

Título de cabeçalho: STRESSE, DEPRESSÃO E ANSIEDADE

Stresse, Depressão, Ansiedade e Ruptura Familiar em homens com filhos

Janete Aurora Maurício Bento

N.º: 9900453 / 5P4

Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias

Seminário de Investigação em Psicologia Criminal e Comportamento

Desviante

Departamento de Psicologia

Orientadora: Mestre Cristina Soeiro

Coordenador: Doutor Paulo Sargento

Setembro, 2004

Resumo

Este estudo pretende avaliar os níveis de depressão, ansiedade e stresse em homens, com filhos, em situações de ruptura familiar. A amostra é constituída por 40 homens, aplicando-se para avaliação da depressão, ansiedade e stresse respectivamente a escala *Center for Epidemiologic Studies Depression Scale* – CES – D (Radloff, 1977), o inventário *State – Trait Anxiety Inventory* – STAI (Spielberger, 1983) e a *Perceived Stress Scale* – PSS (Cohen et al. 1983). Os resultados revelaram diferenças estatisticamente significativas ao nível de depressão, tendo em conta o tipo de ruptura familiar, apresentando os homens em situação de divórcio litigioso valores mais elevados do que os homens em situações de divórcio por mútuo consentimento. Verificou-se ainda que os homens que passam por uma experiência de ruptura familiar numa idade mais jovens tendem a sentir mais stresse que os homens com mais idade. Estes resultados podem indicar que a maturidade contribui para eliminar o stresse inerente às situações de ruptura familiar, e que a resolução por via não litigiosa permite uma forma mais assertiva de viver com o problema da ruptura familiar para o homem.

Palavras-chave: Stresse, Depressão, Ansiedade, Ruptura Familiar, Divórcio, Separação, Poder Paternal.

Abstract

This study was carried out with the purpose of assessing the levels of depression, anxiety and stress in family rupture situations in males with children. The sample was formed of 40 males and to the evaluation of depression, anxiety and stress the scale *Center for Epidemiologic Studies Depression Scale* – CES – D (Radloff, 1977), the inventory *State – Trait Anxiety Inventory* – STAI (Spielberger, 1983) and the *Perceived Stress Scale* – PSS (Cohen et al. 1983) have been respectively applied. The results show significant statistic differences in the level of depression depending on the type of family rupture, with higher values in the cases of litigious divorce and lower values in the cases of mutual consent divorce. Furthermore, it was found that younger males have a tendency to experience more stress compared to older males. This may indicate that maturity contributes to attenuate the stress that is associated to family rupture situations and that the non litigious makes it more easy for man to deal with the problem of family rupture in a more assertive way.

Key-words: Stress, Depression, Anxiety, Family Rupture, Divorce, Separation, Paternal Power.

Stresse, Depressão, Ansiedade e Ruptura Familiar em homens com filhos

A família é uma estrutura orgânica que tem mudado ao longo dos séculos, sofrendo mutações e assumindo diferentes modelos que acompanham o desenvolvimento da sociedade humana. As grandes funções asseguradas pela família dizem respeito à reprodução biológica, ao afecto, à entreaajuda e solidariedade, ao suporte económico, à garantia de sobrevivência e à transmissão dos conhecimentos e dos modelos adequados (Ribeiro, 1999).

A sua importância é evidente no nascimento de uma criança que é totalmente dependente do grupo em que se insere durante os dois primeiros anos. Normalmente são os progenitores que asseguram os cuidados necessários à sobrevivência da criança, havendo um fortalecimento os laços familiares (Ribeiro, 1999).

Com a mudança dos séculos o papel de cada membro da família foi sendo alterado ao nível das funções sociais, direitos e autonomia proporcionando a cada membro familiar a sua independência e liberdade (Ribeiro, 1999).

Esta mudança teve a influência da Revolução Industrial, com o reconhecimento dos direitos da mulher e da criança. No entanto, esta mudança gerou conflitos entre os processos convergentes da família. Sendo assim, a individualização de cada membro tende para a respectiva autonomia, logo para a separação quando a relação deixa de ser satisfatória, a qual se veio a materializar de modo bastante generalizado (Torres, 1996). Tal como Torres (1996) bem refere, é o “alargamento da democracia à família” (p.7).

Actualmente os indivíduos estão mais predispostos a seguir o seu destino pessoal sem que isso implique sacrifícios desnecessários, feitos em prol do cônjuge com que se vive, por este motivo surgem mais conflitos no seio

familiar cuja a resolução tem por base a ruptura. Na sociedade de hoje a percentagem de situação de ruptura familiar por divórcio ou separação é muito elevada e encontra-se em expansão (Ribeiro, 1999).

Torres (1992), no seu artigo acerca da fatalidade, culpa, desencontro, formas de ruptura conjugal, sintetiza alguns resultados já previamente realizados acerca do divórcio e dos divorciados, recorrendo a uma amostra de homens e mulheres divorciados e separados de vários meios sociais e idades, da área urbana de Lisboa que foram submetidos a entrevistas. A autora neste artigo parte da perspectiva que os aspectos sociológicos do divórcio só podem ser compreendidos em estreitas articulações com as formas de conjugalidade.

A ruptura surge na maioria das vezes como um mal necessário, já que a relação deixa de significar a felicidade que havia sido prometida no passado e a recusa ao mau estar individual e/ou à ausência de harmonia conjugal passa a ser proeminente. Em alguns casos estão também envolvidos processos de reconstrução de identidade, passando o divórcio a ser encarado, após o momento de ruptura, como uma “libertação” (Torres, 1992).

Assim, o divórcio aparece como um direito individual a ser exercido porque é do bem-estar do indivíduo que depende a harmonia do casal e posteriormente da família (Torres, 1992).

O divórcio é percebido como sendo uma ruptura de um contrato entre duas pessoas, sendo o tribunal a instância que irá legalizar esta ruptura e arbitrar as disputas inerentes a qualquer divisão de associação ou de comunidade. Trata-se de uma “comunidade” bem particular já que, a maior parte do tempo deu vida a seres, ainda em desenvolvimento, e não consiste só

em partilhar, mas educar (Coletteduflot, 1993). É acima de tudo, um fenómeno complexo, cuja compreensão envolve a consideração de aspectos sociais e psicológicos (Magagnin, Backes & Magagnin, 1996).

Hoje o divórcio é encarado, pelo casal, não como resultante de carências, anomalias ou disfuncionamentos particulares, mas como uma consequência coerente com certas formas de organizar e viver a vida familiar. A relação conjugal deve ser, na perspectiva do casal, produtora de bem-estar e felicidade, e quando perde qualidade deve deixar de existir. O que está em causa não é o divórcio; o problema está no mau casamento (Torres, 1996).

Juridicamente falando o divórcio é a dissolução do casamento decretada por um tribunal (Reis & Meneses, 2000).

Durante muitos anos, o divórcio em Portugal (e na Europa), assentou na noção de culpa: o chamado divórcio-sanção. Neste contexto, só seria possível pedir o divórcio se um dos cônjuges incorresse de forma culposa em falta que a lei expressamente previsse como motivadora de divórcio, ou seja, só o cônjuge ofendido podia requerer, precisamente contra ao cônjuge culpado, o divórcio. Quando ambos os cônjuges pretendiam divorciar-se, estes tinham de mentir em tribunal quanto à culpa de um deles, para justificarem a concessão do divórcio que ambos queriam (Bieber, 1998).

Actualmente a lei portuguesa considera a possibilidade de dissolução do casamento não só através do divórcio litigioso, mas também através do divórcio por mútuo consentimento (Bieber, 1998). Como tal, o divórcio por mútuo consentimento e divórcio litigioso, devem ser compreendidos como marcos significativos da evolução social, correspondendo a fases de extrema

importância dos direitos dos indivíduos, da família e das crianças (Ribeiro, 1999).

Numa abordagem jurídica, e de acordo com o Código Civil Português (2004), o divórcio implica a dissolução do casamento, e tem juridicamente os mesmos efeitos da dissolução por morte, salvas as exceções consagradas na lei (artigo 1788.º).

É de referir que em todos os processos de divórcio há a tentativa de conciliação do casal. No caso do divórcio litigioso, se a tentativa de reconciliação não resultar, o juiz terá que fazer com que o casal opte pelo divórcio por mútuo consentimento. Nessa circunstância, e de acordo com o artigo 1774.º do Código Civil Português serão feitas as alterações necessárias para se proceder ao divórcio na modalidade de mútuo consentimento (Código Civil, 2004).

O divórcio litigioso pode ser pedido por um dos cônjuges desde que tenha havido uma violação culposa dos deveres conjugais (artigo 1779.º) cuja gravidade e repetição tenham posto em causa a vida em comum do casal. Cabe, então, aos tribunais atribuir a culpa ao cônjuge que violou os deveres conjugais (Código Civil, 2004).

Já no divórcio por mútuo consentimento é necessário que haja vontade de ambos os cônjuges, pois caso contrário não será possível. Se houver filhos terá que estar já, ou ser simultaneamente regulado o exercício de poder paternal (Código Civil, 2004).

A introdução do divórcio por mútuo consentimento, ainda recente (é possível desde 1975), veio não só desculpabilizar o processo de ruptura, mas

também ressaltar a igualdade dos progenitores em relação à guarda dos filhos menores de idade (Ribeiro, 1999).

Para além destas duas formas de ruptura devemos ter em conta as famílias constituídas por união de facto que no momento da ruptura, apenas terão de declarar judicialmente para fazer valer direitos da mesma dependentes, a proferir na acção onde os direitos reclamados são exercidos, ou em acção que siga o regime processual das acções de estado. Para haver separação de união de facto basta haver vontade de um dos membros (Código Civil, 2004).

Na verdade, a forma de encarar e viver a ruptura conjugal, depende rigorosamente do que se investe e do que se espera do casamento ou união de facto. Tais investimentos e expectativas vão depender dos modelos ou tipos de família (Torres, 1992).

Existem diversas formas de viver uma ruptura conjugal. Ao nível psíquico e individual pode ser considerado um momento emocional, sempre complexo e doloroso. Ao nível sociológico é vivido de formas distintas articuladas a certas regularidades sociais (Torres, 1992).

Existem variáveis que estão associadas ao processo de ruptura familiar: stresse, ansiedade e depressão.

Relativamente à variável stresse sabe-se que um indivíduo ficará exposto a este quando tem de enfrentar situações complexas de difícil resolução, o que leva ao aumento da energia fisiológica do organismo (activação), ao processamento da informação, tanto a nível interno como externo, originando um determinado comportamento de resposta (Labrador et al., citado por Leal, 1998).

Contudo a palavra stresse é de grande complexidade pois aplica-se de forma idêntica em todas as condições como sejam fracasso ou felicidade, ou seja, a palavra stresse não é específica de uma determinada condição ou sentimento, poderá estar presente em qualquer condição (Selye, citado por Leal, 1998).

Entre os vários tipos de stresse temos o distresse que, de acordo com o autor Selye (citado por Leal, 1998), se refere a tudo o que se faz com desgosto, que vai contra a nossa capacidade de adaptação, estando muitas das vezes ligado a situações de perda e separações de um relacionamento interpessoal.

Quanto à variável ansiedade, esta é caracterizada pela angústia ou medo podendo causar tensão e fadiga e em casos extremos ser acompanhada de excessiva transpiração e palpitações. Matos (1978/9) pronunciou-se sobre o significado da palavra ansiedade, dizendo que significa não só o medo como também o desejo. Temos assim um duplo ou incerto sentido que se torna mais evidente no termo vulgar, ânsia. A ansiedade segundo este autor impregna todo o fluir da vida consciente sendo tanto mais intensa quanto maior a diferenciação pulsional (Matos, 1978/9).

Porém no nosso dia-a-dia necessitamos de ansiedade pois esta é útil para nos estimular a agir. Geralmente os seres humanos em circunstâncias específicas, por exemplo, numa intervenção em público, num exame e em todas as outras situações que se teme, têm sintomas quer psíquicos quer somáticos, que incluem sentimentos de medo, de pânico, palpitações, sudação, tremores, etc. (Montgomery, 1990).

Quando não há uma resposta adequada face às tensões do quotidiano, do trabalho, das relações, é nesta face que a pessoa precisa de ajuda, pois a ansiedade deixou de fazer parte de um quadro normal e passa a integrar-se num quadro patológico (Montgomery, 1990).

De acordo com o DSM IV – TR (A.P.A., 2002) a perturbação ansiosa mais frequentes em situações de ruptura familiar é a perturbação de pânico em que os indivíduos ficam excessivamente apreensivos acerca de resultados das suas experiências ou actividades de rotina, particularmente aquelas relacionadas com a saúde ou com a separação de pessoas a quem têm uma relação de vínculo. Perante este tipo de situações os sujeitos ficam desmoralizados, muitas vezes desencorajados, envergonhados e infelizes com dificuldades em desempenhar as rotinas do dia-a-dia.

Duas das formas de operacionalizar o conceito ansiedade são através da noção de ansiedade–traço e ansiedade – estado. A ansiedade–estado está relacionada com o nervosismo, tensão e preocupação altamente relacionadas com variáveis situacionais e contextuais (Virela, Arbona & Novy, 1994). A ansiedade–traço está contextualizada com a disposição mais instável para experimentar sintomas associados à ansiedade tais como a preocupação, particularmente em situações sociais de percepção de um ego ameaçado (Virela, Arbona & Novy, 1994).

Relativamente à depressão, um sentimento de desvalorização pessoal ou de culpa, avaliações negativas irrealistas do seu próprio valor, ou preocupações de culpa, ou rumações acerca de falhanços menores no passado, estão presentes no episódio de depressão major. É um período de pelo menos duas semanas durante o qual existe ou humor depressivo ou perda

de interesse em quase todas as actividades. Normalmente o sujeito tem presentes quatro sintomas adicionais de uma lista que inclui alterações de: apetite ou peso, sono e actividade psicomotora, diminuição de energia; sentimentos de desvalorização pessoal ou culpa; dificuldade em pensar, concentrar-se ou tomar decisões; ou pensamentos recorrentes a propósito da morte ou ideação, planos ou tentativas suicidas. Os sintomas persistem a maior parte do dia, quase todos os dias, durante pelo menos duas semanas consecutivas. O humor num episódio depressivo major é frequentemente descrito pelo sujeito como depressivo, triste, sem esperança, desencorajador ou “em baixo” (A.P.A., 2002).

O DSM – IV – TR (A.P.A., 2002) refere no capítulo das perturbações do humor o episódio de depressão major com ligação a factores de stress psicossociais nomeadamente o divórcio, bem como a morte de um ente querido.

O divórcio não é um acontecimento singular, mas sobretudo um ciclo de acontecimentos negativos. O ciclo começa com o conflito matrimonial, seguido pela destruição da estrutura familiar, culminando na formação de lares separados. Este ciclo favorece o stresse económico, a destruição dos laços familiares e frequentemente a separação da família (Hetherington, Bridges & Insabella, citados por Silvertein & Auerbach, 1999), envolve uma crise de identidade, um sentimento de inferioridade, uma crise financeira, uma crise social, frequentemente também uma crise acessória na criança e uma crise de objectivos (Faust, citado por Pledge, 1992). As respostas de stresse face à situação de divórcio variam de situação para situação (Felfel, Streck & Nagy, citados por Pledge, 1992).

As pessoas tendem a reagir a uma crise de forma diversa e constroem estratégias específicas para situações específicas (Felfel, Streck & Nagy, citados por Pledge, 1992). Deste modo ao analisarmos factores relacionados com a personalidade e relacionamento afectivo descobrimos que os indivíduos quando confrontados com situações negativas, tendem a reagir de várias maneiras, numa tentativa de se ajustarem ao elemento de stresse (McCrae & Costa, citados por Pledge, 1992).

Os indivíduos em ruptura familiar estão numa situação de alto risco, quer pelas desordens psicológicas, mas também pela grande variedade de desordens físicas, tais como, suicídio, homicídio, alcoolismo e acidentes motorizados (Pledge, 1992). A ruptura familiar é descrita como um processo stressante, em vez de um acontecimento de vida stressante, visto ter diversas fases e cada uma delas indicarem níveis diferentes de stresse (Caldwell & Bloom, citados por Pledge, 1992). A fase mais stressante no processo de ruptura familiar é o processo de separação dos cônjuges (Albrecht, Chiriboga, Pearlin & Johnson, citados por Pledge, 1992).

Durante o processo de ruptura familiar os elementos do sistema familiar sofrem uma transformação bastante penosa. É equiparado ao processo de luto, designando o divórcio ou separação como um luto matrimonial com uma série de etapas nas quais o indivíduo adulto tem a sua própria forma e tempo para ultrapassar e recuperar a sua própria autonomia e a sua capacidade para fazer novas ligações (Parks, citado por Pledge, 1992).

Pledge (1992) desenvolveu um estudo acerca do impacto da separação ou do divórcio nos indivíduos, focando sobretudo as áreas da psiquiatria, da psicologia, da sociologia e o direito da familiar. As conclusões baseiam-se

em pesquisas a partir dos anos 70, particularmente na definição dos processos de divórcio e do impacto diferenciado nas várias fases de desenvolvimento do sujeito, consoante o género. Assim concluem que os homens na situação de ruptura perdem mais confiança, ou seja, sofrem mais ao nível emocional, enquanto que as mulheres sofrem sobretudo com o decréscimo ao nível económico. Até chegar a esta fase, o indivíduo tem um percurso penoso as mulheres sofrem durante o processo de separação desenvolvendo uma depressão somática e sofrendo de distress, já os homens têm uma maior dificuldade em adaptar-se após o divórcio sofrendo mais nesta fase vindo a desenvolver na maioria das vezes de uma depressão agitada e ansiosa (Pledge, 1992). Já no pós-processo de divórcio (entenda-se como o momento em que a ruptura da vida conjugal é juridicamente decretada), é frequente os homens revelarem problemas com a auto-estima, insegurança, instabilidade, abalo na confiança pessoal e descontrolo face à situação, sentimentos de ansiedade, preocupação, vergonha, fragilidade. De um modo geral os homens sentem-se decepcionados com a experiência, inseguros considerando as mulheres como injustas e sem amor.

Gikovate (citado por Magagnin, Backes e Magagnin, 1996) refere que os homens têm fortes características narcísicas da personalidade e vão sentir-se mal e stressados ao estarem sozinhos, principalmente os homens que receberam a notícia por parte da mulher da decisão de divórcio.

Os autores Magagnin, Backes e Magagnin (1996), desenvolveram um trabalho com o intuito de identificar os sentimentos do homem antes e após o divórcio em relação à família, profissão, relacionamento social e auto-estima, tendo por base uma amostra composta por dez homens divorciados com

idades entre os 25 e os 45 anos. Através de entrevistas verifica-se existir uma diferença de sentimentos no antes e após divórcio, como sejam, nervosismo, preocupação, fragilidade e vergonha no antes do divórcio e maior calma, tranquilidade, maior capacidade para se organizar, maior responsabilidade, depressão, humilhação e vergonha e medo do fracasso no pós divórcio. Verificaram, ainda, que ao nível da percepção somática, os homens sentiam-se feios e sem graça antes do divórcio e passaram a sentir-se mais atraentes e bonitos após o divórcio.

No processo de divórcio ou de separação são visíveis diversos sentimentos negativos, nomeadamente o sentimento de culpa, a raiva, a incerteza, o desespero, o choque, a solidão, o desgosto, o ódio por si próprio, a rejeição, a frustração, o medo, a ansiedade entre outros tipos de sentimentos. Se o indivíduo não conseguir enfrentar tais sentimentos, poderá necessitar de ajuda profissional para os superar. O divórcio é uma etapa muito difícil é um sofrimento constante, todos os pensamentos, toda a raiva, toda a fúria presentes num casamento falhado permanecem após já ter terminado. No geral as pessoas que passam por esta situação tem a tendência a passar o dia a dia de forma passiva, através da depressão, prolongando tal sofrimento (Bieber, 1998).

A separação implica geralmente uma diminuição na qualidade das relações pais-filhos, devido a um decréscimo quantitativo e/ou qualitativo nos contactos entre as crianças e o progenitor que não é detentor da guarda da criança. Gera no casal sentimentos de desprezo, tristeza, solidão, culpabilização ou raiva, bem como preocupações face à situação económica, ao bem-estar e futuro dos filhos, caso existam. Um elevado nível de conflito

umenta os factores negativos sendo mais difícil a adaptação à nova situação familiar e caso existam filhos a dificuldade destes se adaptarem à situação acaba também por se tornar muito difícil prejudicando-os frequentemente no seu desenvolvimento (Bizarro, 1997).

Tendo em conta os números das estatísticas do nosso país, actualmente, uma em cada quatro crianças terá de suportar o divórcio dos seus pais. Nesta previsão não está incluída as crianças oriundas de uniões de facto ou de uniões esporádicas, fora de casamento legal. Caso estivessem verificar-se-ia um número mais elevado. Estima-se que uma criança em dez vive apenas com um dos pais, numa situação de monoparentalidade (Ribeiro, 1997).

Nos outros países, nomeadamente a França revela que 69% das crianças cujos os pais se separam perdem o seu relacionamento vivo e interessado com o seu pai. Todavia, 19% perdem-no totalmente e, as restantes 50% vêem o pai esporadicamente, sem que este seja considerado uma figura participante e importante nas suas vidas. A América revela que em cada ano que passa, um milhão de crianças vive a separação dos seus pais (Ribeiro, 1997).

Portugal tem vindo a atingir uma percentagem igualmente importante de crianças que vivem a situação de divórcio dos seus pais, aproximando-se dos outros países (Ribeiro, 1997). As estatísticas do Ministério da Justiça referem ter, em 2002, terminado 17013 processos divórcios e separações judiciais de pessoas e bens. Destes 70% foram por mútuo consentimento, 8% por violação culposa dos deveres conjugais e 7% por ruptura da vida em comum e os restantes 15% não foram decretados (Ministério da Justiça, 2002).

De acordo com o critério legal de atribuição da guarda dos filhos, o artigo 1905.º do Código Civil nos números 1 e 2, em conformidade com o

artigo 180.º e 177.º, número 1 da Organização Tutelar de Menores (O.T.M.), determina que nos casos de divórcio, separação judicial de pessoas e bens, declaração de nulidade e anulação do casamento, o destino dos filhos (ou seja, a escolha da pessoa a quem o menor será confiado ou a quem a guarda será atribuída) será regulado em harmonia com o superior interesse do menor, incluindo o de manter uma relação de grande proximidade com o progenitor a quem não seja confiado (Sottomayor, 1998).

O modo de atribuir a guarda, e conseqüentemente o exercício do poder paternal, pode ser feita de dois modos: por acordo dos pais ou mediante uma decisão judicial, dependendo da forma como se processou o divórcio ou a separação judicial de pessoas e bens em causa. No caso de ter sido por mútuo consentimento, os pais devem apresentar um acordo sobre o exercício do poder paternal relativamente aos filhos menores, acordo este cuja homologação institui mesmo uma condição de admissibilidade desta modalidade de divórcio ou de separação (artigo 1775.º, número 2, aplicável à separação por força da interrupção do artigo 1794.º). Se o divórcio ou separação judicial de pessoas e bens for por litígio, o progenitor a quem o filho será confiado pode ser decidido por acordo dos pais, homologado pelo tribunal (artigo 1905.º, número 1) ou por deliberação do tribunal em conformidade com o interesse do menor (artigo 1905.º, número 2 1ª parte), em caso de falta de acordo ou perante a rejeição da sua homologação pelo juiz (Sottomayor, 1998).

É de destacar que existem 3 formas possíveis de atribuir a guarda a um dos progenitores no processo de regulação do poder paternal: guarda única, guarda conjunta e guarda conjunta alternada, no entanto deve ser referido que

a atribuição da guarda geralmente apresenta uma preferência maternal e constitui uma discriminação do pai, embora na Constituição da República Portuguesa esteja explícito o princípio de igualdade dos sexos, o princípio da igualdade dos cônjuges relativamente à manutenção e educação dos filhos e considera a maternidade e a paternidade valores eminentes (Sottomayor, 1995).

Entende-se por guarda vigiar, defender uma pessoa contra a qualquer dano ou perigo, abarcando também uma ideia de proximidade física: ficar na posse de, conservar consigo. A guarda implica uma vigilância, uma atenção e diligência que se aplica à saúde, segurança e moralidade do menor. Posto isto, temos a guarda única, que de certa forma está relacionada com a natureza do divórcio é o modelo mais antigo e mais enraizado na cultura e na prática judiciária, baseia-se na ideia de que não seria possível aos pais divorciados ou separados educarem em conjunto os seus filhos. O progenitor guardião detém algo mais do que um mero direito de fixar residência da criança, ou seja, não só detém o exercício exclusivo do poder paternal, como também tem o direito de praticar os actos usualmente praticados em conjunto por ambos os progenitores em relação à pessoa do menor. O legislador, que opta por este tipo de guarda, considera que as pessoas que não se entendem na via conjugal, também não se entenderão a respeito da educação dos filhos. E o facto de haver a existência de uma distância geográfica entre os dois pais, pressupõe que um dos pais não poderá educar o filho à distância com o outro progenitor. O legislador acredita que o divórcio causa conflitos insuperáveis no casal, e por essa razão opta pela guarda única juntamente

com o exercício exclusivo do poder paternal, de modo a assegurar a protecção da criança (Sottomayor, 1995).

Com a reforma do direito da família nos anos 70 houve a “libertação” do divórcio desdramatizando a ruptura dos laços conjugais, o que veio permitir a possibilidade de manutenção de uma relação de cooperação entre os pais, relativamente à pessoa dos filhos. A igualdade na atribuição da guarda após o divórcio ou separação traduz-se na necessidade de assegurar a ambos os pais um papel efectivo na educação da criança. Este tipo de guarda pretende manter os laços afectivos entre os pais e os filhos e a sobrevivência da comunidade parental para além da dissolução conjugal. Alguns autores chegam mesmo a referir o “casal parental” e salientam a necessidade das crianças na preservação desse casal (Lang, 2000). O casal conjugal pode dissolver-se, mas o casal parental terá de permanecer para salvaguardar o superior interesse dos filhos (Devichi, 1990). Surge, assim, a guarda conjunta como alternativa à guarda única; é um conceito flexível e adaptável à realidade de cada caso particular e equivale, deste modo, à manutenção do regime de exercício do poder paternal vigente durante a constância do casamento, podendo este exercício conjunto do poder paternal ser ou não acompanhado de uma partilha entre os pais do dia-a-dia da criança. O alojamento da criança é um pouco controverso pois a criança não poderá viver simultaneamente com os dois pais, devido ao fim da coabitação entre estes. (Sottomayor, 1995).

Quanto à guarda conjunta alternada (raramente aplicada pela jurisprudência), esta caracteriza-se pela possibilidade de cada um dos pais deter a guarda da criança alternadamente, de acordo com o ritmo por eles

definido e adoptado pelo juiz e conseqüentemente deter a totalidade dos poderes e deveres integrados no conteúdo do poder paternal (Sottomayor, 1995).

De acordo com alguns estudos a guarda conjunta faz com que as crianças sejam menos susceptíveis de omitir o pai não residente da sua vida do que as crianças numa situação de guarda única. Se houver um número de visitas elevado a omissão do progenitor não residente diminui (Isaacs, Leon & Kline, 1987).

Em Portugal a guarda conjunta é, ainda, pouco aplicada, pelo menos do ponto de vista jurídico. Em 2002 apenas 1,42% das decisões proferidas no âmbito da regulação do exercício do poder paternal foram guarda conjunta. Nos referidos processos estiveram envolvidas 19502 crianças, das quais 10494 do sexo masculino e 9008 do sexo feminino. Importa, ainda, referir que, na forma de guarda única, o poder paternal de 806 crianças foi atribuído ao pai e de 8856 à mãe (Ministério da Justiça, 2002).

Isaacs, Leon e Kline (1987) concluíram no seu estudo, avaliando 200 crianças em situação de guarda única, de mãe ou pai, e guarda conjunta, que para a criança a definição de família se relaciona sobretudo com o aspecto de responsabilidade que os seus pais têm na sua vida. Para além disso o presente estudo sugere que as hostilidades entre os pais promovem geralmente a alienação do pai não residente. Todas as tentativas para alienar a criança em relação ao outro pai podem de facto enfraquecer a relação da criança com os pais. É por isso do interesse do pai, que deseja manter na vida da criança um papel importante, manter com o outro pai uma relação amigável.

Quando o papel do pai é perturbado pelo divórcio os pais têm alguma dificuldade em manter laços afectivos próximos com os seus filhos. A situação de discórdia marital de divórcio têm efeitos menos preponderantes na relação pai-filho do que na relação pai-filha. Isto porque a partilha de interesse no primeiro caso é maior. Assim torna-se evidente que o pai após o divórcio tem mais facilidade em manter a relação com o filhos do que com as filhas (Amato, Keith & Cooney, citados por Orbuch, Thornton & Cancio, 2000). Esta análise é menos evidente quando se observam as implicações qualitativas na relação marital e no divórcio, no caso das relações mães e filhos (Cooney, Kering, Cowan & Cowan, citados por Orbuch, Thornton & Cancio, 2000). Uma vez que os efeitos negativos são menores nas mães do que nos pais, ou seja, a maioria das crianças continuam a viver com as mães depois do divórcio e por isso a quebra dos laços entre a mãe e o filho são menores do que entre o pai e o filho (Orbuch et al., 2000). Estes dados foram retirados de um estudo acerca da relação marital / parental e do divórcio entre os pais e os adolescentes. Foca-se sobretudo nos efeitos causados pela variação da idade e do género da criança (Orbuch et al, 2000).

Gardner (1992) introduz a síndrome de alienação parental que consiste na criação de uma relação de carácter exclusivo entre a criança e um dos progenitores, com o objectivo de banir o outro. Assim sendo, uma criança totalmente alienada, neste contexto, é a criança que não quer qualquer contacto com um dos pais e expressa apenas sentimentos negativos sobre esse progenitor e apenas sentimentos positivos sobre o outro. Estas crianças desenvolvem um sentimento de perda como se tivesse perdido um dos pais, equiparável à morte de um deles. Os investigadores constataam que o

progenitor alienante, normalmente a mãe, utiliza tanto meios explícitos como contidos, tais como uma “lavagem cerebral” ou indução, mentir acerca do pai, e estabelecendo um subtil acordo de afastamento se a criança não se juntar a ela.

É neste contexto que surge um número mais elevado de conflitos entre os pais divorciados ou separados, podendo alterar a realidade, na medida em que se utiliza alegações e contra alegações que se afastam da verdade, quando se trata de discutir a custódia dos filhos. Nestas situações são frequentes comportamentos de crueldade ou insensibilidade entre os pais. Tais comportamentos levam a que um dos pais considere que o outro irá ter os mesmos comportamentos com os filhos em casa, por isso na maioria das vezes um dos pais acaba por afastar, conscientemente, ou inconscientemente, por completo o filho do ex-cônjuge (Campbell, 1993).

Cerca de 66% dos homens sabe que as suas opiniões não serão tidas em consideração para as decisões da vida dos seus filhos, pois a maioria não estará presente fisicamente para o fazer. As crianças também se ressentem mostrando uma falha na relação pai e filho. Geralmente, estes pais, durante a visita, evitam assuntos sérios, chegando mesmo a desviar a conversa e a atenção unicamente para o entretenimento (Koch & Lowery, 1984/85).

Um terço dos pais, no momento da decisão do tribunal, fica descontente e com desejo de actuar, mesmo que isso signifique reiniciar todo o processo. Os pais para além de estarem descontentes com a situação actual, por não terem a guarda dos filhos, também mostram sintomas de angústia, depressão e stresse. Estes dados foram retirados de um estudo acerca de pais sem custódia, em que 30 pais foram entrevistados, tendo em vista a sua satisfação

relativamente à quantidade e qualidade das suas visitas. As descobertas deste estudo suportam claramente o papel central da relação parental pai – filho uma vez que prevê a continuidade do envolvimento do pai sem a guarda. A importância da relação primitiva matrimonial é por vezes atribuída ao facto da mãe, com a guarda do filho, ter o controlo sobre o número de contactos entre o pai e a criança. A mãe pode pedir ao tribunal o número de visitas e impor restrições relacionadas com as mesmas. Ela poderá controlar os contactos telefónicos do pai com a criança, poderá também não ter a criança pronta no momento da visita prevista para o pai ou recusar-se a deixá-la ir com o pai. Alguns homens podem no entanto, contestar legalmente todas as infracções ao acordo de visitas. É frequentes os pais sentirem que o seu poder parental é menor do que o da mãe e mencionarem a necessidade do compromisso e da negociação para manterem um envolvimento regular com os seus filhos (Koch & Lowery, 1984/85).

Tendo em conta o dilema do progenitor sem custódia da criança, que habitualmente é o homem, alguns acabam por sentir um afastamento da criança e um sentimento de culpa, o que perturba a relação pai – filho. No entanto há casos em que o afastamento dos filhos acaba por não acontecer, permitindo ao pai dar importância ao tempo que está junto com o filho (Magagnin et al., 1996).

Tal como já foi referido nesta revisão de literatura o divórcio é uma etapa muito difícil não é de estranhar que surjam perturbações psicológicas nos membros do casal.

Tanto o stresse, como a depressão e a ansiedade são enunciados em vários estudos como estando presentes na ruptura familiar, bem como nas consequências da ruptura.

O presente estudo pretende relacionar, numa amostra masculina, com filhos, o impacto do tipo de ruptura familiar e do tipo de regulação de exercício do poder paternal nas variáveis psicológicas ansiedade, stresse e depressão.

Método

Participantes

A população alvo para este estudo é de 40 indivíduos do sexo masculino que estão em ruptura familiar e que se encontram inscritos na “Associação Pais para Sempre”. Todos os sujeitos são de nacionalidade portuguesa e com idades compreendidas entre 27 e os 60 anos ($M= 4.8$; $DP= 8.58$), tendo na maioria ente 1 a 2 filhos.

Medidas

O protocolo de investigação é constituído por: uma entrevista informal, a aplicação de um questionário sócio demográfico (apêndice A), a aplicação de um inventário de ansiedade – *State – Trait Anxiety Inventory* – STAI (Spielberger, 1983) (apêndice B), a aplicação de uma escala de depressão – *Center for Epidemiologic Studies Depression Sacale* – CES – D (Radloff, 1977) (apêndice C) e a aplicação da escala *Perceived Stress Scale* – PSS (Cohen et al., 1983) (apêndice D).

Entrevista informal: foi feita uma entrevista informal com o objectivo de se obter uma anamnese dos sujeitos que participaram no estudo, identificando quais os incidentes da sua vida relacionados com a situação de

divórcio que lhes causaram desconforto e instabilidade. Sendo posteriormente aplicado um questionário para a obtenção dos dados sócio demográficos.

Inventário de Ansiedade Estado/ Traço (Spielberger, 1983) – inventário de auto-avaliação de duas escalas autónomas rotuladas por dois conceitos independentes da ansiedade: ansiedade–estado (STAI Y-1) e ansiedade-traço (STAI Y-2). O objectivo da aplicação deste inventário é uma avaliação objectiva da ansiedade ao nível dos dois conceitos descritos anteriormente (Lazarus, Opton, Auerbach, Chapman & Cox, citados por Bieling, Antony & Swinson, 1997). A ansiedade – estado (Y-1) está relacionada com o nervosismo, tensão e preocupação altamente relacionadas com variáveis situacionais e contextuais (Virela, Arbona & Novy, 1994) e é pedido ao sujeito que indique a forma como se sente no momento presente (Spielberger, citado por Bieling, Antony & Swinson, 1997). A ansiedade–traço (Y-2) está contextualizada com a disposição mais instável para experimentar sintomas associados à ansiedade tais como a preocupação, particularmente em situações sociais de percepção de um ego ameaçado (Virela, Arbona & Novy, 1994) e solicita ao sujeito que indique a forma como se sente habitualmente (Spielberger, citado por Bieling, et al., 1997).

O STAI é constituído por 20 itens em cada escala (Ansiedade-Estado e Ansiedade-Traço), num total de 40 itens. A aplicação do inventário não está sujeito a tempo limite nem à aplicação individual ou colectiva. É de notar que primeiro serão aplicados os 20 itens da escala ansiedade–estado e posteriormente os 20 itens da escala de ansiedade–traço (Spielberger, 1983).

Na aplicação do STAI é pedido ao sujeito que assinale com uma cruz o algarismo que melhor indica a categoria com a qual o sujeito se identifica, de acordo com a situação apresentada (Spielberger, 1983).

As pontuações de cada escala, ansiedade-estado e ansiedade-traço, variam entre os 20 e os 80 pontos. Para cada item existe uma pontuação correspondente a cada afirmação: nada (1), um pouco (2), moderadamente (3) e muito (4) para a escala de ansiedade-estado (Y-1) e quase nada (1), algumas vezes (2), frequentemente (3) e quase sempre (4) para a escala de ansiedade-traço (Y-2). A cada categoria corresponde a pontuação referida para cada item, pela ordem descrita (Spielberger, 1983).

As qualidades psicométricas revelaram uma consistência, comparando a versão espanhola com a inglesa, com altos níveis de coeficientes estando o alfa no intervalo de 0.89 a 0.95. A credibilidade da correlação teste-reteste com um intervalo de 7 a 10 dias indicou valores mais elevados na escala de ansiedade-traço, sendo os valores 0.83 e 0.84 respectivamente e na escala de ansiedade estado verificou valores de 0.49 e 0.63 respectivamente (Spielberger et al., citado por Virela et al., 1994).

Num estudo considerado representativo obtiveram-se valores médios normativos para a população masculina e feminina, sendo que para a primeira os valores obtidos são $M= 36.79$ ($DP= 9.46$) para a ansiedade-estado e $M= 36.32$ ($DP= 8.88$) para a ansiedade-traço (Spielberger & Diaz-Guerrero, citado por Virela et al., 1994).

A *Center for Epidemiologic Studies Depression Scale* – CES – D (Radloff, 1977) é uma escala de auto-avaliação de uso geral em estudos sobre a presença e a medida da gravidade da sintomatologia depressiva. É composta

por 20 itens, nos quais representam diferentes componentes da sintomatologia (estado de espírito depressivo, complexo de culpa, complexo de inferioridade, retardamento psicomotor, perda de apetite, distúrbios do sono) e sua reacção indicando a ocorrência de cada sintoma em relação à semana anterior (Radloff, 1977).

A aplicação da escala poderá ser feita pelo próprio entrevistado ou aplicada por um entrevistador com instruções sobre a forma escrita, não demorando mais de cinco a dez minutos para ser completada (Radloff, 1977).

A cotação é composta por: raramente ou nenhuma vez, às vezes, ocasionalmente ou por tempo moderado, quase sempre. A cada categoria corresponde a pontuação referida para cada item (Radloff, 1977).

As pontuações em cada resposta poderá ser 0, 1, 2 ou 3, com a pontuação máxima a indicar uma maior frequência para os itens 4, 8, 12 e 16 a pontuação é inversa e deve ser considerada de 3 a 0, permitindo uma amplitude total a variar entre 0 e 60. As pontuações elevadas correspondem a depressões mais graves. Em dois estudos considerados exemplos representativos com indivíduos de origem caucasiana os valores médios respectivamente foram 9.25 ($DP= 8.58$) e 8.17 ($DP= 8.23$), mas as distribuições foram arredondadas. Os autores consideram as classificações acima de 16 como altas (Radloff, 1977).

A consistência interna foi mais alta tanto nos pacientes comuns (cerca de 0.85) como nos pacientes psiquiátricos (cerca de 0.90) em todas as avaliações (coeficiente de alfa, split-half and Spirman-Brown) (Radloff, 1977).

A correlação teste-reteste variou entre 0.51 e 0.67 num intervalo entre 2 a 8 semanas para respostas a questionários feitos através de correio e de 0.32

a 0.54 para o intervalo de 3 a 12 meses em entrevistas na ocasião. A correlação teste-reteste mais alta foi obtida em respostas que não representavam qualquer tipo de acontecimento em ambas as situações e por isso susceptíveis de serem alteradas (Radloff, 1977).

O critério de grupo para a validação da escala é indicado pelo sucesso da discriminação entre a população comum e os pacientes psiquiátricos: 70% dos pacientes e apenas 21% da população geral pontuaram acima do valor considerado elevado (pontuação acima de 16). Estudos subsequentes referidos por Radloff e Locke (1986) confirmaram o valor da escala ao detectarem as desordens depressivas (Radloff, 1977).

A escala demonstra um bom grau de validade quando comparada com outros índices aplicados à validade da depressão. As respostas relacionadas com eventos negativos tinham pontuações mais elevadas na CES – D (Radloff, 1977).

A escala *Perceived Stress Scale* – PSS – 14 (Cohen et al., 1983) foi elaborada para quantificar o nível de situações de stresse susceptíveis de ocorrer no prazo de um mês. A escala completa PSS – 14, consiste em 14 itens e pode ser auto-administrada ou pode também ser apresentada sobre a forma de entrevista, incluindo entrevistas telefónicas.

A duração da aplicação da escala dura entre os 5 e os 10 minutos.

Os itens desta escala têm uma pontuação de 0 a 4 para os itens 1, 2, 3, 8, 11, 12,14 e uma pontuação inversa para os itens 4, 5, 6, 7, 9, 10 e 13. Somados por ordem negativa. A pontuação varia de 0 a 56 na escala PSS – 14.

Considerando a consistência interna, a escala apresenta um alfa de Cronbach igual a 0.84.

Uma vez que a previsão do stresse é afectada simultaneamente pela rotina diária e pela disponibilidade para lidar com as situações, a fiabilidade do teste-reteste aplicada em estudantes do secundário atingiu o valor de 0.85, enquanto o mesmo teste-reteste no intervalo de 6 semanas é de 0.55. A prova válida destes estudos demonstrou a existência de correlações modestas (0.17 a 0.39) com “o número de acontecimentos vividos” e correlações um pouco mais altas (0.24 a 0.99) com “o impacto dos acontecimentos” (Cohen et al., 1983). Este estudo está significativamente relacionado com o uso futuro dos serviços de saúde tanto nos estudantes como na população em geral (correlações 0.12 a 0.22). Nos estudos efectuados Cohen et al. (1983) descobriu que a PSS – 14 está correlacionada com índices de sintomatologia depressiva (0.65 a 0.76). Num estudo considerado como representativo obtiveram-se resultados médios $M= 19.62$ ($DP= 7.49$) (Cohen & Williamson, 1988).

No presente estudo os níveis de consistência interna para a depressão, ansiedade-estado, ansiedade-traço e stresse (0.75, 0.45, 0.06 e 0.45 respectivamente) foram inferiores à versão original.

Procedimento

A aplicação dos questionários realizou-se na Associação Pais Para Sempre no início de Maio de 2004. Através desta associação contactamos pais do sexo masculino em ruptura familiar e em regulação do exercício do poder paternal. Após uma breve explicação acerca do preenchimento dos

questionários e seus objectivos foi-lhes pedido o preenchimento dos questionários.

Optou-se por esta associação porque é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), sediada em Lisboa – Portugal, defende o que entende ser o superior interesse da criança, subscrevendo inteiramente a *Magna Carta dos Direitos da Criança* proclamada pelas *Nações Unidas*, bem como a resolução sobre uma *Carta Europeia dos Direitos da Criança do Parlamento Europeu*.

Distingue-se por um trabalho multidisciplinar orientado para o atendimento e apoio dos pais (progenitores) no âmbito da separação ou divórcio.

Destina-se a todos os pais, sejam homens ou mulheres, e também avós ou outros familiares, tendo como principal objectivo assegurar a possibilidade de as crianças, filhas de pais divorciados, terem uma relação tão próxima quanto possível, com toda a família. Um dos seus objectivos é motivar à co-parentalidade e à partilha de responsabilidades no sentido de adequar as funções parentais à situação de ruptura familiar. Como tal considerou-se ser um local fidedigno para a obtenção de informação acerca dos pais do sexo masculino para este presente estudo.

Resultados

Os dados obtidos foram introduzidos em computador e analisados, a partir do programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS 12.0) para o *Windows*.

Depressão

Os valores médios obtidos para esta variável dependente são considerados baixos ($M= 1.83$; $DP= 1.47$) tendo em conta os valores normativos da escala aplicada, já que o valor 16 é considerado o valor acima do qual o indivíduo apresenta a perturbação. Ver tabela 1.

Ansiedade

Esta variável dependente divide-se em 2 tipos: a ansiedade-traço ($M= 4,00$; $DP= 0,99$) e a ansiedade estado ($M= 5.15$; $DP= 0.98$). Os valores médios são considerados baixos tendo em conta os valores normativos da escala. Ver Tabela 1.

Stresse

A variável dependente stresse apresentou os valores médios baixos ($M= 2.95$; $DP= 1.66$) tendo em conta os valores normativos da escala aplicada. Ver Tabela 1.

De modo a estudar a relação entre as variáveis independentes, tipo de ruptura familiar e tipo de regulação do exercício do poder paternal, com as variáveis dependentes: depressão, ansiedade e stresse, efectuou-se uma análise de variância multivariada.

Obtiveram-se resultados significativos para a variável independente ruptura familiar ($f(8)= 2.28$; $p \leq 0.05$). Ver tabela 2.

Considerando as variáveis dependentes, obteve-se um resultado estatisticamente significativo apenas para a depressão ($f(2)= 4.62$; $p \leq 0.05$). Ver tabela 3. A análise dos valores médios permite-nos identificar que são os indivíduos sujeitos a um processo de divórcio litigioso que apresentaram níveis de depressão mais elevados ($X= 3.17$; $DP= 2.14$), seguidos pelos indivíduos em separação de união de facto ($X= 1.83$; $DP= 0.76$) e por último

temos os indivíduos em divórcio por mútuo consentimentos com os níveis de depressão mais baixos ($X= 1.50$; $DP= 1.34$). Ver tabela 4.

Para estudar a relação entre as variáveis independentes idade, número de anos de separação, número de filhos e número de visitas (variáveis de natureza quantitativa) e as variáveis dependentes stresse, ansiedade e depressão efectuou-se uma análise de regressão linear, método stepwise. Apenas se obtiveram resultados estatisticamente significativos para a variável idade, nos níveis de stresse apresentados pelos participantes. Cerca de 9.8% da variação na variável stresse deve-se ao efeito da variável idade ($R^2= 9.8$; $p < 0.05$). Tendo presente o valor negativo de β ($\beta= -0.35$; $p < 0.05$) verifica-se que os indivíduos mais velhos são os que apresentam valores mais baixos de stresse. Ver tabela 5.

Discussão

Através dos resultados obtidos no presente estudo verificou-se que os valores médios são baixos para as variáveis estudadas. Estes valores podem estar relacionados com dois aspectos que não foram controlados neste estudo, devido à dificuldade na recolha da amostra que dizem respeito à variabilidade do tempo de separação e também com o facto de os sujeitos tenderem a responder conforme a desejabilidade social, ou seja, evitando responder de forma negativa.

No entanto, obteve-se resultados significativos para algumas variáveis em estudo que passo a comentar: através dos resultados é possível estabelecer uma relação entre variável independente tipo de ruptura com a variável dependente depressão consistente com a literatura. Tal como se previa, numa situação de ruptura familiar os homens reagem com alguma resistência a este

tipo de acontecimento de vida, vindo a desenvolver, na maioria das vezes, uma depressão agita e ansiosa (Pleige, 1992).

De acordo os autores Magagnin, Backes e Magagnin (1996), no seu estudo acerca dos sentimentos vividos pelos homens antes e após divórcio, referem que há uma tendência para o homem desenvolver uma depressão, bem como outros sentimentos nomeadamente humilhação, vergonha, medo do fracasso após o momento da ruptura familiar.

Verificou-se que os indivíduos que passem por uma situação de divórcio litigioso apresentam um maior nível de depressão comparativamente com outros tipos de ruptura familiar. A separação em situação de união de facto é o segundo tipo de ruptura familiar onde se verifica um aumento significativo dos níveis de depressão, sendo o divórcio por mútuo consentimento o tipo de ruptura familiar onde se constata menor nível de depressão. Deste modo, de acordo com Bizarro (1997) um elevado nível de conflitos aumenta os factores negativos sendo mais difícil a adaptação à nova situação familiar, o que de certa forma explica o elevado nível de depressão no divórcio litigioso, pois nesta situação não há entendimento entre os cônjuges. Já no divórcio por mútuo consentimento há uma diminuição significativa dos níveis de depressão.

Koch e Lowery (1984/85) mostram que o pai que sente menor poder parental tende a mencionar a necessidade do compromisso e da negociação para manter um envolvimento regular com os seus filhos, sendo o divórcio por mútuo consentimento o tipo de ruptura familiar onde poderá haver entendimento entre os cônjuges facilitando a adaptação à nova vida familiar.

No que concerne à variável independente tipo de regulação do exercício do poder paternal esperava-se obter uma relação com as variáveis dependentes, o que não se verificou. No entanto, na revisão de literatura identificaram-se diversos estudos que referiram a existência de uma relação entre o tipo de regulação do exercício do poder paternal com as variáveis psicológicas, nomeadamente o estudo de Koch e Lowery (1984/85) em que o facto de os pais serem privados da guarda dos filhos podem desencadear sintomas de angústia, depressão e stresse.

Relativamente às variáveis quantitativas do estudo, número de filhos, número de anos de separação, número de vistas aos filhos e idade dos indivíduos avaliados, apenas se observou o efeito da variável idade dos indivíduos na variável dependente stresse. Este dado demonstra que, para a amostra estudada, a vivência de uma situação de ruptura familiar pelos indivíduos mais jovens é mais stressante do que para os homens mais com mais idade.

Estes resultados remetem para a importância de uma resolução dos conflitos inerentes à ruptura familiar e à regulação do exercício do poder paternal por acordo, nomeadamente por via extra-judicial, como, por exemplo, através do recurso à Mediação Familiar, uma vez que é o meio mais adequado à obtenção do mútuo consentimento no divórcio com partilha de responsabilidades relativamente aos filhos (guarda conjunta).

Em estudos futuros seria conveniente utilizar uma amostra maior com indivíduos no processo de ruptura familiar, controlando a variabilidade do tempo de separação. Na verdade, importa identificar quais as respostas do homem ao longo das várias fases do processo de separação. Só assim se pode

conhecer de forma mais detalhada as diferentes reacções ao fenómeno da ruptura familiar quer para os homens quer para as mulheres. A dificuldade de recolha de amostra neste trabalho não possibilitou esse tipo de análise.

Referências

- A. P. A. (2002). *American Psychiatric Association*. Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais – DSM – IV – TR (4º Edição). Lisboa: Climepsi Editores.
- Bieber, J. D. (1998). *Quando o divórcio é a única saída*. Lisboa: Gradiva – Publicações, L.^{da}.
- Bieling, P. J., Antony, M. M., Swinson, R. P. (1997). The State-Trait Anxiety Inventory, Trait version: structure and content re-examined. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 777-788.
- Bizarro, L. G. (1997). *Aconselhamento Parental em Situações de Separação / Divórcio*. Actas do colóquio Famílias: contributo da Psicologia e das Ciências da Educação. Lisboa: Educa.
- Campbell, T. W. (1993). Parental Conflicts Between Divorced Spouses. *Journal of Systemic Therapies*, 12, 27-38.
- Cohen, S., Kamarck, T., Mermelstein, R. (1993). Perceived Stress Scale (PSS). *Stress, Emotion and Life Events*. UK: NFER-NELSON.
- Coletteduflot (1993). A Perícia Psicológica no Quadro dos Assuntos Matrimoniais. *Analise Psicológica*, 1 (11), 23-28.
- Devichi, J. R. (1990). Los derechos del niño y su familia en el derecho positivo frances. Derecho de familia. *Revista Interdisciplinaria de doctrina y Jurisprudencia*, 4, 81-103. Buenos Aires: Abeledo-Perrot.
- Gardner, R. A. (1992). *Parental alienation syndrome: a guide for mental health and legal professionals*. Cresskill, NJ: Creative Therapeutics.

- Isaacs, M. B., Leon, G. H., Kline, M. (1987). When is a Parent Out of the Picture ? Different Custody, Different Perceptions. *Family Process Inc.*, 101-110.
- Koch, M. A., Lowery, C. R. (1984-1985). Visitation and the Noncustodial Father. *Journal of Divorce*. The Haworth Press, 8 (2), 47-65.
- Lang, R. S. (2000). A criança frente à ruptura familiar. *Revista Psicanalítica*, II, 1. Retirado em 6 de Setembro de 2004 de www.pailegal.net.
- Leal, M. F. (1998). *Stress e Bournout*. Porto: MediBial.
- Magagnin, C., Backes, F. N., Magagnin S. (1996). Sentimento do homem Antes e Após o Divórcio. *Altheia*, 3, 52-58.
- Matos, A. C. (1978-1979). Ansiedade. *Jornal do Médico e Médico*, 7, 51-53.
- Ministério da Justiça (2002). *Justiça cível – Caracterização de processos findos – Dados 2002*. Retirado em 5 de Setembro de 2004 de www.gplp.mj.pt/estjustica.
- Ministério da Justiça (2002). *Justiça tutelar – Caracterização de processos findos – Dados 2002*. Retirado em 5 de Setembro de 2004 de www.gplp.mj.pt/estjustica.
- Montgomery, S. A. (1990). *Ansiedade e Depressão*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Orbuch, T. L., Thornton, A., Cancio, J. (2000). The impact of marital quality, divorce, and remarriage on the relationships between parents and their children. *Marriage & Family Review*, 29, 221-228.
- Pledge, D. S. (1992). Marital Separation/ Divorce: a review of individual responses to a major life stressor. *Journal of Divorce & Remarriage*, 17 (3/ 4), 151-181.

- Portugal (2004). *Código Civil*. Lisboa: Almedina.
- Radolff (1977). Center for Epidemiologic Studies Depression (CES – D) Scale. *Stress, Emotion and Life Events*. UK: NFER-NELSON.
- Reis, M., Meneses, C. P. (2000). *Guia do Divórcio*. Lisboa: Quid Juris.
- Ribeiro, M. S. (1999). *Divórcio Guarda Conjunta dos Filhos e Mediação Familiar Entrevista aos Pais*. Lisboa: Edições Pé da Serra.
- Ribeiro, M. S. (1997). *As crianças e o Divórcio. O Diário de Ana*. Lisboa: Edições Universitárias Lusófonas.
- Sottomayor, M. C., (1998). *Regulação do Exercício do Poder Paternal nos Casos de Divórcio*. Coimbra: Livraria Almedina.
- Sottomayor, M. C. (1995). *Exercício do Poder Paternal Relativamente à Pessoa do Filho após o Divórcio ou Separação Judicial de Pessoas e Bens*. Porto: Universidade Católica Portuguesa – Editora.
- Spielberger, C. D. (1983). *Questionário de Auto – Avaliação: STAI form y – 1 e 2*.
- Torres, A. C. (1996). *Divórcio em Portugal*. Lisboa: Celta Editora.
- Torres, A. C. (1992). Fatalidade, culpa, desencontro. *Sociologia – Problemas e Práticas*, 11, 43-62.
- Virela, B., Arbona, C., Novy, D. M. (1994). Psychometric Properties and Factor Structure of the Spanish Version of the State-Trait Anxiety Inventory. *Journal of Personality Assessment*, 63, 401-412.

Tabela 1

Médias e desvio padrão para as variáveis dependentes

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
Depressão	40	1.83	1.47
Ansiedade – Traço	40	4.00	0.99
Ansiedade – Estado	40	5.15	0.98
Stresse	40	2.95	1.66

Tabela 2

Testes Multivariados

	<i>F</i>	<i>p</i>
R.E.P.P.	0.63	0.75
R.F.	2.28	0.03*
R.E.P.P. * R.F.	1.34	0.24

Nota. R.E.P.P.= Regulação do Exercício do Poder Paternal; R.F.= Ruptura Familiar.

* $p \leq 0.05$

Tabela 3

Relação entre o Tipo de Ruptura Familiar com as variáveis dependentes

Depressão, Ansiedade e Stresse (análise de variância multivariada)

	Ruptura Familiar	
	<i>f</i>	<i>p</i>
Depressão	4.62	0.02*
Ansiedade – Traço	2.93	0.07
Ansiedade – Estado	0.69	0.51
Stresse	1.52	0.23

Nota. * $p \leq 0.05$

Tabela 4

Médias e Desvio Padrão da variável Depressão por Tipo de Ruptura Familiar após análise de variância multivariada

	Depressão		
	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>
Divórcio litigioso	8	3.00	1.85
Divórcio por mútuo consentimento	24	1.33	1.27
Separação de união de facto	8	2.13	0.83

Tabela 5

Relação da variável Idade na variável dependente Stresse (Regressão Linear, Método Stepwise)

	Idade		
	R^2	β	p
Stresse	9.8	-3.35	0.03*

Nota. * $p \leq 0.05$

Apêndice A

O PRESENTE QUESTIONÁRIO TEM POR OBJECTIVO RECOLHER AS SUAS PREFERÊNCIAS E/OU SENTIMENTOS SOBRE ALGUMAS SITUAÇÕES DESCRITAS. NÃO EXISTEM RESPOSTAS CERTAS NEM ERRADAS, APELAMOS À SUA COLABORAÇÃO E MÁXIMA SINCERIDADE NAS RESPOSTAS. OS DADOS RECOLHIDOS SÃO ANÓNIMOS E CONFIDENCIAIS.

LEIA ATENTAMENTE AS PERGUNTAS, NÃO EXISTE TEMPO LIMITE PARA A CONCLUSÃO DO QUESTIONÁRIO. DESDE JÁ AGRADECEMOS A SUA DISPONIBILIDADE.

DADOS DEMOGRÁFICOS:

Idade: ____ anos

Habilitações: _____

Processo de Separação:

Divórcio litigioso Divorciado por mútuo consentimento Separação de união de facto

Profissão: _____

Número de filhos: ____

Qual a regulação do Exercício do Poder Paternal?

Guarda Única Guarda Conjunta Guarda Conjunta Alternada

Número de visitas por mês: ____

Há quanto tempo está separado ou divorciado?

Apêndice B

STAY (Spielberger, 1983) – From Y – 1

Em baixo tem uma série de frases que são habitualmente utilizadas para descrever pessoas. Leia cada uma delas e assinale com uma cruz (X) o algarismo da direita que melhor indica **como se sente neste momento**. Não há respostas certas ou erradas. Não demore muito tempo com cada frase; responda de modo a descrever o melhor possível a maneira **como se sente agora**.

	Nada	Um pouco	Moderadamente	Muito
1. Sinto-me calmo.	1	2	3	4
2. Sinto-me seguro.	1	2	3	4
3. Estou tenso.	1	2	3	4
4. Sinto-me cansado.	1	2	3	4
5. Sinto-me à vontade.	1	2	3	4
6. Sinto-me perturbado.	1	2	3	4
7. Presentemente, preocupo-me com possíveis desgraças.	1	2	3	4
8. Sinto-me satisfeito.	1	2	3	4
9. Sinto-me amedrontado.	1	2	3	4
10. Sinto-me confortável.	1	2	3	4
11. Sinto-me auto-confiante.	1	2	3	4
12. Sinto-me nervoso.	1	2	3	4
13. Sinto-me trémulo.	1	2	3	4
14. Sinto-me indeciso.	1	2	3	4
15. Sinto-me descontraído.	1	2	3	4
16. Sinto-me contente.	1	2	3	4
17. Estou preocupado.	1	2	3	4
18. Sinto-me confuso.	1	2	3	4
19. Sinto-me firme.	1	2	3	4
20. Sinto-me bem.	1	2	3	4

STAY (Spielberger, 1983) – From Y – 2

Em baixo tem uma série de frases que são habitualmente utilizadas para descrever pessoas. Leia cada uma delas e assinale com uma cruz (X) o algarismo da direita que melhor indica **como se sente neste momento**. Não há respostas certas ou erradas. Não demore muito tempo com cada frase; responda de modo a descrever o melhor possível a maneira **como se sente agora**.

	Quase Nunca	Algumas Vezes	Frequentemente	Quase Sempre
21. Sinto-me bem.	1	2	3	4
22. Sinto-me nervoso e agitado.	1	2	3	4
23. Estou satisfeito comigo mesmo.	1	2	3	4
24. Gostava de poder ser tão feliz como os outros parecem ser.	1	2	3	4
25. Sinto-me falhado.	1	2	3	4
26. Sinto-me tranquilo.	1	2	3	4
27. Estou “calmo, fresco e concentrado”.	1	2	3	4
28. Sinto que as dificuldades se acumulam de tal forma que não as consigo ultrapassar.	1	2	3	4
29. Preocupo-me demais com coisas que na realidade não têm importância.	1	2	3	4
30. Estou feliz.	1	2	3	4
31. Tenho pensamentos que me perturbam.	1	2	3	4
32. Falta-me auto-confiança.	1	2	3	4
33. Sinto-me seguro.	1	2	3	4
34. Tomo decisões facilmente.	1	2	3	4
35. Sinto-me inadequado.	1	2	3	4
36. Estou contente.	1	2	3	4
37. Passam-me pela cabeça pensamentos sem importância que me perturbam.	1	2	3	4
38. As contrariedades afectam-me de modo tão intenso que não consigo afastá-las da minha mente.	1	2	3	4
39. Sou uma pessoa firme.	1	2	3	4
40. Fico tenso e perturbado quando penso nas minhas preocupações e interesses actuais.	1	2	3	4

Apêndice C

(CES-D) SCALE (Radloff, 1977)**Traduzido por: J. Bento & C. Soeiro (2004)**

Faça um círculo em cada afirmação, na opção que melhor descreva o seu comportamento ou sentimento durante a última semana.

	Raramente ou nenhuma vez (menos de 1 dia)	Às vezes (1 a 2 dias)	Ocasionalmente Ou Por tempo moderado (3 a 4 dias)	Quase sempre (5 a 7 dias)
Na semana passada...				
1. Fiquei incomodado com situações que normalmente não incomodam.	0	1	2	3
2. Não me apeteceu comer: tinha pouco apetite.	0	1	2	3
3. Senti que não conseguia deixar de estar deprimido, mesmo tendo ajuda dos meus familiares e amigos.	0	1	2	3
4. Senti que estava tão bem como as outras pessoas.	0	1	2	3
5. Tive dificuldade em concentrar-me no que estava a fazer.	0	1	2	3
6. Senti-me deprimido.	0	1	2	3
7. Senti que tudo o que fiz foi um esforço.	0	1	2	3
8. Senti-me esperançoso em relação ao futuro.	0	1	2	3
9. Pensei que a minha vida tem sido um falhanço.	0	1	2	3
10. Senti vontade de chorar.	0	1	2	3
11. O meu sono não me reduziu a fadiga.	0	1	2	3
12. Senti-me feliz.	0	1	2	3
13. Falei menos do que habitual.	0	1	2	3
14. Senti solidão.	0	1	2	3
15. As pessoas não foram simpáticas para mim.	0	1	2	3
16. Apreciei a vida.	0	1	2	3
17. Tive ataques de choro.	0	1	2	3
18. Senti-me triste.	0	1	2	3
19. Senti que as pessoas não gostavam de mim.	0	1	2	3
20. Não consegui "entrar no ritmo".	0	1	2	3

Apêndice D

PSS (Cohen, 1983)**Traduzida por: J. Bento & C. Soeiro (2004)**

As questões desta escala referem-se aos seus sentimentos e pensamentos durante o último mês. Em cada caso ser-lhe-á pedido a frequência com que se sente ou pensa de uma determinada maneira. Embora algumas questões sejam semelhantes existem diferenças entre elas que deverão ser tratadas individualmente. A melhor forma de o fazer é responder de uma forma relativamente rápida. Isto é, não tentar contar o número de vezes que se sentiu de uma certa maneira, mas antes indicar uma alternativa ou uma estimativa razoável. Para cada questão escolha uma das seguintes alternativas.

0 = Nunca**1 = Quase nunca****2 = Algumas vezes****3 = Com alguma frequência****4 = Frequentemente**

1. No último mês com que frequência se sentiu perturbado perante um acontecimento inesperado?
2. No último mês com que frequência se sentiu incapaz de, controlar as coisas importantes da sua vida?
3. No último mês com que frequência se sentiu nervoso ou stressado?
4. No último mês com que frequência se relacionou com aborrecimentos do dia-a-dia?
5. No último mês com que frequência sentiu estar a lidar de forma eficaz com as mudanças importantes que ocorreram na sua vida?
6. No último mês com que frequência, se sentiu confiante acerca da sua capacidade para lidar com os seus problemas pessoais?
7. No último mês com que frequência sentiu que as coisas iam a seu favor?
8. No último mês qual foi a frequência que sentiu que não conseguia realizar as coisas que tinha que fazer?
9. No último mês quantas vezes foi capaz de controlar as suas irritações?
10. No último mês quantas vezes se sentiu bastante animado, pensamentos positivos?
11. No último mês quantas vezes se aborreceu com situações que aconteceram fora do seu controlo?
12. No último mês quantas vezes deu consigo a pensar em coisas que tem por fazer?

13. No último mês quantas vezes foi capaz de controlar a forma como ocupou o seu tempo.

14. No último mês quantas vezes sentiu que as dificuldades eram intransponíveis?