



CATOLICA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
E PSICOLOGIA

PORTO

ANSIEDADE FINANCEIRA E DINÂMICAS FAMILIARES: UM ESTUDO COM MÃES

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa
para obtenção do grau de mestre em Psicologia
- Especialização em Psicologia da Justiça e do Comportamento Desviante-

Matilde Santos Cunha e Santos

Porto, julho 2023



CATÓLICA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO
E PSICOLOGIA

PORTO

ANSIEDADE FINANCEIRA E DINÂMICAS FAMILIARES: UM ESTUDO COM MÃES

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa
para obtenção do grau de mestre em Psicologia
- Especialização em Psicologia da Justiça e do Comportamento Desviante-

Matilde Santos Cunha e Santos

Trabalho efetuado sob a orientação de
Professora Doutora Raquel Matos
Professora Doutora Luísa Antunes Ribeiro

Porto, julho 2023

Agradecimentos

Este trabalho foi possível devido ao contributo de várias pessoas, as quais, mesmo de formas distintas, estiveram presentes ao longo do seu desenvolvimento. A elas gostaria de deixar uma palavra de agradecimento.

Às minhas orientadoras, Professora Doutora Raquel Matos e Professora Doutora Luísa Ribeiro, pela inestimável disponibilidade, atenção e apoio ao longo desta trajetória académica. Agradeço-lhes pelo valioso conhecimento transmitido, pelas palavras de incentivo, confiança e pela energia positiva que impulsionaram meu percurso, tornando-o verdadeiramente enriquecedor.

À minha mãe e ao meu padrasto, por terem sido uma constante fonte de incentivo, por me encorajarem a dar o meu máximo, a enfrentar os desafios e a lutar incansavelmente pelos meus objetivos.

Ao meu pai, pelo seu amor, compreensão, ajuda, incentivo nos momentos mais difíceis e por ter demonstrado sempre o seu apoio e valorização.

A ambos os meus queridos pais e padrasto, gostaria de expressar o meu mais sincero e profundo agradecimento, pois foram eles que me proporcionaram a oportunidade de realizar este sonho.

À minha irmã, pelos conselhos sábios, pela paciência e por ter estado sempre disponível para me auxiliar a descontraír quando me sentia sobrecarregada.

Ao meu namorado, por ter estado sempre presente, me ajuda nos momentos menos bons, por ter aliviado os desafios que enfrentei, por ter festejado todas as minhas vitórias, pela paciência que demonstrou ter comigo e pelo incrível esforço que pôs em me compreender.

À minha grande amiga, Leonor Hemsworth, pela amizade incondicional, pela inspiração que tem vindo a ser ao longo dos anos, pelas palavras de incentivo, por ser o meu grande apoio, por ter me feito ver sempre que eu era capaz, e por ter festejado sempre comigo as minhas conquistas.

Às minhas amigas, Beatriz, Ana e Inês, por terem me acompanhada durante todo este percurso académico e por isso mesmo tornarem esta caminhada mais leve e agradável.

A todas as participantes deste estudo, especialmente às mães entrevistadas, o meu profundo agradecimento pela contribuição essencial que viabilizou a conclusão desta dissertação.

Resumo

O objetivo deste estudo é explorar a relação entre a ansiedade financeira e características sociodemográficas, numa amostra de mães, e explorar as percepções de mães relativamente ao impacto da ansiedade financeira na dinâmica familiar e no comportamento dos filhos. Para atingir esse objetivo, foi utilizada uma metodologia mista, combinando uma abordagem quantitativa (Fase 1) e qualitativa (Fase 2). Na primeira fase deste estudo foi realizada uma análise estatística das respostas a um questionário sociodemográfico e à Escala de Ansiedade Financeira (FAS) de 561 mães com filhos entre os 10 e os 18 anos com o objetivo de explorar relação entre os níveis de ansiedade financeira e as variáveis sociodemográficas. Na segunda fase do estudo, foram realizadas entrevistas a duas mães que apresentaram níveis mais elevados na Escala de Ansiedade Financeira com o objetivo de obter uma compreensão mais aprofundada das suas experiências subjetivas. Os resultados obtidos indicam que, independentemente do rendimento familiar, as mães podem experimentar ansiedade financeira. Essa ansiedade pode afetar a parentalidade e os estilos de comunicação com os filhos, com impactos emocionais mais evidentes. No entanto, não se pode atribuir o impacto exclusivamente à ansiedade financeira, uma vez que as dificuldades económicas objetivas também estão presentes. Neste estudo, foi possível perceber que esses fatores estão interligados de forma complexa, embora não tenha sido possível compreender totalmente a complexidade dessa interligação. Por fim, com um caráter que se assume como exploratório, este estudo oferece pistas relevantes para o desenvolvimento de estudos futuros, que aprofundem a compreensão da articulação entre as componentes objetiva e subjetiva da situação financeira, e o impacto destas nas dinâmicas familiares e no comportamento de crianças e jovens.

Palavra-chave: Ansiedade financeira, dinâmica familiar, comportamento dos filhos.

Abstract

The objective of this study is to explore the relation between financial anxiety and sociodemographic characteristics in a sample of mothers and to examine mothers' perceptions regarding the impact of financial anxiety on family dynamics and children's behavior. To achieve this aim, a mixed methodology was used, combining a quantitative approach (Phase 1) and a qualitative approach (Phase 2). In the first phase of this study, a statistical analysis was conducted on the responses to a sociodemographic questionnaire and the Financial Anxiety Scale (FAS) of 561 mothers with children aged between 10 and 18, with the aim of exploring the relationship between levels of financial anxiety and sociodemographic variables. In the second phase of the study, interviews were conducted with two mothers who exhibited higher levels on the Financial Anxiety Scale in order to gain a deeper understanding of their subjective experiences. The results obtained indicate that mothers can experience financial anxiety regardless of family income. This anxiety can affect parenting and communication styles with children, with more evident emotional impacts. However, the exclusive impact cannot be attributed solely to financial anxiety, as objective economic difficulties are also present. In this study, it was possible to perceive that these factors are interconnected in a complex way, although it was not possible to fully comprehend the complexity of this interconnection. Finally, with an exploratory nature, this study offers relevant insights for the development of future studies focused on understanding the interplay between the objective and subjective components of the financial situation, and the impact of these on family dynamics and the behavior of children and youth.

Keywords: Financial anxiety, family dynamics, children's behavior

Lista de Abreviaturas e Siglas

COVID-19 – Doença do coronavírus - 2019

FAS – Financial Anxiety Scale

Índice

Agradecimentos	III
Resumo	IV
Abstract	V
Lista de Abreviaturas e Siglas	VI
Índice de Tabelas	VIII
Introdução	1
Enquadramento teórico	1
Método	5
Fase 1 – Quantitativa	6
Fase 2 – Qualitativa	10
Apresentação dos Resultados	15
Discussão	23
Conclusão	27
Referências	29
Anexos	34

Índice de Tabelas

Tabela 1. Rendimento líquido mensal das mães	7
Tabela 2. Rendimento líquido mensal do agregado familiar	7
Tabela 3. Caracterização sociodemográfica da participante 1	11
Tabela 4. Caracterização sociodemográfica da participante 2	12
Tabela 5. Matriz de correlações de Pearson	16
Tabela 6. Matriz de correlações de Spearman.....	17

Introdução

O presente estudo está integrado no projeto *Economic Hardship, Parenting Styles and Child Behavior Problems*, em curso no Centro de Investigação para o Desenvolvimento Humano da FEP-UCP, e visa explorar a relação entre a ansiedade financeira e características sociodemográficas, numa amostra de mães, e explorar as perceções de mães relativamente ao impacto da ansiedade financeira na dinâmica familiar e no comportamento dos filhos. A ansiedade financeira constitui-se como uma dimensão das dificuldades económicas, pelo que será inicialmente explorado este conceito, mais abrangente.

Com o aparecimento da COVID-19 houve uma queda significativa no crescimento económico global, responsável por causar na população mundial sentimentos de insegurança no emprego assim como uma elevada preocupação com as suas finanças (Agência do Censo dos EUA, 2020). O conflito na Ucrânia trouxe também consequências para a conjuntura económica internacional, tendo o Banco de Portugal previsto, para este ano, uma inflação de 4% e corte no crescimento da economia (Banco de Portugal, 2022).

Perante estes novos desafios económicos têm vindo a ser levantadas questões acerca dos seus impactos nas famílias e nas crianças. Acredita-se que as dificuldades económicas estão associadas ao stress dos pais e, conseqüentemente, à deterioração da sua saúde mental e das suas práticas parentais. A literatura diz-nos ainda que estes impactos nos pais podem estar associados a problemas nas crianças, tanto comportamentais, como emocionais (Isaacs, 2013; Catalano et al., 2011; Thornberry & Krohn, 2003).

Estes conceitos serão explorados e aprofundados no enquadramento teórico, através da apresentação de teorias e estudos recentes neste tema.

Enquadramento teórico

As dificuldades económicas (“*economic hardship*”) abrangem três dimensões distintas: insuficiência de rendimentos, privação material e ansiedade financeira (Bradshaw & Finch, 2003; Gauthier & Furstenberg, 2010; Marks, 2007; Neckerman et al., 2016). A insuficiência de rendimentos é definida como a escassez de recursos financeiros disponíveis para uma família e caracteriza-se pela falta de recursos disponíveis, como salários, pensões ou outros rendimentos, que são insuficientes para atender às necessidades de uma família. A privação material é a situação em que indivíduos ou grupos não têm acesso aos bens e serviços essenciais. Finalmente, a ansiedade financeira é definida como a perceção que um indivíduo tem da sua

situação económico-financeira, sendo por isso uma dimensão de ordem subjetiva que reflete a percepção de segurança e bem-estar relativos à situação económica de um indivíduo.

Importa ressaltar que estas três dimensões podem ocorrer em simultâneo, mas também podem ocorrer independentemente umas das outras (Bradshaw & Finch, 2003). Por exemplo, uma família pode ter um baixo rendimento, mas não sentir ansiedade financeira nem ser materialmente carente (Boushey & Gundersen, 2001; Bradshaw & Finch, 2003; Gauthier & Furstenberg, 2010). Ao mesmo tempo, uma família pode ter escassez de recursos materiais ou sentir ansiedade financeira, mas ter um rendimento acima do limiar da pobreza, isto porque pode enfrentar dívidas ou até, percepções de baixa segurança no emprego (Gaunt & Benjamin, 2007). No entanto, apesar da evidência de que essas três dimensões de dificuldades económicas são distintas, nenhum estudo, até ao momento, investigou as diferentes combinações possíveis dessas dimensões de dificuldades económicas ou os efeitos heterogéneos que essas experiências distintas de dificuldades económicas podem ter sobre as crianças.

Das três dimensões referidas, a menos explorada tem sido a ansiedade financeira, apesar da evidência de que cada vez mais os problemas económicos do dia-a-dia e as preocupações financeiras a longo prazo são uma fonte de ansiedade para as famílias (Dijkstra-Kersten et al., 2015; Grable et al., 2015; Shapiro & Burchell, 2012). De acordo com um estudo recente da Associação Americana de Psicologia (2015), quase 72% dos americanos adultos relataram sentir-se ansiosos com questões relacionadas com dinheiro, pelo menos em algum momento da sua vida.

Quando exploramos a ansiedade financeira, deparamo-nos, desde logo, com a dificuldade em delimitar o seu conceito. Existem várias designações como "ansiedade financeira", "stress financeiro", "stress financeiro subjetivo", "stress económico", "preocupação financeira" e "dificuldade económica subjetiva". Isso pode ocorrer porque há ainda poucos estudos e, portanto, não se estabilizaram designações e conceitos.

Neste estudo optamos pela designação “ansiedade financeira”, definida por Burchell (2003) como uma condição psicossocial que impede os indivíduos de lidarem eficazmente com suas finanças o que resulta num evitamento e na redução da capacidade processadora de informações financeiras. Shapiro e Burchell (2012) observaram que indivíduos com níveis mais elevados de ansiedade financeira são mais propensos a utilizar o mecanismo de defesa de evitamento. Ou seja, tendem a evitar conscientemente ou inconscientemente situações, pensamentos ou sentimentos relacionados às suas dificuldades económicas, como uma forma de lidar com o desconforto emocional que essas questões podem gerar. Acredita-se que esta ansiedade em específico tem um impacto clínico e emocional semelhante ao de um estado de

ansiedade generalizada, traduzindo-se em sintomas como ansiedade, irritabilidade, dificuldade em controlar a preocupação, dificuldades em dormir, dificuldades de concentração no trabalho/escola, tensão muscular e fadiga (Shapiro & Burchell, 2012).

Diversos estudos têm sido realizados sobre a ansiedade financeira, a maioria com metodologia quantitativa (e.g., Girão, 2021; Ponnet et al., 2016) e mais raramente com metodologia mista (e.g., Hasler et al., 2021). Esses estudos têm demonstrado que as mulheres apresentam níveis significativamente mais elevados de ansiedade financeira em comparação com os homens (Girão, 2021; Ponnet et al., 2016; Hasler et al., 2021). No estudo de Hasler et al., (2021) constatou-se que os jovens adultos, na faixa etária entre os 21 e 34 anos, parecem ter níveis mais elevados de ansiedade financeira. Estes autores identificaram também uma associação entre a ansiedade financeira e ser solteiro, ter baixo rendimento, maior número de filhos dependentes e estar desempregado.

Ainda em relação ao estudo de Hasler et al. (2021), os resultados revelaram que o baixo rendimento, o acumular de dívidas e os desafios de gestão financeira, incluindo o recurso a serviços financeiros alternativos, são os fatores que mais contribuem para níveis elevados de ansiedade financeira. Além disso, foram identificados vários outros fatores de ansiedade relacionados com as finanças pessoais, como a comparação com colegas e as influências familiares. Despesas inesperadas de diversas naturezas, como gastos com aparelhos ortodônticos ou alimentação infantil, sobrecarregam os orçamentos familiares e geram ansiedade financeira. Também foi constatado que a ansiedade financeira pode ter consequências a longo prazo, uma vez que aqueles que enfrentam essas questões tendem a ser menos propensos a planear a reforma. Por fim, a literacia financeira revelou-se um elemento importante, uma vez que identificaram que indivíduos com menos literacia financeira apresentam níveis mais elevados de ansiedade financeira (Hasler et al, 2021).

Um outro estudo acrescenta a baixa autoestima, a incerteza no futuro do trabalho, constantes mudanças no meio laboral e ainda os problemas familiares aos fatores que influenciam a ansiedade financeira (Lange & Byrd, 1998). Ainda, é possível observar que a ansiedade financeira pode conduzir à dependência financeira, ao endividamento, aos comportamentos compulsivos de acumulação e compra, a má gestão, entre outros, que por sua vez mantêm o problema (Klontz et al., 2008; Klontz et al., 2011; Lange & Byrd, 1998).

Tal como mencionado anteriormente, alguns autores defendem que indivíduos que têm baixo rendimento apresentam níveis significativamente mais elevados de ansiedade financeira, comparativamente com indivíduos com rendimento médio alto (Fryers et al., 2003; Jenkins, 2008; Martins, 2020). Tal pode dever-se ao facto de estes indivíduos terem a percepção de que

não têm apoio externo para superarem as dificuldades económicas, como, por exemplo, perspectivas de aumento de salário, facilidades no pagamento a créditos, entre outros. Outra possível razão, baseia-se no facto de estes indivíduos poderem ter menos conhecimentos acerca de como gerir os seus recursos, aspeto considerado essencial para a melhoria das suas finanças pessoais (Warwick & Mansfield, 2000).

Contrariamente, outras investigações indicam que tanto pessoas com baixa rendimento como pessoas com alto rendimento podem experimentar ansiedade financeira. É possível que no caso dos rendimentos mais altos, a ansiedade financeira possa estar relacionada com padrões de estilo de vida elevados, pressão social, a má gestão financeira, a dívidas acumuladas ou a insatisfação financeira, resultando em sintomas semelhantes aos de pessoas com rendimentos mais baixos (Hasler et al., 2021; Kim & Garman, 2003; Wang et al., 2010).

As dificuldades económicas estão associadas ao desenvolvimento de problemas de saúde mental em crianças e adultos, incluindo sintomas de internalização (por exemplo, depressão e ansiedade) e sintomas de externalização (por exemplo, hiperatividade ou agressão) (Conger et al. 1992; Costello et al., 2003; Dearing et al., 2006; Kaiser et al., 2017; McLeod & Shanahan, 1993; Zilanawala & Pilkauskas, 2012). Segundo vários autores, é possível encontrar um conjunto de problemas em pais que enfrentam dificuldades económicas, nomeadamente sofrimento psicológico, depressão, ansiedade, irritabilidade, abuso de substâncias, violência e conflito conjugal/interparental (Catalano *et al.*, 2011; Dooley & Prause, 2003; Isaacs, 2013; Yoshikawa *et al.*, 2006; Yoshikawa *et al.*, 2012).

No que concerne às práticas parentais, vários estudos evidenciam que as dificuldades económicas estão associadas à disciplina inconsistente, caracterizada por comportamentos parentais mais punitivos, a problemas de vinculação entre pais e filhos, a supervisão inadequada das crianças e a menor eficácia no cuidado prestado (Isaacs, 2013; Catalano et al., 2011; Thornberry & Krohn, 2003). A literatura diz-nos ainda que estes comportamentos dos pais podem estar associados a problemas nas crianças, tanto comportamentais, como emocionais. Especificamente, é frequente encontrarmos nestas crianças comportamentos de oposição, problemas de comportamento, comportamentos de internalização (emocionais), baixo desempenho académico, maior risco de retenção escolar e suspensão/expulsão escolar (Huisman *et al.*, 2010; Isaacs, 2013; Kalil, 2009; Morrissey *et al.*, 2014; Thornberry & Krohn, 2003; Yoshikawa *et al.*, 2012).

Estudos inspirados no modelo “family stress model” (Conger & Elder, 1994) vêm demonstrar que os stressores económicos têm influência negativa na dinâmica familiar (ex: estilos de comunicação e parentalidade dos casais), assim como no bem-estar e adaptação dos

membros da família (por exemplo, sofrimento emocional dos pais, ansiedade, depressão e comportamentos externalizantes dos filhos) (Conger et al., 1992; Leinonen et al., 2002; Neppel et al., 2016). No entanto, este modelo não analisa a ansiedade financeira como uma dimensão independente do nível socioeconómico, não ficando claro se esse impacto na dinâmica familiar se deve maioritariamente à componente objetiva dos problemas económicos, como a falta de rendimento necessário para uma família ou à componente subjetiva, a ansiedade financeira.

A literatura evidencia que níveis mais elevados de ansiedade financeira estão com frequência associados a maior incidência de depressão, maior *stress*, menor vitalidade, aumento da ansiedade e dependência de álcool (Rajani et al., 2016; Richardson et al., 2017; Shapiro & Burchell, 2012). No entanto, a maior parte da literatura foca-se na insuficiência de rendimentos para compreender os efeitos das dificuldades económicas nas crianças e não considera a ansiedade financeira para compreender o impacto dos problemas económicos no comportamento das crianças (Costello et al., 2003; Dearing et al., 2006; Lansford et al., 2019; McLeod & Shanahan, 1993). Apenas dois estudos investigaram os efeitos da ansiedade financeira em crianças, independentemente do rendimento. Ambos os estudos encontraram um efeito direto da ansiedade financeira dos pais sobre os problemas de comportamento dos filhos (Leininger & Kalil, 2014; Ponet, 2014) e, para crianças de famílias de rendimento média e alta, um efeito mediado pela depressão parental, stresse dos pais e conflito parental (Ponnet, 2014).

Neste sentido, e apoiado no que foi anteriormente referido propõe-se, para este estudo, o objetivo de explorar a relação entre a ansiedade financeira e características sociodemográficas, numa amostra de mães, e explorar as perceções de mães relativamente ao impacto da ansiedade financeira na dinâmica familiar e no comportamento dos filhos.

Método

Para alcançar o objetivo definido, foi adotada uma metodologia mista, combinando abordagens quantitativas e qualitativas. Especificamente, foi utilizado o método misto sequencial explicativo, que envolveu uma fase inicial de pesquisa quantitativa seguida de uma fase subsequente de pesquisa qualitativa. Esta metodologia foi escolhida com base na suposição de que a combinação de diferentes tipos de dados, quantitativos e qualitativos, proporcionaria uma compreensão mais completa e abrangente do problema de pesquisa (Creswell, 2014).

A primeira fase do estudo consistiu numa abordagem quantitativa, tendo como objetivo caracterizar a amostra e investigar a relação entre os níveis de ansiedade financeira e as

variáveis sociodemográficas. Na segunda fase do estudo foi adotada uma abordagem qualitativa para obter uma compreensão mais aprofundada das experiências subjetivas de mães que apresentaram níveis mais elevados de ansiedade financeira de acordo com o Escala de Ansiedade Financeira (Financial Anxiety Scale - FAS) (Archuleta et al., 2013) sobre o impacto dessa ansiedade nas dinâmicas familiares e no comportamento dos filhos. Os resultados quantitativos desempenharam um papel crucial na recolha de dados através das entrevistas, pois permitiram refinar o guião utilizado para esta recolha. Por seu lado, a análise dos dados qualitativos complementou e enriqueceu os resultados quantitativos, contribuindo para uma compreensão mais completa e aprofundada do fenómeno em estudo.

A seguir apresentamos separadamente o método para cada fase do estudo.

Fase 1 – Quantitativa

Amostra

A amostra deste estudo é constituída por 561 mulheres com filhos com idades compreendidas entre os 10 e os 18 anos (inclusive). A escolha das idades dos filhos deveu-se ao facto de haver uma associação mais forte entre parentalidade e problemas de externalização em crianças mais velhas e adolescentes do que em crianças pequenas e em idade pré-escolar (Rothbaum and Weisz, 1994). Tal pode dever-se ao facto de os comportamentos problemáticos de externalização serem mais comuns na adolescência e porque com o aumento da idade, os adolescentes tendem a avaliar os comportamentos dos pais de forma mais crítica (Levpušček, 2006; Moffitt, Caspi, Rutter, & Silva, 2001). O critério da idade das participantes não foi de extrema relevância para este estudo.

As idades das mães variam entre os 30 e 66 anos (M=44.85; DP= 5.46), sendo que 27 (4.8%) participantes não a indicaram. Quanto ao estado civil, 380 (67.7%) são casadas ou estão em união de facto, 146 (26%) divorciadas/separadas, 33 (5,9%) são solteiras e 2 (0.4%) são viúvas. Relativamente às habilitações académicas, 48 (8,6%), têm até ao 3º ciclo, 141 (25,1%) concluíram o ensino secundário, 198 (35.3%) terminaram a licenciatura ou um curso superior técnico, 162 (28.9%) têm pós-graduação, mestrado ou uma licenciatura pré-Bolonha e 12 (2.1%) fizeram o doutoramento. As participantes encontram-se maioritariamente (n=408, 72.7%) empregadas por conta de outrem, seguindo-se de empregada por conta própria (n =82, 14.6%), desempregada (n = 69, 12.3%) e outro (n =2, 0.4%). No que diz respeito à tipologia do contrato podemos concluir que 101 (18%) apresentam um contrato de trabalho a termo certo,

274 (48%) com contrato sem termo, 13 (2,3%) com contrato a termos incerto, 6 (1.1%) em trabalho temporário, 1 (0.2%) em contrato a tempo parcial, 24 (4.3%) em prestação de serviços, 28 (5%) apontam para outra tipologia de contrato e 6 (1.1%) indicam não saber. Porém, 108 (19.3%) não indicaram qual era a tipologia do seu contrato de trabalho.

Relativamente ao rendimento/salário líquido mensal das participantes, a resposta mais frequente foi o intervalo de valores que vai desde 1000€ a 1499€ (30.7%). No que refere à questão sobre o rendimento líquido mensal do agregado familiar, a resposta mais frequente foi entre 1000€ e 1499€ (19.4%), como é possível constatar através da tabela 1 e da tabela 2.

Tabela 1. Rendimento líquido mensal das mães

	<i>N</i>	%
Menos de 500€	25	4.5%
Entre 500€ a 999€	175	31.2%
Entre 1000€ e 1499€	172	30.7%
Entre 1500€ e 1999€	70	12.5%
Entre 2000€ e 2500€	29	5.2%
Mais de 2500€	47	8.4%
Omisso	43	7.7%

Tabela 2. Rendimento líquido mensal do agregado familiar

	<i>N</i>	%
Menos de 999€	77	13.7%
Entre 1000€ e 1499€	109	19.4%
Entre 1500€ e 1999€	108	19.3%
Entre 2000€ e 2499€	72	12.8%
Entre 2500€ a 2999€	49	8.7%
Entre 3000€ e 3499€	29	5.2%
Entre 3500€ a 3999€	23	4.1%
Entre 4000€ a 4499€	15	2.7%
Entre 4500€ a 5000€	12	2.1%
Mais de 5000€	31	5.5%
Omisso	36	6.4%

No que que concerne aos filhos das participantes, 282 (50.3%) têm filhos do sexo masculino, 277 (49.4%) têm filhos do sexo feminino e 2 (0.4%) não responderam a esta questão. As idades dos mesmos variam entre os 10 e os 18, tal como o critério de inclusão assim o exigia, e a média das idades é 14.17 (DP=2.57), sendo que 1 (0.2%) participante não respondeu a esta questão. Por último, o agregado familiar das participantes é em média constituído por 3.78 (DP=1.26) pessoas.

Instrumentos

Consentimento Informado

De forma a salvaguardar as questões éticas e deontológicas foram elaborados dois formulários de consentimento informado, em formato digital, para as mães consentirem a sua participação no estudo. O primeiro consentimento informado, foi enviado às participantes que preencheram o formulário online e contemplava a descrição do projeto, os objetivos do estudo e as condições de participação (nomeadamente a possibilidade de participação numa fase posterior de recolha de dados, isto é, nas entrevistas, assim como a participação voluntária e a possibilidade de desistência sem dano), assegurando a confidencialidade e anonimato das participantes (OPP, 2011). Já o segundo consentimento informado foi enviado àquelas que foram selecionadas para as entrevistas. Este consentimento informado continha a descrição do projeto, os objetivos do estudo e as condições de participação (nomeadamente a gravação do áudio da entrevista, assim como a participação voluntária e a possibilidade de desistência sem dano), assegurando também assim a confidencialidade e anonimato das participantes (OPP, 2011).

As participantes foram ainda informados sobre potenciais riscos e benefícios e foram também facultados os contactos do investigador para qualquer esclarecimento adicional.

Questionário sociodemográfico

Com o objetivo de recolher a informação sociodemográfica das participantes, foi construído um questionário em versão digital. Este questionário contempla informações como idade, habilitações académicas, sexo, escalão de rendimentos, número de dependentes, entre outros.

Escala de Ansiedade Financeira

Para avaliar a ansiedade financeira do país foi utilizado o *Financial Anxiety Scale* (Archuleta et al., 2013), instrumento este que foi desenvolvido a partir da adaptação dos critérios diagnósticos da Perturbação de Ansiedade Generalizada estabelecidos pelo DSM-IV. Este foi adaptado anteriormente, no âmbito do projeto, para a língua portuguesa, sendo que para tal foi feita uma tradução e retroversão, desta escala, e posteriormente, um reajustamento da terminologia específica.

Este instrumento é composto por 7 itens avaliados numa escala ordinal tipo Likert de 7 pontos, em que 1 corresponde a “nunca” e 7 a “sempre”, onde as participantes classificam os seus sentimentos e perceções relativos à sua situação económica. Os itens incluídos são: 1) *Sinto-me ansioso acerca da minha situação financeira*; 2) *Tenho dificuldade em dormir devido à minha situação financeira*; 3) *Tenho dificuldade em concentrar-me no meu trabalho por causa da minha situação financeira*; 4) *Estou irritável por causa da minha situação financeira*; 5) *Tenho dificuldade em controlar a preocupação com a minha situação financeira*; 6) *Sinto os meus músculos tensos por causa das preocupações com a minha situação financeira*; 7) *Sinto-me fatigado porque me preocupo com a minha situação financeira*.

Relativamente à fidelidade do instrumento esta tem sido classificada como adequada ($\alpha = 0,94$) (e.g., Archuleta et al., 2013).

Procedimentos de recolha de dados

Os dados foram recolhidos através de um questionário online, divulgado através das redes sociais Instagram e WhatsApp e no âmbito de vários subprojectos ao longo dos últimos 3 anos. Apesar de nos diferentes subprojectos se terem considerado várias escalas, para este estudo considera-se apenas a base comum a todos os formulários- sociodemográficas e escala de ansiedade financeira¹. Antes de participarem no estudo, todos as participantes deram o seu consentimento informado. Posteriormente, os dados das participantes foram inseridos no software estatístico SPSS e foram excluídos os dados de homens e respostas incompletas nessas duas dimensões. No total, obtivemos 545 respostas válidas para a presente investigação.

Tratamento e análise de dados

¹ Apenas na recolha de dados mais recente se questionou acerca da disponibilidade para a realização das entrevistas, o que limitou a seleção de participantes para a fase 2 deste estudo.

Para analisar os dados quantitativos, foram realizadas análises estatística descritivas e inferenciais.

A análise de dados foi realizada com recurso ao *software IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 27*. Numa primeira fase, foram realizadas estatísticas descritivas, através de medidas de tendência central (médias) e de dispersão (desvio padrão) das variáveis que caracterizavam a amostra. Relativamente à análise das estatísticas inferenciais, através do teste de Correlação de Pearson, foi possível determinar o grau de associação entre as variáveis intervalares em estudo. Foi ainda necessário recorrer à Correlação de Spearman, para analisar variáveis ordinais. Ainda, com o objetivo de verificar a existência de possíveis diferenças significativas relacionadas com o estado civil, foi realizada uma ANOVA unifatorial. Além disso, foram aplicados os testes não paramétricos de Kruskal-Wallis e Mann-Whitney para avaliar se havia diferenças significativas em relação às habilitações académicas.

Fase 2 – Qualitativa

Participantes

As participantes na fase qualitativa do estudo são duas mães com níveis elevados de ansiedade financeira, selecionadas de forma intencional a partir da amostra maior descrita anteriormente. Essa seleção foi baseada em critérios específicos (ter níveis elevados de ansiedade financeira, disponibilidade para realizar entrevistas e não ter défices extremos na linguagem e na audição), visando obter uma compreensão mais aprofundada da experiência das mães em relação à ansiedade financeira e à interferência desta na dinâmica familiar e no comportamento dos filhos.

Apenas duas mães cumpriram todos os critérios disponíveis e reiteraram a sua disponibilidade para a entrevista na fase 2 do estudo.² O tamanho da amostra não permitiu atingir saturação teórica, assumindo-se como exploratórios os resultados deste estudo.

A seguir, apresentam-se as principais características sociodemográficas das duas participantes, assim como um breve enquadramento da sua situação profissional, familiar e económica. Esta caracterização tem por base a análise das narrativas recolhidas através das entrevistas, que permitiu a construção de categorias apenas para este efeito (Cf. Anexo II).

Participante 1

² Cf. nota de rodapé anterior.

Tabela 3. Caracterização sociodemográfica da participante 1

Idade	Estado civil	Nível de escolaridade	Contrato de trabalho	Salário líquido atual	Rendimento agregado familiar	Nº Agregado familiar	Idade dos filhos
52	União de facto	Pós-graduação/mestrado/licenciatura pré-Bolonha	Contrato sem termo	Entre 2000€ e 2500€,	Entre 3000€ e 3499€	4	17 e 24

A participante 1 trabalha numa instituição pública, em regime de tempo integral, há 23 anos. Em relação ao seu vencimento, revela algum descontentamento, pois acredita que deveria receber mais (e.g., *“Podemos sempre achar que devíamos ganhar mais, e uma série de coisas, “, “Não me paga como eu gostaria”*). No entanto, considera que este salário é também fonte de segurança porque é sempre garantido e permite pagar o essencial, cobrir as necessidades básicas (e.g., *“Mas também admito que o facto de, mesmo nessas coisas mais complicadas de se ganhar pior, ser funcionário público, ou seja, ter a certeza que, mal ou bem, o essencial estava garantido”*).

Paralelamente, realiza alguns projetos profissionais como trabalhadora independente, atividade que reconhece trazer-lhe satisfação e benefícios económicos (*“economicamente também me compensa”*). Segundo refere, sente a necessidade de ter um trabalho extra para poder investir em coisas importantes para além da rotina de vida, como proporcionar uma melhor educação para os filhos e desfrutar de férias em família. Com esta dupla ocupação, reconhece que têm conseguido fazer aquilo que planeia (*“apesar de tudo, a coisa tem estado relativamente possível, ou seja, aquilo que eu que eu consigo planejar, tenho conseguido fazer.”*). No entanto, reconhece também que a dupla ocupação acarreta algum desgaste físico, limitando o seu descanso ao fim de semana e restringindo a realização de todos os programas de lazer que gostaria (e.g., *“interfere em termos de... às vezes... fins de semana, e tudo, que não descanso,”, “Mas muitas vezes há programas que gostaria de fazer, ou gostaria de estar mais desligada ao fim de semana e não consigo estar”*).

A participante 1 não tem grandes expectativas em relação ao seu percurso profissional e expressa desapontamento por não estar numa situação financeira melhor do que imaginava

nesta fase da sua vida (*“Em termos de função pública, não tenho grandes expectativas”, “Mas, no fundo, o que eu achava era que se calhar agora estaria melhor e, na prática, não estou.”*). Em relação ao impacto da inflação e ao aumento do custo de vida, menciona que o seu salário tem acompanhado esses aumentos, mas acredita que se não tivesse havido esse aumento de preços, poderia ter uma situação financeira mais confortável.

Participante 2

Tabela 4. Caracterização sociodemográfica da participante 2

Idade	Estado civil	Nível de escolaridade	Contrato de trabalho	Salário líquido atual	Rendimento agregado familiar	Nº Agregado familiar	Idade dos filhos
57	Divorciada	Licenciatura/ Curso técnico superior	Contrato sem termo	Entre 1000€ e 1499€,	Entre 1000€ e 1499€,	4	16, 23 e 29

A participante 2 trabalha no mesmo local, também uma instituição pública, há 25 anos e descreve a sua atividade profissional como muito estável e sem oscilações. Expressa um sentimento de satisfação e bem-estar em relação ao seu trabalho e ao ambiente em que está inserida (e.g., *“Eu sinto-me bem com o que faço e onde estou e com a equipa com que trabalho.”*). No entanto, afirma que tem bastante trabalho e que este é difícil e bastante exigente. Menciona ainda que valoriza muito o equilíbrio entre o trabalho e a vida pessoal, reconhecendo a importância de não limitar o seu dia apenas ao trabalho (*“Eu de facto prezoo muito o trabalho, mas também prezoo muito a família e ao dia não se resumir só ao trabalho.”*).

A proximidade do local de trabalho em relação à sua residência e às escolas dos filhos foi também um fator determinante na sua escolha profissional. Essa proximidade permitiu-lhe garantir um apoio diário necessário aos filhos, como buscá-los e levá-los à escola, e contribuiu para uma melhor qualidade de vida, isto porque refere não ter tido apoio neste sentido (*“Em termos de logística diária fui sempre eu tive de assumir. Não tinha rede de apoio”*).

O salário atual e a falta de progressão na sua carreira, por outro lado, são destacados como fontes de insatisfação em relação ao trabalho. A participante 2 refere várias vezes que o seu ordenado é insuficiente para as suas despesas básicas e que não tem capacidade de cobrir

despesas extra (e.g., *“Há uma coisa que me aflige um bocadinho, que é: e surge um imprevisto, isto é, uma despesa por exemplo que a máquina avaria? Eu Não tenho dinheiro extra para esse tipo de coisas ou se tiver depois não tenho para outras”*). No entanto, confessa que nunca aspirou a cargos de liderança, que lhe poderiam garantir um salário melhor, mas iam também exigir mais tempo e disponibilidade, pois prefere dar prioridade à sua família e aos seus filhos. Afirma que não arriscaria em novas funções, a menos que surgisse uma oportunidade ou proposta que financeiramente fosse mais apelativa (*“Neste momento só se fosse por uma situação em termos financeiros, isto é, se tivesse uma oportunidade ou uma proposta que de facto ia tornar a minha vida a esse nível mais leve, mais tranquila.”*).

A participante 2 assume a responsabilidade financeira das despesas essenciais, como alimentação, habitação, eletricidade e água, para si e para os seus três filhos. Reside numa casa arrendada e confessa que esse é o seu maior encargo pois consome quase metade do seu ordenado, restando-lhe pouco para cobrir as restantes despesas (*“A renda da casa é quase metade do meu ordenado e depois o que sobra tem de dar para todo o resto, para a luz, para a água, para a alimentação, para os transportes enfim...”*). Embora as filhas mais velhas já trabalhem e sejam capazes de cobrir as suas próprias despesas extras, a mãe continua a assumir todas as despesas do filho mais novo.

Esta é uma realidade que vive há vários anos, desde que ficou responsável por sustentar os seus três filhos sozinha (e.g., *“Para ser sincera já há muitos anos, que em termos financeiros eu estou sempre no limbo*). Anteriormente, desfrutava de uma situação financeira mais favorável, e as filhas estudavam numa escola privada. No entanto, as circunstâncias mudaram desde o divórcio e as filhas tiveram de fazer a transição para a escola pública e viu-se com necessidade de vender a moradia onde habitavam.

Menciona ainda que atualmente não tem suporte financeiro nem recebe apoios sociais, mas confessa que em caso de urgência pode contar com as suas filhas, embora procure evitar ao máximo pedir-lhes contribuições financeiras (e.g. *“Mas acho que já tive fases piores, talvez porque como as minhas filhas não trabalhavam e eu não tinha rede. Neste momento se eu tiver uma aflição eu vou ter de recorrer a elas para me ajudarem.”*). Por fim, para lidar com essas dificuldades económicas, a participante 2 opta por deslocar-se a pé para o trabalho, reduzindo as despesas relacionadas ao uso do carro. Além disso, seu filho mais novo também vai, há três anos, para a escola a pé o que contribui para economizar nas despesas de transporte.

Instrumentos

Guião de entrevista semiestruturado

A entrevista foi a técnica de recolha de dados privilegiada para aceder a informação junto das participantes. Esta opção metodológica insere-se nas abordagens qualitativas e adequa-se às preocupações da psicologia relativamente à compreensão da experiência e da construção de significados (Fernandes & Maia, 2001).

Foram realizadas duas entrevistas individuais de tipo semiestruturadas. O guião de entrevista foi construído *a priori* e procurou abranger as dimensões necessárias para responder aos objetivos desta investigação. O guião da entrevista estrutura-se em cinco eixos e cada eixo reúne objetivos definidos: 1) Introdução- visava informar as participantes sobre o projeto e motiva-los; 2) Caracterização sociodemográfica e familiar- procurava recolher informação sociodemográfica e conhecer a situação familiar do participante; 3) Perceção da situação social, profissional e económica- pretendia conhecer a dimensão social, profissional e económica do participante; 4) Dinâmica familiar e situação económica- visava conhecer a dinâmica familiar e relacioná-la com a situação económica do participante; e 4) Conclusão- objetivava a solicitação da avaliação da entrevista e identificação de tópicos que não tinham sido abordados.

A utilização da entrevista semiestruturada procurou criar uma interação positiva entre o investigador e os entrevistados na medida em que este tipo de recolha de informação favorece as respostas espontâneas e possibilita uma maior abertura e uma proximidade desejável nas abordagens qualitativas (Boni & Quaresma, 2005). A entrevista foi conduzida com base na sequência lógica das questões elaboradas, mas foi também um momento conduzido pelas participantes, através das suas respostas livres e reflexões espontâneas.

Procedimentos de recolha de dados

Com o intuito de selecionar as participantes para a realização das entrevistas, foi efetuada uma análise das respostas ao formulário para identificar as mães com níveis mais elevados de ansiedade financeira e que se disponibilizaram para a fase 2 do estudo. Para essa seleção, consideramos os valores médios superiores a 3.43, que correspondem à categoria "poucas vezes" na escala de Likert utilizada no instrumento FAS. Essa escolha foi feita considerando o percentil 75 como referência. Foram identificadas apenas três mães com estes critérios preenchidos, para as quais se enviou um e-mail para marcação das entrevistas. Apenas duas mães mantiveram a disponibilidade.

Foi-lhes solicitado que assinassem um novo termo de consentimento informado, que refletia as condições de participação na segunda fase do estudo. As entrevistas foram

conduzidas individualmente, por meio da plataforma Zoom, e tiveram duração média de 30 minutos.

Uma vez que foram realizadas apenas duas entrevistas, não foi atingida a saturação teórica. Estas entrevistas assumem, assim, um carácter exploratório, desempenhando um papel significativo no fornecimento de novos insights e na compreensão adicional dos resultados quantitativos obtidos. Além disso, oferecem pistas relevantes para o desenvolvimento de estudos futuros, permitindo aprofundar ainda mais a compreensão do fenómeno em questão.

Tratamento e análise de dados

Para a analisar os dados qualitativos, foi utilizado o método de análise de conteúdo, que é uma metodologia que se baseia na análise e identificação dos principais temas de uma entrevista (Howitt, 2016). Através da codificação dos dados, foi possível identificar e descrever os temas emergentes relacionados com a ansiedade financeira das mães e como ela pode ter impacto na dinâmica familiar e no comportamento dos filhos

Para o tratamento dos dados, o primeiro passo foi proceder à transcrição na íntegra das entrevistas realizadas, mantendo sempre o anonimato das participantes.

Para o processo da análise dos dados foi realizada numa primeira etapa uma leitura flutuante. Concluída esta etapa, foi realizada a análise dos dados através da utilização do software de análise qualitativa N-Vivo12, pois este permite associar um conjunto de dados, com algum tipo de similaridade, fornecidos pelas entrevistas e criar categorias e subcategorias. (Lage, 2011). O processo levado a cabo foi de natureza indutiva, no qual foram identificadas as temáticas emergentes e criadas categorias no processo de codificação aberta. Posteriormente, foram elaboradas duas tabelas contendo as categorias e subcategorias, e as citações relevantes, o número de entrevistas e o número de referências em cada categoria. A tabela A inclui as categorias criadas com o objetivo de caracterizar as participantes (Cf. Anexo II), e que foram descritas na metodologia da fase 2 do estudo; a tabela B inclui as categorias criadas para compreender o impacto da situação económica nas mães, na dinâmica familiar e nos filhos (Cf. Anexo III), e que serão apresentadas na secção dos resultados.

Apresentação dos Resultados

Nesta secção serão apresentados os resultados das duas fases do estudo. Começamos com a apresentação dos resultados das análises estatísticas dos 561 questionários para,

posteriormente, apresentarmos as categorias criadas sobre o impacto da situação económica nas mães, na dinâmica familiar e nos filhos.

Ansiedade financeira e características sociodemográficas

Preparação dos dados

Inicialmente, realizou-se uma análise da consistência interna da escala de Ansiedade Financeira (FAS), apresentando valores elevados de Alpa de Cronbach ($\alpha = .97$). Em seguida, foi calculado o score total de ansiedade financeira através da média dos itens da escala. A média dos níveis de ansiedade financeira relatada pelas participantes foi de 2,60 (DP = 1,43).

Associação entre a variável ansiedade financeira e variáveis sociodemográficas

Após serem verificados os pressupostos da normalidade ($n > 30$), foram realizadas três correlações paramétricas como forma de analisar a relação entre a ansiedade financeira e as variáveis quantitativas: idade do progenitor, idade do filho e número de elementos do agregado familiar (Tabela 5).

Tabela 5. Matriz de correlações de Pearson

Variável	1.	2.	3.	4.
1. <i>Ansiedade Financeira</i>	1			
2. <i>Idade do progenitor</i>	-.023	1		
3. <i>Idade do filho</i>	.099*	.392**	1	
4. <i>Nº de elementos agregado familiar</i>	-.046	.139**	.026	1

* $p < .05$

** $p < .01$

Na Tabela 5, é possível verificar que apenas temos uma associação positiva e significativa entre a ansiedade financeira e a idade dos filhos ($r = .10, p = 0,02$). Assim, os níveis de ansiedade financeira mais elevados estão associados a mães com filhos mais velhos. Não há uma associação significativa entre os níveis de ansiedade financeira e a idade do progenitor, nem entre os níveis de ansiedade financeira e número de elementos do agregado familiar.

Ansiedade financeira e salário líquido atual

Foram conduzidas duas correlações de Spearman para investigar possíveis relações entre as variáveis relativas ao salário. A primeira análise explorou a relação entre o salário

líquido atual do progenitor (variável qualitativa ordinal) e os níveis de ansiedade financeira. A segunda análise avaliou a relação entre o rendimento mensal do agregado familiar (variável qualitativa ordinal) e os níveis de ansiedade financeira.

Os resultados revelaram uma associação negativa e altamente significativa entre os níveis de ansiedade financeira e o salário líquido atual ($r_s = -.237, p < .001$). Níveis de salário líquido atual mais baixos estão associados a níveis de ansiedade financeira elevados.

Em relação ao rendimento mensal do agregado familiar, os resultados também mostraram uma associação negativa e altamente significativa com os níveis de ansiedade financeira ($r_s = -.183, p < .001$). Níveis de salário do agregado mais baixos estão associados a níveis de ansiedade financeira mais elevados.

Tabela 6. Matriz de correlações de Spearman

Variável	1.	2.	3.
1. <i>Ansiedade Financeira</i>	1		
2. <i>Salário líquido atual</i>	-.237**	1	
3. <i>Rendimento mensal agregado familiar</i>	-.183**	.318*	1

** $p < .01$

Ansiedade financeira e estado civil

Com o objetivo de comparar os níveis de ansiedade financeira entre indivíduos com diferentes estados civis, foi conduzido um teste ANOVA unifatorial para a comparação de quatro amostras independentes, após validação dos pressupostos de homogeneidade com recurso ao teste de Levene ($F(3,557) = 2.12, p = 0.10$). Não foi necessário validar a normalidade da distribuição uma vez que a amostra é composta um número de observações superior a 30. De acordo com os resultados obtidos, há diferenças significativas, nos níveis médios de ansiedade financeira consoante o estado civil dos respondentes $F(3,557) = 5.25; p = .001$. As análises post-hoc indicam que o nível de ansiedade financeira é significativamente mais baixo nos respondentes com estado civil Casada/União de facto ($M = 2.56, DP = 1.40$) do que nos respondentes com estado civil Divorciada/Separada ($M = 2.95, DP = 1.42$). Não se encontraram outras diferenças significativas entre as diversas categorias de estado civil

Ansiedade financeira e habilitações académicas

Para analisar diferenças a nível da ansiedade financeira nos diversos níveis de habilitações literárias procedeu-se novamente a uma comparação de médias. No entanto, como o pressuposto da homogeneidade não foi cumprido (Teste de Levene, $p < 0,05$) foi necessário recorrer a um teste não paramétrico *Kruskal-Wallis*. De acordo com os resultados obtidos existem diferenças nos níveis de ansiedade entre as diferentes habilitações académicas consideradas, $H(4) = 20.599$ $p < .001$.

Assim sendo, foi necessário recorrer a múltiplos testes de follow-up (Mann-Whitney), para contrastar os diferentes grupos dois a dois e identificar onde se encontram as diferenças significativas. De acordo com os resultados obtidos, existem diferenças nos níveis de ansiedade financeira entre indivíduos que tem até ao 3º ciclo de escolaridade e indivíduos que tem uma Licenciatura/Curso Técnico Superior ($U = 3075.000$, $p < .001$). Assim, indivíduos que tem até ao 3º ciclo de escolaridade ($M = 3.46$; $DP = 1.65$) apresentam níveis de ansiedade mais elevados do que indivíduos que tem uma Licenciatura/Curso Técnico Superior ($M = 2.48$; $DP = 1.36$). Encontramos também diferenças nos níveis de ansiedade financeira entre indivíduos que tem até ao 3º ciclo de escolaridade e indivíduos que tem uma Pós-Graduação/ Mestrado/ Licenciatura pré-Bolonha ($U = 2383.000$, $p < .001$). Assim, indivíduos que tem até 3º ciclo de escolaridade ($M = 3.46$; $DP = 1.65$) apresentam níveis de ansiedade mais elevados do que indivíduos que tem uma Pós-Graduação/ Mestrado/ Licenciatura pré-Bolonha ($M = 2.36$; $DP = 1.24$).

Perspetivas das mães sobre o impacto da ansiedade financeira nas dinâmicas familiares e no comportamento dos filhos, a partir das suas experiências.

Nesta secção serão descritas as principais categorias emergentes da análise qualitativa das entrevistas realizadas com o objetivo de compreender o impacto da situação financeira nas mães, na dinâmica familiar e nos filhos. São apresentadas as cinco categorias principais – Impacto da situação financeira na própria; Estratégias de coping; Capacidade de não transparecer para os colegas de trabalho e amigos; Impacto da situação financeira na dinâmica familiar; e Impacto nos filhos (Cf. Anexo III). As subcategorias são destacadas a sublinhado. Para cada subcategoria é indicado o número de participantes e referências (ex., “(2,4)” significa 2 participantes e 4 referências nessa categoria) e, sempre que necessário, são incluídos excertos das entrevistas).

Impacto da situação financeira na própria

A participante 1, refere inicialmente, sentir-se tranquila (1,1) face à sua situação financeira (“*sinto-me tranquila*”). No entanto, no desenrolar da entrevista, a participante 1 refere, assim como a participante 2, que por vezes sente preocupação (2,4) (P1: “*à medida que vamos, pronto, tendo responsabilidades e... preocupa-nos sempre pagar essas responsabilidades que temos*”, “*...o que cria preocupação.*”; P2: “*Estou sempre aflita a partir do meio do mês.*”), sendo que a participante 2 acrescenta que essa preocupação começa a partir do meio do mês. Importa referir que esta preocupação com a situação financeira parece variar consoante a idade dos filhos (2,3). A participante 1, explica que sente maior preocupação com as questões financeiras quando os filhos são mais velhos (P1: *Pois há, porque são mais caros! (...) São as universidades são... portanto, é uma série de.... nem é propriamente a rotina da vida deles. É mesmo, eu acho que hoje em dia, para nós, dar-lhes uma educação com alguma qualidade tem mais custos do que quando eles eram pequenos*) e a participante 2, refere que o facto de estes ficarem mais velhos não lhe retira preocupação (P2: “*A nível financeiro o facto de eles estarem mais velhos não me dá aquele sossego financeiro ou aquela tranquilidade financeira, em que posso dizer “um já está arrumado, agora outro já está arrumado...”*”).

Também, ambas as participantes mencionam que se sentem ansiedade (2,3) face à situação financeira (P1: “*... às vezes criar alguma ansiedade ou criar algumas expectativas e depois ter algum receio de não ser capaz de proporcionar*”; P2: “*Estou sempre mortinha que chegue o final do mês.*”) e que as suas situações financeiras tem impacto negativo no sono (2,4) (P1: “*a mim altera-me um bocado os sonos*”; P2: “*É assim, quando eu digo que não perco o sono, é se calhar se eu acordar durante a noite, a primeira coisa que vem à cabeça não são as preocupações financeiras, mas também estão lá... está sempre iminente sobretudo a partir do meio do mês.*”).

A participante 1 refere sentir-se mais sensível e irritada (1,2) (P1: “*Mas há dias que fico estou mais sensível com tudo*”, “*Claro! Até porque normalmente... eu acho que... às vezes fico de mau humor...*) e mais tensa e pressionada (2,4) (P1: “*isso pode pôr-me mais tensa, ali um dia ou dois.*”, “*E aí sinto sempre alguma pressão de às vezes ter que trabalhar muito para conseguir manter isso*”; P2: “*A minha vida tem sido sempre isto, a viver sempre um bocadinho em sufoco*”). Acrescenta ainda que devido à sua situação financeira têm menos paciência (1,2) (P1: “*...não tenho a mesma paciência... pronto. Acho que sim.*”, “*Mas há dias que fico estou mais sensível com tudo..., mas sim, sente-se...*”). Ainda, a participante 2 refere também que a sua situação financeira reduz o tempo de descanso e lazer (1,3) (P2: “*Interfere porque trabalho muito mais horas, não é? ...que não descanso*”, “*Mas muitas vezes há programas que gostaria de fazer...e não consigo estar.*”).

Já a participante 2 refere ter dificuldades em lidar psicologicamente (1,1) com a sua situação financeira (P2: “*Psicologicamente são às vezes complicadas de lidar.*”), que, por vezes, lhe ocupa o pensamento (1,3) (e.g., P2: “*E tive fases assim, em que não tinha mesmo, tinha de perder horas a pensar “o que é que eu vou fazer?” “onde é que eu posso tirar mais?” “onde é que eu vou buscar?”*”), “*o meu subconsciente ou até o meu consciente está sempre a pensar nisso*”) e que diminui a concentração e a rentabilidade no trabalho (1,2) (e.g P2: “*Se calhar nos dias em que eu estou com essa preocupação, claro que me tira rentabilidade no trabalho.*”).

Estratégias de coping

Foi criada uma segunda categoria denominada de “Estratégias de coping” (2,14), que visa descrever as perceções que as participantes têm da sua forma de gerir a ansiedade e os problemas que surgiram devido à situação financeira. Ambas as participantes mencionam este tópico (e.g., P1: “*Acho que ainda consigo gerir,*” “*acho que consegui sempre dar a volta sempre de uma forma positiva.*”, “*Sempre vivi bem com as opções que tomei, pronto.*” e “*E é aí que eu acho que, pronto, o facto de achar sempre que o dia seguinte poderá ser melhor, fez com que, pronto, se resolvesse!*”; P2: “*mas só não fico sem dormir porque aprendi a relativizar.*” “*Acho só que eu tento não pensar muito nisso*”, “*vai aprendendo a lidar com isso.*”, “*tenho um apoio familiar ótimo, somos 3 irmãs e quando uma está pior a outra se for preciso vem ajuda e vice-versa. Nunca nos sentimos sozinhas*”).

Capacidade de não transparecer para os colegas de trabalho e amigos

Foi criada uma terceira categoria, dominada de “Capacidade de não transparecer para os colegas de trabalho e amigos” (1,2) que visa descrever capacidade das participantes de não demonstrarem ou esconderem dos colegas de trabalho e amigos as suas dificuldades económicas ou os sentimentos de ansiedade relacionados a ela. No entanto, apenas a participante 2 aborda esta questão (P2: “*Apesar de tudo, apesar de ser uma pessoa muito preocupada, no geral acabo por ter a capacidade de não transparecer para os outros isso. (..) Do trabalho e com os amigos.*” e “*o meu estado emocional perante os outros é de grande estabilidade (..) às vezes até estou muito irritada, mas não transpareço para fora a irritação que estou a sentir ou o nervosismo. Não sei se é capacidade de disfarçar ou se tem mesmo que ver com a minha maneira de ser, de não transparecer para os outros, nem fazer refletir nos outros o meu estado de preocupação ou de desespero.*”).

Impacto da situação financeira na dinâmica familiar

A participante 1 refere que a falta de sono não tem impacto na dinâmica familiar (1,1) (P1: “*a falta de sono depois afeta também indiretamente [os outros]. Ou sente que não? L: Pois, acho que ainda não cheguei bem essa fase. Para já, ainda me afeta a mim*”). No entanto refere que a sua situação financeira leva a uma diminuição do tempo passado com os filhos (1,3) (e.g., P: “*não estou com eles o tempo que devia, porque tenho que trabalhar*”, “*Mas sobretudo, sinto que tenho que trabalhar imenso. E isso afeta naturalmente a família.*”) e maior rispidez na forma de falar com os filhos (1,1) (P1: “*ou fico mais ríspida...*”).

Já a participante 2 menciona que a sua situação financeira não altera as práticas parentais (1,1) (P2: “*Mas e nesta questão de estar mais irritada e castigar mais, berrar mais com eles, ou não, ou não ligar, ... Ou desse ponto de vista não tanto não? M: Desse ponto de vista não tanto.*”). Por outro lado, diminui os momentos de confraternização com outras pessoas da família (1,2) (P2: “*Se calhar chamaria mais vezes aqui a casa amigas e família para estarmos todos juntos. Não faço muitas vezes porque tenho que pensar nessa parte*”) e diminui as atividades de lazer em família (1,2) (e.g., P2: “*Claro que se eu tivesse a oportunidade de fazer uma viagem, não precisa de ser para muito longe, mas este tipo de coisas... tipo imagine podermos ir comer fora sem stress de ver os preços... estarmos relaxados e sem essa nuvem sempre à volta de, “mas será que tens dinheiro? “e agora como é que eu vou fazer?”*”). Ainda, acrescenta que há abertura para falar com os filhos sobre a situação financeira (1,8) (e.g., P2: “*Claro que em casa se estiver num dia em que de facto estou mesmo, mesmo muito preocupada claro que em casa posso eventualmente dizer coisas aos meus filhos que não digo no dia a dia. Tipo: “desculpem lá, mas vocês vão ter aqui começar a ajudar-me que isto não está a dar”, mas nunca passo muito a linha, até sou um bocado mole”, “Sempre se falou disto, à mesa ou fora da mesa.*”).

Impacto da situação financeira nos filhos

Relativamente ao impacto da situação financeira nos filhos, ambas as participantes mencionam que não tem impacto no comportamento dos filhos (2,4) (P1: “*E acha que tem impacto na forma de eles estarem, no comportamento? Acha que não? L: Acho que não acho que não.*”; P2: “*nunca tiveram comportamentos desviantes, portanto eu esse tipo de ocupações, felizmente, não tive nada.*”). Por outro lado, ambas as participantes referem que os filhos perderam algumas oportunidades (2,2) (P1: “*Aí sim, eu sinto, por exemplo, que na altura*

houve investimentos que eu quis fazer até para a minha filha (...), os quais não fiz.”; P2: “Não houve pedidos, nem conhecimentos, não há nada.”).

A participante 2, reporta também que devido a sua situação financeira, os filhos tiveram de estudar mais e terem sucesso profissional (1,8) (e.g., P2: *“Sempre souberam que tinham de estudar para ir para uma universidade pública porque não havia dinheiro para ir para privada, nem ir para ir para fora da [cidade onde vive]”, “Eles têm de tirar boas médias, têm que estudar.”, “As minhas filhas passaram por isso e terminaram com médias altíssimas, esforçaram se e neste momento trabalham e também é mérito delas”, “Mas ao nível de estudos não está famoso por que está no décimo ano e ainda não sei as notas que vai ter, mas seguramente vai ter uma média baixa.”)* e tiveram de trabalhar cedo (1,1) (P2: *“As minhas filhas mais velhas sempre tiveram de fazer trabalhos mesmo quando ainda não estavam com o curso tirado”*). A mesma, refere que por vezes os filhos querem ter coisas e não podem (1, 3): (e.g., P2: *“Ele começa de facto a despertar para isto e para aquilo e agora gostava de ter isto e aquilo.”, “Claro que vem, quando elas se calhar vêm outras amigas a fazer coisas que elas gostariam e não podem.”)* e que a situação financeira cria por vezes Sentimentos de revolta nos filhos (1,7): (e.g., P2: *“Tanto não é que causou às vezes alguma revolta.”, “Claro que às vezes eles se revoltam porque nem sequer tiveram o apoio do pai a esse nível”, “Tivemos de vender a moradia, elas tiveram que sair da moradia e aí é que começou a causar alguma revolta.”*), assim como Sentimentos de injustiça (1,2): (P2: *“Não, vou ser muito sincero comportamental tinha, mas ainda tem ainda hoje, porque ela ainda é capaz de dizer: “isto é uma injustiça. Porque é que nós foi acontecer isto?” e “Sim porque às vezes elas não percebem muito bem porque é que tantas pessoas aí que não estão na nossa situação e têm direito à não sei quê não sei que mais e nos como é que não temos direito a nada?”*).

No entanto, é importante mencionar que a participante 2 menciona que o Impacto é diferente consoante a personalidade dos filhos (1,2): (P2: *“O que nós precisamos aqui de compreender é como é que isto tem impacto? como é que eles sentem? M: Acho que também tem que ver com a maneira de ser e a personalidade de cada um” e “a minha filha do meio maio eu acho que o peso não foi assim tão grande porque ela é mais pragmática, não perde tempo com essas coisas, portanto ela pensa assim: “é assim olha não dá para isto que se lixe vou fazer outra coisa”*).

Por fim, ambas as participantes descrevem algumas Estratégias para limitar o impacto da situação financeira nos filhos (2,2): (P1: *“parte do outro..., portanto, do meu outro trabalho, eu consigo fazê-lo em casa, o que faz com que, apesar de tudo, até esteja presente com as pessoas”*; P2: *“Começa a dar esses sinais só que eu chamo-o à Terra num instante. Eu digo*

lhe: “filho não há tu sabes que não há. Eu não vou roubar para te dar, portanto olha aguenta, tem paciência. Tens de esperar, eu também gostava de ter muita coisa e não tenho. E a coisa passa. Até depois voltar-me a chatear, mas quando vier eu depois logo vejo.”).

Discussão

Este estudo teve como objetivo explorar a relação entre a ansiedade financeira e características sociodemográficas, numa amostra de mães, e explorar as perceções de mães relativamente ao impacto da ansiedade financeira na dinâmica familiar e no comportamento dos filhos.

Com vista a explorar a relação entre os níveis de ansiedade financeira das mães e as suas características sociodemográficas, recorremos a uma metodologia quantitativa/estatística. Observamos que os níveis de ansiedade financeira mais elevados estão associados a mães com filhos mais velhos. Os dados qualitativos permitiram ir um pouco além, revelando que este aumento de ansiedade financeira pode ser atribuído aos crescentes custos associados à educação de qualidade dos filhos. No entanto, é importante ressaltar que a participante 2 relatou uma perspetiva ligeiramente diferente. De acordo com esta mãe, a idade dos filhos não interfere no nível de ansiedade financeira. Esta expressa a crença de que a situação económica poderia ser aliviada à medida que os filhos começassem a ganhar o seu próprio dinheiro e saíssem de casa, mas enfatiza também que não tem a expectativa de que, uma vez que saiam de casa, não voltem a depender financeiramente da mesma.

No nosso estudo, encontrámos também níveis significativamente mais baixos de ansiedade financeira em mães com habilitação académica superior, comparativamente com aquelas que possuem até ao 3º ciclo de escolaridade, e em mães casadas ou em união de facto, comparativamente com as mães com outros estados civis. Também de acordo com os resultados de Hasler et al. (2021), foi possível constatar que os indivíduos casados ou em união de facto apresentaram níveis significativamente mais baixos de ansiedade financeira em comparação com aqueles que estão divorciados ou separados.

Ao contrário do que foi encontrado em outros estudos, não encontrámos uma associação significativa entre os níveis de ansiedade financeira e a idade das mães, nem entre os níveis de ansiedade financeira e o número de elementos do agregado familiar (Girão, 2021; Hasler et al., 2021; Ponnet et al., 2016). Mas verificámos que salários mais baixos, quer apenas das mães quer do agregado familiar, estão associados a níveis mais elevados de ansiedade financeira, o

que vai ao encontro do que tem sido evidenciado em estudos anteriores (e.g., Girão, 2021; Hasler et al., 2021; Jenkins, 2008; Martins, 2020; Ponnet et al., 2016).

A questão do rendimento das mães e do agregado familiar merece ser discutida com maior detalhe. As duas mães entrevistadas têm rendimentos bastante diferentes. A participante 1 indica um rendimento do agregado familiar entre 3000€ e 3499€, enquanto a participante 2 indica um rendimento entre 1000€ e 1499€. No entanto, tal como vários autores defendem, independentemente do rendimento, as pessoas podem sentir ansiedade financeira, mas os motivos por trás dessa ansiedade podem variar (Hasler et al., 2021; Kim & Garman, 2003; Wang et al., 2010). De facto, verificámos que ambas as participantes percebem que a sua situação financeira lhes traz preocupação e ansiedade. No entanto, os motivos subjacentes a essa ansiedade financeira parecem ser diferentes. Para a participante 2, a ansiedade parece dever-se à insuficiência de rendimentos, ou seja, à incapacidade de cobrir todas as despesas com o seu rendimento atual. Tal se pode dever à perceção de falta de suporte externo para lidar com as dificuldades económicas (Fryers et al., 2003; Jenkins, 2008; Martins, 2020). Efetivamente, a participante 2 refere que anteriormente, quando não tinha qualquer suporte financeiro, sentia mais ansiedade financeira do que agora, que pode contar com o apoio financeiro das filhas em caso de emergência. Por outro lado, a participante 1 expressa que sente pressão para suportar despesas como a educação de alta qualidade dos filhos e férias, o que a leva a ter um trabalho extra que ocupa bastante tempo. Estes resultados corroboram com as descobertas de Wang et al. (2010), os quais sugerem que a ansiedade financeira em indivíduos com rendimentos mais altos pode ser resultado de padrões de vida elevados e pressão social.

Além disso, os resultados indicam que preocupação com a situação económica das participantes tem um impacto negativo na qualidade do sono, o que está em consonância com as descobertas de Shapiro e Burchell (2012). Esses autores mencionam que pessoas com ansiedade financeira podem apresentar sintomas como irritabilidade, dificuldade em controlar a preocupação e dificuldades de concentração no trabalho. Durante as entrevistas, a participante 2 explicou que ao longo do dia tem pensamentos contantes sobre a sua situação económica e sobre como poderá superar as dificuldades económicas.

As participantes relataram outros efeitos negativos associados à ansiedade financeira, como a falta de tempo para descansar, maior tensão, bem como uma diminuição da paciência. Esses fatores reforçam a relação entre a ansiedade financeira e seus impactos prejudiciais no bem-estar das próprias participantes. No entanto, é importante ressaltar que, ao contrário de estudos anteriores (Catalano et al., 2011; Dooley & Prause, 2003; Isaacs, 2013; Rajani et al., 2016; Richardson et al., 2017; Shapiro & Burchell, 2012; Yoshikawa et al., 2006; Yoshikawa

et al., 2012), neste estudo não foram encontrados indícios de depressão, abuso de substâncias, violência ou conflito conjugal/interparental resultantes das dificuldades económicas e da ansiedade financeira.

Ainda, alguns autores apontam alguns fatores que influenciam a ansiedade financeira, como a incerteza no futuro do trabalho e constantes mudanças no meio laboral ((Lange & Byrd, 1998). No entanto, observamos que ambas as participantes da fase qualitativa do estudo se encontram num contexto laboral bastante estável e satisfatório. Adicionalmente, não foram encontrados indícios de dependência financeira, endividamento, comportamentos compulsivos de acumulação e compra, ou má gestão financeira, que são frequentemente associados à ansiedade financeira (Klontz et al., 2008; Klontz et al., 2011; Lange & Byrd, 1998, Warwick & Mansfield, 2000).

Percebeu-se também que as duas mães adotaram diferentes estratégias para lidar com a ansiedade financeira. A participante 1 demonstrou uma atitude otimista e confiança em relação à sua capacidade de enfrentar os desafios económicos, enfatizando a importância de encontrar soluções e ter um pensamento positivo em relação ao futuro. Por outro lado, a participante 2 adotou uma abordagem de relativização e de evitar pensar excessivamente na sua situação financeira. De facto, segundo Shapiro e Burchell (2012), indivíduos que experimentam níveis mais elevados de ansiedade financeira têm maior probabilidade de recorrer ao mecanismo de defesa do evitamento. No entanto, a participante 2 percebe esse mecanismo de defesa como uma estratégia positiva. Além disso, mencionou que o apoio familiar desempenha um papel importante na sua capacidade de lidar com os desafios financeiros, recebendo suporte emocional de suas irmãs quando necessário.

De acordo com Shapiro e Burchell (2012), pessoas com níveis mais elevados de ansiedade financeira são mais propensas a utilizar o mecanismo de defesa de evitamento. A participante 2 menciona que faz um esforço para não pensar demasiado na sua situação económica, no entanto, percebe-a como uma estratégia positiva.

No que diz respeito ao impacto das dificuldades económicas na dinâmica familiar, as participantes relataram que esse impacto se reflete principalmente na diminuição do tempo dedicado aos filhos e na redução das atividades em família. Estudos baseados no modelo de stress familiar (Conger & Elder, 1994) demonstraram que os stressores económicos têm uma influência negativa na dinâmica familiar, afetando os estilos de comunicação e a parentalidade. De facto, a participante 1 mencionou que, em momentos de maior ansiedade, tende a adotar uma postura mais ríspida na forma de falar com os filhos. A participante 2 também destacou que a sua situação económica tem implicações na parentalidade, acreditando que se tivesse uma

situação financeira mais estável seria uma mãe mais descontraída e teria mais oportunidades de proporcionar momentos de convívio.

É importante mencionar que, embora a literatura tenha mostrado associações entre dificuldades económicas e práticas parentais negativas, como disciplina inconsistente, comportamentos punitivos, problemas de vinculação e supervisão inadequada das crianças, no presente estudo não foram encontrados indícios desses resultados (Isaacs, 2013; Catalano et al., 2011; Thornberry & Krohn, 2003).

Um resultado interessante foi a abertura para falar sobre a situação económica, mencionada pela participante 2, que explicou que as dificuldades financeiras que enfrenta são comunicadas aos filhos como forma de os sensibilizar para a situação. Essa comunicação poderá ajudar os filhos a compreender a situação e a desenvolver resiliência diante das dificuldades. A participante 2, em particular percebe-se como sendo uma mãe bastante cuidadora, mostrando uma preocupação intensa com o bem-estar dos filhos que se pode constituir como um fator protetor.

Contrariamente ao que é identificado pela literatura (Conger et al., 1992; Leinonen et al., 2002; Neppl et al., 2016), ambas as participantes afirmam não ter observado alterações no comportamento dos filhos decorrentes dos problemas económicos. No entanto, a participante 2 identifica problemas de ordem emocional nos filhos, tais como sentimentos de revolta e injustiça. Esta participante, percebe que esses sentimentos foram mais evidentes quando ocorreu uma alteração na sua capacidade económica, resultante da perda de apoio financeiro do pai. Além disso, a participante 2 destaca que a situação foi ainda mais impactante devido à fase da adolescência em que sua filha se encontrava naquele momento. Ao analisarmos a literatura, constatamos uma associação mais forte entre parentalidade e problemas de externalização em filhos adolescentes (Rothbaum e Weisz, 1994). A literatura não aborda de forma tão clara a existência dessa associação em problemas de internalização.

A falta de apoio externo também é identificada como um fator que contribui para o sentimento de revolta e injustiça. No entanto, a participante não explica detalhadamente como essa revolta se manifesta nos filhos.

Adicionalmente, a participante 2 menciona que, devido às dificuldades económicas que enfrenta, os filhos expressam o desejo de ter coisas que não podem ter, além de terem de atingir melhores notas na escola e começar a trabalhar mais cedo. Vários autores também identificaram o baixo desempenho académico como um problema que pode surgir devido às dificuldades económicas dos pais (Huisman *et al.*, 2010; Isaacs, 2013; Kalil, 2009; Morrissey *et al.*, 2014; Yoshikawa *et al.*, 2012). Neste estudo, observamos que um dos filhos da participante 2

apresenta um baixo desempenho acadêmico, mas não fica claro se isso é atribuído pela mãe às dificuldades económicas que enfrentam ou a fatores externos identificados, como o bullying ou a doença de um progenitor. No entanto, por outro lado, a participante 2 assume que as filhas mais velhas sempre tiveram boas notas porque se viram obrigadas a ter um bom desempenho acadêmico para conseguirem ingressar numa universidade pública, uma vez que de outra forma não teriam meios para prosseguir os estudos.

É interessante notar que, na perspectiva da participante 2, o impacto dos problemas económicos nos filhos varia com características da personalidade de cada um. Ou seja, considera que perante uma situação económica semelhante e numa mesma dinâmica familiar, os eventuais impactos vão ser diferentes em cada filho pelas suas próprias características de personalidade.

Finalmente, importa referir que o presente estudo não consegue determinar se o impacto na dinâmica familiar se deve mais à componente objetiva das dificuldades económicas, como a falta de rendimento necessário para a família, ou mais à componente subjetiva, ou seja, à ansiedade financeira. O que permite, é confirmar que a articulação entre as duas dimensões é complexa, sobretudo no modo como podem ter impacto nas práticas parentais, nas dinâmicas familiares e nos comportamentos dos filhos.

Conclusão

Uma primeira conclusão deste estudo é a de que as mães podem experimentar ansiedade financeira, independentemente do rendimento do agregado familiar. No entanto, a natureza da ansiedade pode diferir. Para rendimentos mais baixos, a ansiedade parece ser motivada pela insuficiência de rendimentos para cobrir despesas básicas e pela falta de apoio financeiro, enquanto para rendimentos mais altos, pode ser resultado da pressão social e dos elevados padrões de vida. A expressão desta ansiedade financeira pode manifestar-se através de problemas de sono, maior irritabilidade, dificuldade em controlar preocupações, aumento da tensão, menor paciência, falta de concentração no trabalho e reduzido tempo de descanso.

Relativamente à dinâmica familiar, concluímos que a ansiedade financeira pode levar a ajustes na parentalidade e nos estilos de comunicação com os filhos. No entanto, é importante destacar que essas mudanças não são necessariamente negativas. Pode ocorrer uma adaptação positiva nos estilos de comunicação, de forma a ajudar a minimizar o impacto da situação económica nos filhos. No comportamento dos filhos, não se verificaram alterações significativas, sendo os impactos mais evidentes a nível emocional.

Não podemos concluir que os impactos referidos pelas mães se devem exclusivamente à ansiedade financeira, pois também estão presentes dificuldades económicas objetivas. Esses dois fatores estão interligados e neste estudo não foi possível, ao analisar o impacto nas mães, na dinâmica familiar e nos filhos, dissociá-los. Essa impossibilidade de separação clara das duas componentes das dificuldades económicas tinha sido já verificada noutros estudos.

Um ponto forte deste estudo reside na abordagem metodológica mista, que permitiu uma compreensão mais completa e aprofundada do fenómeno em estudo. A combinação de métodos quantitativos e qualitativos proporcionou uma análise mais abrangente e detalhada dos dados recolhidos. Adicionalmente, as entrevistas realizadas forneceram informações valiosas para o desenvolvimento de estudos futuros, permitindo ainda mais a compreensão do fenómeno em questão.

Como limitação apontamos a amostra reduzida e homogénea da fase qualitativa. Esta ausência de diversidade pode restringir a compreensão abrangente do fenómeno, uma vez que diferentes perspetivas e experiências podem influenciar os resultados. Para investigação futura, recomenda-se incluir uma amostra mais heterogénea, abrangendo diferentes faixas etárias, géneros, profissões, idades dos filhos e rendimentos. Seria também interessante incluir na amostra pessoas com baixo rendimento, mas sem ansiedade financeira. Essa heterogeneidade permitirá uma análise mais abrangente das experiências e perspetivas das participantes, enriquecendo, assim, os resultados e a compreensão do fenómeno. Adicionalmente, explorar as perspetivas dos filhos também pode ser um aspeto relevante a ser considerado em pesquisas futuras.

Os resultados deste estudo têm implicações importantes para a prática. As estratégias e informações obtidas podem ser utilizadas para desenvolver intervenções mais eficazes no combate à ansiedade financeira e, conseqüentemente, melhorar a qualidade de vida das famílias afetadas por este problema. Além disso, a disseminação dos resultados e das informações sobre o tema pode contribuir para a redução do estigma associado à ansiedade financeira, promovendo uma maior compreensão e empatia em relação aos indivíduos que vivenciam esta situação.

Referências

- American Psychological Association. (2015). Stress in America: Paying with our health.
- Archuleta, K. L., Dale, A., & Spann, S. M. (2013). College students and financial distress: exploring debt, financial satisfaction, and financial anxiety. *Journal of Financial Counseling and Planning, 24*(2), 50-62.
- Banco de Portugal. (2022) Boletim económico Março 2022. https://www.bportugal.pt/sites/default/files/anexos/pdf-boletim/be_mar2022_p.pdf
- Boushey, H., & Gundersen, B. (2001). When Work Just Isn't Enough: Measuring Hardships Faced by Families after Moving from Welfare to Work. Briefing Paper.
- Bradshaw, J., & Finch, N. (2003). Overlaps in dimensions of poverty. *Journal of social policy, 32*(4), 513-525.
- Burchell, B. J. (2003). *Identifying, describing, and understanding financial aversion: Financial phobes*. Retrieved from [http:// people.ds.cam.ac.uk/bb101/financialaversionreportburchell.pdf](http://people.ds.cam.ac.uk/bb101/financialaversionreportburchell.pdf)
- Catalano, R., Goldman-Mellor, S., Saxton, K., Margerison-Zilko, C., Subbaraman, M., LeWinn, K., & Anderson, E. (2011). The health effects of economic decline. *Annual review of public health, 32*, 431-450.
- Conger, K. J., Conger, R. D., & Elder Jr, G. H. (1994). Sibling relations during hard times. *Families in troubled times: Adapting to change in rural America, 235-252*.
- Conger, R. D., & Conger, K. J. (2002). Resilience in Midwestern families: Selected findings from the first decade of a prospective, longitudinal study. *Journal of marriage and family, 64*(2), 361-373.
- Conger, R. D., Conger, K. J., Elder Jr, G. H., Lorenz, F. O., Simons, R. L., & Whitbeck, L. B. (1992). A family process model of economic hardship and adjustment of early adolescent boys. *Child development, 63*(3), 526-541. <https://doi.org/10.2307/1131344>
- Costello, E. J., Compton, S. N., Keeler, G., & Angold, A. (2003). Relationships between poverty and psychopathology: A natural experiment. *Jama, 290*(15), 2023-2029.
- Creswell, J. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Dearing, E., McCartney, K., & Taylor, B. A. (2006). Within-child associations between family income and externalizing and internalizing problems. *Developmental psychology, 42*(2), 237-252. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.237>

- Dijkstra-Kersten, S. M., Biesheuvel-Leliefeld, K. E., van der Wouden, J. C., Penninx, B. W., & van Marwijk, H. W. (2015). Associations of financial strain and income with depressive and anxiety disorders. *J Epidemiol Community Health*, *69*(7), 660-665.
- Dooley, D., & Prause, J. (2003). *The social costs of underemployment: Inadequate employment as disguised unemployment*. Cambridge University Press.
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American journal of theoretical and applied statistics*, *5*(1), 1-4.
- Fernandes, E. & Maia, A. (2001). Grounded Theory. In M. Fernandes, M. Eugénia, & L. Almeida (Eds), *Métodos e técnicas de avaliação: contributos para a prática e investigação psicológicas* (pp. 49-76). Braga: Universidade do Minho
- Fryers, T., Melzer, D., & Jenkins, R. (2003). *Social inequalities and the common mental disorders. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *38*(5), 229-237. [https://doi.org/ DOI 10.1007/s00127-003-0627-2](https://doi.org/10.1007/s00127-003-0627-2)
- Gaunt, R., & Benjamin, O. (2007). Job insecurity, stress and gender: The moderating role of gender ideology. *Community, Work and Family*, *10*(3), 341-355.
- Gauthier, A. H., & Furstenberg, F.F. (2010). The experience of financial strain among families with children in the United States. *National Center for Family & Marriage Research, Working Paper WP-10-17*.
- Girão, F. (2021). *Dificuldades económicas e sintomatologia psicológica em pais: impacto nos comportamentos externalizantes de adolescentes*. Porto: Universidade Católica Portuguesa.
- Grable, J., Heo, W., & Rabbani, A. (2015). Financial anxiety, physiological arousal, and planning intention. *Journal of Financial Therapy*, *5*(2).
- Hasler, A., Lusardi, A., & Valdes, O. (2021). Financial anxiety and stress among US households: New evidence from the national financial capability study and focus groups. *Global Financial Literacy Excellence Center: Washington, DC, USA*.
- Howitt, D. (2016). *Introduction to Qualitative Research Methods in Psychology* (3rd ed.). Pearson.
- Huisman, M., Araya, R., Lawlor, D. A., Ormel, J., Verhulst, F. C., & Oldehinkel, A. J. (2010). Cognitive ability, parental socioeconomic position and internalising and externalising problems in adolescence: findings from two European cohort studies. *European journal of epidemiology*, *25*(8), 569-580.
- Isaacs, J. (2013). Unemployment from a Child's Perspective. *Washington, DC: First Focus and the Urban Institute*.

- Jenkins, R., Bhugra, D., Bebbington, P., Brugha, T., Farrell, M., Coid, J., ... & Meltzer, H. (2008). Debt, income and mental disorder in the general population. *Psychological Medicine*, 38(10), 1485-1493. <https://doi.org/10.1017/S003329170700251>
- Kalil, A. (2009). Joblessness, family relations, and children's development. *Family Matters*, (83), 15-22.
- Kim, J., & Garman, E. T. (2003). Financial stress and absenteeism: An empirically derived research model. *Financial Counseling and Planning*, 14(1), 1-12.
- Klontz, B., Britt, S. L., Mentzer, J., & Klontz, T. (2011). Money beliefs and financial behaviors: Development of the Klontz Money Script Inventory. *Journal of Financial Therapy*, 2(1), 1.
- Klontz, B., Kahler, R., & Klontz, T. (2008). *Facilitating financial health: Tools for financial planners, coaches, and therapists*. National Underwriter Company.
- Lage, M. C. (2011). Utilização do software NVivo em pesquisa qualitativa: uma experiência em EaD. *ETD-Educação Temática Digital*, 12(esp.), 198-226.
- Lange, C., & Byrd, M. (1998). The relationship between perceptions of financial distress and feelings of psychological well-being in New Zealand university students. *International journal of adolescence and youth*, 7(3), 193-209. <https://doi.org/10.1080/02673843.1998.9747824>
- Leinonen, J. A., Solantaus, T. S., & Punamäki, R. L. (2002). The specific mediating paths between economic hardship and the quality of parenting. *International journal of behavioral development*, 26(5), 423-435. <https://doi.org/10.1080/01650250143000364>
- Levpušček, M. P. (2006). Adolescent individuation in relation to parents and friends: Age and gender differences. *European Journal of Developmental Psychology*, 3(3), 238-264.
- Marks, G. N. (2007). Income poverty, subjective poverty and financial stress. *Australian Government Social Policy Research Paper*, (29).
- Martins, C. D. S. (2020). *Ansiedade financeira, performance cognitiva e absentismo: diferenças em função do NSE*. Porto: Universidade Católica Portuguesa.
- McLeod, J. D., & Shanahan, M. J. (1993). Poverty, parenting, and children's mental health. *American sociological review*, 351-366.
- Morrissey, T. W., Hutchison, L., & Winsler, A. (2014). Family income, school attendance, and academic achievement in elementary school. *Developmental Psychology*, 50(3), 741-753. <https://doi:10.1037/a0033848>
- Neckerman, K. M., Garfinkel, I., Teitler, J. O., Waldfogel, J., & Wimer, C. (2016). Beyond income poverty: Measuring disadvantage in terms of material hardship and health. *Academic pediatrics*, 16(3), S52-S59.

- Neppel, T. K., Senia, J. M., & Donnellan, M. B. (2016). Effects of economic hardship: Testing the family stress model over time. *Journal of family psychology, 30*(1), 12. <https://doi.org/10.1037/fam0000168>
- Ordem dos Psicólogos Portugueses (2011). Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses. Publicado na 2ª série do Diário da República. Regulamento N° 258/2011. Retirado de [ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/caodigo_deontolaogico .pdf](http://ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/caodigo_deontolaogico.pdf)
- Ordem dos Psicólogos Portugueses (2011): Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses. Diário da República n.º 78/2011, Série II de 2011-04-20, páginas 17931 – 17936
- Ponnet, K. (2014). Financial stress, parent functioning and adolescent problem behavior: An actor–partner interdependence approach to family stress processes in low-, middle-, and high-income families. *Journal of youth and adolescence, 43*(10), 1752-1769.
- Ponnet, K., & Wouters, E. (2014). Stress and mental health in families with different income levels: A strategy to collect multi-actor data. *JMIR Research Protocols, 3*(1), e2832. doi:10.2196/resprot.2832.
- Ponnet, K., Wouters, E., Goedemé, T., & Mortelmans, D. (2016). Family financial stress, parenting and problem behavior in adolescents: An actor-partner interdependence approach. *Journal of Family Issues, 37*(4), 574-597. <https://doi.org/10.1177/0192513X13514409>
- Rajani, N. B., Giannakopoulos, G., & Filippidis, F. T. (2016). Job insecurity, financial difficulties and mental health in Europe. *Occupational Medicine, 66*(8), 681-683. <https://doi-org.librarylink.uncc.edu/10.1093/occmed/kqw111>
- Richardson, T., Elliott, P., Roberts, R., & Jansen, M. (2017). A longitudinal study of financial difficulties and mental health in a national sample of British undergraduate students. *Community mental health journal, 53*(3), 344-352.
- Rothbaum, F., & Weisz, J. R. (1994). Parental caregiving and child externalizing behavior in nonclinical samples: a meta-analysis. *Psychological bulletin, 116*(1), 55.
- Shapiro, G. K., & Burchell, B. J. (2012). Measuring financial anxiety. *Journal of Neuroscience, Psychology, and Economics, 5*(2), 92. <https://doi.org/10.1037/a0027647>.
- Thornberry, T. P., & Krohn, M. D. (Eds.). (2003). *Taking stock of delinquency: An overview of findings from contemporary longitudinal studies*.
- Wang, J. L., Schmitz, N., & Dewa, C. S. (2010). Socioeconomic status and the risk of major depression: the Canadian National Population Health Survey. *Journal of Epidemiology & Community Health, 64*(5), 447-452. <http://doi.org/10.1136/jech.2009.090910>
- Warwick, J., & Mansfield, P. (2000). Credit card consumers: College students' knowledge and attitude. *Journal of Consumer Marketing. https://doi.org/10.1108/07363760010357813*

- Whitbeck, L. B., Simons, R. L., Conger, R. D., Wickrama, K. A. S., Ackley, K. A., & Elder Jr, G. H. (1997). The effects of parents' working conditions and family economic hardship on parenting behaviors and children's self-efficacy. *Social psychology quarterly*, 291-303.
- Yoshikawa, H., Aber, J. L., & Beardslee, W. R. (2012). The effects of poverty on the mental, emotional, and behavioral health of children and youth: implications for prevention. *American Psychologist*, 67(4), 272.
- Yoshikawa, H., Weisner, T. S., & Lowe, E. (2006). *Making it work: Low-wage employment, family life, and children's development*. Russell Sage Foundation.
- Zilanawala, A., & Pilkauskas, N. V. (2012). Material hardship and child socioemotional behaviors: Differences by types of hardship, timing, and duration. *Children and Youth Services Review*, 34(4), 814-825.

Anexos

Anexo I – Estatística inferencial

Tabela 7. Teste da Homogeneidade das Variâncias

Estatística de Levene	df1	df2	Sig.
2.120	3	557	.097

Tabela 8. ANOVA

Ansiedade Financeira

	df	Z	Sig.
Entre Grupos	3	5.253	.001

Tabela 9. Teste da Homogeneidade das Variâncias

Estatística de Levene	df1	df2	Sig.
2.543	4	556	.039

Tabela 10. Teste de Kruskal-wallis

	Ans_total
H	20.599
df	4
Sig.	< .001

Tabela 11. Teste Mann-Whitney entre grupo “até ao 3º ciclo” e “ensino secundário”

	Ans_total
U de Mann-Whitney	2483.000
Wilconox W	12494.000
Z	- 2,755
Significância Sig. (2 extremidades)	.006

Tabela 12. Teste Mann-Whitney entre grupo “até ao 3º ciclo” e “licenciatura/curso técnico superior”

	Ans_total
U de Mann-Whitney	3075.000
Wilconox W	22776.000
Z	- 2,798
Significância Sig. (2 extremidades)	< .001

Tabela 13. Teste Mann-Whitney entre grupo “até ao 3º ciclo” e “Pós-graduação/ Mestrado/ Licenciatura pré-bolonha

	Ans_total
U de Mann-Whitney	2383.500
Wilconox W	15586.500
Z	- 4.075
Significância Sig. (2 extremidades)	< .001

Tabela 14. Teste Mann-Whitney entre grupo “até ao 3º ciclo” e “Doutoramento”

	Ans_total
U de Mann-Whitney	184.000
Wilconox W	262.000
Z	- 1.925
Significância Sig. (2 extremidades)	.054

Tabela 15. Teste Mann-Whitney entre grupo “ensino secundário” e “Licenciatura/Curso técnico superior”

	Ans_total
U de Mann-Whitney	12408.500
Wilconox W	32109.500
Z	- 1.746
Significância Sig. (2 extremidades)	.081

Tabela 16. Teste Mann-Whitney entre grupo “ensino secundário” e “Pós-graduação/Mestrado/Licenciatura pré-Bolonha”

	Ans_total
U de Mann-Whitney	9662.000
Wilconox W	22865.000
Z	- 2.316
Significância Sig. (2 extremidades)	.021

Tabela 17. Teste Mann-Whitney entre grupo “ensino secundário” e “Doutoramento”

	Ans_total
U de Mann-Whitney	746.000
Wilconox W	824.000
Z	- .679
Significância Sig. (2 extremidades)	.497

Tabela 18. Teste Mann-Whitney entre grupo “Licenciatura/Curso técnico superior” e “Pós-graduação/ Mestrado/ Licenciatura Pré-Bolonha”

	Ans_total
U de Mann-Whitney	15486.000
Wilconox W	28689.000
Z	- .563
Significância Sig. (2 extremidades)	.573

Tabela 19. Teste Mann-Whitney entre grupo “Licenciatura/Curso técnico superior” e “Doutoramento”

	Ans_total
U de Mann-Whitney	1144.500
Wilconox W	1222.500
Z	- .213
Significância Sig. (2 extremidades)	.831

Tabela 20. Teste Mann-Whitney entre grupo “Pós-graduação/ Mestrado/ Licenciatura pré-Bolonha” e “Doutoramento”

	Ans_total
U de Mann-Whitney	970.500
Wilconox W	14173.500
Z	- .009
Significância Sig. (2 extremidades)	.993

Anexo II- Tabela de categorização A

A. Caracterização Sociodemográfica, Profissional, Satisfação no Trabalho e Situação Financeira

Categorias	Descrição	N (nº de entrevistas em que aparecem)	Ref. (quantas vezes aparecem os códigos)
1. Estado civil	Incluem se nesta categoria factos relativamente ao estado civil das participantes	2	3
2. Agregado familiar	Incluem se nesta categoria factos relativamente ao agregado familiar das participantes	2	6
3. Percurso académico	Incluem se nesta categoria factos relativamente ao percurso académico das participantes	2	2
4. Percurso profissional	Incluem se nesta categoria informações e detalhes relacionados à trajetória de carreira de um indivíduo. Essa categoria visa descrever a evolução, experiências e conquistas profissionais ao longo do tempo.	2	8
5. Rede de suporte diário	Esta categoria inclui a rede de suporte diário e prático que as participantes têm.	1	5
6. Satisfação laboral	Nesta categoria são incluídas informações e detalhes relacionados ao nível de satisfação, realização e bem-estar experimentados por um indivíduo em relação ao seu trabalho e carreira. Essa categoria visa descrever os aspetos que		

contribuem para a satisfação e felicidade no ambiente profissional. A satisfação laboral pode depender de diversos aspetos tais como os que são descritos nas subcategorias.

6.1 Satisfação global com o trabalho	1	1
6.2 Satisfação com a estabilidade no trabalho	2	2
6.3 Satisfação com o ambiente no trabalho	2	6
Insatisfação com a exigência do trabalho	2	3
6.5 Satisfação com a localização geográfica do trabalho	1	3
6.6 Remuneração como fonte de satisfação	2	6

7. Expectativas profissionais

Expectativas profissionais referem-se às metas, objetivos e aspirações que um indivíduo tem em relação à sua carreira e ao seu desenvolvimento profissional. Essas expectativas podem abranger uma variedade de áreas, como avançar para um cargo de maior responsabilidade, obter um aumento salarial, adquirir novas habilidades e conhecimentos, alcançar reconhecimento e prestígio, encontrar um equilíbrio saudável entre vida pessoal e profissional, trabalhar em um ambiente colaborativo, entre outros.

7.1 Expectativas gerais relativamente à situação profissional	1	2
7.2 Expectativas de permanência na instituição	1	2

7.3 Expectativas de progressão de carreira	1	5
8. Situação financeira objetiva	Esta categoria refere-se aos dados objetivos sobre a situação financeira das participantes.	
8.1 Despesas básicas que asseguram regularmente	1	7
8.2 Despesas extra	1	1
8.3 Aumento do custo de vida	1	1
8.4 Remunerações atrasadas	1	1
8.5 Estratégias adotadas para ultrapassar as dificuldades financeiras	1	2
9. Perceção das participantes sobre a situação financeira	Esta subcategoria refere-se à perceção individual das participantes relativamente à sua situação financeira. É por isso uma média subjetiva pois reflete aquilo que é a avaliação das participantes da sua situação financeira.	
9.1 Perceção relativamente à capacidade de pagar as despesas	2	9
9.2 Perceção relativamente à capacidade de realizar atividades extras com o rendimento disponível	2	4
9.3 Situação financeira pior do que as expectativas	1	2

9.4 Rede de suporte em situações de maior vulnerabilidade financeira	1	9
9.5 Falta de rede de suporte em situações de vulnerabilidade financeira	1	5
9.6 Flutuações na situação financeira ao longo da vida adulta	1	7

B. Impacto da situação financeira no próprio e na família

1. Impacto da situação financeira na própria	Esta categoria inclui efeitos e consequências que a situação financeira das participantes tem sobre si mesmas, tanto em termos emocionais como na sua qualidade de vida e bem-estar geral.		
1.1 Tranquilidade		1	1
1.2 Preocupação		2	4
1.2.1 Preocupação com a situação financeira consoante a idade dos filhos		2	2
1.3 Ansiedade		2	3
1.4 Impacto negativo no sono		2	4
1.5 Maior sensibilidade e irritação		1	2
1.6 Maior tensão/pressão		1	4
1.7 Menos paciência		1	2
1.8 Falta de tempo de descanso e de lazer		1	3
1.9 Dificuldade em lidar psicologicamente		1	1
1.10 Ocupar o pensamento		1	3
1.10 Diminuição da concentração e da rentabilidade no trabalho		1	2
2. Estratégias de coping	Esta categoria refere-se à perceção que as participantes têm da sua forma de gerir a ansiedade e os problemas que	2	15

	surgiram devido à situação financeira		
3. Capacidade de não transparecer para os colegas de trabalho e amigos	Esta categoria refere-se à capacidade das participantes de não demonstrarem ou esconderem dos colegas de trabalho e amigos as suas dificuldades financeiras ou os sentimentos de ansiedade relacionados a ela.	1	2
4. Impacto da situação financeira na dinâmica familiar	Esta categoria engloba as consequências e efeitos que as dificuldades financeiras têm no funcionamento e nas relações dentro da família.		
4.1 A falta de sono não tem impacto na dinâmica familiar		1	1
4.2 Diminuição do tempo passado com os filhos		1	3
4.3 Maior rispidez na forma de falar com os filhos		1	1
4.4 Situação financeira não altera as práticas parentais		1	1
4.5 Diminuição dos momentos de confraternização com outras pessoas da família		1	2
4.6 Diminuição das atividades de lazer em família		1	2
4.7 Abertura para falar com os filhos sobre a situação financeira		1	8
5. Impacto nos filhos	Essa categoria refere-se ao impacto que a situação financeira das participantes tem nos filhos. Engloba as consequências e efeitos que as dificuldades financeiras têm no bem-estar, desenvolvimento e comportamento dos filhos. Assim como inclui as diferenças identificadas consoante a personalidade		

dos filhos e as estratégias utilizadas pelas mães para limitar o impacto.		
5.1 Situação financeira não teve impacto no comportamento dos filhos	2	4
5.2 Perderam algumas oportunidades	2	2
5.3 Terem de estudar mais e terem sucesso profissional	1	8
5.4 Terem de trabalhar cedo	1	1
5.5 Quererem ter coisas e não poderem	1	3
5.6 Sentimento de revolta	1	7
5.7 Sentimento de injustiça	1	2
5.8 Impacto é diferente consoante a personalidade dos filhos	1	2
5.9 Estratégias da mãe para limitar o impacto da situação financeira nos filhos	2	2