



## Universidades Lusíada

Prata, Tânia

### **Os filhos do divórcio : programa de intervenção psicológica junto de filhos de pais separados, divorciados**

<http://hdl.handle.net/11067/4630>

<https://doi.org/10.34628/xr9b-p409>

#### **Metadados**

<b>Data de Publicação</b>	2017
<b>Resumo</b>	O divórcio é um longo processo que envolve múltiplas mudanças. Representa uma perda para o casal e também para os filhos, causa inevitavelmente, um desajustamento emocional (Almeida & Monteiro, 2012; Martins 2010; Heegaard,1998). Uma intervenção psicológica atempada permitirá diminuir o impacto psicológico do divórcio parental e promover a sua aceitação e adaptação à nova realidade familiar. Neste sentido, o Serviço de Psicologia Clínica da Unidade Local de Saúde da Guarda criou um programa de i...
<b>Palavras Chave</b>	Filhos de pais separados, Psicologia infantil
<b>Tipo</b>	article
<b>Revisão de Pares</b>	Não
<b>Coleções</b>	[ULL-IPCE] RPCA, v. 08, n. 2 (Julho-Dezembro 2017)

Esta página foi gerada automaticamente em 2024-09-21T07:15:39Z com informação proveniente do Repositório

**“OS FILHOS DO DIVÓRCIO” - PROGRAMA DE  
INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA JUNTO DE FILHOS DE PAIS  
SEPARADOS/DIVORCIADOS**

**“THE CHILDREN OF DIVORCE” - PSYCHOLOGICAL  
INTERVENTION PROGRAM WITH CHILDREN OF  
SEPARATED / DIVORCED PARENTS**

**Tânia Prata**

*Unidade Local de Saúde da Guarda (Hospital Sousa Martins) - Serviço de Psicologia Clínica*

**Resumo:** O divórcio é um longo processo que envolve múltiplas mudanças. Representa uma perda para o casal e também para os filhos, causa inevitavelmente, um desajustamento emocional (Almeida & Monteiro, 2012; Martins 2010; Heegaard,1998). Uma intervenção psicológica atempada permitirá diminuir o impacto psicológico do divórcio parental e promover a sua aceitação e adaptação à nova realidade familiar. Neste sentido, o Serviço de Psicologia Clínica da Unidade Local de Saúde da Guarda criou um programa de intervenção psicológica, designado “os Filhos do Divórcio”. É composto por 10 sessões e assenta numa intervenção grupal.

Num primeiro grupo participaram oito crianças com idades compreendidas entre os 8 e 12 anos, filhos de pais separados e/ou divorciados há menos de 4 anos. Todos foram submetidos a uma avaliação inicial (estudo das reações emocionais ao divórcio parental). Na última sessão procedeu-se à avaliação da eficácia do programa.

Obtiveram-se resultados satisfatórios em mais de 70% dos participantes, podendo considerar-se este programa como um instrumento de trabalho bastante útil na intervenção em grupo com filhos de pais separados e/ou divorciados.

**Palavras-chave:** Divórcio, Impacto psicológico, Intervenção grupal.

**Abstract:** Divorce is a long process that involves multiple changes. It represents a loss for the couple and also for the children, causes inevitably an emotional maladjustment (Almeida & Monteiro, 2012; Martins 2010; Heegaard,1998). A timely psychological intervention will reduce the psychological impact of parental divorce and promote their acceptance and adaptation to the new family reality. In this sense, the Clinical Psychology Service of the Local Healthcare Unit of Guarda created a program of psychological intervention, designated “The Children of Divorce”. It is composed of 10 sessions and is based on group intervention.

In the first group participated eight children, aged between 8 and 12 years, children of separated and/or divorced parents less than 4 years ago. All were submitted to an initial evaluation (study of emotional reactions to parental divorce). The last session evaluated the effectiveness of the program.

Satisfactory results were obtained in more than 70% of the participants, and therefore this program can be considered as a very useful working tool in group intervention with children of separated and/or divorced parents.

**Keywords:** Divorce, Psychological impact, Group intervention.

## Introdução

A palavra divórcio corresponde ao rompimento legal do vínculo de casamento civil. Consiste no término de um projeto a dois e envolve frequentemente sentimentos de desilusão, frustração e insatisfação nos adultos. Representa um momento de grandes mudanças no sistema familiar, entre elas estão as questões financeiras, as relações sociais e a parentalidade (Ricci, 2004). Pode ser identificado como um momento de crise e rutura na vida do casal, ainda que possa assumir diversas formas, podendo ser elaborado de uma forma menos ou mais adaptativa. Para muitas famílias representa uma perda para o casal e também para os filhos, causa inevitavelmente, um desajustamento emocional, acarretando sofrimento para todos os membros da família, sobretudo nos casos em que o casal tem filhos menores (Amato, 2000).

Enquanto período conturbado, colocam-se a todos os elementos familiares desafios e exigências. Trata-se muitas vezes da primeira grande mudança na vida da criança. Esse evento perturbador altera drasticamente o futuro familiar, causando uma perda de entendimento devido à rutura das rotinas normais e à ausência do contacto diário com ambos os pais (Eymann, Busaniche, Llera, De Cunto & Wahren, 2009). Assim, o divórcio, mais que um evento isolado, é um longo e complexo processo, envolvendo múltiplas mudanças. Vários autores referem que é necessário um período de cerca de quatro anos, a partir da separação, para que todos os ajustamentos familiares necessários tenham ocorrido (Martins, 2010). A adaptação a estas mudanças depende de vários fatores, como a personalidade e temperamento da criança, bem como a sua idade e género. Crianças com temperamento fácil, inteligentes, responsáveis e socialmente sensíveis evidenciam mais competência de adaptação positiva a essa transição familiar (Hetherington, 2005). Dimensões como a auto-estima, a competência cognitiva e a autonomia da criança, associadas ao sistema de suporte social, também estão positivamente ligadas a uma maior adaptação da criança (Kelly & Emery, 2003). Para além do anteriormente referido, outros fatores, tais como, a frequência e qualidade do contacto com a figura parental não detentora da guarda, o ajustamento psicológico e a capacidade de cuidado da figura parental detentora daquela, o nível de conflito entre os pais após a separação ou o divórcio, o nível de dificuldades sócio-económicas e a quantidade eventos stressores adicionais que incidiram sobre a vida familiar também contribuem para uma melhor ou pior adaptação a esta mudança (Scaliante, 2012; Souza, 2000) Assim, quando estes fatores apresentam um efeito desorganizador e negativo sobre a criança/adolescente, podem culminar na desregulação e em sentimentos de insegurança emocional nestes, sendo que tais alterações podem traduzir-se em sintomatologia de internalização

e externalização (Berger, 2003; Martins, 2010). Os sintomas associados a tal mudança familiar podem verificar-se a curto ou a longo prazo, no domínio cognitivo, emocional e/ou comportamental e generalizar-se a vários contextos como o escolar e o social (DeGarmo & Forgatch, 2005; Rich, Molloy, Hart, Ginsberg & Mulvey, 2007).

No período subsequente ao divórcio dos pais, a maioria das crianças e/ou adolescentes experimenta problemas emocionais e de comportamento, incluindo tristeza, raiva, ressentimento, exigência, ansiedade e depressão, agressividade, sentimentos de culpa, baixa auto-estima, dificuldades em lidar com a confusão e apreensão, decorrentes da mudança nas relações na família e mudanças na sua situação de vida (Berger, 2003; Grych & Fincham, 1990 *cit. in* Houseknecht & Hango, 2006). A intensidade, a frequência e a durabilidade das manifestações de mal-estar psicológico variam de criança/adolescente para criança e/ou adolescente. Para além destas consequências negativas, o divórcio dos pais também pode prejudicar as crianças e/ou adolescentes em termos escolares, podendo haver uma diminuição do rendimento escolar (McLanahan & Sandefur, 1994 *cit. in* Holley, Yabiku & Benin, 2006; Sun & Li, 2001, 2009). Por sua vez, Silva (2012) defende que o impacto verdadeiramente negativo no bem-estar emocional e afetivo da criança, está diretamente ligado a relações de conflito e destrutivas, independentemente de os pais viverem juntos ou separados (Silva, 2012).

A literatura aponta para o facto de que as crianças de famílias divorciadas estão em maior risco de apresentar problemas de ajustamento. De acordo com Amato e Keith (*cit. in* Raposo, Figueiredo, Lamelas, Nunes-Castro, Castro & Prego, 2011) as crianças filhas de pais divorciados, quando comparadas com crianças que vivem em famílias intactas, exibem indicadores de menor bem-estar, incluindo baixo rendimento escolar, desajustamento psicológico, autoconceito, relações sociais e menor qualidade de relacionamento com o pai e a mãe.

Perante esta nova realidade familiar, a maioria dos pais preocupam-se com o efeito que a separação e divórcio têm sobre os seus filhos, mas estão normalmente também angustiados e perturbados com os seus próprios problemas, e por isso menos disponíveis e atentos e portanto também menos capazes de os apoiar e ajudar nesta fase. Consequentemente, os filhos encontram-se expostos a perturbações psicológicas mais ou menos profundas pelo que será de antecipar uma insatisfação destas crianças para com as suas vidas (Almeida & Monteiro, 2012). Por isso, quando existe alguma alteração significativa na vida da criança e/ou adolescente, que compromete o seu desenvolvimento saudável, isto porque é comum em crianças e/ou adolescentes a identificação de problemas emocionais/psicológicos relativos aos processo de divórcio parental (experiência de perda de controlo, tristeza,

raiva, vergonha, dificuldades escolares, auto-culpabilização, culpabilização dos pais, perturbações psicossomáticas, entre outras queixas) é importante uma intervenção psicológica que proporcione à criança e/ou adolescente um espaço neutro onde possa exprimir o que sente quanto à separação dos pais (Raposo et al., 2011). Esta intervenção tanto pode ser individual como grupal. Uma intervenção grupal tem alguns benefícios em relação à intervenção individual, entre os quais, a rentabilização de recursos, a normalização do acontecimento entre os pares (que facilita o sentido de compreensão mútuo) e a maior facilidade em identificar e potenciar os recursos do grupo na mudança individual (Almeida & Monteiro, 2012). Para além disso, Souza (2005) refere que os grupos de apoio constituem um trabalho preventivo privilegiado, pois possibilitam o conhecimento da situação, facilitam a elaboração dos sentimentos contraditórios vivenciados, fomentam o diálogo (inclusive o familiar) e a elaboração da crise, prevenindo maiores comprometimentos.

Para o desenvolvimento das intervenções, um dos modelos teóricos de referência na área do divórcio é o Modelo de Wallestein e Blakeslee (1989), que apresenta o divórcio em três fases:

1. *Separação*: Nesta fase, a frequência das discussões conjugais é aumentada e termina com o abandono do lar por um dos pais. Verifica-se uma grande desorganização familiar na qual as crianças são muitas vezes testemunhas de agressões físicas e verbais entre os pais. O casal desorganizado está geralmente menos atento às necessidades dos seus filhos.
2. *Reconstrução*: Estádio transicional em que pais e filhos procuram reconstruir as suas vidas.
3. *Estabilização*: A família volta a encontrar alguma estabilidade. No entanto, apesar de voltarem às suas atividades diárias, estas famílias são geralmente mais vulneráveis do que as famílias ditas “intatas” uma vez que podem existir maiores dificuldades económicas, menos apoios externos, assim como dificuldades ligadas à monoparentalidade.

Outros modelos mais recentes, como é o caso do modelo de Isolina Ricci (2004), apresentam o divórcio de forma mais detalhada:

*Estádio 1: O Lar de Sonho* – Mãe, pai e filhos vivem na mesma casa e existem sentimentos de respeito, confiança e amor.

*Estádio 2: Problemas no Lar* – Discórdias prolongadas levam à diminuição dos sentimentos de confiança e respeito e ao aumento das tensões até níveis insustentáveis.

*Estádio 3: O Lar que se Divide* – Cada vez mais existe desrespeito e desconfiança no casal. Embora o lar não esteja totalmente dividido, é iniciada a separação.

*Estádio 4: O Lar Dividido* – Dá-se a separação física.

*Estádio 5: A Casa da Mãe, A Casa do Pai* – Este estágio pode tornar-se o mais difícil e o mais prolongado. Surgem mudanças nos rendimentos, nas profissões, nos hábitos pessoais, nas amizades e nas rotinas.

*Estádio 6: A Casa da Mãe e A Casa do Pai (a)* – O processo de reconstrução está mais claro e a estabilidade volta ao contexto familiar.

*Estádio 7: A Casa da Mãe e A Casa do Pai (b)* – Nesta fase, os adultos já conseguem separar as suas vidas pessoais das suas funções parentais.

Assim, verifica-se facilmente que as fases do modelo anterior estão também integradas neste último. Segundo Ricci (2004), o período de maior crise para os pais e filhos numa separação/divórcio situa-se entre os estádios 4 e 5 por corresponderem a fases de grande *stress*. Os conflitos inter-parentais surgem com maior frequência e intensidade nestas fases e contribuem de forma significativa para o desajustamento psicológico das crianças e adolescentes, prejudicando as relações entre pais e filhos. Assim, os custos emocionais podem tornar-se muito intensos para os adultos em fase de divórcio, mas também para os filhos se encontram expostos a estas situações (Pruett, Williams, Insabella & Little, 2003; DeLucia-Waack & Gellman, 2007).

Em Portugal de acordo com os últimos dados estatísticos dá-se um divórcio por cada dois casamentos, sendo mais frequente entre casais entre os 35 e 44 anos, sem filhos ou com apenas um filho (INE, 2013). Este aumento do divórcio parental despertou interesse público e científico devido a todos os fenómenos a ele associados, especialmente no que diz respeito às consequências do mesmo no desenvolvimento e bem-estar dos filhos de pais divorciados/separados.

O bem-estar das crianças e adolescentes é uma preocupação social relevante na medida em que as consequências do divórcio afetam os filhos, mesmo a longo prazo. É um tema que se tornou muito presente na realidade de algumas famílias portuguesas e muitos pais não sabem como conduzir essa situação. O impacto negativo das separações conjugais é vivido pelos intervenientes diretos (o casal) mas também pelos seus descendentes que, frequentemente se sentem perdidos, inquietos, com medos e receios. Por esses motivos, muitas crianças e adolescentes que sofrem o divórcio dos seus pais são encaminhados para os Serviços de Psicologia para receberem apoio clínico específico que os ajude a superar essa perda. Dada a fragilidade em termos emocionais que estas crianças e adolescentes sentem, é importante, de uma forma lúdica e terapêutica, trabalhar as emoções destas de modo a ajudá-los a aceitar tal mudança no núcleo familiar.

No âmbito da consulta de Psicologia Clínica da Unidade Local de Saúde da Guarda – Hospital Sousa Martins têm sido acompanhadas clinicamente, ao longo dos anos, crianças e jovens que vivenciam a separação dos seus

pais, bem como, adultos em processo de divórcio. Este facto fez com que se pensasse em aperfeiçoar a intervenção psicológica individual e apostar numa intervenção grupal, dado que se considera que o contexto de grupo facilita a expressão de emoções, uma vez que as crianças e adolescentes se poderão sentir acompanhados e compreendidos por pares com idades próximas e que passaram por situações semelhantes. Neste sentido, com o intuito de se promover a aceitação e adaptação de crianças e adolescentes à fase de mudança e reestruturação familiar, após um divórcio parental, o Serviço de Psicologia Clínica da ULS-Guarda decidiu criar um programa de intervenção psicológica destinado a filhos de pais separados/divorciados, designado “Os Filhos do Divórcio”.

Com a criação deste programa propusemo-nos especificamente a diminuir o impacto psicológico do divórcio parental nas crianças/pré-adolescentes que frequentavam a consulta de Psicologia Clínica na ULS Guarda; a promover a compreensão de aspetos relacionados com o divórcio parental e combater as concepções erradas acerca do mesmo; a facilitar a identificação e expressão de sentimentos relacionados com o divórcio parental; a reduzir sentimentos negativos e de insegurança associados ao divórcio parental; a identificar e modificar pensamentos, padrões e esquemas disfuncionais relacionados com o divórcio parental; a promover competências de resolução de problemas, bem como perceções positivas do próprio e da família e a prevenir problemas futuros de ordem emocional ou de aprendizagem em crianças/pré-adolescentes de pais separados/divorciados.

## Metodologia

### *Participantes*

Neste programa participaram oito crianças com idades entre os 8 e 12 anos ( $M=9.75$ ;  $DP=1.48$ ), sendo 5 (62.5%) do género masculino e 3 (37.5%) do género feminino, filhos de pais separados e/ou divorciados há menos de 4 anos, em acompanhamento na consulta de Psicologia Clínica da ULS Guarda. Todos os participantes sabiam ler e escrever, sendo que maioritariamente frequentavam o 1º ciclo de escolaridade.

Trata-se de uma amostra do tipo não probabilístico por conveniência, tendo sido definidos como critérios de exclusão à sua participação neste programa: apresentarem problemas de deficiência física e/ou cognitiva grave; problemas de comportamento grave; frequentarem a mesma turma escolar; e existir qualquer grau de parentesco entre os participantes, excepto irmãos.



### *Instrumentos*

Para a avaliação das relações familiares existentes antes e depois da separação entre a criança/pré-adolescente e os seus progenitores, alterações emocionais e comportamentais consequentes da separação/divórcio dos progenitores recorreu-se à entrevista estruturada a filhos de pais separados/divorciados da autoria de Martins (2010), bem como à aplicação do Questionário - reações à separação dos pais (QRSP- Versão 1) (Almeida & Monteiro, 2012), do Questionário sobre as reações da criança/pré-adolescente à separação dos pais (QRCSP) (Almeida & Monteiro, 2012) e do Inventário Depressão Infantil (CDI) (Marujo, 1994).

O QRSP (versão1) é composto 19 questões às quais a criança/pré-adolescente responde de forma individual, numa escala de likert de 4 pontos (Discordo totalmente, Discordo, Concordo e Concordo totalmente). As questões são agrupadas em diferentes categorias: Pensamentos/compreensão do acontecimento familiar; sentimentos associados à separação/divórcio dos progenitores; comunicação/relação com os progenitores; relação com outros familiares; relação com os pares/Escola e expectativas relativo à frequência do programa. O QRCSP é composto 16 questões às quais cada progenitor responde de forma individual, numa escala de likert de 4 pontos (Discordo totalmente, Discordo, Concordo e Concordo totalmente). As questões estão agrupadas nas mesmas categorias do QRSP (versão1).

O Inventário Depressão Infantil (CDI) (Marujo, 1994) é uma escala de auto-avaliação, de aplicação individual, destinada a crianças e adolescentes. Compreende 27 itens que se destinam a avaliar a sintomatologia depressiva nos seus diferentes aspectos. O resultado total é calculado através da soma de todos os itens e poderá variar entre 0 e 54 pontos. Quanto mais elevada é a nota mais grave é a patologia. Os resultados podem assim ser definidos em termos de (segundo os estudos de Marujo, H. é apontado como ponto de corte o índice 33,7): Igual ou Inferior a 10,38 - Sem sintomatologia depressiva; Entre 10,38 e 33,74 - Existência de possíveis problemas; Igual ou Superior a 33,74 - Com sintomatologia depressiva.

Para avaliação da eficácia do programa procedeu-se à aplicação do QRSP (versão 2) (inclusão de mais 3 itens, para além dos 19 itens iniciais), da Escala para Avaliação da Eficácia1: Satisfação Percebida e da Escala para Avaliação da Eficácia2: Perceção sobre o Apoio Percebido, ambas da autoria de Almeida e Monteiro (2012). Ambas as escalas de eficácia são de resposta individual numa escala de likert de 4 pontos (Nada, Pouco, Mais ou menos, Muito), estando acompanhados por uma escala visual análoga.

*Procedimento*

Os participantes envolvidos neste programa já se encontravam em acompanhamento psicológico individual na Consulta de Psicologia Clínica da ULS Guarda.

Numa fase inicial (fase de pré-implementação do programa) foram contactados individualmente todos os progenitores das crianças/pré-adolescentes selecionados para lhes ser apresentado os principais objetivos do programa. Foram, igualmente, informados sobre o anonimato e da confidencialidade dos dados, bem como do carácter voluntário da participação dos seus filhos e da sua possibilidade de desistência a qualquer momento do programa. Depois de devidamente informados, todos os progenitores e participantes assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido, não tendo havido nenhum participante a recusar-se participar. Foram ainda explicitadas as regras de funcionamento do programa, nomeadamente no que diz respeito à assiduidade, confidencialidade e participação.

Após autorizada a colaboração das crianças selecionadas para integrarem este grupo, todos foram submetidos a uma avaliação inicial. O levantamento da informação clínica foi obtido através do preenchimento da entrevista aos filhos de pais separados/divorciados (Martins, 2010), bem como do Questionário - reações à separação dos pais (QRSP- Versão 1) (Almeida & Monteiro, 2012) e do Inventário Depressão Infantil (CDI) (Marujo, 1994). Ainda nesta fase inicial, foi solicitado aos progenitores o preenchimento de um questionário sobre as reações da criança/pré-adolescente à separação dos pais (QRCSP) (Almeida & Monteiro, 2012).

Na fase de implementação do referido programa foram realizadas 10 sessões, com uma duração de 90 minutos cada e que decorreram com uma periodicidade quinzenal. Em cada sessão foi abordada uma temática diferente com base nos trabalhos desenvolvidos por Almeida e Monteiro (2012) e Heegaard (1998) (o divórcio/separação dos pais; as mudanças vividas; os sentimentos, pensamentos e comportamentos associados ao divórcio; a aceitação da situação familiar; datas festivas/simbólicas).

Todas as atividades desenvolvidas ao longo do programa foram expostas de forma oral e escrita, com recurso a material audiovisual (power points e vídeos temáticos). Para além disso, recorreu-se a outros métodos (como brainstorming, roleplay, etc.) e a outros recursos (como cartolinas, plasticina, etc.), consoante os objetivos e a sua pertinência para cada sessão. Esta variabilidade de recursos, para além de facilitar a construção de uma relação de confiança entre a criança e o dinamizador do grupo, promoveu a partilha e ventilação emocional.

Em cada sessão realizada os participantes procederam ao preenchimento da Folha de Assiduidade, bem como foram convidados a preencher o

Questionário de Avaliação Contínua da intervenção o qual permitiu auscultar regularmente a opinião e o feedback dos participantes sobre o programa e aumentar o sucesso e a eficácia do mesmo ao proceder-se aos ajustes necessários às dinâmicas inicialmente previstas.

Na última sessão procedeu-se à avaliação da eficácia do programa. Todos os participantes com uma assiduidade superior ou igual a 80% foram convidados a preencher o QRSP (versão 2) (Almeida & Monteiro, 2012) com o intuito de verificar as mudanças alcançadas pela frequência do programa. Para além disso, também lhes foi pedida a colaboração para o preenchimento da Escala para Avaliação da Eficácia1: Satisfação Percebida (Almeida & Monteiro, 2012) e da Escala para Avaliação da Eficácia2: Perceção sobre o Apoio Percebido (Almeida & Monteiro, 2012), como forma de se avaliar a eficácia deste programa de intervenção psicológica junto de filhos de pais separados e/ou divorciados. Ainda nesta última sessão de intervenção grupal foi programada uma outra sessão (follow-up após 3 meses) com os progenitores e respetivos filhos com o intuito de se auscultar quais as mudanças alcançadas com a sua participação neste grupo terapêutico.

## Resultados

Como forma de se avaliar o estado emocional dos participantes procedemos à aplicação do Inventário de Depressão Infantil (CDI) na fase inicial (pré-implementação do programa). De acordo com os resultados obtidos pode-se dizer que apenas um dos oito participantes apresentava sintomatologia depressiva. Cinco dos participantes revelavam algum desconforto emocional e dois não registavam qualquer comprometimento nesta área (cf. Figura 1).

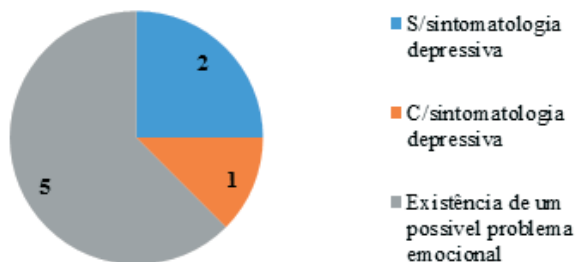
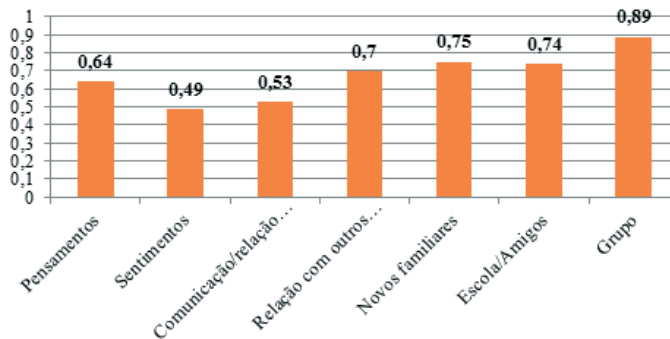


Figura 1 - Avaliação do estado emocional

Ainda nesta fase inicial e com o intuito de se avaliar a reação dos participantes decorrentes do divórcio/separação dos progenitores procedeu-se à aplicação do Questionário - reações à separação dos pais (QRSP- Versão 1). Numa análise global das pontuações médias das respostas ao QRSP - versão 1 pode-se dizer que as maiores dificuldades registadas estão relacionadas com os sentimentos associados à separação/divórcio dos progenitores ( $M=0.49$ ) e com a comunicação/relação estabelecidas entre pais e filhos ( $M=0.53$ ). Por outro lado, a maior parte dos participantes considerou que participar num grupo de apoio os poderia ajudar a perceber melhor o que aconteceu à sua família ( $M=0.89$ ) (cf. Figura 2).



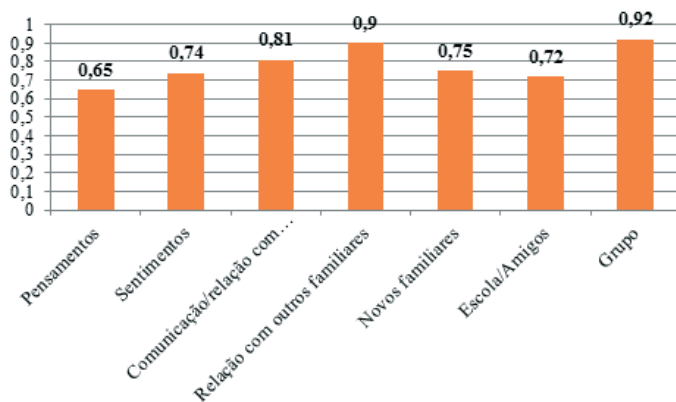
**Figura 2 - Pontuações médias obtidas no Questionário reações à separação dos pais (QRSP- Versão 1)**

Na opinião dos pais, de acordo com a análise das pontuações médias das respostas ao questionário sobre as reações da criança/pré-adolescente à separação dos pais (QRSP) estes consideram que as maiores dificuldades dos filhos estão relacionadas com os pensamentos e sentimentos associados à separação dos progenitores ( $M=0.54$ ;  $0.63$ , respetivamente), bem como, nas relações com outros familiares (e.g., irmãos ou meios-irmãos) ( $M=0.64$ ). Partilham, igualmente da opinião dos filhos, considerando que a frequência de um grupo de apoio os poderá ajudar a compreender melhor esta nova realidade familiar ( $M=0.9$ ).

Dos 8 elementos que constituíram o grupo, apenas 5 obtiveram uma assiduidade igual a 80% e por isso apenas podem ser analisados os resultados obtidos nos questionários preenchidos na última sessão por esses 5 elementos. Assim, pode-se dizer que essas 5 crianças, de acordo com o Questionário de Avaliação Contínua, colaboraram em todas as tarefas propostas. Apresentaram uma satisfação de 100% para com as atividades, estratégias e temas abordados e

sentiram-se 100% apoiados pelas restantes crianças e técnico ao longo de todas as sessões propostas, com base na Escala de Avaliação da Eficácia1: Satisfação percebida e com a Escala de Avaliação da Eficácia2: Perceção sobre o Apoio Percebido.

De acordo com as pontuações médias das respostas ao QRSP (versão 2) pode-se dizer que se obteve uma melhoria relativamente aos sentimentos associados à separação e/ou divórcio dos pais ( $M=0.74$ ), na comunicação/relação com os progenitores ( $M=0.81$ ) e na relação com outros familiares ( $M=0.90$ ) (e.g., irmãos ou meios-irmãos) (cf. Figura 3). A pertença a este grupo de apoio ajudou estas 5 crianças a perceber/compreender melhor a sua realidade familiar, tendo as suas expectativas sido superadas.



**Figura 3** - Pontuações médias obtidas no Questionário reações à separação dos pais (QRSP- Versão 2)

Perante estes resultados considera-se que este programa de intervenção psicológica é eficaz pois obtiveram-se resultados satisfatórios em mais de 70% dos participantes.

## Conclusões

Prestar apoio a filhos de pais separados/divorciados é um desafio que se coloca aos profissionais de saúde mental pois, como vimos, é uma área de intervenção que deixa prever um aumento do trabalho devido ao aumento da taxa de divórcios verificada nos últimos anos em Portugal. A literatura tem demonstrado a necessidade e os benefícios do apoio emocional e psicológico a crianças e adolescentes com maiores dificuldades em superar a separação ou o

divórcio dos pais. Os resultados positivos obtidos nas intervenções em grupos de filhos de pais separados/divorciados, como complemento às intervenções terapêuticas individuais, incentivou a criação deste programa de intervenção psicológica. Trata-se de um programa alicerçado na dinâmica de grupos, que fornece estratégias facilitadoras dos conteúdos a apresentar e que favorece a participação ativa de todos os intervenientes. Assim, considera-se que as principais vantagens deste programa assentam, por um lado no seu carácter informal e, por outro, na estimulação de interação entre pares que partilham a mesma problemática de vida.

Perante os resultados obtidos considera-se que este programa de intervenção psicológica é eficaz pois os resultados foram satisfatórios em mais de 70% dos participantes. Deste modo, podemos afirmar que este programa se constitui como um instrumento de trabalho bastante útil na intervenção em grupo com filhos de pais separados e/ou divorciados, justificando-se a sua replicação com outros grupos com características idênticas a este.

## Referências

- Almeida, N. & Monteiro, S. (2012). *Os meus Pais já não Vivem Juntos. Intervenção em Grupo com Crianças e Jovens de Pais Divorciados*. Comunicação apresentada no 1º Congresso da OPP: Afirmar Psicólogos, Lisboa.
- Amato, P. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62, 1269-1287.
- Andrade, S. (2005). *Teoria e Prática de Dinâmica de grupo: jogos e exercícios*. SP: Casa do Psicólogo.
- Berger, M. (2003). *A criança e o sofrimento da separação* (2ª ed). Lisboa: Climepsi.
- DeGarmo, D. & Forgatch, M. (2005). Early development of delinquency within divorced families: evaluating a randomized preventive intervention trial. *Developmental Science*, 8 (3), 229-239.
- DeLucia-Waack, J. & Gellman, R. (2007). The efficacy of using music in children of divorce groups: Impact on anxiety, depression, and irrational beliefs about divorce. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 11 (4), 272-282.
- Eymann A., Busaniche, J., Llera, J., De Cunto, C. & Wahren, C. (2009). Impact of divorce on the quality of life in school-age children. *Jornal de Pediatria*, 85(6), 547-552.
- Heegaard, M. (1998). *Quando os Pais se Separam*. Porto Alegre: Artmed.
- Hetherington, E. (2005). Divorce and the adjustment of children. *Pediatrics Review*, 26(5), 163-169.
- Holley, P., Yabiku, S. & Benin, M. (2006). The Relationship Between Intelligence and Divorce. *Journal of Family Issues*, 27(12), 1723-1748.

- Houseknecht, S. K. & Hango, D. W. (2006). The Impact of Marital Conflict and Disruption on Children's Health. *Youth Society*, 38(1), 58-89.
- Instituto Nacional de Estatística (INE) (2013). *Nupcialidade - Casamentos dissolvidos por divórcio* (119-124). In Estatísticas Demográficas 2011. Lisboa.
- Kelly J. & Emery R. (2003). Children's adjustment following divorce: risk and resilience perspectives. *Family Relations*, 52(4), 352-362.
- Martins, A. (2010). *Impacto do Divórcio Parental no Comportamento dos Filhos. Factores que contribuem para uma melhor adaptação. Implicações Médico-Legais*. Dissertação de Mestrado. Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, Universidade do Porto: Porto.
- Marujo, H. (1994). *Sintomas Depressivos na Infância e Adolescência*. Dissertação de doutoramento. Lisboa: Universidade de Lisboa.
- Mayer, C. (2005). *Dinâmicas de grupo: Ampliando a capacidade de interação*. Campinas, SP: Papyrus.
- Pruett, M., Williams, T., Insabella, G. & Little, T. (2003). Family and legal indicators of child adjustment to divorce among families with young children. *Journal of Family Psychology*, 17 (2), 169-180.
- Raposo, H., Figueiredo, B., Lamelas, D., Nunes-Castro, R., Castro, M. & Prego, J. (2011). Ajustamento da criança a separação ou divórcio dos pais. *Revista Psiquiatria Clínica*, 38(1), 29-33.
- Ricci, I. (2004). *Casa da mãe, casa do pai. Construir dois lares para os seus filhos: Um guia para pais separados, divorciados ou que voltaram a casar*. Edições Sílabo
- Rich, B., Molloy, P., Hart, B., Ginsberg, S. & Mulvey, T. (2007). Conducting a children's divorce group: One approach. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 20 (3), 163-175.
- Scaliente, G. (2012). *Divórcio Parental, Estress Infantil e Desempenho Escolar: Algumas Reflexões*. Graduação Em Pedagogia. Universidade Estadual De Maringá, Departamento De Teoria e Prática da Educação: Maringá.
- Silva, L. (2012). *Boas Práticas dos Programas Psicoeducacionais para Pais Separados/Divorciados*. Dissertação de Mestrado (Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/ Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa). Universidade de Lisboa. Lisboa.
- Souza, R. (2000). Depois que Papai e Mamãe se Separaram: um Relato dos Filhos. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 16(3), 203-211.
- Souza, R. (2005). Grupos de Apoio para Filhos de Pais Separados e Divorciados. *Iberpsicología: Revista Electrónica de la Federación española de Asociaciones de Psicología*, 10(2), 579-599.
- Sun, Y. & Li, Y. (2001). Marital Disruption, Parental Investment, and Children's Academic Achievement : A Prospective Analysis. *Journal of Family Issues*, 22, 27-61.
- Sun, Y. & Li, Y. (2009). Postdivorce Family Stability and Changes in Adolescents

- Academic Performance: A Growth-Curve Model. *Journal of Family Issues*, 30(11), 1527-1555.
- Wallerstein, J. & Blakeslee, S. (1989). *Second chances. Men, women, and children a decade after divorce*. New York: Houghton Mifflin Company.