contacto com adversidades significativas (Patterson, 2002a).

Na tentativa de integrar as contribuições das pesquisas e da literatura sobre a resiliência no indivíduo e na família, Hawley e De Haan (1996: 293) propõem a seguinte definição: “Resiliência em família descreve a trajetória da família no sentido da sua adaptação e prosperidade diante de situações de stress, tanto no presente como ao longo do tempo”. Segundo Walsh (1998: 14), a resiliência familiar “refere-se aos processos de enfrentamento e adaptação na família *como uma unidade funcional*”.

Portanto, a resiliência não deve ser considerada como um conjunto estático de forças ou qualidades, aplicado apenas a algumas famílias, mas sim como um percurso que as famílias seguem em resposta a stressores específicos e que difere consoante o contexto, o stressor, o tempo e o nível de desenvolvimento (De Haan, *et al*, 2002; Hawley & De Haan, 1996). Deve ser vista como um processo de desenvolvimento que só é visível ao longo do tempo (De Haan, *et al*; Hawley & De Haan, 1996), não podendo ser captada num único momento porque compreende muitos processos interactivos (Walsh, 1998). Também é possível encontrar esta perspectiva na literatura sobre resiliência individual.

Por estas razões, desenhos de investigação longitudinais que captem os processos familiares em momentos temporais diferentes são melhores para avaliar a resiliência do que os que apenas a avaliam num único momento (Hawley & De Haan, 1996).

Uma preocupação contínua na investigação sobre a família é a noção da mesma enquanto unidade de análise, em oposição ao conjunto de percepções individuais dos seus membros. Por isso, os pesquisadores continuam a procurar novas formas de representar os dados recolhidos de vários membros da família. O maior problema será que assim se

continua a aceder às percepções individuais (de cada membro da família), extrapolando-as para o nível familiar, e não à família em si. Como a resiliência familiar é conceptualizada como uma variável de nível familiar, os autores acreditam que deve ser operacionalizada ao mesmo nível (De Haan, *et al*, 2002).

A investigação tem sublinhado a importância dos processos de adaptação e resiliência familiar (Patterson, 2002b; Walsh, 1998). As famílias que se mostram resilientes são, então, aquelas que, perante a adversidade, demonstram flexibilidade na capacidade de adaptação com resultados produtivos para o seu bem-estar (Hawley & De Haan, 1996).

Diferentes processos familiares têm sido identificados na literatura como estando associados a um desenvolvimento positivo e, em condições de adversidade, a resultados resilientes, das famílias e dos seus elementos (Melo e Alarcão, 2011). Uma perspectiva sistémica permite compreender como os processos familiares têm influência no stress e permitem à família superar a crise e enfrentar dificuldades prolongadas (Walsh, 1998).

Vários autores (Bhana & Bachoo, 2011; Mullin & Arce, 2008) têm identificado processos que dão à família o sentimento de empowerment que a capacita para enfrentar a adversidade: coesão familiar, crenças familiares positivas/saudáveis (especificamente, a espiritualidade, a esperança, o optimismo, a concentração nas forças e a aceitação dos desafios) e acção para controlar o próprio destino. Em particular, o optimismo e a esperança, elementos processuais da resiliência, são salientados como essenciais em famílias que vivem numa situação de pobreza (Hawley & De Haan, 1996). O quadro abaixo apresenta o resumo dos processos-chave da resiliência familiar que Walsh (1998) propõe que sejam estudados:

Quadro 1. Resumo dos processos-chave de resiliência familiar de Walsh (1998),
traduzido por Yunes (2003)

PROCESSOS-CHAVE DA RESILIÊNCIA FAMILIAR
Sistema de Crenças (o coração e a alma da resiliência)
<p>1. Atribuir sentido à adversidade</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorização das relações interpessoais (senso de pertença) • Contextualização dos stressores como parte do ciclo de vida familiar • Sentido de coerência das crises: como desafios administráveis • Percepção da situação de crise: crenças facilitadoras ou constrangedoras <p>2. Olhar positivo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Iniciativa (acção) e perseverança • Coragem e encorajamento (foco no potencial) • Esperança e optimismo: confiança na superação das adversidades

<ul style="list-style-type: none"> • Confrontar o que é possível: aceitar o que não pode ser mudado <p>3. Transcendência e espiritualidade</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valores, propostas e objectivos de vida • Espiritualidade: fé, comunhão e rituais • Inspiração: criatividade e visualização de novas possibilidades • Transformação: aprender e crescer através das adversidades
Padrões de Organização
<p>4. Flexibilidade</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacidade para mudanças: reformulação, reorganização e adaptação • Estabilidade: sentido de continuidade e rotinas <p>5. Coesão</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apoio mútuo, colaboração e compromisso • Respeito às diferenças, necessidades e limites individuais • Forte liderança: prover, proteger e guiar crianças e membros vulneráveis • Busca de reconciliação e reunião em casos de relacionamentos problemáticos <p>6. Recursos sociais e económicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mobilização da família extensa e da rede de apoio social • Construção de uma rede de trabalho comunitário: família a trabalhar em conjunto • Construção de segurança financeira: equilíbrio entre trabalho e exigências profissionais
Processos de Comunicação
<p>7. Clareza</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mensagens claras e consistentes (palavras e acções) • Esclarecimento de informações ambíguas <p>8. Expressões emocionais “abertas”</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partilha de sentimentos variados (alegria e tristeza; esperança e medo) • Empatia nas relações: tolerância das diferenças • Responsabilidade pelos próprios sentimentos e comportamentos, sem busca do “culpado” • Interações prazerosas e bem-humoradas <p>9. Colaboração na solução de problemas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificação de problemas, stressores, opções • “Explosão de ideias” com criatividade • Tomada de decisões compartilhada: negociação, reciprocidade e justiça • Foco nos objectivos: dar passos concretos; aprender com os erros • Postura pró-activa: prevenção de problemas, resolução de crises, preparação para futuros desafios.

São escassos, contudo, os instrumentos que permitam avaliar, de uma forma integrada, diferentes processos de resiliência familiar, que possam ser utilizados quer na investigação, quer na prática (Melo e Alarcão, 2011). Neste estudo será utilizado um questionário que, apesar de não medir a resiliência familiar, avalia processos familiares associados à resiliência.

3. Definição do Mapa Conceptual e dos Objectivos de Investigação

Estudos sobre resiliência e famílias em situação de pobreza possibilitam compreender os processos que permeiam o contexto familiar de grupos que enfrentam as dificuldades inerentes à pobreza (Yunes, *et al*, 2007). Daí a importância do presente estudo que se propõe analisar a resiliência familiar de famílias que vivem num contexto de pobreza urbana, através da percepção dos seus membros.

Para estudar a resiliência familiar, foi necessário abordar vários conceitos relacionados e avaliar as forças familiares, a resiliência individual e o stress percebido, dada a dificuldade de avaliar esse constructo, sobretudo num estudo transversal.

A Figura 1 apresenta o mapa conceptual deste estudo, representando, graficamente, os principais constructos investigados.

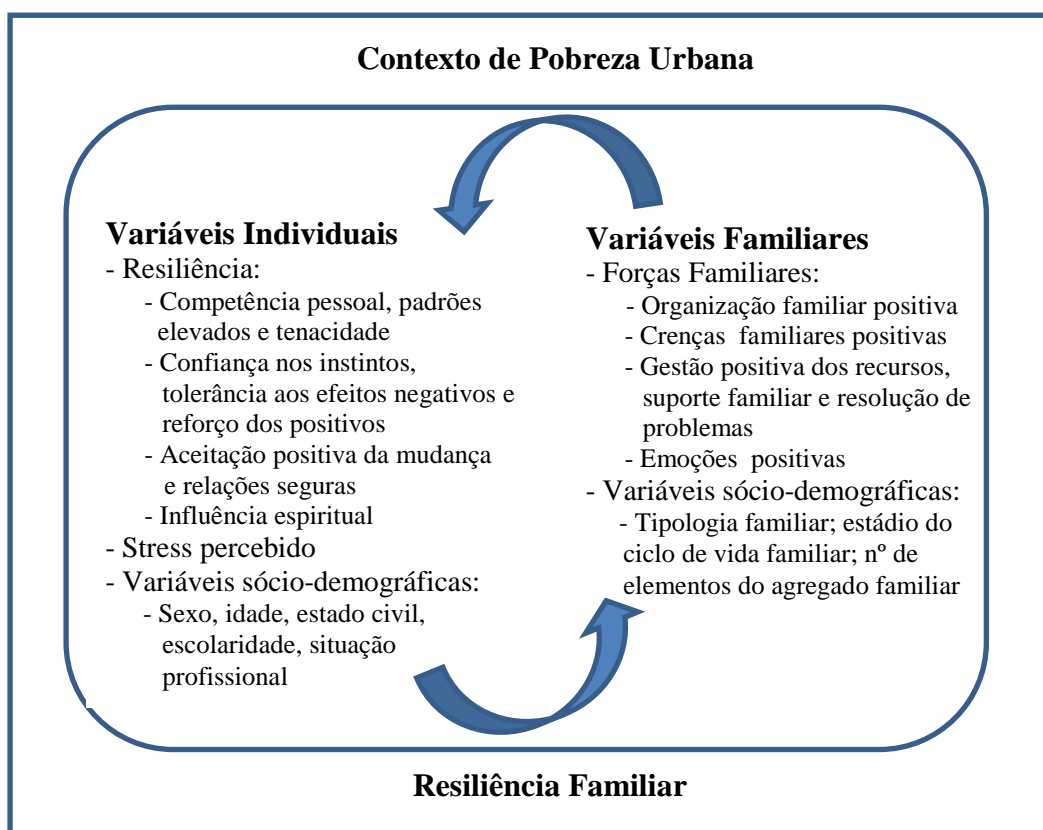


Figura 1. Mapa conceptual do estudo

3.1 Questões iniciais

No início desta investigação, pretendia-se, fundamentalmente, descobrir aspectos positivos do funcionamento das famílias que vivem num contexto de pobreza. Esta intenção estava intrinsecamente ligada à experiência profissional com estas famílias. A primeira questão que se colocava era, pois, de caracterização: que factores positivos apresentariam estas famílias e os seus membros?

Estabeleceu-se que esses factores positivos seriam analisados no âmbito da resiliência familiar (e individual), através da percepção dos indivíduos/famílias, englobando-se, para o efeito, três conceitos: forças familiares, resiliência individual e stress percebido (também a nível individual). Mas qual seria a relação entre estas três variáveis? E qual a relação destas com características sócio-demográficas consideradas relevantes? Haveria alguma relação entre as variáveis e o estágio do ciclo vital da família ou a tipologia familiar? Estariam os membros da mesma família de acordo em relação às forças da sua família? E, por último, de que forma os resultados deste estudo poderiam trazer algum contributo para a prática profissional?

3.2 Objectivos gerais

A presente investigação tem como objectivo geral estudar a variável resiliência familiar em famílias em situação de pobreza urbana, através da percepção das mesmas, considerando as forças familiares, a resiliência individual e o stress percebido.

É ainda objectivo deste estudo retirar implicações relacionadas com a população em análise, com vista à intervenção.

3.3 Objectivos específicos

Pretende-se ao longo deste estudo:

- a) Caracterizar as forças familiares – *Organização familiar positiva; Crenças familiares positivas; Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas; e Emoções positivas* – percebidas pelos participantes;
- b) Caracterizar a resiliência individual – *Competência pessoal, padrões elevados e tenacidade; Confiança nos instintos, tolerância a afectos negativos e efeitos*

fortalecedores do stress; Aceitação positiva da mudança e relações seguras; e Influência espiritual – percebida pelos participantes;

- c) Analisar a relação entre as variáveis forças familiares, resiliência individual e stress percebido;
- d) Comparar a percepção dos vários elementos do agregado familiar sobre as suas forças familiares;
- e) Analisar a relação entre diferentes características sócio-demográficas (sexo, idade, estado civil, escolaridade, situação profissional, tipologia familiar, estágio do ciclo de vida familiar e número de elementos do agregado familiar) e as variáveis em estudo;
- f) Definir linhas de orientação ou pistas de intervenção para os técnicos relativamente a estes conceitos.

4. Método

4.1 Desenho de Investigação

Trata-se de um estudo empírico de carácter exploratório e transversal, uma vez que a recolha dos dados decorreu num único momento de avaliação.

Optou-se pela utilização de uma metodologia quantitativa que permite responder aos objectivos do estudo, através da aplicação de questionários de auto-relato, permitindo: o conhecimento da população; a análise de fenómenos sociais, a partir de informações relativas aos indivíduos da população em questão; interrogar um grande número de pessoas (Quivy & Campenhoudt, 2003).

As principais vantagens deste método são: a possibilidade de quantificar uma multiplicidade de dados e de proceder a numerosas análises de correlação; a satisfação da exigência de representatividade (embora nunca absoluta) do conjunto dos entrevistados (Quivy & Campenhoudt, 2003).

4.2 Amostra

Através de um método não probabilístico, a amostra foi escolhida por conveniência.

A amostra é constituída por 61 membros adultos (maiores de 18 anos) de 31 famílias em situação de pobreza urbana (baixo nível sócio-económico), apoiadas por uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)⁴, no concelho de Lisboa, onde a autora do estudo trabalha. A taxa de adesão foi de 69%. A caracterização da amostra encontra-se no Quadro 1.

Os participantes residem, mais concretamente, nas seguintes freguesias: Castelo, Penha de França, Santiago, Santo Estêvão, São Miguel, São Vicente, Sé e Socorro. Todos os participantes são de etnia caucasiana e nacionalidade portuguesa.

⁴ Nesta IPSS as famílias beneficiam das seguintes respostas sociais: Atendimento e Acompanhamento Social; Apoio Psicológico (para as que o desejem); Ajuda Alimentar e Apoio em Géneros Não Alimentares (vestuário, calçado, mobiliário, electrodomésticos, artigos para o lar, material escolar, medicamentos, produtos de higiene e limpeza, etc).

Quadro 2. Caracterização sócio-demográfica da amostra

		(n=61)		
		n (%)		
Idade		Média	DP	Min.-Máx.
		40,16	13,95	18-77
Sexo	Feminino			37 (60,7%)
	Masculino			24 (39,3%)
Estado Civil	Solteiro			25 (41,0%)
	Casado			16 (26,2%)
	União de Facto			10 (16,4%)
	Separado/Divorciado			6 (9,8%)
	Viúvo			4 (6,6%)
Habilitações Literárias	Inferior à 4ª classe			2 (3,3%)
	1º Ciclo			16 (26,2%)
	2º Ciclo			11 (18,0%)
	3º Ciclo			18 (29,5%)
	Secundário			14 (23,0%)
Situação Profissional	Estudante			2 (3,3%)
	Doméstica			8 (13,1%)
	Desempregado			31 (50,8%)
	Empregado			13 (21,3%)
	Reformado/Pensionista			7 (11,5%)
Principal Fonte de Rendimento	Trabalho			13 (21,3%)
	Pensão de Reforma/Aposentação			3 (4,9%)
	Pensão de Invalidez			4 (6,6%)
	Pensão de Sobrevivência			1 (1,6%)
	Subsídio de Desemprego			5 (8,2%)
	Rendimento Social de Inserção			17 (27,9%)
	Encontra-se a cargo de familiares			12 (19,7%)
	Outra			6 (9,8%)
Agregado Familiar		Média	DP	Min.-Máx.
		3,95	1,47	2-7
	2 Pessoas			10 (16,4%)
	3 Pessoas			18 (29,5%)
	4 Pessoas			13 (21,3%)
	5 Pessoas			8 (13,1%)
	6 Pessoas			9 (14,8%)
	7 Pessoas			3 (4,9%)

Tipologia	Nuclear	12 (19,7%)
Familiar	Monoparental Feminina	24 (39,3%)
	Reconstruída	10 (16,4%)
	Outras	15 (24,6%)
Estádio do Ciclo de Vida	Filhos na Escola	13 (21,3%)
Familiar	Filhos Adolescentes	8 (13,1%)
	Filhos Jovens Adultos (18-25 anos)	16 (26,2%)
	Filhos Adultos (> 25 anos)	24 (39,3%)

A amostra distingue-se pela predominância de participantes do sexo feminino (60,7%) e apresenta uma média de idades de 40,16 anos, variando entre 18 e 77 anos.

Ao nível das habilitações literárias, a percentagem maior corresponde ao 3º Ciclo do Ensino Básico (29,5%), seguindo-se o 1º Ciclo (26,2%), o Secundário (23,0%) e o 2º Ciclo (18,0%), existindo ainda 2 elementos com escolaridade inferior à 4ª classe.

Relativamente ao estado civil, a maior percentagem diz respeito aos casados ou em união de facto (42,6%), seguindo-se os solteiros (41,0%), sendo que as menores percentagens correspondem aos separados/divorciados (9,8%) e aos viúvos (6,6%).

A maioria dos participantes encontra-se desempregado (50,8%), no entanto, salienta-se o número relevante de empregados (21,3%). Com menor percentagem apresentam-se as domésticas (13,1%) e os reformados/pensionistas (11,5%), existindo ainda dois participantes estudantes.

Quanto à principal fonte de rendimento dos participantes, sobressai claramente o Rendimento Social de Inserção (27,9%), seguido dos rendimentos auferidos do trabalho (21,3%). Seguem-se os participantes que se encontram a cargo de familiares (19,7%), os pensionistas de reforma/aposentação, invalidez ou sobrevivência (13,1%), os que dependem do apoio económico da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, da pensão de alimentos ou de outro apoio (9,8%) e os que recebem Subsídio de Desemprego (8,2%).

Em termos da composição do agregado familiar, os grupos com maior representatividade são compostos por 3 (29,5%) e 4 (21,3%) pessoas, seguindo-se os agregados com 2 pessoas (16,4%), com 6 pessoas (14,8%), com 5 pessoas (13,1%) e com 7 pessoas (4,9%), sendo que a média é de 4 pessoas por agregado familiar.

Em relação à tipologia familiar, a amostra apresenta uma percentagem elevada de famílias monoparentais femininas (39,3%), seguindo-se outras famílias compostas por

avós e netos, tios e sobrinhos, entre outros (24,6%), famílias nucleares (19,7%) e famílias reconstruídas (16,4%).

Ao nível do estágio do ciclo de vida familiar, a amostra apresenta uma percentagem elevada de famílias com filhos adultos (39,3%) e jovens adultos (26,2%), seguindo-se famílias com filhos na escola (21,3%) e com filhos adolescentes (13,1%).

4.3 Instrumentos

Neste estudo foram aplicados por esta ordem os seguintes questionários de auto-relato: o Questionário de Forças Familiares (Melo & Alarcão, 2011); a Escala de Resiliência de Connor-Davidson (Connor & Davidson, 2003; versão portuguesa de Anjos & Ribeiro, 2008); a Escala de Stress Percebido (Cohen, Tamarck & Mermelstein, 1983; versão portuguesa de Rocha & Ribeiro, 2008, cit. por Rocha, 2009); e, por último, o questionário de caracterização sócio-demográfica.

4.3.1 Questionário de Forças Familiares

O Questionário de Forças Familiares (Melo e Alarcão, 2011) é um instrumento de auto-relato, construído recentemente para avaliar a percepção que as famílias têm das suas forças familiares, sendo composto por 29 itens avaliados numa escala de *Likert* de cinco pontos (1 – Nada parecidas; 2 – Pouco parecidas; 3 – Mais ou menos parecidas; 4 – Bastante parecidas; 5 – Totalmente parecidas). A cotação é obtida pela soma das pontuações dos itens, sendo o Índice Global de Forças Familiares obtido pelo somatório das pontuações dos itens da escala total.

O estudo que teve por objectivo a avaliação das propriedades psicométricas deste instrumento contou com uma amostra clínica de 111 participantes (mães, pais e avós) que pertenciam a famílias que recebiam algum tipo de apoio social no Norte e Centro de Portugal. Para avaliar a validade de constructo, as autoras realizaram uma análise factorial exploratória, usando uma análise em componentes principais, seguida de rotação *Promax*. Em termos gerais, o questionário apresentou boas propriedades psicométricas, nomeadamente de validade de constructo, validade convergente e fidelidade. Relativamente à consistência interna das escalas, apresentou valores de *alpha de Cronbach* de .95 para a escala global e .90, .87, .84 e .84 para as sub-escalas *Organização Familiar*

Positiva, Crenças Familiares Positivas, Gestão Positiva dos Recursos, Suporte Familiar e Resolução de Problemas e Emoções Positivas respectivamente, o que permite recomendar a sua utilização futura (Melo e Alarcão, 2011). No presente estudo, o questionário apresentou também um bom nível de consistência interna, sendo o *alpha* de .92 para a escala global e .91, .80, .70 e .71 para as sub-escalas, respectivamente.

O Questionário de Forças Familiares divide-se em quatro sub-escalas: *Organização Familiar Positiva*, (e.g. “Na minha família acreditamos que em conjunto conseguimos sempre encontrar maneira de lidar com os problemas”), composta por dez itens (2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 e 13); *Crenças Familiares Positivas*, (e.g. “Na minha família existem regras claras que toda a gente conhece e sabe que tem de cumprir”), composta por sete itens (12, 16, 21, 24, 25, 28 e 29); *Gestão Positiva dos Recursos, Suporte Familiar e Resolução de Problemas*, (e.g. “Na minha família temos amigos, vizinhos ou pessoas conhecidas que nos ajudam quando precisamos”), composta por sete itens (17, 18, 19, 20, 22, 23 e 27); e *Emoções Positivas*, (e.g. “Na minha família somos optimistas e procuramos ver sempre o lado positivo das coisas”), composta por cinco itens (1, 11, 14, 15 e 26). Este questionário, apesar de não medir a resiliência familiar, mede processos familiares associados à resiliência, sendo por isso o instrumento principal desta investigação.

4.3.2 Escala de Resiliência Connor-Davidson

Em relação à Escala de Resiliência Connor-Davidson (CD-RISC), é constituída por 25 itens de resposta fechada, respondidos numa escala de *Likert* de cinco pontos (0 – Não verdadeira; 1 – Raramente verdadeira; 2 – Às vezes verdadeira; 3 – Geralmente verdadeira; 4 – Quase sempre verdadeira). Foi desenvolvida como um instrumento de auto-avaliação que permite quantificar a resiliência (valores superiores correspondem a maior resiliência) (Connor & Davidson, 2003).

Na sua versão original, a *Connor-Davidson Resilience Scale*, realizada sob uma amostra da população americana, divide-se em cinco subescalas (*Competência pessoal, padrões elevados e tenacidade; Confiança nos seus instintos, tolerância a afectos negativos e efeitos fortalecedores do stress; Aceitação positiva da mudança e relações seguras; Influência espiritual; e Controlo*). Possui propriedades psicométricas sólidas, nomeadamente valores elevados de validade convergente e divergente e um valor de *alpha* de Cronbach de .89 para a escala completa (Connor & Davidson, 2003).

Na adaptação para a população portuguesa (Anjos & Ribeiro, 2008), emergiram como independentes apenas quatro factores, pelo que o factor *controlo* foi retirado, mas mantém-se um bom nível de consistência interna, com um valor de *alpha de Cronbach* de .88 (valor total da escala) e de .84, .80, .70 e .70 para as sub-escalas *Competência pessoal, padrões elevados e tenacidade*, *Confiança nos seus instintos*, *tolerância a afectos negativos e efeitos fortalecedores do stress*, *Aceitação positiva da mudança e relações seguras* e *Influência espiritual*, respectivamente. No presente estudo, a Escala apresenta um bom nível de consistência interna com um *alpha* (total) de .85. Foram mantidas as subescalas *Competência pessoal, padrões elevados e tenacidade* (com um valor de *alpha* de .80) e *Confiança nos seus instintos, tolerância a afectos negativos e efeitos fortalecedores do stress* (com um *alpha* de .69). As subescalas *Aceitação positiva da mudança e relações seguras* e *Influência espiritual* foram retiradas por apresentarem níveis baixos de consistência interna (com valores de *alpha* de .57 e .53, respectivamente).

A sub-escala *Competência pessoal, padrões elevados e tenacidade* pretende avaliar o sentido de poder e adesão a um objectivo quando defrontados com situações de adversidade (e.g. “Eu sou capaz de me adaptar quando ocorrem mudanças”), sendo composta por nove itens (1, 10, 11, 12, 17, 22, 23, 24 e 25); a sub-escala *Confiança nos seus instintos, tolerância a afectos negativos e efeitos fortalecedores do stress* afere a capacidade de manter a calma e ser rápido na tomada de decisão, perante situações de stress (e.g. “Eu consigo lidar com qualquer coisa que aconteça na minha vida”), sendo composta por nove itens (4, 7, 8, 14, 15, 16, 18, 19 e 20); a sub-escala *Aceitação positiva da mudança e relações seguras* refere-se à capacidade de adaptabilidade do sujeito (e.g. “Eu tenho pelo menos uma relação forte e segura que me ajuda quando estou sob stress”), sendo composta por quatro itens (2, 5, 6 e 13); e a sub-escala *Influência espiritual* avalia a fé em Deus e no destino (e.g. “Quando não existem soluções óbvias para os meus problemas, por vezes o destino ou Deus podem ajudar”), sendo composta por três itens (3, 9 e 21).

4.3.3 Escala de Stress Percebido

Quanto à Escala de Stress Percebido, a sua versão original – *Perceived Stress Scale* – foi desenvolvida com o objectivo de quantificar o nível de *stress* que cada indivíduo experiencia subjectivamente, num determinado momento (no último mês). A escala

apresenta três versões, uma com 14 itens, uma abreviada com 10 e outra destinada a aplicação telefónica breve, com quatro itens (Cohen et al., 1983).

Nos estudos originais de desenvolvimento e validação da escala (Cohen et al., 1983), a versão de 10 itens revelou melhores características psicométricas, pelo que se optou por utilizar esta versão no presente estudo. Esta escala é constituída por 10 itens de resposta fechada, respondidos numa escala de *Likert* de cinco pontos (0 – Nunca; 1 – Quase Nunca; 2 – Às vezes; 3 – Frequentemente; e 4 – Muito frequentemente). As questões são dirigidas às emoções e sentimentos verificados no último mês (e.g. “No último mês, com que frequência ficou aborrecido(a) por causa de algo que aconteceu inesperadamente?”). Para a realização da cotação deste instrumento invertem-se os itens 4, 5, 7 e 8, somando-se em seguida a totalidade dos itens com vista a medir um valor global de *stress* percebido, sendo que quanto mais elevado o valor da pontuação obtida, maior o grau de *stress* percebido (Cohen et al., 1983).

Na aferição para a população portuguesa, da versão de 10 itens, realizada por Rocha e Ribeiro (2008, cit. por Rocha, 2009), foi avaliada a consistência interna para a amostra total (enfermeiros e professores), obtendo valores de *alpha de Cronbach* de .87. No presente estudo, a escala apresenta um valor de consistência interna adequado (*alpha* total de .77).

4.3.4 Questionário de Caracterização Sócio-Demográfica

Por fim, o questionário de caracterização sócio-demográfica é constituído por oito questões desenvolvidas para obter informação relativamente ao sexo, idade, estado civil, escolaridade, situação profissional, principal fonte de rendimentos, tipologia familiar, estágio do ciclo de vida familiar e número de elementos do agregado familiar.

4.4 Procedimento de Recolha de Dados

No sentido de conhecer e aferir alguns pormenores inerentes ao protocolo de investigação, tais como a duração da aplicação, reacção dos participantes relativamente às questões presentes nos diferentes instrumentos, compreensão dos itens, ordem de apresentação das escalas utilizadas, entre outros, optou-se por realizar um pré-teste a três participantes. Após essa fase, convidando os participantes a uma reflexão falada, finalizou-

se a construção do protocolo. A recolha de dados foi então efectuada entre os meses de Janeiro e Abril de 2012.

Os participantes foram convidados, presencialmente ou por telefone, a participar no estudo, sendo explicados os objectivos, que o mesmo visava exclusivamente fins de investigação e que nenhuma relação havia entre a eventual participação no estudo e o apoio prestado pela instituição. Foram também colocados cartazes na instituição que convidavam à participação no estudo. Foi assegurado o carácter voluntário e confidencial do estudo, assim como a possibilidade de desistência a qualquer momento sem qualquer prejuízo. Foi garantido que não haveria nenhuma consequência para quem não quisesse participar.

A aplicação dos questionários foi realizada pela autora da investigação e por uma colaboradora. Foi pedido aos participantes que respondessem às diferentes questões de acordo com a sua forma de pensar e sentir, uma vez que não existiam repostas certas ou erradas, e que não colocassem o nome ou qualquer identificação sua.

Os questionários foram preenchidos individualmente, em grupos de quatro a oito participantes, e colocados numa caixa designada para o efeito à medida que o seu preenchimento era concluído. A aplicação dos questionários ocorreu num espaço diferente daquele onde os participantes estão habituados que se realize o atendimento social da instituição. Estes procedimentos visavam diminuir o efeito de deseabilidade social. A resposta dos questionários pelos participantes teve uma duração entre 25 e 40 minutos.

Cada participante preencheu os instrumentos de recolha de dados, após a assinatura do consentimento informado. Apenas uma participante recusou preencher a maior parte dos questionários alegando que “estavam mal feitos”. No momento da aplicação, procurou-se esclarecer dúvidas de preenchimento.

Os participantes foram informados de que os resultados lhes seriam apresentados, no final da investigação, e que poderiam vir a colocar qualquer dúvida que lhes surgisse ou falar sobre o tema, se e quando o desejassem.

4.5 Procedimento de Análise de Dados

Depois de recolhidos, os dados foram analisados através do *software* SPSS – *Statistical Package for the Social Sciences* (versão 20 para *Windows*).

A análise estatística dos dados apresenta as seguintes vantagens: precisão e rigor que permitem satisfazer o critério de intersubjectividade; manipulação muito rápida, através

dos meios informáticos, de um grande número de variáveis; e clareza dos resultados (Quivy & Campenhoudt, 2003).

Para comparação de médias foi utilizado o teste *t* para amostras independentes. Para correlações foi utilizado o teste de *Pearson* e o teste de *Spearman* (alternativa não paramétrica, utilizado nas distribuições em que não se verificaram os pressupostos da normalidade).

5. Resultados

Ao longo deste capítulo serão apresentados os principais resultados obtidos no presente estudo, associados aos objectivos específicos já apresentados:

a) Caracterizar as forças familiares percebidas pelos participantes

Foi efectuada a análise estatística descritiva para o total da amostra (N=60), apresentando-se as médias de cada uma das dimensões/factores do questionário.

Tabela 1 – Análise descritiva do Questionário de Forças Familiares

Dimensões	Média	Desvio-Padrão	Mínimo	Máximo
Organização familiar positiva	37.18	8.33	14.00	50.00
Crenças familiares positivas	26.39	5.09	7.00	35.00
Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas	23.61	4.51	12.00	33.00
Emoções positivas	18.50	3.41	9.00	24.00
Índice Global de Forças Familiares (Total)	105.24	18.07	49.00	139.00

Neste questionário, o resultado total varia entre 29 e 145, sendo que o valor médio de 105.24 obtido para a totalidade da escala parece indicar que, efectivamente, os participantes percebem processos familiares associados à resiliência, ou seja, são capazes de identificar forças familiares. É de salientar que o factor *Emoções positivas* apresenta o valor mais baixo de desvio-padrão, indicando que as respostas apresentam menor variabilidade em relação à média, ao contrário do Índice Global de Forças Familiares.

b) Caracterizar a resiliência individual percebida pelos participantes

Foi efectuada a análise estatística descritiva para o total da amostra (N=59), apresentando-se as médias de cada uma das dimensões/factores da escala.

Tabela 2 – Análise descritiva da Escala de Resiliência CD-RISC

Dimensões	Média	Desvio-Padrão	Mínimo	Máximo
Competência pessoal, padrões elevados e tenacidade	26.81	5.38	9.00	36.00
Confiança nos seus instintos, tolerância a afectos negativos e efeitos fortalecedores do stress	22.34	5.38	12.00	34.00
Total	68.64	12.23	35.00	97.00

Tendo em conta que, nesta escala, o resultado total varia entre 0 e 100 e as pontuações altas correspondem a níveis altos de resiliência, o valor médio de 68.64 obtido para a totalidade da escala parece indicar que os participantes apresentam um bom nível de resiliência, destacando-se o factor *Competência pessoal, padrões elevados e tenacidade* (M=26.81; DP=5.38).

c) Analisar a relação entre as variáveis forças familiares, resiliência e stress percebido

Através do teste de correlação de *Pearson*, verificaram-se associações positivas e moderadas entre a resiliência e os factores *Crenças familiares positivas* ($r=0.32$, N=60; $p<0.05$) e *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas* ($r=0.42$, N=60; $p<0.01$) e o *Índice Global de Forças Familiares* ($r=0.36$, N=60; $p<0.01$). Desta forma, os participantes que percebem maiores *Crenças familiares positivas*, *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas* e maior *Índice Global de Forças Familiares*, apresentam também níveis mais elevados de resiliência.

Utilizando o teste de correlação de *Spearman*, verificou-se também uma associação positiva entre as *Emoções positivas* e a resiliência ($r_s=0.42$, N=60; $p<0.01$).

Em relação à escala de stress percebido a pontuação varia entre 0 e 40, sendo que o valor global médio de 18.80 parece revelar que os participantes percebem um nível moderado de stress.

Utilizando o teste de correlação de *Pearson* verificou-se, embora baixa, uma associação negativa entre o stress percebido e a *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas* ($r=-0.27$, N=60; $p<0.05$), isto é, os participantes que percebem maior *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas*, apresentam níveis mais reduzidos de stress.

Tabela 3 – Correlações entre as forças familiares, a resiliência e o stress percebido

	M	DP	N	1	2	3	4	5	6	7
1 Organização familiar positiva	37.18	8.33	60	1						
2 Crenças familiares positivas	26.39	5.09	60	0.76**	1					
3 Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas	23.61	4.51	60	0.39**	0.60**	1				
4 Emoções positivas	18.50	3.41	60	0.74**	0.83**	0.44**	1			
5 Índice Global de Forças Familiares	102.24	18.07	60	0.90**	0.93**	0.67**	0.86**	1		
6 Resiliência	68.64	12.23	59	0.20	0.32*	0.42**	0.42**	0.36**	1	
7 Stress	18.50	3.41	58	-0.18	-0.21	-0.27*	-0.18	-0.24	-0.23	1

* p<0.05

** p<0.01

d) Comparar a percepção dos vários elementos do agregado familiar sobre as suas forças familiares

Através do teste de correlação de *Pearson* verificaram-se associações positivas e elevadas entre a percepção de dois elementos de cada agregado familiar em relação às forças familiares, ou seja, elementos do mesmo agregado familiar percebem as suas forças familiares de forma idêntica: *Crenças familiares positivas* ($r=0.50$, $N=42$; $p<0.05$); *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas* ($r=0.67$, $N=42$; $p<0.01$); *Emoções positivas* ($r=0.48$, $N=42$; $p<0.05$); e *Índice Global de Forças Familiares* ($r=0.70$, $N=42$; $p<0.01$).

A excepção é o factor *Organização familiar positiva* em que, apesar do nível de acordo ser moderado, não se verifica uma correlação significativa, o que se poderá dever à dimensão reduzida da amostra.

O factor *Emoções positivas* volta a apresentar o valor mais baixo de desvio-padrão, indicando que as respostas apresentam menor variabilidade em relação à média, ao contrário do que se verifica em relação ao *Índice Global de Forças Familiares*.

Tabela 4 – Correlação entre a percepção de dois elementos de cada agregado familiar sobre as forças familiares

		M	DP	N	<i>r</i>
Organização familiar positiva	1	37.77	5.88	21	0.41
	2	36.41	9.49	21	
Crenças familiares positivas	1	25.71	3.95	21	0.50*
	2	26.14	5.01	21	
Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas	1	22.63	4.75	21	0.67**
	2	22.96	4.39	21	
Emoções positivas	1	18.28	3.02	21	0.48*
	2	18.39	3.70	21	
Índice Global de Forças Familiares	1	103.27	13.91	21	0.70**
	2	103.57	18.47	21	

* $p < 0.05$

** $p < 0.01$

e) Analisar a relação entre diferentes características sócio-demográficas e as variáveis em estudo

Não se verificaram diferenças significativas entre as diferentes dimensões dos questionários utilizados e as seguintes características sócio-demográficas: estado civil, escolaridade, situação profissional, tipologia familiar e número de elementos do agregado familiar. Este resultado também se pode dever à dimensão reduzida da amostra.

Através do recurso ao teste *t* para amostras independentes constata-se que existem diferenças significativas em função do **sexo** quanto ao nível de *stress* percebido [$t(56) = -2.41$; $N=58$; $p < 0.05$]: a média de *stress* sentido pelas mulheres ($M=20.24$; $DP=5.98$) é significativamente superior à manifestada pelos homens ($M=16.61$; $DP=5.02$).

Tabela 5 – Diferenças no nível de *stress* em função do sexo

	Homens		Mulheres		<i>t</i>	g.l.	p
	M	DP	M	DP			
Stress percebido	16.61	5.02	20.24	5.98	-2.41	56	0.019
N	23		35				

Através do teste de correlação de *Pearson* verificou-se uma associação negativa, apesar de baixa, entre a **idade** e a resiliência, ou seja, quanto maior a idade menor a percepção de resiliência ($r=-0.32$, $N=58$; $p<0.05$).

Tabela 6 – Correlação entre a idade e a resiliência

	M	DP	N	Idade
Idade	40.16	13.95	61	1
Resiliência	68.64	12.23	59	-0.32*

* $p<0.05$

De acordo com o teste *t* para amostras independentes existem, na amostra em estudo, diferenças significativas em função do **estádio do ciclo de vida familiar** quanto aos factores *Organização familiar positiva* [$t(58)=2.49$; $N=60$; $p<0.05$] e *Crenças familiares positivas* [$t(58)=2.20$; $N=60$; $p<0.05$] e ao *Índice Global de Forças Familiares* [$t(58)=2.30$; $N=60$; $p<0.05$]: as famílias com filhos na escola e as famílias com filhos adolescentes percebem níveis mais elevados de *Organização familiar positiva* e de *Crenças familiares positivas*, assim como um valor mais elevado do *Índice Global de Forças Familiares*, do que as famílias com filhos jovens e as famílias com filhos adultos, conforme se apresenta na tabela seguinte.

Tabela 7 – Diferenças em função do estágio do ciclo de vida familiar

	Famílias com filhos na escola e Famílias com filhos adolescentes		Famílias com jovens e Famílias com filhos adultos		<i>t</i>	g.l.	p
	M	DP	M	DP			
Organização familiar positiva	40.67	8.26	35.29	7.83	2.49	58	0.016
Crenças familiares positivas	28.30	4.08	25.36	5.33	2.20	58	0.032
Índice Global de Forças Familiares	112.30	16.84	101.44	17.76	2.30	58	0.025
N	21		39				

6. Discussão

Após a apresentação e análise dos resultados, efectuadas no capítulo anterior, irá proceder-se, de seguida, à discussão dos mesmos, tendo por base os objectivos deste estudo, bem como a revisão de literatura efectuada.

Tratando-se de um estudo exploratório, começou por se caracterizar as famílias participantes neste estudo, constatando-se que alguns dados sócio-demográficos correspondem a características referidas na investigação com população portuguesa: mulheres como figuras centrais, desemprego, escassez de rendimentos (Sousa, *et al*, 2007). A amostra constituiu-se, assim, por: 60,7% de mulheres; 39,3% de famílias monoparentais femininas; 50,8% de desempregados; 27,9% de beneficiários de Rendimento Social de Inserção. Relativamente à baixa qualificação literária referida na investigação com população portuguesa, o mesmo não se verifica de forma tão evidente neste estudo, sendo que 52,5% dos participantes apresenta habilitações ao nível do 3º ciclo ou secundário.

A exclusão do mercado de trabalho, visível no elevado número de desempregados da amostra, gera escassez de rendimentos, o que, por sua vez, impede o acesso a bens e serviços essenciais (Rodrigues, *et al*, 1999) e a direitos básicos (Alves, 2009). Desta forma, a pobreza apresenta-se como uma forma de exclusão social (Bruto da Costa, 2004). Ambas se constituem como problemas multidimensionais (Sousa, 2008) e, talvez por isso, a intervenção tem sido pautada pelo insucesso (Matos & Sousa, 2004).

É necessário voltar a reforçar que estas famílias e os seus membros, pelo facto de serem pobres, não significa que sejam disfuncionais (Hines, cit. por Sousa & Ribeiro, 2005). Simplesmente, pertencer a uma classe sócio-económica desfavorecida pode ser um risco devido às desvantagens associadas (Pesce, *et al*, 2004).

As famílias que constituem a amostra são beneficiárias de algum tipo de apoio social, tendo recorrido a uma ou mais instituições em busca de suporte. Poderão enquadrar-se nas famílias *persistentes*, *excessivamente necessitadas* ou *equilibradas*, segundo a categorização de Matos e Sousa (2004).

Salientam-se os resultados extremamente positivos deste estudo ao nível da percepção das forças familiares, em que os participantes percebem valores médios tanto para os factores da escala – *Organização familiar positiva*; *Crenças familiares positivas*; *Gestão positiva dos recursos*, *suporte familiar e resolução de problemas*; e *Emoções positivas* –

como para o Índice Global de Forças Familiares, revelando que são capazes de identificar forças familiares, ou seja, processos familiares associados à resiliência.

Segundo Walsh (1998), o que mais importa para o funcionamento familiar saudável e para a resiliência são os processos familiares (sistema de crenças, padrões de organização e processos de comunicação), que envolvem a integração, manutenção e crescimento da unidade familiar. Os padrões de organização familiar, particularmente, diferem consideravelmente nas famílias estáveis e instáveis (Minuchin, et al, 1967).

No recente estudo utilizado para a validação da escala aqui utilizada (Questionário de Forças Familiares), genericamente, verificou-se não existirem diferenças, ou haver diferenças reduzidas, entre a percepção das forças familiares por parte dos prestadores de cuidados das amostras da comunidade e por parte das famílias que recebiam algum tipo de apoio social (Melo e Alarcão, 2011).

Também num trabalho de investigação com cuidadores de famílias multiproblemáticas pobres, estes conseguiram indicar características da sua família, identificando o que existe de positivo e o que não funciona no seu agregado, estabelecendo objectivos para uma vida melhor (Carlos, 2010). Num estudo realizado por Sousa e Ribeiro (2005) com famílias pobres, todos os “chefes de família” identificaram: aspectos positivos na vida familiar, principalmente, no desenvolvimento familiar (vínculo filial, vínculo conjugal e relações de amizade) e nas funções expressivas (resolução de problemas e união familiar); e objectivos a alcançar para que a sua vida familiar prospere, o que significa que têm competências, embora, possam estar paralisadas ou bloqueadas ao nível da sua activação. Para esse bloqueio contribui a abordagem de famílias e técnicos quando procuram o que as famílias não têm (défices) e esquecem aquilo que existe e funciona (competências).

Sousa, Ribeiro e Rodrigues (2007) e Sousa, *et al*, (2006) estudaram as competências percebidas por profissionais e famílias multiproblemáticas pobres nas famílias. Os resultados são similares, sugerindo que famílias e profissionais são capazes de: identificar aspectos positivos do funcionamento e organização familiar; descrever objectivos que podem melhorar a vida das famílias; e indicar aspectos que funcionaram no passado. Entre os aspectos positivos mais mencionados no estudo de Sousa, Ribeiro e Rodrigues (2007), três são comuns a profissionais e membros de famílias multiproblemáticas pobres: união e apoio familiar, forte vínculo entre pais e filhos e capacidade de organização e partilha das tarefas de vida diária. Num outro estudo já referido, ambas as amostras (famílias e técnicos)

percepcionaram como aspectos mais positivos nestas famílias a união familiar, as relações de afecto e o suporte social (conjugal e familiar). Importa ainda sublinhar a importância que o apoio institucional assumiu para ambas as amostras (Carlos, 2010).

Um factor distingue as opiniões dos profissionais e familiares: os profissionais mencionam com frequência a capacidade das famílias para resolverem problemas, enquanto que nenhum dos membros destas famílias refere este aspecto. Nestas famílias, as competências situam-se em aspectos mais emocionais e expressivos, sendo os elementos contextuais mais deficitários (por exemplo, emprego e habitação) (Sousa, Ribeiro & Rodrigues, 2007).

Contudo, de acordo com Sousa, *et al*, (2006) e Sousa (2008), as famílias mostram-se mais assertivas e mais convictas, enquanto os profissionais são ambíguos e mostram relutância em acreditar nas capacidades das famílias, não contando com elas para as ajudar. Desta forma, os profissionais assumem o papel de especialista que define objectivos e estratégias sem retirar vantagem das competências das famílias (Sousa, 2008).

Desta forma, os pressupostos indicam que: todos, profissionais e famílias, têm competências e incompetências; como a intervenção decorre num contexto relacional, a sua (in)eficácia depende de todos os envolvidos (sistemas formais e informais e famílias); os sistemas humanos são autónomos, por isso têm competências para a mudança e constroem as suas soluções (Sousa, *et al*, 2007).

Em suma, os resultados do presente estudo vão de encontro aos de outros autores que verificaram que as famílias pobres e utilizadoras dos serviços sociais são capazes de identificar forças familiares, o que pode ter implicações importantes para a intervenção junto das mesmas (Sousa, *et al*, 2006).

Na perspectiva baseada nas forças, o foco principal é a colaboração e parceria entre o profissional e o(s) cliente(s), começando com a partilha, por parte do cliente, da definição da situação, dos resultados desejados e das ideias de como atingir os objectivos (Early & GlenMaye, 2000).

Na prática, a habilidade dos profissionais para motivar as famílias, expressando consideração pelas suas competências, é poderosa. As potencialidades da perspectiva baseada nas forças centram-se no facto de tanto profissionais como famílias serem capazes de identificar aspectos positivos, desenhar objectivos positivos e identificar aspectos que funcionaram na família, no passado. Ao mesmo tempo as famílias parecem ter um

potencial suplementar: elas acreditam nas suas capacidades (Sousa, 2008). Este aspecto do reconhecimento pelas famílias das próprias capacidades (e não apenas a atribuição pelos profissionais) é uma vantagem importante desta abordagem (Ausloos, 1996).

Cabe, portanto, aos profissionais aproveitar esse potencial, valorizá-lo e construir um novo caminho, a partir desse ponto de partida, em conjunto com as famílias. No entanto, como acreditar nos recursos e competências das famílias quando há tantos problemas? Não é fácil valorizar algo que nem sempre está evidente, porque os aspectos negativos são os que sobressaem primeiro, os que se está treinado para identificar. Para valorizar o potencial das famílias, é preciso, em primeiro lugar, não esquecer que ele existe e estar atento para o descobrir.

É certo que o profissional deve reconhecer as competências das famílias, mas isso somente não chega, é necessário encorajá-las, incluí-las, verdadeiramente, nas tomadas de decisão, respeitando as suas opções e demonstrando que compreende os seus esforços e os valoriza (Sousa, *et al*, 2007). Além disso, a intervenção também consiste em criar oportunidades que permitam às famílias aprender ou exibir competências (Early & GlenMaye, 2000). O profissional deve, assim, assumir uma postura amigável e adoptar uma atitude e um comportamento verdadeiramente colaborativo. A sua prática profissional necessita estar imbuída de respeito e de valorização pelos saberes e forças da família, embora com reconhecimento das suas dificuldades. Só assim se conseguirá, mesmo nos casos de insucesso (em termos de preservação ou reunificação familiar), produzir algo de positivo (Melo, 2011).

Segundo Melo (2011), uma abordagem com estas características estará sempre associada a transformações significativas e à descoberta do que de melhor o ser humano é capaz de construir: a capacidade de amar e, no acto de amar, a capacidade de transformar a realidade.

Ainda em relação às forças familiares, há a destacar algumas diferenças em função do ciclo vital da família: as famílias com filhos na escola e as famílias com filhos adolescentes percebem níveis mais elevados de *Organização familiar positiva*, de *Crenças familiares positivas* e de Índice Global de Forças Familiares, do que as famílias com filhos jovens e as famílias com filhos jovens adultos. As famílias com filhos na escola vivem mudanças que obrigam à reorganização familiar (Relvas, 1996), o que poderá justificar níveis mais elevados de *Organização familiar positiva*. As famílias com menores a cargo têm,

comparativamente com as outras, maior necessidade de organização em função das necessidades das crianças/adolescentes.

Quanto à comparação da percepção dos dois elementos de cada agregado familiar sobre as forças familiares, os resultados também são surpreendentemente positivos. Não só se verificam associações positivas, como também elevadas entre a percepção dos dois elementos relativamente aos factores: *Crenças familiares positivas*; *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas*; e *Emoções positivas*; e ao Índice Global de Forças Familiares. Relativamente ao factor *Organização familiar positiva* os dois elementos apresentam um nível de acordo moderado. Estes resultados significam que os elementos do mesmo agregado familiar percebem as forças da sua família de forma idêntica. Sendo este um objectivo inovador do presente estudo, aproveitando um instrumento recente (Questionário de Forças Familiares), não há como comparar estes resultados com os de outros estudos.

A juntar a estes resultados, a amostra apresenta um bom nível de resiliência individual. Num trabalho de investigação, em que também foi utilizada a Escala de Resiliência Connor-Davidson (CD-RISC), a amostra (composta por famílias multiproblemáticas pobres), embora de dimensão inferior, apresentou pontuações altas na escala de resiliência (Carlos, 2010).

O presente resultado significa que os participantes, além de serem capazes de perceber as forças da sua família, também conseguem perceber as suas próprias capacidades. Esta é uma dupla vantagem para a intervenção com estas famílias, porque por detrás do sucesso de cada família existe uma unidade de pessoas (que compõem o agregado familiar) que estão ligadas entre si e que apresentam capacidade para resistir e recuperar das adversidades (Walsh, 1998, 2003).

Ainda em relação à resiliência individual, os resultados apontam que quanto maior a idade menor a percepção de resiliência. Este resultado poderá, eventualmente, estar relacionado com uma menor percepção de competência pessoal associada ao aumento da idade. Outros estudos serão necessários para aprofundar este resultado.

O presente estudo possibilitou, ainda, analisar a relação entre a percepção da resiliência individual e a percepção dos processos de resiliência familiar, ou seja, das forças familiares. Verifica-se que os participantes que percebem mais *Crenças familiares positivas*, maior *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de*

problemas, mais *Emoções positivas* e maior Índice Global de Forças Familiares, também apresentam níveis mais elevados na escala de resiliência. Analisar se existe alguma relação de causalidade entre a resiliência individual e as forças familiares não era o objectivo deste estudo, mas poderá sê-lo em investigações futuras.

Uma vez que, a resiliência não é constante nem definitiva, não corresponde a um modo de funcionamento estático (Anaut, 2005) e dificilmente se consegue avaliar através de um único parâmetro de medida (Pesce, *et al*, 2004) e num único momento, os resultados da presente investigação não devem ser entendidos de forma absoluta, não se podendo afirmar que os participantes são resilientes. Da mesma forma, não se pode daqui deduzir que as famílias da amostra são resilientes, porque a resiliência familiar deve ser considerada como um percurso que difere consoante o tempo e o nível de desenvolvimento e que só é visível a longo prazo (De Haan, *et al*, 2002; Hawley & De Haan, 1996) não podendo também ser captada num único momento (Walsh, 1998). No entanto, a presente investigação não comportava a realização de um estudo longitudinal como seria desejável.

Quanto ao stress, os participantes percebem um nível moderado de stress. Segundo Walsh (1998), as famílias de comunidades pobres sofrem, frequentemente, crises e stress contínuos (desemprego, habitação deficiente, nutrição e cuidados médicos inadequados) que oprimem o seu funcionamento e que acabam por fazer com que se sintam esgotadas e derrotadas; desafios persistentes sobrecarregam o sistema e esgotam os recursos. Uma abordagem de resiliência familiar é ainda mais necessária e benéfica a estas famílias que passam por frustração e fracasso repetidos e uma abordagem sistémica permite compreender como os processos familiares têm influência no stress, permitindo às famílias superar dificuldades prolongadas.

Um outro resultado importante prende-se com a relação entre o stress percebido e um dos factores do Questionário de Forças Familiares – a *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas*. Verificou-se que, os participantes que percebem menor *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas*, apresentam níveis mais elevados de stress.

Este resultado poderá justificar-se pelo facto de no contexto de privação económica a gestão dos recursos ser extremamente difícil devido à escassez e a resolução de problemas ser também mais complexa. De acordo com Hobfoll (2001), Wadsworth e DeCarlo

Santiago (2008) e Conger, *et al.*, (1992, cit. por Sousa, *et al.*, 2007), esta situação de privação ou de perda de recursos causa stress que afecta a família e os seus membros.

Tratando-se de famílias com carências materiais, é essencial atenuar os efeitos negativos do stress através da reposição de recursos perdidos ou da substituição desses por outros de valor semelhante (Hobfoll, 2001). Sousa, *et al.*, (2007) alertam para a necessidade de disponibilizar ajudas práticas e concretas, pois isso reforça a relação de confiança com os profissionais e deixa as famílias mais disponíveis para participarem nas intervenções (ficam aliviadas de diversos problemas que consomem o seu quotidiano).

Para além disso, o profissional pode treinar as famílias para a resolução de problemas. Neste aspecto, o ensino por modelamento (*fazer com*) é muito eficaz (Sousa, *et al.*, 2007). A aceitação e o pensamento positivo podem também ser particularmente eficazes para enfrentar o stress relacionado com as situações de pobreza (Wadsworth & DeCarlo Santiago, 2008).

Novamente se refere a importância de uma visão sistémica da intervenção, que permitirá fortalecer os processos interaccionais fundamentais que estimulam a recuperação e a resiliência (Walsh, 1998). Garcia e McDowell (2010) introduzem o mapeamento do capital social como uma ferramenta terapêutica. Ao tomarem consciência das dinâmicas resultantes das trocas sociais e do capital social, profissionais e clientes poderão mapear essas influências, procurando identificar áreas de marginalização, espaços de oportunidades e ligações/contactos a pessoas com acesso a mais capital. Os autores destacam a importância da intervenção com estas famílias assumir como prioridade a constituição de uma rede de aliados, a qual promoverá protecção e sentido de pertença. Acrescentam ainda que esses aliados podem ser encontrados na família alargada, na comunidade, nos serviços sociais, nas escolas, entre outros, que servirão de fonte de recursos para a resolução de problemas quotidianos, podendo tornar-se numa rede de solidariedade e entreaajuda. O objectivo é lutar por uma compreensão e acção colectiva, de modo a conseguir maximizar os recursos dos indivíduos e das famílias.

A relação entre o stress e o sexo confirma os resultados de outros estudos: a média de stress sentido pelas mulheres é significativamente superior à manifestada pelos homens. Um estudo com famílias americanas, que avaliava o stress relacionado com a pobreza, confirmou que as mulheres demonstram níveis mais elevados de ansiedade/depressão e queixas somáticas e maior vulnerabilidade ao stress (Wadsworth & DeCarlo Santiago,

2008). Num estudo de Rocha (2009) com uma amostra de professores e enfermeiros portugueses, utilizando a Escala de Stress Percebido aplicada no presente estudo, o resultado foi idêntico.

Algumas diferenças de género relativamente às percepções de stress são referidas noutros estudos, na medida em que as mulheres apontam mais factores de stress sociais e relacionais. Por um lado, as mulheres tendem a considerar mais situações como indutoras de stress, revelando maior preocupação face ao stressor e à procura de soluções, do que os homens. Por outro lado, os indivíduos do sexo masculino tendem a ser mais optimistas e a ocuparem-se das situações apenas quando elas acontecem. Por fim, o facto de a mulher continuar a estar sujeita a uma maior pressão de conciliação de papéis familiares e profissionais, poderá contribuir para este resultado (Rocha, 2009).

Há ainda um outro factor que poderia ter influenciado este resultado, uma vez que, a amostra é composta por uma percentagem elevada de famílias monoparentais femininas. É incontestável que, tratando-se de famílias pobres, a monoparentalidade pode ser uma dificuldade a mais que sobrecarrega, em geral, a figura feminina (Yunes, *et al*, 2007), contribuindo para aumentar os níveis de stress. No entanto, não se registaram diferenças significativas entre a tipologia familiar e o stress percebido pelos participantes, o que também se poderá dever à dimensão reduzida da amostra.

Particularmente em relação a esta tipologia familiar, os resultados de um estudo com famílias monoparentais que vivem em situação de pobreza no Brasil revelaram crenças pessimistas dos agentes comunitários sobre o funcionamento destas famílias, em contraposição aos factores indicativos de resiliência constatados nas suas histórias de vida (Yunes, *et al*, 2007). Os resultados do presente estudo também não revelaram diferenças significativas entre a tipologia familiar e as forças familiares ou a resiliência individual, o que poderá significar que as famílias monoparentais não se diferenciam de outras tipologias familiares e que, tal como no estudo de Yunes, *et al* (2007), também apresentam factores indicativos de resiliência.

Por fim, é essencial avaliar as potencialidades e as vulnerabilidades de cada família ao nível da sua situação socioeconómica e das suas prioridades de desenvolvimento (Walsh, 1998). É um erro depositar sobre as famílias a responsabilidade de resolver os problemas cuja solução extrapola os seus limites de competência (Silva, *et al*, 2003). Não basta

encorajar a resiliência de indivíduos e famílias para que vençam os obstáculos, é preciso mudar os obstáculos que lhes são colocados (Walsh, 1998).

Em matéria de pobreza, a intervenção não pode responder apenas ao problema que lhe deu origem, mas deve desenhar um plano de acção que inclua elementos de desenvolvimento pessoal e económico e treino de liderança. Este plano exige um forte envolvimento e compromisso de interventores e famílias. Para ser bem-sucedido, requer profissionais flexíveis, com múltiplas competências, criativos e capazes de implementar intervenções sócio-económicas. O objectivo é que as famílias aprendam a tomar o controlo e responsabilidade das suas vidas (Sousa, *et al*, 2007).

Como sugestão de todos os tempos, poderia apontar-se a prevenção, nomeadamente através do apoio aos jovens pais. É nessa altura que os pais começam a desorganizar-se e que os apoios são raros (Ausloos, 1996). A abordagem da resiliência familiar orienta as intervenções para fortalecer a família, visando não só a resolução de problemas, mas também a sua prevenção. Por isso, na construção da resiliência familiar, toda a intervenção é também uma medida preventiva (Walsh, 1998). É essencial a promoção de processos fundamentais, porque estes podem preparar a família para superar problemas imprevistos e evitar crises (Walsh, 1998).

A dignidade da pessoa e o seu desenvolvimento são a finalidade última de cada tipo de intervenção. Cada pessoa, cada família, por mais carente que seja, representa uma riqueza e demonstra um grande valor. Para ajudar a desenvolver os próprios talentos e a mover a responsabilidade pessoal, é necessário valorizar e reforçar aquilo que as pessoas já construíram, a própria história, as relações existentes, reafirmar aquele conjunto de experiências que constitui o seu património de vida, e ajudar a pessoa a entender o seu próprio valor, a sua dignidade e, desse modo, a desenvolver a responsabilidade (Novara, 2003).

Se conseguirmos ajudar as famílias a desenvolverem-se de forma positiva, não obstante a turbulência que as assalta, encontraremos caminhos mais viáveis para a construção de um meta-universo mais saudável e mais feliz (Melo, 2011).

7. Conclusão

A partir da análise dos resultados, e à luz dos objectivos do estudo e da revisão teórica considerada, verifica-se que os membros das famílias pobres são capazes de perceber forças familiares (*Organização familiar positiva; Crenças familiares positivas; Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas; e Emoções positivas*), ou seja, processos familiares associados à resiliência. Desta forma, foi possível descobrir aspectos positivos do funcionamento das famílias que vivem num contexto de pobreza. Além disso, a possibilidade de comparar a percepção dos membros da mesma família permitiu verificar elevado nível de acordo em relação às forças familiares. Em particular, em relação ao ciclo vital da família, as famílias com filhos menores (filhos na escola e filhos adolescentes) percebem níveis mais elevados de alguns processos familiares do que as famílias com filhos jovens e com filhos adultos.

Outro resultado muito positivo prende-se com a resiliência individual: a acrescer às forças familiares, os participantes percebem também um bom nível de resiliência, que é tanto maior quanto menor a idade. Constatou-se ainda que os indivíduos que percebem níveis mais elevados de forças familiares também apresentam níveis mais elevados de resiliência individual, o que significa que essas duas variáveis se encontram relacionadas. Um outro resultado a assinalar é o nível moderado de stress percebido pelos participantes, sendo que os níveis de stress são mais elevados para os indivíduos que percebem menor *Gestão positiva dos recursos, suporte familiar e resolução de problemas*. Ainda em relação ao stress, a média de stress sentido pelas mulheres é significativamente superior à manifestada pelos homens.

Os resultados do presente estudo vão ao encontro de outros que afirmam que todas as famílias têm recursos e têm a capacidade de crescer, aprender e mudar (Sousa, 2008). Estes resultados são extremamente positivos por permitirem ver as famílias e os indivíduos como possuidores de competências, o que muda a forma como se “olha” para eles, como se trabalha com eles e como eles se vêem a si próprios.

No contexto de pobreza, falar de resiliência é falar da possibilidade de quebrar previsões de continuidade dos problemas (Silva, *et al*, 2003) e reconhecer que estas famílias lutam para se adaptarem, contando com experiências relacionais dos sistemas

familiares de origem onde o amor e o conhecimento nem sempre estiveram presentes para os guiar (Melo, 2011), necessitando, por isso, de amparo, atenção, empatia e tempo.

A intervenção centrada na família não permite esquecer que “O desenvolvimento da humanidade passará sempre pela família... Por isso, no respeito pela diferença, a família deve ser respeitada, protegida e promovida como fundamento da sociedade.” (Ribeiro, 2006: 102). Por sua vez, o foco baseado nas forças e, em particular, na resiliência familiar deve procurar identificar e implementar os processos-chave que possibilitam às famílias lidar eficientemente com situações de stress permanente e saírem fortalecidas das mesmas (Walsh, 1996). A intervenção no âmbito da resiliência familiar é também uma medida preventiva (Walsh, 1998). Neste contexto, “a esperança está para o espírito como o oxigénio está para os pulmões” (Walsh, 2003: 18), tanto para as famílias que vivem em contextos adversos como para os profissionais que com elas trabalham.

Em suma, é essencial criar serviços centralizados na família e baseados na força, seja no sector público seja no terceiro sector. Para isso, em primeiro lugar, é urgente passar de um modelo baseado nos défices para um modelo baseado nos recursos, alcançar um melhor entendimento das famílias pobres e vulneráveis (identificar as suas potencialidades e recursos), agilizar os serviços e os apoios sociais, tornando-os mais flexíveis, rápidos e coordenados, apostar na prevenção e na intervenção precoce.

Neste âmbito, devem ser criados programas de intervenção intensivos, com continuidade: Programas de Apoio Familiar: Prevenção e Intervenção Precoce, que proporcionem informações e serviços para apoio e fortalecimento das famílias (educação da vida familiar, ajuda para lidar com crises e transições stressantes, etc.) durante todo o ciclo de vida (desde a gravidez até à morte); e Programas de Preservação Familiar (para proteger as crianças e fortalecer as famílias) (Walsh, 1998).

Ao nível das limitações deste estudo, destaca-se o facto de a amostra ser reduzida, o que não permite generalizar os resultados. Contudo, é considerada a percepção de mais do que um elemento adulto da família (sempre que possível) e são utilizados instrumentos de auto-relato que permitem captar a percepção de cada membro da família. A este nível, é também uma limitação a não utilização de uma metodologia qualitativa, como complemento. Outra limitação diz respeito à recolha de dados, tratando-se de um estudo transversal. Quase todos os estudos se reportam a um único momento para a recolha de dados, embora fosse desejável a realização de estudos longitudinais, uma vez que, a

resiliência é um percurso que só é visível ao longo do tempo (De Haan, *et al*, 2002; Hawley & De Haan, 1996).

Para futuras pesquisas seria interessante: alargar o tamanho da amostra; abranger um maior número de elementos de cada família, incluindo crianças e adolescentes (utilizando instrumentos específicos para cada faixa etária); realizar um estudo longitudinal; complementar metodologias qualitativas com quantitativas; utilizar os mesmos instrumentos do presente estudo com amostras diferentes; aprofundar a relação entre as forças familiares e a resiliência individual (haverá relação de causalidade?); explorar os efeitos do stress na vida dos indivíduos e das famílias em situação de pobreza e aprofundar a sua relação com a resiliência individual e com as forças familiares; voltar a analisar a relação entre a resiliência e a idade e entre as forças familiares e as tipologias familiares e o ciclo vital da família.

8. Referências Bibliográficas

- Alarcão, M. (2002). *(Des)Equilíbrios familiares*. Coimbra: Quarteto.
- Alves, N. (2009). Novos factos sobre a pobreza em Portugal. *Boletim Económico, Banco de Portugal*, Primavera, 125-154.
- Anaut, M. (2005). *A resiliência. Ultrapassar os traumatismos*. Lisboa: Climepsi Editores. (original publicado em 2002).
- Anjos, J. F. & Ribeiro, M. T. (2009). *Psychosocial Resilience as a Cross Cultural Concept: Understanding and Measuring Resilience*. Comunicação apresentada na Conferência da NATO.
- Antonovsky, A. & Sourani, T. (1988). Family sense of coherence and family adaptation. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 79-92.
- Ausloos, G. (1996). *A competência das famílias – Tempo, caos, processo*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Bem, L. A., & Wagner, A. (2006). Reflexões sobre a construção da parentalidade e o uso de estratégias educativas em famílias de baixo nível socioeconómico. *Psicologia em Estudo*, 11 (1), 63-71.
- Benard, B. (2006). Using strengths-based practice to tap the resilience of families. In D. Saleebey (Ed.), *The Strengths Perspective in Social Work Practice* (4ª ed.) (pp. 197-220). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Benzies, K. & Mychasiuk, R. (2009). Fostering family resilience: a review of the key protective factors. *Child and Family Social Work*, 14, 103-114.
- Bhana, A. & Bachoo, S. (2011). The determinants of family resilience among families in low- and middle-income contexts: a systematic literature review. *South African Journal of Psychology*, 41 (2), 131-139.
- Boss, P. (2002). *Family stress management: A contextual approach* (2ed.). CA: Sage Publications, Inc.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. & Morris, P. (1998). The ecology of developmental processes. In R. M. Lerner & W. Damon (Eds.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (vol. 1, pp. 993-1027). New York: John Wiley & Sons.

- Bruto da Costa, A. (2004). *Exclusões sociais* (4ª ed.). Lisboa: Gradiva Publicações.
- Cancrini, L., Gregório, F., & Nocerino, S. (1997). Las familias multiproblemáticas. In M. Coletti & J. Linares (Eds.), *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática, la experiencia de Ciutat Vella* (pp. 45-82). Barcelona: Paidós.
- Carlos, A. (2010). *Famílias a Cores: Resiliência em Famílias Multiproblemáticas*. Tese de Mestrado não publicada, Instituto Superior das Ciências do Trabalho e da Empresa, Lisboa.
- Cohen, S., Kamarck, T. & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 386-396.
- Connor, K. M. & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- De Haan, L., Hawley, D. R., & Deal, J. E. (2002). Operationalizing family resilience: a methodological strategy. *The American Journal of Family Therapy*, 30, 275-291.
- Early, T. J. & GlenMaye, L. F. (2000). Valuing families: Social work practice with families from a strengths perspective. *Social Work*, 45 (2), 118-130.
- Garcia, M. & McDowell, T. (2010). Mapping social capital: A critical contextual approach for working with low-status families. *Journal of Marital and Family Therapy*, 36 (1), 96-107.
- Hawley, D. R., & De Haan, L. (1996). Towards a definition of family resilience: Integrating life-span and family perspectives. *Family Process*, 35, 283-298.
- Hepworth, D., Rooney, R., Rooney, G., Strom-Gottfried, K., & Larsen, J. A. (2009). *Direct Social Work Practice: Theory and Skills* (8ª ed.). Florence, KY: Cengage Learning.
- Hobfoll, S. E. (2001). The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology: An International Review*, 50 (3), 337-428.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71 (3), 543-562.
- Matos, A. & Sousa, L. (2004). How multiproblem families try to find support in social services. *Journal of Social Work Practice*, 18 (1), 65-80.

- McCubbin, H. & Patterson, J. (1983). The family stress process: The double ABCX model of family adjustment and adaptation. In H. I. McCubbin, M. B. Sussman & J. M. Patterson. *Social Stress and the Family. Advances and Developments in Family Stress Theory and Research* (pp. 7-38). New York: The Haworth Press.
- Melo, A. T. (2011). *As forças dos profissionais e da família multidesafiada na protecção da criança. Um modelo de avaliação e intervenção familiar integrada para os CAFAP*. Tese de Doutoramento não publicada, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Coimbra.
- Melo, A. T., & Alarcão, M. (2011). Avaliação de processos de resiliência familiar: Validade e fidelidade do Questionário de Forças Familiares. *Mosaico*, 48, 34-41.
- Minuchin, S., Montalvo, B., Guerney, B., Rosman, B., & Shumer, F. (1967). *Families of the slums. An exploration of their structure and treatment*. New York: Basic Books.
- Mullin, W. J. & Arce, M. (2008). Resilience of families living in poverty. *Journal of Family Social Work*, 11 (4), 424-440.
- Narvaz, M. G. & Koller, S. H. (2005). O modelo bioecológico do desenvolvimento humano. In S. H. Koller (Org.), *Ecologia do desenvolvimento humano: Pesquisa e intervenção no Brasil* (2ª ed.) (pp. 55-69). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Novara, E. (2003). Promover os talentos para reduzir a pobreza. *Estudos Avançados*, 17 (48), 101-123.
- Patterson, J. M. (2002a). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*, 64, 349-360.
- Patterson, J. M. (2002b). Understanding family resilience. *Journal of Clinical Psychology*, 58 (3), 233-246.
- Pesce, R. P., Assis, S. G., Santos, N., & Oliveira, R. C. (2004). Risco e protecção: Em busca de um equilíbrio promotor de resiliência. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20 (2), 135-143.
- Pinto, T. C., Guerra, I., Martins, M., & Almeida, S. (2010). *À tona de água: Necessidades em Portugal: tradição e tendências emergentes*. Lisboa: Tinta da China.
- Quivy, R. & Campenhoudt, L. V. (2003). *Manual de Investigação em Ciências Sociais* (3ª ed.). Lisboa: Gradiva. (original publicado em 1995).
- Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da família. Perspectiva sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.

- Ribeiro, M. T. (2006). Perspectivas do Desenvolvimento da Família. Actas do Colóquio “População, Desenvolvimento e Valorização de Recursos”, Sociedade Científica da Universidade Católica Portuguesa, pp. 89-103.
- Rocha, P. M. (2009). *Família e Trabalho: (Des)Equilíbrios que orientam a (In)Satisfação. Valor do Apoio Social e da Vinculação*. Tese de Mestrado não publicada, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa.
- Rodrigues, E. V., Samagaio, F., Ferreira, H, Mendes, M. M., & Januário, S. (1999). A Pobreza e a Exclusão Social: Teorias, Conceitos e Políticas Sociais em Portugal. *Sociologia, 9*, 63-101.
- Silva, M. R., Elsen, I., & Lacharité, C. (2003). Resiliência: concepções, fatores associados e problemas relativos à construção do conhecimento na área. *Paidéia, 13* (26), 147-156.
- Sousa, L. (2008). *Strengthening Vulnerable Families*. New York: Nova Science Publishers.
- Sousa, L. & Eusébio, C. (2005). When multi-problem poor individuals’ values meet practitioners’ values! *Journal of Community & Applied Social Psychology, 15*, 353-367.
- Sousa, L., Hespanha, P., Rodrigues, S., & Grilo, P. (2007). *Famílias Pobres: Desafios à Intervenção Social*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Sousa, L., & Ribeiro, C. (2005). Percepção das famílias multiproblemáticas pobres sobre as suas competências. *Psicologia, 19* (1-2), 169-191.
- Sousa, L., Ribeiro, C., & Rodrigues, S. (2006). Intervention with multi-problem poor clients: Towards a strengths-focused perspective. *Journal of Social Work Practice, 20* (2), 189-204.
- Sousa, L., Ribeiro, C., & Rodrigues, S. (2007). Are practitioners incorporating a strengths-focused approach when working with multi-problem poor families? *Journal of Community & Applied Social Psychology, 17*, 53-66.
- Wadsworth, M. E. & DeCarlo Santiago, C. (2008). Risk and resiliency processes in ethnically diverse families in poverty. *Journal of Family Psychology, 22* (3), 399-410.
- Walsh, F. (1993). Conceptualizations of normal family functioning. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes* (pp. 3-39). New York: The Guilford Press.

- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Family Process*, 35, 261-281.
- Walsh, F. (1998). *Strengthening Family Resilience*. New York: The Guilford Press.
- Walsh, F. (2002). A family resilience framework: Innovative practice applications. *Family Relations*, 51 (2), 130-138.
- Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process*, 42 (1), 1-18.
- Yunes, M. A. (2003). Psicologia positiva e resiliência: O foco no indivíduo e na família. *Psicologia em Estudo*, 8, 75-84.
- Yunes, M. A., Garcia, N. M., & Albuquerque, B. M. (2007). Monoparentalidade, pobreza e resiliência: Entre as crenças dos profissionais e as possibilidades da convivência familiar. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 20 (3), 444-453.

9. Anexos

Consentimento Informado

O meu nome é Cláudia Lucas e o presente estudo surge no âmbito do Mestrado em Ciências da Família – especialização em contextos familiares de risco, realizado na Universidade Católica Portuguesa, sob a orientação da Professora Doutora Maria Teresa Ribeiro.

Agradeço a sua disponibilidade para participar neste estudo, respondendo aos questionários.

Assume-se como compromisso:

1. A sua participação será completamente voluntária, podendo desistir a qualquer momento sem nenhum prejuízo para si.
2. A informação obtida tem como fim apenas a investigação, não influenciando de forma alguma o apoio que lhe é prestado actualmente.
3. A informação obtida é absolutamente confidencial.

Muito obrigada pela sua disponibilidade e participação.

Lisboa, ___/___/2012

Tomei conhecimento,

**Connor-Davidson – Escala de Resiliência
(CD-RISC)**

Cód. _____

Por favor indique até que ponto concorda com as seguintes informações enquanto se aplicam à sua realidade e a si neste **último mês**. Se alguma destas situações não ocorreu recentemente, responda de acordo com o que pensa que teria sentido caso tivessem ocorrido.

Não existem respostas certas ou erradas, dê apenas a sua opinião.

Por favor, não coloque o seu nome no questionário.

Responda a cada um dos itens que se seguem, fazendo-lhe corresponder uma das opções apresentadas:

	não verdadeira	raramente verdadeira	às vezes verdadeira	geralmente verdadeira	quase sempre verdadeira
1. Eu sou capaz de me adaptar quando ocorrem mudanças.	0	1	2	3	4
2. Eu tenho pelo menos uma relação próxima e segura que me ajuda quando estou sob stress.	0	1	2	3	4
3. Quando não existem soluções óbvias para os meus problemas, por vezes o destino ou Deus podem ajudar.	0	1	2	3	4
4. Eu consigo lidar com qualquer coisa que aconteça na minha vida.	0	1	2	3	4
5. Os sucessos do passado dão-me confiança para lidar com os novos desafios e dificuldades.	0	1	2	3	4
6. Eu tento ver as coisas com humor quando me deparo com problemas.	0	1	2	3	4
7. Ter de lidar com o stress torna-me mais forte.	0	1	2	3	4
8. Tenho tendência para recuperar rapidamente depois de períodos com doença, ferimentos ou outras dificuldades.	0	1	2	3	4
9. Bem ou Mal, acredito que a maioria das coisas acontece por uma razão.	0	1	2	3	4
10. Eu dou o meu melhor independentemente dos resultados que possa vir a ter.	0	1	2	3	4

	não verdadeira	raramente verdadeira	às vezes verdadeira	geralmente verdadeira	quase sempre verdadeira
11. Eu acredito que posso atingir os meus objectivos, mesmo que existam obstáculos.	0	1	2	3	4
12. Mesmo quando as coisas parecem não ter solução, eu não desisto.	0	1	2	3	4
13. Durante momentos de stress / crise, eu sei onde procurar ajuda.	0	1	2	3	4
14. Sob pressão, mantenho-me focado(a) e a pensar com clareza.	0	1	2	3	4
15. Eu prefiro liderar na resolução de problemas, do que deixar que os outros tomem as decisões.	0	1	2	3	4
16. Eu não sou facilmente desencorajado(a) pelo insucesso.	0	1	2	3	4
17. Eu penso em mim como uma pessoa forte ao lidar com os desafios e dificuldades da vida.	0	1	2	3	4
18. Eu consigo tomar decisões pouco populares ou difíceis com implicações para outras pessoas, se necessário.	0	1	2	3	4
19. Eu sou capaz de lidar com sentimentos desagradáveis ou dolorosos como a tristeza, o medo e a raiva.	0	1	2	3	4
20. Ao lidar com os problemas da vida, às vezes temos que agir por impulso, sem olhar para o porquê.	0	1	2	3	4
21. Eu acredito fortemente que a vida tem um sentido.	0	1	2	3	4
22. Eu sinto que a minha vida está sob o meu controlo.	0	1	2	3	4
23. Eu gosto de desafios.	0	1	2	3	4
24. Eu trabalho para atingir os meus objectivos independentemente dos obstáculos que encontro pelo caminho.	0	1	2	3	4
25. Eu orgulho-me dos sucessos que alcanço.	0	1	2	3	4

Muito Obrigada pela sua colaboração!

ESP

Cód. _____

As perguntas da presente escala questionam-no(a) sobre os seus sentimentos e pensamentos **durante o último mês**. Para cada questão, ser-lhe-á pedido que indique com que frequência se sentiu ou pensou de determinada maneira. A sua resposta deverá ser uma estimativa e não uma contabilização do acontecido no mês passado.

Não existem respostas certas ou erradas, dê apenas a sua opinião.

Por favor, não coloque o seu nome no questionário.

Responda a cada um dos itens que se seguem, fazendo-lhe corresponder uma das opções apresentadas:

	Nunca	Quase nunca	Às vezes	Frequentemente	Muito frequentemente
1. No último mês, com que frequência ficou aborrecido(a) por causa de algo que aconteceu inesperadamente?	0	1	2	3	4
2. No último mês, com que frequência sentiu que era incapaz de controlar as coisas importantes na sua vida?	0	1	2	3	4
3. No último mês, com que frequência se sentiu nervoso(a) e stressado(a)?	0	1	2	3	4
4. No último mês, com que frequência se sentiu confiante em relação à sua capacidade para lidar com os seus problemas pessoais?	0	1	2	3	4
5. No último mês, com que frequência sentiu que as coisas estavam a decorrer conforme pretendia?	0	1	2	3	4
6. No último mês, com que frequência verificou que não conseguia lidar com todas as coisas que tinha de fazer?	0	1	2	3	4
7. No último mês, com que frequência foi capaz de controlar as irritações na sua vida?	0	1	2	3	4
8. No último mês, com que frequência sentiu que estava “em cima do acontecimento”?	0	1	2	3	4
9. No último mês, com que frequência se sentiu enraivecido(a) por causa de coisas que estavam fora do seu controlo?	0	1	2	3	4
10. No último mês, com que frequência sentiu que as dificuldades, se estavam a acumular de tal modo que não as iria conseguir resolver?	0	1	2	3	4

(C) Cohen, Kamarck & Mermelstein (1983)

(T) Rocha & Ribeiro (2008) *in* Rocha (2009)

Muito Obrigada pela sua colaboração!

Questionário de Forças Familiares

(Ana Melo & Madalena Alarcão, 2009)

Cód.: _____

Segue-se uma listagem de coisas que por vezes acontecem nas famílias.

Por favor, assinale em que medida considera que as características descritas são parecidas com as da sua família.

Não existem respostas certas ou erradas, o que importa é a sua opinião.

Por favor, não coloque o seu nome no questionário.

Responda a cada um dos itens que se seguem, fazendo-lhe corresponder uma das opções apresentadas:

	Nada parecidas	Pouco parecidas	Mais ou menos parecidas	Bastante parecidas	Totalmente parecidas
1. Na minha família somos optimistas e procuramos ver sempre o lado positivo das coisas.	1	2	3	4	5
2. Na minha família acreditamos que em conjunto conseguimos sempre encontrar maneira de lidar com os problemas.	1	2	3	4	5
3. Na minha família somos muito unidos.	1	2	3	4	5
4. Na minha família toda a gente tem o direito de dar a sua opinião.	1	2	3	4	5
5. Na minha família tomamos decisões em conjunto.	1	2	3	4	5
6. Na minha família sempre que alguém tem um problema toda a gente se junta para ajudar.	1	2	3	4	5
7. Na minha família toda a gente dá apoio àquilo que cada um quer fazer, aos projectos individuais e ao que é importante para si.	1	2	3	4	5
8. Na minha família cada um tem o direito de ter a sua privacidade, o seu próprio espaço ou tempo.	1	2	3	4	5
9. Na minha família as tarefas de casa e da vida familiar são partilhadas.	1	2	3	4	5
10. Na minha família mostramos abertamente o que sentimos uns pelos outros.	1	2	3	4	5
11. Na minha família sentimos que somos capazes de ser felizes apesar das dificuldades que vão ou podem aparecer.	1	2	3	4	5
12. Na minha família existem regras claras que toda a gente conhece e sabe que tem que cumprir.	1	2	3	4	5

13. Na minha família fazemos coisas e actividades em conjunto.	1	2	3	4	5
14. Na minha família há boa disposição e encontramos sempre momentos para rir.	1	2	3	4	5
15. Na minha família toda a gente é capaz de dizer o que pensa e sente, mesmo coisas negativas, sem magoar os outros.	1	2	3	4	5
16. Na minha família quando aparece um problema importante, conversamos e resolvemo-lo em conjunto.	1	2	3	4	5
17. Na minha família temos amigos, vizinhos ou pessoas conhecidas que nos ajudam quando precisamos.	1	2	3	4	5
18. Na minha família conseguimos gerir o dinheiro que temos de maneira a conseguir pagar as principais despesas.	1	2	3	4	5
19. Na minha família sabemos a que sítios temos que nos dirigir para cada dificuldade que surge.	1	2	3	4	5
20. Na minha família, quando há problemas com os quais não conseguimos lidar, aceitamos isso e seguimos em frente sem desanimar.	1	2	3	4	5
21. Na minha família acreditamos que todos temos algo a cumprir, uma espécie de missão.	1	2	3	4	5
22. Na minha família há valores que se deseja que toda a gente aprenda.	1	2	3	4	5
23. Na minha família conseguimos lidar bem com imprevistos e dificuldades.	1	2	3	4	5
24. Na minha família acreditamos que os momentos de dificuldade nos podem ajudar a ser mais fortes.	1	2	3	4	5
25. Na minha família é importante que cada um tente ser feliz.	1	2	3	4	5
26. Na minha família conseguimos resolver um desacordo sem conflitos.	1	2	3	4	5
27. A minha família consegue encontrar ajuda, quando precisa, nas pessoas que conhece.	1	2	3	4	5
28. Na minha família conseguimos discutir pontos de vista diferentes sem ficarmos zangados uns com os outros.	1	2	3	4	5
29. Na minha família as decisões importantes, que afectam todos, são tomadas em conjunto.	1	2	3	4	5

Muito obrigada pela sua colaboração!

Questionário de Caracterização Sócio-Demográfica

Cód.: _____

Data: ____/____/____

Por favor, não coloque o seu nome no questionário.

1. Idade: anos

2. Género:

1. Masculino
2. Feminino

3. Qual o seu estado civil? (*escolha apenas uma opção*)

1. Solteiro(a)
2. Casado(a)
3. União de facto(a)
4. Separado(a)/divorciado(a)
5. Viúvo(a)

3.1 No caso de ser casado(a) ou de viver em união de facto, já teve um casamento anterior?

1. Sim
2. Não

4. Quais as suas habilitações literárias? (*escolha apenas uma opção*)

1. Sem escolaridade
2. Inferior à 4ª classe
3. 4ª classe / 1º ciclo do ensino básico
4. Ensino preparatório / 2º ciclo do ensino básico
5. 9º ano / 3º ciclo do ensino básico
6. 12º ano / ensino secundário
7. Curso superior

5. Qual a principal origem do seu rendimento mensal? (*pode escolher várias opções*)

1. Trabalho
2. Pensão de reforma / aposentação
3. Pensão de invalidez
4. Pensão de sobrevivência
5. Subsídio de desemprego
6. Subsídio de doença
7. Rendimento social de inserção
8. Encontra-se a cargo de familiares
9. Outro. Qual? _____
10. Sem rendimentos

6. Por quantos elementos é constituído o seu agregado familiar (contando consigo)?

7. Indique, por favor, com quem vive e a respectiva idade?

Parentesco	Idade

Muito obrigada pela sua colaboração!

A sua participação foi muito importante.