

## STRESS PARENTAL EM PAIS DE CRIANÇAS DO 2º CICLO DO ENSINO BÁSICO PORTUGUÊS

Ana Rita Ramalho dos Reis e Silva  
Lisete Santos Mendes Monico

Instituto Superior Miguel Torga - arita.reis@hotmail.com

<http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2015.n1.v1.109>

*Fecha de Recepción: 1 Febrero 2015*

*Fecha de Admisión: 30 Marzo 2015*

### RESUMO

A atenção e os cuidados parentais dados a um filho, conjugados com as exigências do dia-a-dia, podem causar ansiedades e stress. O presente estudo analisa o stress parental de pais de crianças que frequentam o 2º ciclo do Ensino Básico português em relação com algumas características sociodemográficas. A amostra é constituída por 50 encarregados de educação, pais de 50 crianças portuguesas que frequentam o 2º ciclo de um colégio do ensino público na região centro de Portugal. Foi aplicada a Escala de Stress Parental (Mixão, Leal, & Maroco, 2010) e um questionário sociodemográfico. Em geral, os resultados revelaram baixos níveis de stress parental. As preocupações parentais, a perceção de falta de controlo e a satisfação registaram valores abaixo do valor médio. A dimensão medos e angústias pontuou acima do valor médio. As mães evidenciaram maiores preocupações parentais. A idade cronológica e o estado civil não se mostraram relacionadas com o stress parental. Os pais com maiores rendimentos mensais revelaram menores níveis de preocupações parentais. As pontuações nas dimensões medos e angústias, preocupações parentais e satisfação mostraram-se semelhantes em pais de um ou de mais filhos. A autoperceção da falta de controlo foi maior em pais com um único filho.

*Palavras-chave:* Stress parental; Stress; Preocupações parentais; Satisfação parental; Pais; Filhos.

### ABSTRACT

#### Parental stress in parents of children of the 2nd cycle of Portuguese Basic Education

The attention and parental care given to a child, combined with the demands of day-to-day, can cause anxiety and stress. This study analyzes the parental stress of parents of children attending the 2nd cycle of Portuguese Basic Education in relation to some sociodemographic characteristics. The sample is composed by 50 parents, parents of 50 Portuguese children attending the 2nd cycle of a public school in the center of Portugal. It was applied to Parental Stress Scale (Mixão, Leal & Maroco, 2010) and a sociodemographic questionnaire. In general, the results showed lower levels

of parental stress. The parental concerns, the perception of lack of control and satisfaction had values below average. The dimension fears and anguishes scored above average. Mothers showed greater parental concerns. Chronological age and marital status were not related to parental stress. Parents with higher monthly income showed lower levels of parental concerns. The scores on the dimensions fears and anguishes, parental concerns, and satisfaction were similar in parents of one or more children. The self-perception of lack of control was higher in parents with one child.

*Keywords:* Parental stress; Stress; Parental concerns; Parental satisfaction; Parents; Children

### INTRODUÇÃO

Criar um filho é um desafio de grande responsabilidade e exige profundas transformações e adaptações na vida dos pais, sendo que os comportamentos parentais são influenciados por causas múltiplas, nomeadamente o stress parental, as diversas variáveis sociodemográficas.

O objetivo do presente estudo consiste em avaliar os níveis de stress parental de pais de crianças em idade escolar e, mais precisamente, que frequentam o 2º ciclo do Ensino Básico português. Pretende-se ainda determinar a relação existente entre os níveis de stress parental e algumas características sociodemográficas dos pais dessas crianças.

Consideramos importante debruçarmo-nos sobre este tema, pois atualmente exige-se às famílias uma adaptação às exigências da sociedade aos mais diversos níveis. Tais exigências constituem desafios, sobejamente frequentes e recorrentes, que se podem tornar em situações indutoras de stress.

O stress pode ser considerado como uma forma de defesa adaptativa para o indivíduo e apresenta-se como um dos principais desestabilizadores das funções parentais, tendo em conta que envolve fatores stressantes a nível financeiro, extra familiar, da relação conjugal e também relacionados com a própria criança (Soares, 2012). Podendo ser uma forma de defesa adaptativa para o indivíduo, pode também ser considerado uma doença, sempre que se torna excessivo ao ponto de afetar a vida do indivíduo (Costa, 2011). O stress apresenta-se como um dos principais desestabilizadores das funções parentais, tendo em conta que envolve fatores stressantes a nível financeiro, extra familiar, da relação conjugal e também relacionados com a própria criança (Duchovic, Gerkenmeyer, & Wu, 2009).

Existem diversos estudos que se debruçam sobre o stress parental e suas causas, nomeadamente os que associam elevados índices de stress parental a crianças com doenças crónicas ou problemas comportamentais. No entanto, vários destes estudos já foram refutados por outros autores, não sendo passíveis de consensualidade. Na sua maioria, indicam uma correlação negativa entre o stress parental e a qualidade do ambiente em que as crianças vivem, e uma correlação positiva entre o stress parental e a perceção negativa dos pais em relação aos filhos. Estes aspetos possuem repercussões a nível familiar, como a nível da aprendizagem e desempenho das crianças (Silva, 2012; Soares, 2012).

A família é considerada como um dos pilares mais importantes da sociedade, principalmente no que respeita à educação. No entanto, devido às alterações que esta tem sofrido nas últimas décadas, têm-se perdido redes de apoio familiar importantes, que lhe garantiam a estabilidade necessária para proporcionar uma educação de qualidade aos seus filhos. Foram surgindo novas formas de organização familiar que devem ser tidas em conta na análise do envolvimento dos pais em contexto escolar, sendo importante separar conjugalidade de parentalidade (Soares, 2007). A escola deverá ter em conta estas alterações, nomeadamente o facto de nem sempre o encarregado de educação pertencer ao núcleo familiar das crianças, bem como de que nem todas as famílias possuem condições emocionais, materiais e humanas para entregar à escola crianças com hábitos de trabalho, responsáveis, autónomas e prontas a que a escola possa desempenhar o seu papel sem grandes sobressaltos.

Todas estas alterações fazem com que a escola dos nossos dias, tenha que acolher crianças com vivências familiares muito diversificadas, tornando-se imprescindível que o professor conheça a família de cada uma das crianças, de forma a poder conduzir melhor o processo de aprendizagem dos seus alunos. Esta é uma tarefa muito importante da escola, mas que está dificultada devido às transformações que esta instituição também tem vindo a sofrer ao longo das últimas décadas (Colaço, 2007, p.41).

Relativamente à escola, esta também tem sofrido alterações, permanecendo no entanto, ainda muito dependente dos órgãos que a tutelam, tal como as Direções Regionais de Educação e o Ministério da Educação, o que se por um lado lhes retira autonomia para poderem fazer adaptações de acordo com as características dos alunos que a frequenta, por outro pode causar frustração nos professores, por estes não conseguirem obter os resultados desejáveis, de acordo com as diretrizes que lhes são impostas e que devem cumprir. (Colaço, 2007). Outro motivo de angústia dos profissionais da educação é a dificuldade em lidar com alunos que, para além das suas diferentes origens sociais e culturais, foram educados em contextos familiares onde não se interioriza o conceito de autoridade, uma vez que se tornaram, com a evolução da sociedade, tendencialmente permissivas, dificultando assim o papel da escola e dos professores (Colaço, 2007).

Um outro aspeto relevante é a vida agitada dos pais, que não lhes permite um envolvimento muito grande nas atividades de aprendizagem com os seus filhos, nem com atividades escolares destes, o que resulta essencialmente das condições socioeconómicas dos pais e da sua crescente necessidade em trabalhar intensamente de modo a proporcionarem alguma estabilidade financeira às suas famílias. Nestas atividades, devem incluir-se também os trabalhos de casa, cujo tema gera alguma discórdia entre os diversos autores e que, de acordo com a maioria dos professores, são essenciais para o envolvimento dos pais na aprendizagem dos seus filhos (Soares, 2012).

O stress parental afeta de forma significativa o ambiente familiar, o que poderá levar as crianças a obterem menor rendimento escolar. Também o facto de os trabalhos para casa poderem ser, conforme já referido, um desencadeador de stress parental, pode proporcionar um maior afastamento na relação entre a escola e a família e, possivelmente, a um menor acompanhamento da aprendizagem da criança por parte dos pais (Silva, 2012).

## **MÉTODO**

### **Amostra**

A amostra é constituída por 50 encarregados de educação, pais de crianças que frequentam o 2º ciclo de um colégio público sito na zona centro de Portugal Continental. Na seleção da amostra, foram tidos em conta os seguintes critérios de inclusão: ser Encarregado de Educação de pelo menos uma criança a frequentar o colégio em estudo; estar a desempenhar funções profissionais; participar voluntariamente na investigação; ter capacidade de responder de forma escrita ou oral ao instrumento de avaliação.

Cerca de 14.0% dos pais são do sexo masculino e 86.0% são do sexo feminino. A média de idade é de 40.18 anos (DP=5.02), com um valor mínimo de 29 anos e um valor máximo de 54 anos de idade. A caracterização sociodemográfica da amostra pode consultar-se no Quadro 1.

## STRESS PARENTAL EM PAIS DE CRIANÇAS DO 2º CICLO DO ENSINO BÁSICO PORTUGUÊS

Quadro 1: Caracterização sociodemográfica da amostra

|                                      | n  | %    |
|--------------------------------------|----|------|
| <b>Sexo</b>                          |    |      |
| Masculino                            | 7  | 14,0 |
| Feminino                             | 43 | 86,0 |
| <b>Estado Civil</b>                  |    |      |
| Solteiro (a)                         | 1  | 2,0  |
| Casado(a) / união de facto           | 41 | 82,0 |
| Divorciado(a) / separado(a) de facto | 5  | 10,0 |
| Viúvo                                | 3  | 6,0  |
| <b>Escolaridade</b>                  |    |      |
| 1º Ciclo                             | 4  | 8,0  |
| 2º Ciclo                             | 14 | 28,0 |
| 3º Ciclo                             | 21 | 42,0 |
| Bacharelato / Licenciatura           | 9  | 18,0 |
| Mestrado / Doutoramento              | 2  | 4,0  |
| <b>Profissão</b>                     |    |      |
| Empresário(a)                        | 4  | 8,0  |
| Assistente operacional               | 2  | 4,0  |
| Auxiliar de Educação                 | 2  | 4,0  |
| Professor(a)                         | 3  | 6,0  |
| Empregada de Escritório              | 10 | 20,0 |
| Doméstica                            | 6  | 12,0 |
| Outros                               | 18 | 36,0 |
| Não Respondeu                        | 5  | 10,0 |

### Medidas

Foi aplicada a Escala de Stress Parental (Mixão, Leal, & Maroco, 2010), que pretende avaliar o stress experimentado pelos pais, tendo como base questões que envolvem a proximidade dos pais com os filhos, a satisfação no desempenho do papel de pais, as emoções positivas e negativas relacionadas com a parentalidade e as dificuldades associadas a esse mesmo papel. Esta escala foi desenvolvida a partir da “Parental Stress Scale” (PSS; Berry & Jones, 1995) e é constituída por 17 itens medidos numa escala de Likert (1 = Discordo Totalmente e 5 = Concordo Totalmente).

A Estrutura da Escala de Stress Parental apresenta-se dividida em 4 fatores: o Fator 1 corresponde à dimensão das Preocupações Parentais e é composto pelos itens 9,10,11,12 e 13. O Fator 2 corresponde à dimensão Satisfação e é composto pelos itens 2,5,6,7,8 e 18. O Fator 3 corresponde à dimensão Falta de Controlo e engloba os itens 1,14,15,16 e 17. Por último, o Fator 4 corresponde à dimensão Medos e Angústias e é composto pelos itens 3 e 4.

Para a cotação da escala, os itens foram pontuados de acordo com os níveis de stress ou sentimentos negativos, pelo que os 7 itens formulados na positiva foram invertidos. O somatório da escala pode variar entre os 18 e os 90, em que valores elevados indicam níveis de stress parental elevados. Apesar de não possuírem referências de linha de corte do estudo original, os autores categorizaram os resultados em três intervalos: O intervalo de 18 a 40 corresponde à categoria de baixos níveis de stress parental, o intervalo de 43 a 66 à de níveis intermédios de stress parental e o intervalo de 67 a 90 à categoria de elevados níveis de stress parental.

Relativamente à consistência interna da escala obteve-se um Alpha de Cronbach de 0.76, indicando uma consistência aceitável.

Para além da Escala de Stress parental, foi aplicado um questionário sociodemográfico, com-

posto pelas seguintes questões: idade, sexo, estado civil, nível de escolaridade, rendimento mensal, profissão e número de filhos.

### Procedimentos formais e éticos

Tendo por base os cinco princípios determinados pelos códigos de ética – “o direito à autodeterminação, o direito à intimidade, o direito ao anonimato e à confidencialidade, o direito à proteção contra o desconforto e o prejuízo e, por fim, o direito a um tratamento justo e leal” (Fortin, 2009, p. 116) –, foi remetido um pedido ao Diretor do Colégio João de Barros para a entrega dos questionários aos encarregados de educação. Nesse pedido e nos questionários entregues aos participantes eram expostos os objetivos da investigação. Todos os participantes foram informados do carácter voluntário da sua participação, sendo-lhes garantido o anonimato e a confidencialidade dos dados recolhidos.

### Análise dos dados

Os dados foram analisados através do programa SPSS, versão 22.0 para o sistema operativo Windows. A realização do teste de Shapiro-Wilk para avaliação da normalidade da variável dependente, o stress parental, indicou um valor de .94,  $p = .015$ . Dada a distribuição não normal, determinámos o uso de testes estatísticos não paramétricos.

## RESULTADOS

O Quadro 2 apresenta as estatísticas descritivas da Escala de Stress Parental. Tendo em conta os valores balizados no processo de validação da escala, constatamos que o nível médio de stress parental é baixo, já que o valor médio obtido é de 38.58 (DP=5.55), sendo o valor mínimo encontrado de 27.00 e o valor máximo de 58.00 (recordamos que o intervalo de 18 a 40 corresponde à categoria de baixos níveis de stresse parental).

A análise de cada uma das dimensões que constituem a escala permite-nos dizer que face à dimensão *Preocupações Parentais* a média obtida ( $M=11.16$ ;  $DP=3.65$ ) é inferior ao valor médio da escala ( $X_{med}=15$ ), o que indica um baixo nível de preocupações parentais. Para a dimensão *Satisfação* observamos que o valor médio obtido é de 8.94 ( $DP=1.37$ ), sendo bastante inferior ao valor médio ( $X_{med}=18$ ), o que evidencia um baixo nível de satisfação parental. Em relação à dimensão *Falta de Controlo*, o valor médio obtido é de 10.68 ( $DP=1.80$ ), sendo o valor obtido também inferior ao valor médio para esta dimensão ( $X_{med}=15$ ), o que realça que os encarregados de educação não caracterizam o seu desempenho enquanto pais com falta de controlo. Finalmente, para a dimensão *Medos e Angústias*, o valor médio obtido é de 7.80 ( $DP=1.56$ ), sendo este valor superior ao valor médio ( $X_{med}=6$ ), o que nos permite dizer que os pais que fizeram parte do estudo têm um nível ligeiramente acentuado de medos e angústias.

Quadro 2: Estatísticas descritivas da Escala de Stress Parental

| Dimensões Escala de Stress Parental (total) | Média        | Mediana (Md) | Moda (Mo)    | Desvio Padrão (DP) | Valor Mínimo ( $X_{min.}$ ) | Valor Máximo ( $X_{max.}$ ) |
|---|--------------|--------------|--------------|--------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Preocupações Parentais                      | 11,16        | 11,00        | 11,00        | 3,65               | 5,00                        | 23,00                       |
| Satisfação                                  | 8,94         | 9,00         | 9,00         | 1,37               | 6,00                        | 13,00                       |
| Falta de controlo                           | 10,68        | 10,00        | 9,00         | 1,80               | 8,00                        | 16,00                       |
| Medos e Angústias                           | 7,80         | 8,00         | 8,00         | 1,56               | 3,00                        | 10,00                       |
| <b>Escala de Stress Parental (ESP)</b>      | <b>38,58</b> | <b>39,00</b> | <b>40,00</b> | <b>5,55</b>        | <b>27,00</b>                | <b>58,00</b>                |

## STRESS PARENTAL EM PAIS DE CRIANÇAS DO 2º CICLO DO ENSINO BÁSICO PORTUGUÊS

Os resultados da análise das diferenças de género para o Questionário de Stress Parental indicam-se no Quadro 3. Observa-se que não existem diferenças estatísticas significativas para o total da escala ( $U=103.00$ ;  $p=0.182$ ). No entanto, analisando a média de ordens, verificamos que são os encarregados de educação do sexo feminino que revelam maiores níveis de stress (média de ordens=26.60) quando comparados com os encarregados de educação do sexo masculino (média de ordens=18.71). Verificamos que na dimensão *Preocupações Parentais* os resultados quase atingem o milar de significação estatística ( $U=85.00$ ;  $p=0.065$ ) e, analisando a média de ordens, constatamos que os pais têm menor nível de preocupações parentais (média de ordens =16.14) comparativamente às mães (média de ordens =27.02). Nas dimensão *Medos e Angústia, Satisfação e Falta de Controlo* os resultados indicam claramente que não existe qualquer relação com o sexo dos pais das crianças.

Quadro 3: Níveis de stress parental em função do sexo dos pais: Teste U de Mann-Whitney

|                                       | Sexo dos Pais | n  | Média de Ordens | U       | Z      | p     |
|---------------------------------------|---------------|----|-----------------|---------|--------|-------|
| <b>Escala Stress Parental (total)</b> | Masculino     | 7  | 18,71           | 103,000 | -1,336 | 0,182 |
|                                       | Feminino      | 43 | 26,60           |         |        |       |
| <b>Preocupações Parentais</b>         | Masculino     | 7  | 16,14           | 85,000  | -1,844 | 0,065 |
|                                       | Feminino      | 43 | 27,02           |         |        |       |
| <b>Satisfação</b>                     | Masculino     | 7  | 25,86           | 148,000 | -,075  | 0,940 |
|                                       | Feminino      | 43 | 25,44           |         |        |       |
| <b>Falta de controlo</b>              | Masculino     | 7  | 25,29           | 149,000 | -,043  | 0,966 |
|                                       | Feminino      | 43 | 25,53           |         |        |       |
| <b>Medos e Angustias</b>              | Masculino     | 7  | 24,43           | 143,000 | -,220  | 0,826 |
|                                       | Feminino      | 43 | 25,67           |         |        |       |
| <b>Total</b>                          |               | 50 |                 |         |        |       |

O Quadro 4 indica as correlações entre a escala e as dimensões de stress parental e a idade cronológica dos pais. Pela análise do quadro verificamos nem para a escala global nem para as quatro dimensões constituintes a relação é estatisticamente significativa. Assim, concluímos que não existe qualquer relação entre a idade dos pais e os níveis de stress parental.

Quadro 4: Correlação de Spearman entre o nível de stress parental e a Idade

| Correlação de Spearman entre o nível de stress parental e a Idade | rho    | p     |
|---|--------|-------|
| <b>Escala Stress Parental (total)</b>                             | 0,079  | 0,584 |
| Preocupações Parentais  | -0,007 | 0,959 |
| Satisfação  | 0,170  | 0,239 |
| Falta de controlo   | -0,017 | 0,906 |
| Medos e Angustias   | 0,137  | 0,341 |

Relativamente à influência do estado civil dos pais nos níveis de stress parental, de acordo com os dados apresentados no Quadro 5, não existem diferenças estatísticas significativas para o total da escala,  $c^2 = 0.661$ ;  $p = 0.882$ , nem para os seus fatores constituintes.

Quadro 5: Resultados da aplicação do Teste de Kruskal-Wallis entre o nível de stress parental e o estado civil

|                                       | Estado Civil                  | Nº | Média de Ordens | $\chi^2$ | p     |
|---------------------------------------|-------------------------------|----|-----------------|----------|-------|
| <b>Escala Stress Parental (total)</b> | Solteiro (a)                  | 1  | 22,00           | 0,661    | 0,882 |
|                                       | União de facto / Casado (a)   | 41 | 25,43           |          |       |
|                                       | Divorciado (a) / Separado (a) | 5  | 23,30           |          |       |
|                                       | Viúvo (a)                     | 3  | 31,33           |          |       |
|                                       |                               |    |                 |          |       |
| <b>Preocupações Parentais</b>         | Solteiro (a)                  | 1  | 43,00           | 1,943    | 0,584 |
|                                       | União de facto / Casado (a)   | 41 | 25,68           |          |       |
|                                       | Divorciado (a) / Separado (a) | 5  | 21,10           |          |       |
|                                       | Viúvo (a)                     | 3  | 24,50           |          |       |
|                                       |                               |    |                 |          |       |
| <b>Satisfação</b>                     | Solteiro (a)                  | 1  | 28,50           | 1,449    | 0,694 |
|                                       | União de facto / Casado (a)   | 41 | 24,46           |          |       |
|                                       | Divorciado (a) / Separado (a) | 5  | 31,70           |          |       |
|                                       | Viúvo (a)                     | 3  | 28,33           |          |       |
|                                       |                               |    |                 |          |       |
| <b>Falta de controlo</b>              | Solteiro (a)                  | 1  | 8,50            | 4,077    | 0,253 |
|                                       | União de facto / Casado (a)   | 41 | 25,76           |          |       |
|                                       | Divorciado (a) / Separado (a) | 5  | 20,00           |          |       |
|                                       | Viúvo (a)                     | 3  | 36,83           |          |       |
|                                       |                               |    |                 |          |       |
| <b>Medos e Angústias</b>              | Solteiro (a)                  | 1  | 7,50            | 1,789    | 0,617 |
|                                       | União de facto / Casado (a)   | 41 | 25,63           |          |       |
|                                       | Divorciado (a) / Separado (a) | 5  | 27,30           |          |       |
|                                       | Viúvo (a)                     | 3  | 26,67           |          |       |
|                                       |                               |    |                 |          |       |
| <b>Total</b>                          |                               | 50 |                 |          |       |

No que diz respeito à possível existência de uma relação entre o nível de stress parental e o rendimento dos pais, tendo em conta os resultados do Quadro 6, observa-se que não existem diferenças estatísticas significativas para o total da escala,  $c^2 = 4.975$ ,  $p = 0.290$ . No entanto, verifica-se que na amostra são os pais com maior rendimento (Mais de 1.500,00 euros) que revelam menores níveis de stress parental (média de ordens=7.00). Relativamente à dimensão *Preocupações Parentais* verificou-se uma relação estatisticamente significativa ( $c^2 = 9.598$ ;  $p = 0.048$ ), sendo que os pais com maior rendimento (Mais de 1.500,00 euros) apresentam menos preocupações parentais (média de ordens=10.00), ao passo que os pais com um rendimento médio (Entre 750,00 e 999,00 euros) apresentam maiores preocupações parentais (média de ordens = 26.33). Para as dimensões *Satisfação*, *Falta de Controlo* e *Medos e Angústias* não existe qualquer efeito significativo.

## STRESS PARENTAL EM PAIS DE CRIANÇAS DO 2º CICLO DO ENSINO BÁSICO PORTUGUÊS

Quadro 6: Resultados da aplicação do Teste de Kruskal-Wallis entre o nível de stress parental e o rendimento mensal

|                                       | Rendimento Mensal      | Nº | Média de Ordens | $\chi^2$ | p      |
|---------------------------------------|------------------------|----|-----------------|----------|--------|
| <b>Escala Stress Parental (total)</b> | Até 499,00€            | 10 | 16,75           | 4,975    | 0,290  |
|                                       | Entre 500,00 e 749,00€ | 14 | 19,29           |          |        |
|                                       | Entre 750,00 e 999,00€ | 6  | 26,33           |          |        |
|                                       | Entre 1000 e 1499,00€  | 9  | 24,17           |          |        |
|                                       | Mais de 1500,00€       | 1  | 7,00            |          |        |
| <b>Preocupações Parentais</b>         | Até 499,00€            | 10 | 15,20           | 9,598    | 0,048* |
|                                       | Entre 500,00 e 749,00€ | 14 | 17,43           |          |        |
|                                       | Entre 750,00 e 999,00€ | 6  | 28,67           |          |        |
|                                       | Entre 1000 e 1499,00€  | 9  | 26,89           |          |        |
|                                       | Mais de 1500,00€       | 1  | 10,00           |          |        |
| <b>Satisfação</b>                     | Até 499,00€            | 10 | 17,45           | 3,885    | 0,422  |
|                                       | Entre 500,00 e 749,00€ | 14 | 23,36           |          |        |
|                                       | Entre 750,00 e 999,00€ | 6  | 22,92           |          |        |
|                                       | Entre 1000 e 1499,00€  | 9  | 19,39           |          |        |
|                                       | Mais de 1500,00€       | 1  | 6,50            |          |        |
| <b>Falta de controlo</b>              | Até 499,00€            | 10 | 25,00           | 3,639    | 0,457  |
|                                       | Entre 500,00 e 749,00€ | 14 | 16,86           |          |        |
|                                       | Entre 750,00 e 999,00€ | 6  | 23,67           |          |        |
|                                       | Entre 1000 e 1499,00€  | 9  | 19,56           |          |        |
|                                       | Mais de 1500,00€       | 1  | 16,00           |          |        |
| <b>Medos e Angústias</b>              | Até 499,00€            | 10 | 17,60           | 1,720    | 0,787  |
|                                       | Entre 500,00 e 749,00€ | 14 | 23,29           |          |        |
|                                       | Entre 750,00 e 999,00€ | 6  | 19,58           |          |        |
|                                       | Entre 1000 e 1499,00€  | 9  | 20,06           |          |        |
|                                       | Mais de 1500,00€       | 1  | 20,00           |          |        |
| <b>Total</b>                          |                        | 50 |                 |          |        |

A existência de irmãos não se mostrou influente na pontuação da escala global de stress parental,  $U= 144.00$ ,  $p=0.304$ . O Quadro 7 mostra-nos que as dimensões *Preocupações Parentais*, *Satisfação* e *Medos e Angústias* não são diferentes para pais de um ou de mais filhos. Porém, na dimensão *Falta de Controlo* os resultados são estatisticamente significativos, indicando que a existência de irmãos revela um menor nível de falta de controlo (média de ordens =23.52).



*Quadro 7: Resultados da aplicação do Teste U de Mann-Whitney entre o nível de stress parental dos pais e a existência de irmãos*

|                                       | Existência de Irmãos | Nº | Média de Ordens | U       | Z      | p      |                               |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |
|---------------------------------------|----------------------|----|-----------------|---------|--------|--------|-------------------------------|-----|----|-------|---------|--------|--------|-----|---|-------|--------------------------|-----|----|-------|---------|--------|--------|-----|---|-------|--------------------------|-----|----|-------|---------|--------|--------|-----|---|-------|--------------------------|-----|----|-------|---------|--------|
| <b>Escala Stress Parental (total)</b> | Sim                  | 41 | 24,51           | 144,000 | -1,029 | 0,304  |                               |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |
|                                       | Não                  | 9  | 30,00           |         |        |        | <b>Preocupações Parentais</b> | Sim | 41 | 26,09 | 160,500 | -0,610 | 0,551  | Não | 9 | 22,83 | <b>Satisfação</b>        | Sim | 41 | 24,82 | 156,500 | -0,756 | 0,486  | Não | 9 | 28,61 | <b>Falta de controlo</b> | Sim | 41 | 23,52 | 103,500 | -2,092 | 0,039* | Não | 9 | 34,50 | <b>Medos e Angustias</b> | Sim | 41 | 23,74 | 112,500 | -1,909 |
| <b>Preocupações Parentais</b>         | Sim                  | 41 | 26,09           | 160,500 | -0,610 | 0,551  |                               |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |
|                                       | Não                  | 9  | 22,83           |         |        |        | <b>Satisfação</b>             | Sim | 41 | 24,82 | 156,500 | -0,756 | 0,486  | Não | 9 | 28,61 | <b>Falta de controlo</b> | Sim | 41 | 23,52 | 103,500 | -2,092 | 0,039* | Não | 9 | 34,50 | <b>Medos e Angustias</b> | Sim | 41 | 23,74 | 112,500 | -1,909 | 0,069  | Não | 9 | 33,50 |                          |     |    |       |         |        |
| <b>Satisfação</b>                     | Sim                  | 41 | 24,82           | 156,500 | -0,756 | 0,486  |                               |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |
|                                       | Não                  | 9  | 28,61           |         |        |        | <b>Falta de controlo</b>      | Sim | 41 | 23,52 | 103,500 | -2,092 | 0,039* | Não | 9 | 34,50 | <b>Medos e Angustias</b> | Sim | 41 | 23,74 | 112,500 | -1,909 | 0,069  | Não | 9 | 33,50 |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |
| <b>Falta de controlo</b>              | Sim                  | 41 | 23,52           | 103,500 | -2,092 | 0,039* |                               |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |
|                                       | Não                  | 9  | 34,50           |         |        |        | <b>Medos e Angustias</b>      | Sim | 41 | 23,74 | 112,500 | -1,909 | 0,069  | Não | 9 | 33,50 |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |
| <b>Medos e Angustias</b>              | Sim                  | 41 | 23,74           | 112,500 | -1,909 | 0,069  |                               |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |
|                                       | Não                  | 9  | 33,50           |         |        |        |                               |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |        |     |   |       |                          |     |    |       |         |        |

## DISCUSSÃO E CONCLUSÕES

Ser pai ou mãe nos tempos de hoje não é fácil. As exigências são inúmeras e o tempo parece que nunca é suficiente. Os resultados desta contingência são, frequentemente, stress.... Uma das questões fundamentais do presente trabalho prendeu-se com a avaliação do nível de stress parental experimentado. Adicionalmente, analisaram-se as relações entre os níveis de stress e algumas características sociodemográficas dos pais.

A parentalidade está relacionada com a chegada de um filho e inicia-se ainda durante a gestação da mulher, onde tem início o processo de adaptação ao novo papel a desempenhar pelos pais e constitui-se como um projeto pouco linear, uma vez que envolve as características dos próprios pais. Durante este processo de interiorização e desempenho dos papéis, desenvolve-se também, em ambos os pais, uma consciência e procura de satisfação das exigências sociais e familiares que acarretam este novo papel, o que poderá causar algum stress ou frustração se não for vivido de forma tranquila (Silva, 2012). De acordo com os resultados da nossa investigação, foi possível verificar, em termos gerais, um nível baixo de stress parental. As preocupações parentais e a perceção de falta de controlo registaram valores abaixo do valor médio da escala. No entanto, a satisfação parental também, ao passo que os medos e angústias pontuaram acima do valor médio.

Concluimos que não existe qualquer relação entre o stress parental e a idade dos pais. Num estudo realizado também com uma amostra de pais portugueses sobre indutores de stress parental, Costa (2011) também não encontrou relações significativas entre o nível de stress parental e a idade dos pais. O estado civil também não mostrou qualquer influência.

Não se verificaram diferenças de género ao nível do stress parental, apesar de se poder constatar que as mães apresentam maiores níveis de preocupações. Este resultado encontra-se também em conformidade com o obtido por Costa (2011), que verificou que os níveis de stress parental eram semelhantes em ambos os pais. No entanto, entendem-se os maiores níveis de preocupações nas mães, já que estas podem encontrar-se em posições menos vantajosas quando se trata dos cuidados a prestar aos filhos, já que, culturalmente, é frequentemente sobre elas que recai a maior parte da responsabilidade (Santos, 2002). Poderão, assim, ficar mais preocupadas em relação aos filhos.

Um dos resultados mais significativos prendeu-se com a relação entre os níveis de stress parental e os rendimentos dos pais das crianças, sobretudo ao nível das preocupações parentais. Concluimos que os pais com maiores rendimentos apresentam menos preocupações parentais.

## STRESS PARENTAL EM PAIS DE CRIANÇAS DO 2º CICLO DO ENSINO BÁSICO PORTUGUÊS

Refira-se que não encontrámos estudos com amostras portuguesas que pudessem suportar os resultados obtidos a partir da nossa amostra.

Concluimos também que as Preocupações Parentais, a Satisfação e os Medos e Angústias mostraram-se semelhante em pais de um ou de mais filhos. Porém, a autoperceção da Falta de Controlo foi maior em pais com um único filho. No estudo desenvolvido por Andrada, Belling, Benetti e Rezena (2009), verificou-se a existência de uma relação negativa entre os níveis de stress e o número de filhos.

Para concluir, refira-se que a parentalidade revela-se um papel difícil de representar em plenitude, nomeadamente se tivermos em conta todos os anseios e pressões, tanto internas (no seio da própria família), como externas (na comunidade/sociedade) que este acarreta, para além de todos os receios que vão surgindo com o desenvolvimento da criança. Revela-se assim importante a prática positiva da parentalidade, pois as crianças de hoje serão os adultos e pais de amanhã e, tendencialmente, irão reproduzir nos seus próprios filhos a educação que tiveram. Desta forma, a promoção de uma parentalidade eficaz, positiva e causadora de felicidade, começa com os pais de hoje.

### REFERÊNCIAS

- Andrada, E. G., Belling, G., Benetti, I. C., & Rezena, B. (2009). Prontidão escolar e estresse parental. *Revista Electrónica Internacional de la Unión Latinoamericana de Entidades de Psicología*, 18, Retirado de <http://psicolatina.org/18/prontitud.html>
- Berry, J. O., & Jones, W. H. (1995). The Parental Stress scale: Initial psychometric evidence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12, 463-472.
- Colaço, M. (2007). *A relação escola-família e o envolvimento dos pais: representações de professores do 1º Ciclo do Concelho de Rio Maior*. Dissertação de mestrado não publicada: Universidade Aberta. Retirado de <http://hdl.handle.net/10400.2/651>
- Costa, C. (2011). *Indutores do stress parental*. Dissertação de mestrado não publicada: Universidade Fernando Pessoa: Porto. Retirado de [http://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/1977/1/DM\\_13655.pdf](http://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/1977/1/DM_13655.pdf)
- Duchovic, C. A., Gerkensmeyer, J. E., & Wu, J. (2009). Factors associated with parental distress. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 22 (1), 40-48.
- Fortin, M. (1996). *O processo de Investigação: da concepção à realização*. Loures: Lusociência - Edições Técnicas e Científicas, Lda.
- Mixão, M. L., Leal, I., & Maroco, J. (2010). Escala de stress parental. In I. Leal & J. Maroco (Eds.), *Avaliação em sexualidade e parentalidade* (pp. 187-206). Porto: LivPsic.
- Santos, S. V. (2002). Características do stress parental em mães de crianças com Síndrome Nefrótico. *Análise Psicológica*, 2, 233-241.
- Silva, A. R. (2012). *Fatores preditivos do stress parental*. Dissertação de mestrado não publicada: Coimbra: Instituto Superior Miguel Torga.
- Soares, F. S. (2012). *Stress parental e desempenho académico*. Dissertação de mestrado não publicada: Universidade Lusófona do Porto. Retirado de [http://recil.grupolusofona.pt/jspui/bitstream/10437/4057/1/TESE\\_convertido.pdf](http://recil.grupolusofona.pt/jspui/bitstream/10437/4057/1/TESE_convertido.pdf)