

## INTRODUÇÃO

Na sociedade atual, e mais ainda na sociedade de futuro, o caminho para promover um desenvolvimento saudável e o bem estar físico e psicológico das crianças está estritamente relacionado com as práticas educativas parentais. Os comportamentos evidenciados pelos pais no seu quotidiano exercem uma enorme influência no desenvolvimento cognitivo, emocional e social dos filhos (Barros, Pereira & Goes, 2007).

Neste sentido, afigura-se pertinente explorar a influência que as práticas educativas parentais exercem nas estratégias de coping e na regulação emocional das crianças. A pertinência deste estudo, centra-se no fato de ser um estudo pioneiro, uma vez que procura encontrar uma correlação positiva entre as práticas educativas parentais e as estratégias de coping e de regulação emocional das crianças.

A percepção das práticas educativas por parte das crianças, permitirá, ainda, numa perspetiva futura, intervir de modo a criar programas direccionados aos Pais, ajudando-os a identificar e desempenhar práticas educativas promotoras de um desenvolvimento saudável, contribuindo desta forma para uma boa adaptação por parte das crianças.

A primeira parte da exposição que se seguirá, corresponde ao enquadramento conceptual da investigação, onde são abordados diferentes conceitos acerca das práticas educativas parentais, do processo de regulação emocional e dos fatores determinantes da utilização de diferentes estratégias de coping. Será também examinada nesta primeira parte, o modo como as práticas educativas parentais podem influenciar as estratégias de coping e a regulação emocional durante a infância.

Na segunda parte, será efetuada a descrição dos aspetos metodológicos convencionados para esta investigação, com o intuito de confirmar ou infirmar as hipóteses propostas, seguindo-se a apresentação dos resultados, a sua discussão e uma reflexão sobre as principais conclusões decorrentes.

## Parte I- ENQUADRAMENTO TEÓRICO

---

### CAPÍTULO 1- SISTEMA FAMILIAR E CRESCIMENTO INFANTIL

A perspectiva sistémica define o conceito de família, como um sistema aberto, ou seja, um conjunto de elementos que se relacionam entre si, estabelecendo vínculos que mantêm o seu equilíbrio ao longo de um processo de desenvolvimento percorrido através de estados de evolução diversificados (Dias, 2011). Neste sentido, esta perspectiva imprime à noção de família quer uma dimensão relacional, expressa em normas, na estrutura e na interação familiares, quer uma dimensão temporal, que contempla o seu desenvolvimento, na sua evolução e continuidade ( Relvas e Alarcão, 2002).

De acordo com a teoria sistémica a família ascende a dois objetivos essenciais: um interno que pressupõem a proteção social dos seus membros; outro externo que implica a acomodação a uma cultura e transmissão da mesma (Dias, 2011). Poderemos dizer que indubitavelmente a família funciona como um todo, de modo a adaptarem-se às exigências impostas pelas mudanças para consolidarem as suas relações.

Entendida desta forma a família é um local privilegiado, para o desenvolvimento integral das crianças dado que, constitui o seu primeiro grupo social, onde passa a maior parte do tempo (Oliveira,1994). Durante aproximadamente o primeiro ano de vida da criança, as principais funções dos pais são, por um lado satisfazer as necessidades mais elementares e, por outro lado, facilitar um desenvolvimento global, coerente e estável do bebé. Por volta dos 8/9 meses, surgem as primeiras exigências dos pais face aos comportamentos dos filhos, devido aos primeiros comportamentos indicadores de autonomia, como exercer movimentos que lhe permitem alcançar, pegar e discriminar as características dos objetos (Cruz, 2005). Precisamente nesta altura em que os bebés exploram o seu espaço emergem as situações de conflito, tensão e divergência de interesses. Neste sentido, *a presença dos filhos implica todo um conjunto de reajustes no quotidiano e na estrutura familiar que vai muito para além da sua aceitação e enquadramento inicial no sistema* (Relvas, 2004, p.77).

Ao longo do segundo ano de vida, a autonomia e a capacidade de afirmação aumentam consideravelmente, o que induz a uma atitude restritiva, disciplinadora e nem sempre calorosa por parte dos pais. Minton, Kagan e Levine (1971, *cit.in* Cruz, 2005) num estudo baseado na observação direta mãe – criança, revelam que 64% do tempo total de interação envolvem tentativas das figuras parentais para mudarem o comportamento da criança contra a vontade desta.

Assim para assegurar a sobrevivência do sistema, a família deve compreender os objetivos inerentes a cada estágio de desenvolvimento para desta forma alcançar o equilíbrio familiar.

## CAPÍTULO 2- EXERCÍCIO DA PARENTALIDADE

O comportamento parental tem sido amplamente estudado pelo impacto que revela ter na compreensão do desenvolvimento e funcionamento do ser humano. Para além disto, a investigação empírica produzida até ao momento, permite-nos compreender e analisar o significado de ser pai e mãe e desmitificar as consequências do comportamento parental nos filhos.

Tendo por base as palavras proferidas por Bronstein (2002), Palacios e Rodrigo (1998) e Parke e Buriel (1998), Cruz (2005) sistematizou cinco funções da parentalidade: 1) satisfação das necessidades mais básicas de sobrevivência e saúde; 2) disponibilizar à criança um mundo físico organizado e previsível, com espaços, objetos e tempos que permitam a existência de rotinas; 3) responder de modo ajustado às necessidades de compreensão cognitiva das realidades extrafamiliares; 4) responder adequadamente às necessidades de compreensão cognitiva das realidades extrafamiliares; 5) satisfazer as necessidades de interação social da criança e a sua integração na comunidade.

Cada criança tem o seu estilo próprio de vida e de comportamento, apresentando diferentes necessidades e competências. Neste sentido, não se podem dar receitas feitas sobre o modo de atuar dos pais (Oliveira, 1994). Na verdade, os pais possuem diferentes expectativas em relação aos comportamentos dos seus filhos à medida que a idade avança, exercendo influência no seu comportamento parental e educativo. Os pais vão-se tornando mais exigentes e resistentes às solicitações irracionais dos filhos à medida que estes vão crescendo e compreendendo a realidade do mundo (Maccoby & Martin, 1983, *cit in* Oliveira, 1994). De facto, os pais assumem um papel preponderante na vida das crianças, dado que determinam os contextos em que as crianças despendem o tempo e agem ao seu lado em situações em que as crianças não são ainda competentes (Lopes, Rutherford, Quim, Mathur & Cruz, 2005). Aos pais incube-lhe a tarefa de escolher aquilo que ensinam à criança, pois são capazes de perceberem o que a sociedade vai exigir dela, bem como, de tornar o processo de aprendizagem apropriado à idade e à fase de desenvolvimento da mesma de forma a ser susceptível de ser aprendido e de ser satisfatório para esta (Baumrind, 1966).

Durante aproximadamente o primeiro ano de vida criança a principal função dos pais prende-se predominantemente com o tomar conta dela assegurando que as suas necessidades básicas são satisfeitas. Os sentimentos de afeição e segurança durante o

primeiro ano de vida são transmitidos através do contacto físico, sendo substituído com o avançar da idade, por formas cada vez mais distais de demonstração afetiva. Numa primeira fase da vida as ações encetadas pelas figuras parentais junto dos filhos com o intuito de controlar o comportamento têm uma forte componente não-verbal: intervenções diretas físicas, orientações forçadas e distrações da atenção (Mills & Grusec, 1988, *cit in* Cruz, 2005). Ao longo do segundo e terceiro ano de vida passam a coexistir as questões disciplinares sendo que diversos estudos apontam para a utilização de diversificados comportamentos disciplinares à medida que a criança cresce. As técnicas não-verbais perdem o seu carácter de exclusividade sendo substituídas por técnicas verbais como ralar, explicar, negociar (Kuczynski et al., 1987; McLaughlin, 1983; Schaffer & Crook, 1979, *cit in* Cruz, 2005).

A assunção de que as práticas educativas têm um profundo impacto no desenvolvimento das crianças reflecte-se na diversidade de estudos realizados ao longo das últimas décadas. Vaz Serra, Firmino e Matos (1987, *cit in* Oliveira, 1994) focalizaram os seus estudos na atmosfera familiar, nomeadamente, em aspetos associados com a relação pais-filhos e sua influência na formação do autoconceito. Concluíram que uma atmosfera familiar pautada por relações positivas entre pais e filhos (tolerância, compreensão, ajuda e incentivo para vencer as vicissitudes) contribuem para a formação de um bom autoconceito. Os autores apresentam ainda um estudo que pressupõe o relacionamento entre práticas educativas dos pais e locus de controlo dos filhos, concluindo que existe uma maior influência na externalidade do que na internalidade, ou seja, uma educação baseada no ódio, repugnância e na severidade pode gerar uma crença de controlo externo dos reforços. Outro estudo mais recente acrescenta que a mãe emerge como a figura parental determinante para o locus de controlo (Borges, 2010).

Veiga (1988, *cit.in* Almeida, 1994) procurou compreender a relação existente entre a autoridade (materna e paterna), o autoconceito e o rendimento escolar. Para além disto, procurou ainda verificar de que forma os alunos com diferentes rendimentos escolares se distinguem no autoconceito. Todavia, a relação existente entre autoconceito e o rendimento escolar revelou-se débil. Por sua vez, Borges (1992 *cit in* Costa, 2005) realizou um estudo com pais de alunos de duas turmas de 9ºano de escolaridade, uma sem reprovações no percurso escolar e a outra com historial de reprovações. Os resultados obtidos indicam que o grau de congruência das respostas do casal é maior entre os sujeitos da turma com ausência de reprovações, o que permite predizer que o

acordo das atitudes e das práticas parentais revelam-se fatores preponderantes para o sucesso acadêmico.

Diferentes perspectivas teóricas têm orientado o estudo da relação entre as atividades sobre o exercício da parentalidade e o desenvolvimento da criança. Barros (1992, *cit in* Costa, 2005), por exemplo, na realização do seu estudo propõe uma abordagem que assenta numa perspectiva construtivista, focalizando-se no desenvolvimento de crenças parentais que permitam a implementação de técnicas e estratégias eficazes. Gonçalves (1992, *cit in* Costa, 2005) por outro lado, apresenta numa abordagem clínica a origem da patologia mental infantil tendo por base as relações parentais, centrando-se sobretudo nas diferentes fases do desenvolvimento da criança, e focalizando a sua atenção nas “atitudes” e “contra atitudes” dos pais no relacionamento com os filhos.

Machado e Morgado (1992, *cit in* Costa, 2005) por sua vez, atribuem ênfase à complexidade do sistema familiar para o desenvolvimento da criança, concluindo que o meio em que a criança está inserida e as suas particularidades pressupõem a necessidade de estruturar as intervenções tendo em conta o ecossistema familiar. No entanto seja qual for a perspectiva adoptada, as práticas educativas parentais assumem-se como uma variável central dos diferentes estudos, tendo em conta o papel determinante que assumem na compreensão do comportamento normal e desviante da criança.

Dada a importância que pode ter para a explicação de alguns resultados divergentes neste domínio de estudo, torna-se importante diferenciar as práticas educativas de estilos educativos parentais. *As práticas educativas são técnicas, estratégias e/ou métodos empregues pelos pais para cumprir atividades concretas em certos domínios* (Barroso, 2011, p.250). Por outras palavras são estratégias que têm como finalidade suprimir comportamentos inadequados ou incitar a ocorrência de comportamentos adequados (Alvarenga, 2001, *cit in* Weber, Prado, Viezzer & Brandenburg, 2004). Por outro lado, os estilos educativos parentais compreendem um conjunto de atitudes para com as crianças, que lhe são comunicadas, criando o ambiente emocional em que os comportamentos parentais são expressos (Darling & Steinberg, 1993, *cit in* Barroso, 2011). Neste sentido, os estilos educativos parentais compreendem as atitudes dos pais para com as crianças, sendo orientados por objetivos específicos e incluem, as práticas disciplinares e outras dimensões de interação que pertencem à vertente emocional da relação (Simões, 2011).

As práticas disciplinares referem-se “ (...) aos métodos de ensino do carácter, auto controlo e comportamento aceitável para as crianças” (Papalia, Olds & Feldman, 2001, p.368). A investigação identificou três tipos de disciplina a que os pais recorrem para orientar os comportamentos da criança; afirmação do poder, indução e retirada temporária de afeto. De acordo com Hoffman, (1975, *cit.in* Alvarenga & Piccinini, 2001) a afirmação do poder inclui a aplicação direta da força, ou seja, a criança é privada de certos privilégios, são delegadas ameaças e outras punições físicas, como bater, pelo comportamento indesejado. Os autores referidos anteriormente referem que este tipo de técnicas produzem emoções intensas nas crianças, tais como, medo, raiva, ansiedade o que reduz a possibilidade de a criança compreender a situação e a necessidade de alterar o seu comportamento. As técnicas indutivas têm como principal função promover comportamentos desejados, chamando atenção para as consequências lógicas de uma ação, e incluem o estabelecimento de limites. Assim, a criança tem a possibilidade de perceber as implicações das suas ações e, portanto, dos motivos que justificam a necessidade de modificar o seu comportamento (Alvarenga & Piccinini, 2001). O isolamento, o ato de ignorar e demonstrar aversão pela criança traduzem técnicas de retirada de afeto.

Evidências empíricas sugerem que os pais diferenciam os seus comportamentos disciplinares em função das contingências de cada situação. Tal facto pode ser explicado atendendo a três factores: o primeiro tem a ver com o carácter funcional e adaptativo do comportamento parental; o segundo está associado com a natureza da atividade cognitiva parental, com as suas ideias e representações; o terceiro prende-se com os sentimentos parentais incitados pelos comportamentos inadequados da criança e que aparecem associados aos comportamentos disciplinares (Cruz, 2005). *A escolha e a eficácia de uma estratégia disciplinar pode depender em grande parte da personalidade dos pais, da personalidade e idade da criança e da qualidade da sua relação, bem como dos costumes e expectativas culturalmente determinados* (Grusec & Goodnow, 1994, *cit in* Papalia, Olds & Feldman, 2001, p.370).

Em 1960, Baumrind identificou três estilos parentais e descreveu de forma específica os padrões de comportamento das crianças educadas mediante cada um dos estilos. O estilo “autoritário” traduz-se numa “*tentativa de moldar, controlar, avaliar o comportamento e as atitudes dos filhos de acordo com um conjunto absoluto de padrões*” (Rutherford, Cruz, Mathur & Quinn, 2006, p.85). *Os castigos são automáticos quando a norma é infringida (...) Estes pais controladores, pouco calorosos e muito*

*punitivos, tendem a produzir filhos descontentes, inseguros, submissivos ou revoltados* (Oliveira, 1994, p. 88). Por outro lado, os pais permissivos são aqueles que aceitam os impulsos da criança que assumem uma atitude tolerante, valorizam a auto expressão e auto-regulação. evitando *“exercer controle e não encorajam a obediência a padrões externos”* (Brás, 2008, p. 10). São, portanto, os pais calorosos, que fazem poucas exigências e dão autonomia às crianças para tomar as suas próprias decisões.

Os pais cujo estilo é autoritativo tentam orientar as atividades das crianças de uma forma racional respeitando a individualidade estimulando a independência. São geralmente afetuosos, consistentes, exigentes; encorajando *“as trocas verbais e compartilham com as crianças as razões que estão por de trás das suas decisões”* (Gomes, 2010, p. 6).

A descrição destes padrões educativos parentais não reflete, porém, a complexidade do relacionamento específico existente entre pais e filhos. As famílias não agem de acordo com estilos educativos “puros”, ou seja, embora possa existir em alguns pais o predomínio de um ou outro estilo, estes podem ter características de outros tipos. De qualquer das formas o estilo de atuação que se assume como benéfico para um desenvolvimento harmonioso da criança é o “autoritativo” *“pois há uma interacção entre a capacidade de repostas e de exigências” (...)* *Os filhos aprendem a comportar-se pela positiva (obtenção de sucesso) enquanto os filhos de pais autoritários se comportam prevalentemente pela negativa (evitar o fracasso)”* (Oliveira, 1994, p.89).

*“ A emoção está no coração do indivíduo  
é a expressão da sua Vida.”*

Isabelle Filliozat

### **CAPITULO 3- DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL NA INFÂNCIA**

Desde a década de 50 que a investigação em Psicologia tem atribuído um interesse acrescido à análise da influência do meio e, em particular das práticas educativas parentais, no desenvolvimento normativo e desviante da criança (O'Connor, 2002). A família parece assumir um papel preponderante na formação do auto conceito da criança, bem como nos processos de socialização, o que desencadeou numerosos estudos destinados a aprofundar o papel dos pais ou dos prestadores de cuidados no desenvolvimento integral da criança. Apesar de existirem diversos fatores a influenciarem o desenvolvimento da criança, assim como diversos fenómenos associados à génese das práticas parentais, nomeadamente as características da criança, não desvalorizaram o papel fulcral dos pais no percurso desenvolvimental da criança, sendo fatores de influência dotados de uma enorme complexidade. A título de exemplo, a investigação levada a cabo por Kochanska, Murray & Harlan (2000) com crianças com idades compreendidas entre os 8, 22 e 33 meses permite-nos verificar que as características de personalidade da figura materna e a sua disponibilidade emocional, responsabilidade e sensibilidade relacionais contribuem para a predição do desenvolvimento eficiente do controlo por esforço aos 33 meses.

Os modelos que vigoravam nos primórdios da investigação descuravam áreas de influência como a genética, o papel ativo da criança no percurso desenvolvimental da criança e a componente biológica (Collins e col.2000). As dimensões mais estudadas referentes à relação entre pais e filhos recaíam sobretudo sobre as dimensões de suporte/calor parental, sensibilidade/responsividade, rejeição ou controlo e monitorização dos comportamentos da criança (O'Connor, 2002).

Progressivamente, as investigações desenvolvidas recorrem a modelos mais complexos e explicativos, que procuram compreender as variáveis que intervêm e moderam as influências parentais no desenvolvimento da criança (Cummings, Davies & Campbell, 2000).

Tudo começou com os estudos de Belsky em 1984 evidenciando as diversas componentes do comportamento parental, os diversos dados recolhidos permitiram-nos

perceber o papel fulcral das variáveis associadas ao temperamento da criança, a personalidade, história desenvolvimental dos pais, bem como, a qualidade da relação conjugal, ou os sistemas de suporte social, as condições económicas e culturais auxiliam-nos na descoberta das características que definem as práticas parentais.

### **Marcos no desenvolvimento emocional dos 6 aos 12 anos**

Em termos desenvolvimentais a entrada para a escola , assume-se como um importante marco.

Esta nova etapa requer um processo de adaptação da parte da criança, mas também da família. O êxito desta adaptação por parte da criança depende em parte , dos pais, os quais devem proporcionar um ambiente favorável ao estabelecimento de comunicações recíprocas, contribuindo desta forma para o desenvolvimento da auto-regulação da criança e para o desenvolvimento de competências sociais (Cummings, Davies & Campbell, 2000). De acordo com os autores referidos anteriormente as principais tarefas de desenvolvimento que emergem como desafios a serem enfrentados pelas crianças incluem o sentido de auto-eficácia e de confiança em si mesma, resultante da capacidade de estabelecer relações de amizade, e o ajustamento ao meio escolar.

A capacidade de solucionar problemas aumenta, devido à aquisição de um reportório amplo e diversificado de recursos cognitivos o que implica que os pais ofereçam um suporte adequado que passa essencialmente pela alteração dos padrões de comunicação, de modo a coadunar-se com a crescente autonomia da criança e com capacidade de raciocínio mais elaborado (Collins, Harris & Susman, 1995). Ao adoptar este comportamento os pais estão a criar o ambiente propício à compreensão e adesão às regras sociais.

A ida da criança para a escola é também um momento em que a criança se relaciona com um novo sistema, bem organizado, altamente significativo, onde se espera que desenvolva um relacionamento adequado com os pares, bem como, obtenha resultados escolares satisfatórios. Neste sentido, a criança depara-se com novos desafios, onde as expectativas tornam-se mais exigentes, o suporte está menos disponível e estão mais expostas ao julgamento dos outros. Por tudo isto, é imprescindível a criança recorrer a estratégias mais diversificadas e eficientes de modo a lidar com o *stress* e fazer face às situações de risco a que estão expostas (Collins, Harris & Susman, 1995).

Pretende-se que as fontes sociais envolvidas no processo, nomeadamente os pais concebiam esforços no sentido de auxiliar as crianças a desenvolver um repertório amplo de estratégias de auto-regulação capazes de fazer face às vicissitudes. As crianças, nesta idade, manifestam alguma dificuldade em expressar as suas emoções, bem como, decepcionam-se com muito facilidade devido à dificuldade que têm em dar resposta a todas estas preocupações o que dificulta a intervenção dos pais (Collins, Harris & Susman, 1995).

Esta é uma face crucial para o desenvolvimento do auto conceito e para o conhecimento da competência social. Todas estas mudanças contribuem de forma significativa para a criação de uma imagem de si mesmo, sendo imperativo o desenvolvimento da empatia e de comportamentos de cooperação.

Pretende-se sobretudo que nesta etapa desenvolvimental as crianças sejam capazes de controlar e regular as suas emoções tendo em conta os guiões sociais. Zeman & Garber (1996) realizaram um estudo onde se pretendia avaliar os fatores que influenciavam a tomada de decisão das crianças relativamente ao modo como deveriam controlar e expressar as suas emoções, incluindo o tipo de público, idade e sexo. Concluiu-se que independentemente do tipo de emoção experienciada, as crianças tendem a exprimir e a controlar as suas emoções mais na presença dos seus pares do que na comparência das figuras parentais, da mesma forma que, as crianças mais novas tendem a exprimir mais raiva e tristeza do que as crianças mais velhas. Tal facto, está associado sobretudo ao receio das consequências interpessoais negativas após a divulgação.

Segundo Saarni (1997) a competência emocional está associada ao modo como o ser humano reage mediante as emoções utilizando intencionalmente o conhecimento que possui sobre o mundo emocional e ajustando a expressão das mesmas. Deste modo, o autor considera que a competência emocional permite ao indivíduo reconhecer e compreender adequadamente as emoções na prossecução dos objetivos que se propôs alcançar.

A competência emocional estrutura-se tendo por base três componentes que se manifestam ao longo da vida: expressão emocional, regulação emocional e conhecimento emocional. De acordo com Bohnert et al., (2003) o desenvolvimento destes diversos aspetos que compõem a competência emocional assume formas

diferenciadas de progressão em cada criança, dado que o seu desenvolvimento é influenciado pelo contexto de vida em que a mesma está inserida.

A expressão emocional pode ser definida como o aspeto visível e partilhado das emoções. De modo a efetivar a expressão emocional, esta deve não só reverenciar os objetivos individuais da criança, como também ajustar-se com o contexto social em que a mesma se insere (Denham, 2007). A capacidade de reconhecer, compreender e exprimir as emoções de forma adequada e positiva permite à criança o estabelecimento de relações significativas (Denham et al., 2003). Por exemplo, as crianças que experienciam e manifestam mais emoções positivas do que negativas, são avaliadas pelos professores e pelo grupo de pares como sendo mais aceites e integradas pela sociedade (Alves, 2006).

Em síntese, para que a criança seja competente ao nível da expressão emocional ela necessita de ter consciência da necessidade de enviar mensagens efetivas para um determinado contexto e de ter a capacidade de expressar as suas emoções e coaduná-las à interação em curso (Denham, 2007).

O conhecimento emocional assume um papel de relevo na forma como as crianças experienciam e regulam as suas emoções, dado que esta componente permite à criança uma compreensão correta dos sinais emocionais emitidos pelos parceiros de interação. Assim, crianças com um elevado conhecimento emocional são mais eficazes não só na resolução de conflitos, mas também na adoção de comportamentos sociais ajustados, ou seja, no processamento de informação social.

De acordo com Izard et al., (2001) o conhecimento emocional é não só uma função do sistema emocional, mas sobretudo é parte integrante do sistema cognitivo. O conhecimento emocional está positivamente relacionado com a competência verbal (Martins, 2009). É através da linguagem que se constroem as emoções, e consequentemente, crianças com uma elevada capacidade verbal utilizam com maior frequência as expressões emocionais.

Ao longo da infância vamos adquirindo um conjunto de estratégias que nos permitem controlar, regular as descargas emocionais que condicionam o nosso relacionamento interpessoal, processo denominado por regulação emocional. Este termo começou a ser utilizado por volta dos anos 80 (Gross, 1998), no entanto, os estudos realizados não apresentavam uma definição clara e precisa do fenómeno que pretendiam explorar. Dada esta situação era necessário diversos investigadores realizarem estudos

com a finalidade de explicitar o conceito e revelar os mecanismos que influenciam a regulação emocional.

Segundo Thompson (1994), a regulação emocional consiste num conjunto de processos intrínsecos e extrínsecos cuja responsabilidade passa essencialmente pela monitorização, avaliação e modificação das reações emocionais, de forma a adequar-se aos objetivos que a criança estabeleceu para a interação. A regulação emocional é útil na medida em que permite ativação das emoções, bem como aumenta a sua intensidade quando é necessário incitar algum comportamento, ou ainda quando é necessário substituir experiências emocionais que se revestem de um cariz aversivo, ou seja que se revelam desajustadas. A regulação emocional é, assim, um mecanismo que permite uma escolha adequada de estratégias sociais e comportamentais (Denham, 2007).

De acordo com Bridges, Dehnam e Ganiban (2004), a capacidade de os indivíduos regularem os estados emocionais depende, sobretudo, da flexibilidade e capacidade de o indivíduo se coadunar com o contexto social em que está inserido e implica a moderação da intensidade da emoção a um nível ajustado à situação em que esta ocorre: diminuir a intensidade dos estados emocionais negativos e manutenção dos estados emocionais positivos.

Para Gross (1999), a regulação emocional consiste num processo que permite a diminuição das emoções negativas quando estas são percecionadas como emoções desnecessárias, ou seja, quando estas são ativadas por estímulos enganosos ou quando causam conflito entre diferentes propensões de ação despoletadas.

Em suma, a regulação emocional é um processo fundamental para a compreensão das trajetórias adaptativas e desadaptativas na medida em que influencia de forma decisiva o modo como sujeito gere o seu comportamento social, influenciando o grau de qualidade relacional com os outros.

A capacidade de uma criança controlar, regular as suas emoções traduz-se num fenómeno essencial para o funcionamento adaptativo.

As relações emocionais entre pais e filhos tem sido um fenómeno amplamente estudado, procurando desmistificar os múltiplos determinantes que contribuem para um desenvolvimento emocional harmonioso. De entre as dimensões mais estudadas salienta-se, o clima emocional da família associado aos afetos e às práticas parentais a expressividade parental, aliada à dimensão da personalidade e os padrões de socialização da criança (Melo, 2005).

De acordo com Conley et al., (2004) a estabilidade emocional dos pais a sua disponibilidade para a relação, bem como, o afeto positivo demonstrado contribuem significativamente para o exercício de uma parentalidade positiva. Este tipo de comportamento exerce uma enorme influência sobre os padrões disciplinares, assim como, influi o suporte emocional fornecido pelos pais, fator preponderante na saúde mental e psíquica da criança (Canavarro,1999). Tem sido demonstrado que as crianças cujos os pais estabelecem um padrão de comunicação desajustado e que ignoram ou, por seu turno desencorajam as suas expressões emocionais, tendem a desenvolver sintomatologia depressiva Conley et al., (2004) e que a utilização de comportamentos punitivos, com recurso a gritos, “explosões” de raiva, ameaças verbais e até mesmo agressão contribui para uma capacidade de regulação das emoções deficitária.

Um clima emocional pautado pelo positivismo, pelo livre arbítrio e pela expansão de emoções positivas contribui por outro lado, de forma intensiva, para o calor parental (Izard e Harris, 1995), e para inculcar nas crianças as regras de conduta social que permitam o estabelecimento de relações efetivas com os outros. De facto, o calor parental está estreitamente relacionado com a competência sócio emocional da criança e, de modo peculiar com a empatia que esta é capaz de manifestar no relacionamento com os outros (Zhou, 2002).

Alguns estudos referem que as características de personalidade inerentes aos pais interferem de modo considerável na capacidade das crianças regularem as suas emoções. Cruz (2005) refere que os pais que possuem níveis superiores de maturidade psicológica tratam de modo mais responsável, e sensível os seus filhos, ou seja, orientam os seus comportamentos atendendo às necessidades das crianças. Tal facto, denota que estes pais possuem uma elevada capacidade de regulação emocional o que contribui para o bem-estar da criança.

Eisenberg et al., (1992) num estudo com crianças com idades compreendidas entre os 5 e os 9 anos de idade constataram que as características emocionais da figura materna, ou seja, o modo como expressam os seus sentimentos influencia a capacidade das crianças sentirem simpatia e empatia pelos outros. A capacidade da figura materna em expressar emoções como a tristeza, ou o choro estava associada a experiências vicariantes de angústia pessoal perante um filme onde a personagem estava exposta a dolorosas emoções. Os mesmos autores referem que, por seu turno, o predomínio de emoções negativas como a culpa, a crítica e a ameaça afetavam drasticamente as raparigas desencadeando comportamentos perturbadores, e os rapazes, os quais

apresentavam níveis inferiores de preocupação. As mães que tendiam a focalizar atenção das suas filhas para o sofrimento de outrem eram detentoras de crianças com uma elevada capacidade de empatia. Ressalta-se o facto de, neste estudo, o comportamento expressivo das mães exercer mais influência sobre o sexo feminino do que sobre o masculino.

McDowell & Parke (2005) afirmam que se as figuras parentais ao utilizarem comportamentos controladores das emoções das crianças, estas são inibidas de compreenderem as consequências e as causas de determinadas emoções inadequadas. Einserberg e colaboradores (1996) admitem a ideia de que o controlo parental está estreitamente relacionado com os aspectos negativos inerentes ao funcionamento da criança, revelando que aceitação parental das emoções está associada às estratégias de coping utilizadas por estas.

Harter (1999) sustenta a ideia de que a criança ao receber elogios e suporte por parte das figuras significativas para si, tende a desenvolver sentimento de orgulho, enquanto que se for constantemente criticada, tal facto desencadeia o aparecimento de um sentimento de vergonha. Dubowitz, Black, Cox, et al., (2001) num estudo com 855 crianças com 6 anos de idade, constataram que as crianças que percecionam o suporte por parte da figura paterna desenvolvem competências sociais eficientes, bem como apresentam um desenvolvimento cognitivo favorável e uma maior competência percebida.

Minzi (2006) num estudo com crianças com idades compreendidas entre os 8 e os 12 anos de idade constatou que as crianças que percepcionam aceitação do pai sentem que este sente orgulho e respeito por elas. De acordo com Goeke-Morey & Cummings (2007) as crianças tendem a reagir de forma mais negativa às manifestações de hostilidade/agressividade evidenciadas pelo pai do que as mesmas emoções exibidas pela mãe.

Segundo Ronher, Khaleque & Cournoyer (2005) as crianças que experienciam a rejeição por parte dos seus cuidadores tendem a desenvolver diversos problemas comportamentais, tais como, desordem de conduta, delinquência e comportamentos externalizados.

Foi possível verificar que as características de personalidade dos pais, o clima emocional familiar e os comportamentos disciplinares adotados interferem na capacidade das crianças regularem as suas emoções.

Carever e Scheir (1994) afirmam que os indivíduos desenvolvem formas peculiares de lidar com as situações de *stress*, sendo que estes mesmos hábitos ou estilos de coping tendem a potenciar formas diversificadas de reação a novas situações. Estes autores referem que estes estilos não implicam necessariamente a presença de traços subjacentes de personalidade que induzem o indivíduo a responder a um determinado acontecimento stressante. Por seu turno, os estilos de *coping* enquanto padrões relativamente estáveis de comportamento auxiliam a criança a responder de modo particular em circunstâncias específicas.

Rudolph, Dennig & Weisz, (1995) apresentam diversas concetualizações dos estilos de coping centrando-se sobretudo nos estilos de personalidade associados ao *coping*, nomeadamente os modelos de personalidade do tipo A e tipo B, controlador e desatento, repressor e sensível, primário e secundário, passivo e ativo, aproximação e evitamento, direto e indireto e pró-social e anti-social.

No que concerne aos comportamentos do tipo A Mathews (1992) caracteriza-os como estilos de *coping* distintos, enfatizando três componentes comportamentais: a luta competitiva, impaciência, agressividade/hostilidade. De acordo com a óptica deste autor níveis elevados de comportamento do tipo A estão associados com o nível de empatia, sendo que a competitividade, impaciência e os sentimentos de hostilidade podem interferir na tomada de decisão dos indivíduos, induzindo-os a comportamentos incorrectos afetando a qualidade relacional com os outros.

No que concerne aos estilos denominados de controlador e desatento estes estão relacionados com a tensão que o indivíduo despense perante uma situação de *stress* (Miller, 1991). O mesmo autor refere que os indivíduos que regem os seus comportamentos tendo por base a estilo controlador, assume uma postura extremamente vigilante recorrendo a estratégias que envolvem estados de alerta acompanhados de sensibilidade perante aspetos negativos desencadeados por determinada experiência, procurando incessantemente informação de modo a controlar a situação. Por outro lado, o estilo desatento é concetualizado como associado a características de distração e proteção cognitiva perante uma fonte de perigo, denotando-se, neste caso, uma desatenção por parte do indivíduo como forma de se afastar da ameaça.

A tipologia do *coping* primário e secundário é apresentada por Band & Weisy (1998), sendo que o *coping* primário é utilizado com a finalidade de fazer face a situações ou condições objetivas e o secundário está associado à capacidade de adaptação do individuo a situações de *stress*.

Relativamente ao estilo de *coping* passivo versus ativo, de acordo com a óptica assumida por Holahan & Moss, (1985) num estudo longitudinal cujo objetivo era avaliar os recursos utilizados para fazer face às situações de stress, concluíram que os indivíduos que têm por base o estilo de *coping* ativo fazem esforços no sentido de se aproximar do foco de stress, enquanto os indivíduos que optam pelo estilo passivo verifica-se um evitamento das situações de *stress*. De acordo com Rudolph et al.,1995, estes estilos são muito semelhantes aos estilos de aproximação versus evitamento pois caracterizam-se pela utilização de estratégias de *coping* centradas em comportamentos de evitamento e aproximação, procurando sistematicamente informações de modo a dominar a situação de stress.

Em relação aos estilos relacionados com a dimensão da atividade (direta e indireta) e da sociabilidade (pró-social e anti-social) autores como Antoniazzi, Dell'Àglio & Bandeira (1998) referem que no estilo direto as estratégias utilizadas focalizam-se na situação desencandadora de stress, o enquanto que o estilo indirecto recorre essencialmente ao evitamento ou à remediação das consequências provocadas pela situação stressante. Por fim, o estilo pró-social procura sistematicamente o auxílio e o suporte dos outros, enquanto que o estilo anti-social responde de forma agressiva às tentativas de ajuda por parte dos outros.

### **Definição de estratégias de *coping***

De acordo com Yunes, (2003) o *coping* emerge quando o individuo percebe a situação como grave ou ultrapassando os seus recursos pessoais, o que implica a utilização de esforços cognitivos e comportamentais de modo a fazer face à situação de stress.

Para Snyder e Dinoff, (1999) as estratégias de coping correspondem às respostas emitidas pelos sujeitos com o intuito de diminuir a pressão física e psicológica resultante dos acontecimentos indutores de stress. A revisão teórica proposta por estes autores sugere que a eficácia das estratégias de coping dependem sobretudo da capacidade de reduzir de imediato a situação perturbadora, bem como evitar em termos futuros, complicações ao nível do estado de saúde, colocando em causa o bem estar do indivíduo.

Segundo Folkman e Moskowitz (2004), o coping engloba comportamentos e pensamentos a que o indivíduo recorre de modo a fazer face às situações ameaçadoras.

Lazarus e Folkman (1984) propõem um modelo que divide o coping em duas categorias funcionais:

a) Coping centrado nas emoções – consiste no esforço individual com a finalidade de proceder à regulação emocional associado ao evento stressante.

b) Coping centrado no problema- referente a um esforço individual com o intuito de atuar na situação que deu origem ao stress.

Este tipo de estratégia tem como principal função a modificação ou alteração de um problema existente entre o individuo- meio.

De acordo com Folkman e Lazarus (1980), o critério de seleção destas duas estratégias de *coping* varia de acordo com o tipo de avaliação que o individuo faz mediante uma situação ameaçadora. Mencionam duas formas de avaliação:

a) Avaliação Primária- associada a um processo cognitivo através do qual o sujeito analisa os riscos inerentes a determinada situação.

b) Avaliação Secundária- o indivíduo efetua uma auto avaliação dos seus recursos para lidar com determinado problema.

As práticas educativas parentais exercem um impacto considerável nas estratégias que a criança utiliza para lidar com os seus problemas. Neste sentido, vários investigadores procuraram relacionar os estilos parentais percebidos com as estratégias de coping das crianças e adolescentes.

De acordo com Campas (1987, *cit.in* Cardoso, 2010) as estratégias de coping que a criança utiliza perante uma situação perturbadora dependem não só de fatores pessoais, mas também de fatores associados à qualidade do suporte social, à disponibilidade da família, da rede de cuidados de saúde e da existência prévia de acontecimentos de vida traumáticos.

Wolfrad, Hempel e Miles (2003), centraram-se sobretudo na análise da relação existente entre os estilos parentais percebidos, a despersonalização, os traços de ansiedade e as estratégias de coping. No que concerne à relação existente entre os estilos parentais percebidos e as estratégias de coping os autores, verificaram que os adolescentes que percecionam os seus pais como autorizados ou permissivos possuem níveis mais elevados de coping ativo do que os adolescentes que percebem os seus pais como autoritários ou negligentes. Para além disto, constataram que os adolescentes que apresentam um ajustamento psicossocial favorável são aqueles que percecionam os seus pais como permissivos.

Nijhof e Engels (2007), num estudo realizado com adolescentes, concluíram que os pais que subscrevem um estilo parental autoritário ou não envolvido tendem a experienciar problemas de externalização, revelando incapacidade de adopção de estratégias de coping eficazes. De acordo com óptica destes autores, um ambiente familiar harmonioso e a aceitação das emoções dos jovens, permite a estes lidar de modo mais eficaz com seus problemas, bem como adoptar estratégias de coping eficientes.

Clark, Novak e Dupree (2002), num estudo cujo objetivo passava essencialmente por examinar a relação existente entre as práticas educativas parentais e as estratégias de coping numa amostra de 70 adolescentes, verificaram que os jovens que percecionavam uma participação dos pais, ou seja, que experienciavam maior suporte por parte destes tendiam a lidar de modo mais eficaz com os desafios e as vicissitudes das suas vidas, utilizando estratégias de coping ativas.

Em síntese, as estratégias de coping são utilizadas como um meio de controlar a intensidade emocional das situações indutoras de tensão e mal estar, de modo a permitir um funcionamento mais eficaz para lidar com as situações constrangedoras.

De acordo com a revisão teórica efetuada torna-se evidente a influência que as práticas educativas parentais exercem no desenvolvimento das crianças, nomeadamente nas estratégias de coping e na regulação emocional das crianças.

O presente estudo teve como principal objetivo analisar a influência das práticas educativas parentais nas estratégias de coping e na regulação emocional das crianças com idades compreendidas entre os 6-10 anos de idade.

De forma particular, procura-se determinar:

1) Quais as dimensões das práticas educativas parentais (suporte emocional, rejeição, tentativa de controlo) têm uma associação significativa com as diferentes estratégias de coping e de regulação emocional (suporte social, culpabilização, catastrofização, distracção, supressão/expressão emocional, pensamento positivo/reavaliação positiva, aceitação);

2) Determinar, de entre as dimensões das práticas educativas parentais identificadas, quais as que permitem predizer as estratégias de coping e de regulação emocional utilizadas pelas crianças.

## Parte II- ESTUDO EMPÍRICO

### MÉTODO

#### Caracterização da amostra

Deste estudo fizeram parte 30 crianças do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 6 e os 10 de idade ( $M=7,93$ ;  $DP=9,80$ ;  $mín=6$ ;  $máx =10$ ). A frequência escolar das crianças situa-se no 4ºano de escolaridade. (cf. Tabela 1)

O número de pessoas do agregado familiar varia entre 2 e 6 pessoas ( $mín=1$ ;  $máx =5$ ;  $M = 2,43$ ;  $DP = 0.817$ ), vivendo a sua maioria com os pais. Todos os participantes eram de nacionalidade portuguesa (100%). (cf. Tabela 1) .Quanto ao estatuto matrimonial dos pais a maioria era casada, perfazendo um total de 83,3% ( $n=25$ ), 10% eram solteiros ( $n= 3$ ), 3,3% eram divorciados ( $n= 1$ ) e 3,3% eram viúvos ( $n=1$ ).

**Tabela 1**

*Caracterização Sociodemográfica*

Variáveis	Categorias	%
Idade (anos)	<7	3,3%
	≥7	96,7%
Sexo	Masculino	100%
Nacionalidade	Portuguesa	100%
	Outra	0
Com quem vive	Vive com o pai/mãe	83,3
	Vive só com a mãe	6,7
	Mãe/Padrasto	3,3
	Pai /Madrasta	3,3
	Vive com outros membros da família	3,3
Nível de escolaridade das crianças	Pré-escola	3,3
	1ºCiclo (até ao 4ºano)	96,7
	2ºCiclo (até ao 6ºano)	0
	3ºCiclo (até ao 9ºano)	0

## INSTRUMENTOS

### *Questionário- Sociodemográfico*

Este questionário foi especificamente desenhado para o estudo com o intuito de obter informações acerca dos participantes, nomeadamente ao nível das características sócio-demográficas (idade, sexo, nacionalidade escolaridade, situação laboral actual dos pais, estatuto matrimonial dos pais, entre outros).

*Egna Minnen Besträffand Uppfostran-C (EMBU-C)* - (Castro et al., 2003; Adaptação Portuguesa de Canavarro, Pereira & Canavarro, 2003)

O EMBU-C foi um instrumento concebido para avaliar a percepção que as crianças têm em relação às estratégias educativas parentais dos seus progenitores, sendo a avaliação realizada separadamente para o pai e para a mãe (Canavarro & Pereira, 2007).

O EMBU-C é composto por 32 itens, avaliados numa escala tipo Likert de 4 pontos (1: “não, nunca”; 2: “sim, às vezes”; 3: “sim, frequentemente”; 4: “sim, sempre”), sendo solicitado à criança que seleccione, entre 4 opções, qual a resposta que melhor caracteriza o comportamento dos seus progenitores.

O EMBU-C é composto por 3 escalas: suporte emocional, rejeição e tentativa de controlo. A escala de suporte emocional (itens 1, 3, 7, 9, 12,13, 14, 16, 20, 21, 24, 27, 29, 32) avalia os estilos educativos determinados pela expressão verbal e física de suporte afectivo dos pais, a aceitação parental e a disponibilidade física e psicológica dos pais. A escala de rejeição (itens 2, 10, 11, 17, 25, 26, 28, 31) reúne os itens alusivos aos estilos educativos em que os pais evidenciam hostilidade/agressão verbal e física e não-aceitação da criança. A escala referente à tentativa de controlo (itens 4, 5, 6, 8, 15, 18, 19, 22, 23, 30) contempla os itens que correspondem aos estilos educativos em que os pais focalizam a sua atenção no desenvolvimento de estratégias que permitam controlar o comportamento das crianças, demonstrações de exigência e de grande preocupação em relação ao bem-estar dos filhos (Canavarro & Pereira, 2007). Foi avaliada a consistência interna de cada uma das subescalas, independentemente para a mãe e o pai, através do coeficiente Alpha de Cronbach. Os resultados obtidos para o presente estudo indicam o seguinte: .747 para o suporte emocional do pai, .813 para o suporte emocional da mãe, .560 para a rejeição do pai, .593 para a rejeição da mãe, .690

para a tentativa de controlo do pai e .690 para a tentativa de controlo da mãe. Podemos concluir a nossa apresenta bons índices de consistência interna para o EMBU-C.

*Questionário de Estratégias de Coping e de Regulação Emocional* - (Moreira, Crusellas, Ribeiro & Vaz, 2005).

Este instrumento foi criado para avaliar a perceção que os indivíduos têm acerca das estratégias de coping que utilizam mediante um acontecimento negativo (Couceiro, 2008). Trata-se de uma medida de auto-relato, constituída por 21 itens, avaliados numa escala tipo Likert de 4 pontos (1: “nunca”; 2: “às vezes”; 3: “muitas vezes”; 4: “sempre”).

De acordo com Gouceiro, (2008) o questionário de estratégias de coping e de regulação emocional é composto por 7 subescalas. A subescala suporte social, correspondente ao fator 1 (itens 7,14, 21), avalia a perceção do apoio proporcionado pela rede social. O fator 2, Culpabilização (itens 1,8,13,15) permite perceber os pensamentos de culpabilização que o sujeito tem de si próprio devido ao acontecido. O fator 3, correspondente à dimensão da catastrofização é constituído pelos itens (4,9,11,18) e enfatiza os aspetos negativos da experiência. O fator 4, corresponde à subescala da distração (itens 3,10,17), pretende avaliar se o sujeito, mediante um acontecimento negativo, pensa em assuntos agradáveis ao invés de ocupar o pensamento com o acontecimento atual. O fator 5, correspondente à dimensão Supressão/Expressão Emocional é composto pelos itens (6,13,20) e avalia a capacidade das crianças expressarem as suas emoções perante um acontecimento adverso. O fator 6 representa a dimensão Pensamento positiva/Reavaliação positiva (itens 5,12,19) e avalia até que ponto o sujeito é capaz de retirar algo positivo de uma situação *stressante*. O fator 7 corresponde à dimensão da Aceitação (itens 2,16) e avalia a capacidade dos sujeitos para aceitar a ocorrência de acontecimentos *stressantes*. Foi *avaliada* a consistência interna de cada uma das subescalas para a presente amostra através do coeficiente de Alpha de Cronbach, tendo-se obtido os seguintes resultados: .751 para a subescala do suporte social, .639 para a subescala da culpabilização, .548 para a subescala da catastrofização, .155 para a subescala da supressão emocional/expressão emocional, .609 para a subescala da distração, .429 para a subescala do pensamento positivo/reavaliação positiva, e .742 para a subescala da aceitação.

## **PROCEDIMENTOS**

Os participantes deste estudo foram selecionados de uma Escola de Futebol pelo cumprimento do seguinte critério de inclusão: encontrar-se na faixa etária dos 6-10 anos de idade. O motivo para a escolha desta faixa etária foi: maior número de alunos nas turmas, o que facilitaria a dimensão da amostra.

Na implementação do presente estudo foram cumpridos todos os princípios éticos inerentes à investigação com seres humanos, nomeadamente o pedido de autorização ao diretor do Departamento Pedagógico da Instituição (cf. Anexo I) e os consentimentos informados por parte dos encarregados de educação. (cf Anexos II e III)

Numa primeira fase entregou-se os consentimentos informados para preenchimentos dos encarregados de educação. Posteriormente entregaram-se os diversos questionários, de aplicação única, designadamente o Questionário Sociodemográfico, o Questionário EMBU-Crianças e o Questionário de Estratégias de Coping e de Regulação Emocional. O preenchimento dos referidos questionários ocorreu em sistema de sala fechada, individualmente, sendo antecedido por um conjunto de instruções onde eram explicados, de forma sucinta, o objetivo geral da investigação, assegurada a total confidencialidade e anonimato das suas respostas, para além de ser enfatizado o carácter voluntário da sua colaboração e participação. Cada avaliação durou em média 45 a 50 minutos dependendo da capacidade da criança. A recolha dos dados de investigação decorreu nos dias regulares de treino, de modo a não existir qualquer tipo de deslocação extra e/ou custo adicional, tanto para o sujeito como para a escola.

Dos 52 indivíduos contactados, foram devolvidos apenas 30 questionários. Os motivos para a não entrega dos questionários foram: preenchimento incorreto do consentimento informado ou da assinatura. Neste caso, foi dada a possibilidade de entregar posterior à investigadora no Serviço de Psicologia da escola. Outros alunos faltaram aos treinos onde ocorreu a recolha e não fizeram a entrega no serviço de Psicologia da escola, tal como foi solicitado.

## ANÁLISE ESTATÍSTICA DOS DADOS

No sentido de avaliar os objetivos propostos no presente estudo, recorreu-se a um software estatístico *SPSS (Statistical Package for the Social Science) versão PAWS, versão 18, Release 18.0.0 (July, 30, 2009), Copyright 1993-2007 Polar Engineering and Consulting*.

Para análise das características sociodemográficas dos participantes foram implementadas medidas descritivas (média, desvio padrão, mínimo, máximo ou frequências).

A análise da consistência interna de cada uma das subescalas foi efetuada através do cálculo do coeficiente *Alpha de Cronbach*.

A fim de se comprovar a existência de relações significativas entre as variáveis, foram calculados os coeficientes de correlação, através do *r de Pearson*, com vista a entender quais as dimensões das práticas educativas parentais que se associam significativamente com as estratégias de coping e de regulação emocional das crianças.

Por fim, foram realizadas regressões lineares através do método *enter* de modo a determinar o conjunto das dimensões de práticas educativas parentais que se mostraram significativamente correlacionadas com cada uma das estratégias de coping e de regulação emocional das crianças permite perdizer as mesmas.

## RESULTADOS

### **1. Associação entre as práticas educativas parentais e as estratégias de coping e de regulação emocional das crianças**

De modo a ser possível averiguar se existia uma associação significativa entre práticas educativas parentais e as estratégias de coping e de regulação emocional das crianças foi realizada uma análise das correlações que permitiu verificar que o suporte social não apresenta qualquer associação com as dimensões das práticas educativas parentais. No entanto, o suporte emocional da mãe está negativamente correlacionado com o suporte social das crianças que permite inferir que quanto maior for o suporte emocional da mãe menor será o suporte social dos filhos. (cf. Tabela 2)

Para além disto, verificou-se que a culpabilização está positivamente correlacionado com suporte emocional do pai. Neste sentido, quanto maior for o suporte emocional do pai, maior será a culpabilização dos filhos. (cf. Tabela 2)

Adicionalmente, verificou-se que a catastrofização está positivamente correlacionado com a tentativa de controlo da mãe, o que permite inferir que quanto maior for a tentativa de controlo da mãe maior serão os indicadores de catastrofização dos filhos. (cf. Tabela 2)

Relativamente à estratégia de coping e de regulação emocional referente ao Pensamento Positivo/Reavaliação Positiva, verificou-se que está positivamente correlacionado com rejeição do pai, mas não mostra estar associado à rejeição da mãe. Por outro lado, verificou-se que o pensamento positivo/reavaliação positiva está associado ao suporte emocional da mãe e do pai. Desta forma, quanto maior for a rejeição do pai, assim como o suporte emocional da mãe e do pai maior será Pensamento Positivo/Reavaliação Positiva dos filhos. (cf. Tabela 2)

Adicionalmente, verificou-se que a supressão/expressão emocional está positivamente correlacionada rejeição do pai, o que permite inferir que quanto maior a rejeição do pai menor é a capacidade da criança para expressar as suas emoções.

Quanto à estratégia de coping e de regulação emocional referente à Aceitação verifica-se que está positivamente correlacionado com o suporte emocional da mãe e do pai. Neste sentido, quanto maior for o suporte emocional da mãe e do pai maior será a aceitação dos filhos. (cf. Tabela 2)

No que concerne à estratégia de coping e de regulação emocional referente à distração à não se verifica qualquer associação com as diferentes dimensões da escala do EMBU-Criança.

**Tabela 2**

*Correlação de Pearson entre as diferentes dimensões do EMBU e as diferentes estratégias de coping e de regulação emocional das crianças*

	Suporte Emocional Pai	Suporte Emocional Mãe	Rejeição Pai	Rejeição Mãe	Tentativa Controlo Mãe	Tentativa Controlo Mãe
<b>Suporte social</b>	,290	-,093	,109	,160	,120	,265
<b>Culpabilização</b>	,444*	,078	,103	,312	-,022	,164
<b>Catastrofização</b>	-,075	,022	,222	-,330	,084	,370*

<b>Distração</b>	-,094	,011	,193	-,320	,041	,305
<b>Supressão/Expressão Emocional</b>	,197	,047	,365*	-,013	,314	,310
<b>Pensamento Positivo/Reavaliação Positiva</b>	,390*	,372*	,466**	,004	,200	,130
<b>Aceitação</b>	,493**	,519**	,105	,036	,354	,249

$\rho < .05$

$\rho < .01$

## 2. Práticas educativas parentais preditoras das estratégias de coping e de regulação emocional das crianças

Para verificar se as práticas educativas parentais que se mostraram correlacionadas com as diferentes estratégias de coping e de regulação emocional das crianças, efectuaram-se análises de regressão lineares a cada uma dessas estratégias.

Através da análise da regressão linear verificou-se que o modelo proposto para prever a culpabilização não é significativo nessa predição. (cf. Tabela 3)

A regressão linear relativa à Catastrofização permitiu verificar que esta variável é explicada em cerca de 21.7% pelo modelo composto pela variável tentativa de controlo da mãe. Segundo este modelo quanto maior é a tentativa de controlo da mãe maiores são os indicadores de catastrofização. (cf. Tabela 3)

Através da análise da regressão linear verificou-se que o modelo proposto para prever a supressão emocional/expressão emocional não é significativo nessa predição.

No que concerne à análise da regressão linear relativa ao pensamento positivo/reavaliação positiva verificou-se que o modelo proposto para prever esta estratégia não é significativo nessa predição. No entanto, neste modelo a variável rejeição do pai é marginalmente significativa na predição da utilização de estratégias de coping e de regulação emocional associada ao pensamento positivo/reavaliação positiva, de modo que quanto maior a rejeição maiores são os indicadores de pensamento positivo/reavaliação positiva. (cf. Tabela 3)

A regressão linear relativa à aceitação permitiu verificar que esta variável é explicada em cerca de 31,2% pelo modelo composto pelas variáveis suporte emocional

da mãe e suporte emocional do pai, embora nenhuma destas variáveis se apresente isoladamente como significativa. Segundo este modelo quanto maior o suporte da mãe e do pai maior o recurso a estratégias de aceitação. (cf. Tabela 3)

**Tabela 3**

*Preditores das estratégias de coping e de regulação emocional das crianças: Análise das regressões lineares.*

Variáveis Dependentes	Modelo	Variáveis Independentes	B	Beta	t	ρ
Culpabilização ( $R^2 = .009$ )	F (1,28) = 242 $\rho = .627$	Suporte Emocional Pai	-,050	-,093	-,492	·627
Catastrofização ( $R^2 = .217$ )	F (1,28) = 7,779 $\rho = .009$	Tentativa Controlo Mãe	,541	,466	2,789	·009
Supressão Emocional/Expressão Emocional ( $R^2 = .001$ )	F (1,28) = ,016 $\rho = .899$	Rejeição Pai	-,068	-,024	-,128	·899
Pensamento Positivo/Reavaliação Positiva ( $R^2 = .188$ )	F (3,26) = 2,001 $\rho = .139$	Suporte Emocional Pai	-,024	-,035	-,124	·903
		Suporte Emocional Mãe	,310	,251	,936	·358
		Rejeição Pai	,506	,420	1,938	·064
Aceitação ( $R^2 = .312$ )	F (2,27) = 6,127 $\rho = .006$	Suporte Emocional Mãe	,386	,343	1,644	·112
		Suporte Emocional Pai	,171	,272	1,304	·203

## DISCUSSÃO

Foi objetivo do presente estudo analisar a influência das práticas educativas parentais nas estratégias de *coping* e de regulação emocional das crianças, averiguando as dimensões das práticas educativas parentais que têm uma associação significativa com as diferentes estratégias de coping e regulação emocional das crianças, assim como, o efeito preditor das dimensões identificadas nas respectivas estratégias de coping e de regulação emocional das crianças em foco.

Da análise dos resultados obtidos verificou-se que, foram confirmadas as hipóteses experimentais a que o presente estudo inicialmente se propôs. Ou seja, quando relacionadas as dimensões das práticas parentais com a regulação emocional e estratégias de *coping* das crianças verificou-se, que as práticas parentais exercem um forte impacto na capacidade das crianças utilizarem estratégias de *coping* eficazes.

Evidenciando, desta forma inúmeras dificuldades em lidar com os seus problemas.

A literatura existente, referente à relevância das práticas educativas parentais para o desenvolvimento integral da criança, é extensa e admite uma conclusão geral que uma atmosfera familiar onde prevalece emoções parentais negativas, quando orientadas para a criança, provocam distorções cognitivas, dificuldades em lidar com as vicissitudes e, orientam os pais para a adoção de práticas educativas coercivas e de desvalorização dos filhos.

A investigação apresentada foi desenvolvida com o intuito de verificar se existia uma relação entre as práticas educativas parentais, e o suporte social, a culpabilização, a catastrofização, a reavaliação positiva/pensamento positivo, supressão emocional/expressão emocional e a aceitação.

Desta forma, verificou-se que existe uma associação significativa entre aceitação e o suporte emocional do pai e da mãe. Tal facto, demonstra que os pais que transmitem à criança apoio, amor, estima leva-os a adotar estratégias de coping focalizadas na aceitação. Esta evidência, segue a proposta de Felson e Zielinsk (1989) que afirmam que os comportamentos que comunicam afeição, disponibilidade e atenção conduzem à aceitação e à aprovação por parte da criança.

No presente estudo as estratégias de coping e de regulação emocional relativas à reavaliação positiva/pensamento positivo e à supressão emocional/expressão emocional apresentam uma associação significativa com a rejeição do pai. No entanto, a perspectiva teórica de Ronher & colaboradores (2005) contempla que a rejeição parental é um forte

preditor de diversos problemas comportamentais da criança, tais como, desordem de conduta, delinquência e comportamentos externalizados. Deste modo, pressupõem-se que a capacidade da criança retirar algo positivo da situação stressante bem como, a capacidade de expressar as suas emoções perante um acontecimento adverso advém, da capacidade da figura paterna responder de modo construtivo às emoções negativas da criança. Adicionalmente, verificamos que a reavaliação positiva/pensamento positivo apresenta uma correlação significativa com ao suporte emocional do pai e da mãe. Deste modo, parece haver uma associação significativa entre a educação parental focalizada no desenvolvimento de mecanismos que auxiliam e encorajam as crianças a discutir as suas experiências emocionais e, a utilização de estratégias de pensamento positivo/reavaliação positiva. Ao fornecerem suporte emocional, ou seja ao validarem as emoções das crianças, contribuem para a durabilidade dos bons pensamentos. Este resultado equipara-se à perspectiva teórica de Izard & Harris (1995) que afirmam que clima emocional pautado pelo positivismo, pelo livre arbítrio e pela expansão de emoções positivas contribuem de forma intensiva para o calor parental.

Para além do suporte emocional do pai e da mãe emergir como um forte preditor da utilização de estratégias de coping e de regulação emocional focalizadas na reavaliação positiva/pensamento positivo este evidencia também uma correlação significativa com a estratégia de coping referente à aceitação, ou seja o suporte emocional favorece a aceitação da ocorrência de acontecimentos stressantes. Este resultado equipara-se à perspectiva teórica de Conley & Col. (2004) referindo que estabilidade emocional dos pais, a disponibilidade para atender às necessidades da criança e o afeto demonstrado contribuem significativamente para o exercício de uma parentalidade positiva, promovendo aceitação e aprovação por parte das crianças das situações desencadeadoras de stress.

No que concerne à estratégia de coping e de regulação emocional referente à catastrofização verificou-se uma associação significativa com a tentativa de controlo da mãe. Estes dados são compatíveis com os estudos prévios (McDowell & Parke, 2000; Eisenberg & colaboradores, 1996) que afirmam que os comportamentos controladores estão relacionados com os aspetos negativos do funcionamento da criança tais como, desordens de conduta, delinquência.

Adicionalmente, verificou-se uma associação significativa entre a estratégia de coping e de regulação emocional relativa à culpabilização e o suporte emocional do pai. Estes resultados não se coadunam com a perspectiva teórica de Canavarro (1999),cujos

resultados indicam que o suporte emocional fornecido pelos pais é um fator preponderante na saúde mental e psíquica da criança. Este facto pode se explicado pela incapacidade da figura paterna em expressar as suas próprias emoções e necessidades.

A dimensão da distração não evidenciou correlações significativas com as diferentes dimensões das práticas educativas parentais. Estes resultados demonstram que a nossa amostra detém a capacidade de lidar de modo eficaz com as vicissitudes da vida não necessitando desta forma de recorrer a estratégias de distração de forma a lidar com o acontecimento negativo.

A dimensão da rejeição relativamente à mãe não obteve correlações significativas o que demonstra que a figura materna contribui para o bem estar da criança, apesar de Ronher & colaboradores (2005) afirmarem que a rejeição parental é forte preditor de diversos problemas comportamentais da criança. Deste modo, pressupõem-se que as crianças que compõem a nossa amostra se sintam amadas e valorizadas pela figura materna, ou seja, as mães detêm a capacidade de demonstrar afeição e mostram-se disponíveis para a relação.

A partir dos resultados obtidos foi possível inferir que, as regras impostas pelos pais, a supervisão, a disciplina e a punição contribuiu para uma capacidade de regulação das emoções deficitária e, conseqüentemente para adoção de estratégias de *coping* ineficazes. No entanto, apesar de existirem correlações significativas entre as práticas educativas parentais e as estratégias de coping e de regulação emocional, estes fatores não são significativos na predição das estratégias de coping. Estes resultados podem ser explicados na medida em que, ao perceber os comportamentos controladores por parte do mãe a criança tende a utilizar estratégias de *coping* focalizadas na catastrofização o que contribuiu para a percepção da situação como horrível e conseqüentemente, sente-se incapaz de lidar com ela. Estes resultados vão de encontro aos resultados previstos pela literatura, Einsenber e colaboradores (1996) admitem a ideia de que o controlo parental está estreitamente relacionado com os aspetos negativos inerentes ao funcionamento da criança. É então possível conceber a ideia de que as crianças ao experienciarem a monitorização, disciplina por parte da figura materna tendem a vivenciar a situação como devastadora, exibindo desta forma, dificuldades em controlar as suas emoções, culpabilizando-se.

No que concerne ao suporte emocional fornecido pelos pais, no presente estudo, verificou-se que permite predizer uma maior faceta psicológica de aceitação e de pensamento positivo/reavaliação positiva por parte das crianças, ou seja, a

disponibilidade emocional, responsabilidade e sensibilidade relacionais das figuras parentais permitem que a criança se sinta mais protegida sendo por isso sinónimo de aceitação desencadeando um pensamento positivo . Estes resultados corroboram com os estudos de Clark, Novak & Dupree (2002) cujos resultados indicam que os jovens que percecionavam a participação dos pais, ou seja, que experienciavam o suporte tendem a lidar de modo eficaz com os desafios e as vicissitudes, utilizando estratégias de coping ativas.

Para além disto, verificamos que o suporte emocional da figura paterna permite predizer uma maior faceta psicológica de culpabilização embora, não apresente valores significativos. Estes resultados não se coadunam com os resultados produzidos por Dubowitz, Black, Cox, et.al., (2001) que constataram que as crianças que percecionam o suporte por parte da figura paterna desenvolvem competências sociais eficientes, bem como, apresentam um desenvolvimento cognitivo favorável e uma maior competência percebida. No entanto, os resultados do nosso estudo podem ser explicados na medida em que haja por parte da figura paterna dificuldades que passam essencialmente pela incapacidade de compreender e de controlar as suas próprias emoções o que induz a uma insensibilidade, distanciamento e aceitação incondicional de tudo e de todos.

Adicionalmente, ao experienciarem a rejeição por parte da figura paterna as crianças apresentam uma maior faceta psicológica de reavaliação positiva/pensamento positivo e de supressão emocional/expressão emocional. Estes resultados não corroboram com a perspectiva de Goeke-Morey & Cummings (2007) que afirmam que as crianças tendem a reagir de forma negativa às manifestações de hostilidade/agressividade evidenciadas pelo pai do que as mesmas emoções exibidas pela mãe. Deste modo, podemos conceber a ideia de que no presente estudo as crianças detêm a capacidade de extrair algo positivo dos comportamentos punitivos utilizados pela figura paterna.

Assim sendo, os resultados obtidos relativamente ao impacto das práticas educativas parentais nas estratégias de coping e de regulação emocional das crianças corroboram a ideia proposta pelos diversos autores, da existência de diferenças significativas na adoção de estratégias devido às práticas educativas utilizadas.

## CONCLUSÃO

O presente estudo pretendeu identificar a influência das práticas educativas parentais nas estratégias de coping e de regulação emocional das crianças com idades compreendidas entre os 6-10 anos de idade. Pretendeu-se, de forma particular, determinar quais as dimensões das práticas educativas parentais que estabelecem uma associação significativa com as diferentes estratégias de coping e de regulação emocional e explorar de entre as dimensões identificadas quais as que permitem prever as estratégias de coping e de regulação emocional.

A maioria dos modelos conceituais existentes foca-se principalmente na influência das práticas educativas parentais no desenvolvimento psicológico das crianças, não considerando as experiências emocionais, nem as estratégias de coping utilizadas pelas mesmas que podem ter um impacto positivo no seu bem estar. De facto, quando pensamos na relação entre pais e filhos assume-se, na generalidade o pressuposto da existência de uma relação afetuosa e duradoura entre ambos. No entanto, o presente estudo evidencia a importância que devemos atribuir, de igual modo, à forma como as figuras parentais se comportam face aos comportamentos das crianças, pois estes podem interferir de modo significativo nos estados emocionais da mesma e no tipo de estratégias de coping que utilizam.

Os resultados da presente investigação permitiram verificar que o suporte emocional de ambos os progenitores apresentou uma associação com a estratégia de coping e de regulação emocional relativa à aceitação. Segundo Felson e Zielinsk (1989) os comportamentos que comunicam afeição, disponibilidade e atenção conduzem à aceitação e à aprovação por parte da criança. Assim, seria na descoberta do amor e da afeição que caracteriza o relacionamento entre pais e filhos que as crianças descobriram uma nova sensibilidade inerente à relação e um bem estar que induz ao desenvolvimento de competências eficazes, o que poderá explicar os comportamentos das crianças ao experienciarem o suporte por partes destas figuras significativas da sua vida. Hipotetizamos o facto de as crianças ao sentirem que os pais são uma base segura à qual podem recorrer para enfrentar os desafios da sua vida contribuem para a utilização por parte destas estratégias de coping mais eficazes tais como aceitação.

Relativamente à tentativa de controlo evidenciada pela figura paterna, verificámos uma associação significativa com a estratégia de coping e de regulação emocional relativa à catastrofização, sendo que ao experienciar os comportamentos controladores por parte da figura materna a criança tende a recorrer a estratégias de

catastrofização. McDowell & Parke (2005) sustentam a ideia de que se as figuras parentais ao utilizarem comportamentos controladores das emoções das crianças, estas são inibidas de compreenderem as consequências e as causas de determinadas emoções inadequadas. De acordo com os autores, o controlo parental impede as crianças de perceberem os efeitos dos seus atos o que induz à utilização de estratégias de catastrofização. Hipotetizamos, que a apresentação por parte dos pais de comportamentos controladores contribui, de modo significativo, para uma regulação deficitária das emoções. A confirmar estes dados estão investigações prévias, tais como o de Einslerberg e colaboradores (1996) revela que o controlo parental está associado a aspetos negativos inerentes ao funcionamento da criança.

No que diz respeito à rejeição evidenciada pela figura paterna, verificámos uma correlação significativa com as estratégias de coping e de regulação emocional associadas à reavaliação positiva/pensamento positivo e à supressão emocional/expressão emocional. Estes resultados são aparentemente contrários aos presentes na literatura. Segundo Rohner (2004) as crianças que experienciam a rejeição por parte dos seus cuidadores significativos tenderão a sofrer de baixa auto-estima e baixo sentido de auto-adequação. No entanto, o resultado obtido no nosso estudo pode ser explicado pela consistência do suporte ou seja, a disponibilidade e atenção do pai em prestar assistência à criança permite a exibição de um comportamento adequado por parte da criança o que lhe permite retirar algo positivo da situação stressante. Para além disto, o facto de o pai demonstrar disponibilidade emocional permite a exibição por parte da criança de descargas emocionais. Assim, a nossa amostra percebe a figura paterna como alguém que fornece suporte o que lhe permite um crescimento saudável e harmonioso.

De um modo geral, podemos dizer que o presente estudo contribuiu para perceber que o suporte evidenciado pelas figuras parentais emerge como um facilitador da utilização de estratégias de coping eficazes por parte das crianças, ou seja, uma atmosfera familiar onde predomina a tolerância, compreensão, ajuda e incentivo para vencer as vicissitudes contribuem para o bem estar emocional das crianças. Os comportamentos controladores, por seu turno, contribuem de modo significativo para a adoção de estratégias de coping ineficazes, dado que, ao imporem a disciplina sob a forma de castigos, privações e regras estritas, que tentam coagir as crianças a fazer determinadas tarefas, provocam um efeito devastador na capacidade das mesmas regularem as suas emoções.

Outro ponto interessante diz respeito às diferenças de resultados entre as figuras parentais. No nosso estudo, a figura paterna emerge como a figura parental determinante na vida emocional das crianças, dado que, surge como a pedra basilar na estruturação psíquica das crianças, visto que, fruto da relação afetuosa e do suporte evidenciado desencadeia o recurso por parte das crianças a estratégias de reavaliação positiva e supressão emocional/expressão emocional aquando das manifestações de rejeição por parte do pai. A figura materna apresentou também resultados relevantes para o estudo, visto que, ao demonstrarem disponibilidade emocional, ou seja, ao permitirem que as crianças se sintam amadas e valorizadas possibilitam o recurso por parte das crianças a estratégias de coping e de regulação emocional associadas à aceitação.

Apesar disso o estudo assume algumas limitações. Destaca-se, o reduzido tamanho da amostra, reconhecendo-se que a inclusão de um maior número de participantes conduziria a uma análise estatisticamente mais robusta sobre as questões relacionadas com as práticas educativas parentais e as estratégias de coping e de regulação emocional focadas no estudo. Outro aspeto relacionado com a amostra tem ver com o facto de esta constituir uma amostra de conveniência, devido a questões relacionadas com o acesso e disponibilidade dos participantes do estudo. Além disso, o facto de a amostra ter sido recolhida numa escola de futebol incitou a presença de apenas crianças do sexo masculino, o que limita a generalização dos resultados obtidos. Para além dos constrangimentos relativos à amostra, os instrumentos de recolha de dados utilizados sobretudo o questionário de estratégias de *coping* e regulação emocional, surge como fator, limitador do estudo dada a escassez de estudos empíricos que o suportem.

Salienta-se, assim, a necessidade de desenvolver investigações que compreendam a tomada de consciência para a deteção das situações de risco ao bem estar físico e psicológico da criança e se desenvolvam programas de intervenção, que promovam o bem estar da criança e da família. Outra sugestão prende-se sobre a auscultação dos pais sobre as suas necessidades pessoais, com vista à planificação de intervenções que correspondem às necessidades reais enquanto educadores. A possível influência do pai e o seu papel singular, comparativamente ao da mãe, merece futuras análises, a fim de se tentar determinar e compreender melhor possíveis associações a outras dimensões importantes na vida das crianças, neste sentido sugere-se a utilização de outros instrumentos, assim como, a inclusão de uma amostra diversificada e amplificada.

Por último, é de salientar a melhoria dos aspetos de ordem clínica ou prática, que recai sobre a importância da continuação da formação de equipas de técnicos na área científica da Psicologia, com vista à promoção de competências parentais e divulgação de informação sobre práticas educativas parentais consideradas imprescindíveis para o bem estar das crianças.

Como vimos, crescem novas formas de relação entre pais e filhos, as quais apresentam contornos em constante transformação. Ao mesmo tempo que reforçamos as evidências empíricas pré-estabelecidas (por exemplo a relevância do suporte, os malefícios dos comportamentos controladores) semeamos também novas perspectivas (por exemplo a hostilidade/agressividade da figura paterna encarada como uma oportunidade de crescimento). Serve assim o presente estudo para aprofundar o que atualmente se conhece acerca do impacto das práticas educativas parentais no desenvolvimento infantil, com a esperança que sejam encetados e explorados novos e futuros caminhos.