



CATÓLICA PORTO  
EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA

*FORMAÇÃO PARENTAL NUM CONTEXTO  
COMUNITÁRIO: UM ESTUDO EMPÍRICO*

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de  
mestre em Psicologia

-Especialização em Psicologia da Educação e Desenvolvimento Humano-

*Antonica Joaquim João*

Porto, outubro de 2015



CATÓLICA PORTO  
EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA

*FORMAÇÃO PARENTAL NUM CONTEXTO  
COMUNITÁRIO: UM ESTUDO EMPÍRICO*

-Especialização em Psicologia da Educação e Desenvolvimento Humano-

*Antonica Joaquim João*

Trabalho efetuado sob a orientação de

*Professora Doutora Lurdes Veríssimo*

Porto, outubro de 2015

## **Agradecimentos**

“A gratidão é a memória do coração”

(Sta. Maria Eufrásia Pelletier)

Agradeço a Deus pelo dom da sua sabedoria e presença constante na minha vida.

Gostaria de deixar o meu profundo e sincero agradecimento:

À minha Congregação pela confiança depositada em mim, de modo particular, à Província da Itália, pela sua generosidade e estímulo e à Província Portuguesa pelo apoio e carinho permanente.

Ao Setor de Angola por me ter dado a oportunidade de continuar a minha formação.

A todas as Irmãs que me acompanharam, direta ou indiretamente, através da oração e incentivo para não desanimar perante os obstáculos que tive de ultrapassar.

Às minhas orientadoras nomeadamente: Professora Doutora Lurdes Veríssimo, Professora Doutora Elisa Veiga e Professora Doutora Mariana Negrão, pela disponibilidade e competência demonstrada, confiança depositada, motivação explícita na orientação deste trabalho.

A todos os Professores que me acompanharam ao longo deste percurso.

A toda a equipa técnica do Centro Comunitário, que aceitou a realização do trabalho e sempre demonstrou uma inextinguível simpatia.

A todas as famílias, que colaboraram neste estudo e se dispuseram ao preenchimento dos questionários fundamentais para a realização deste trabalho.

À Doutora Carla Magalhães, pelo apoio e acompanhamento na recolha de dados e preenchimento dos questionários.

À Doutora Carla de Albuquerque pelo apoio incondicional ao longo destes anos.

Ao Ricardo, Miguel, Anabela, Carina e Assunção, obrigado pelo vosso incentivo e partilha de conhecimentos.

À minha Comunidade, pelo estímulo, aceitação, carinho e o exemplo que tem sido para mim.

À minha mãe, irmãos e familiares, pelo vosso amor incondicional multiformemente expresso, particularmente pela inquestionável exemplaridade na aceitação de minha prolongada ausência.

## Índice

Introdução.....	1
Parte I - Enquadramento Teórico	
Ciclo vital da família.....	2
Parentalidade.....	3
Intervir na parentalidade.....	3
Programas de educação parental e seu impacto.....	5
Psicologia comunitária e o modelo ecológico .....	6
Programas de educação parental .....	7
Sessão 1- O papel dos pais na prevenção do Bullying .....	8
Sessão 2- Brincar com os filhos.....	9
Sessão 3- Relação entre irmãos.....	10
Sessão 4- Autoestima: Uma aliança consigo mesmo.....	11
Parte II - Metodologia.....	12
Objetivos da investigação.....	13
Amostra.....	13
Instrumentos.....	16
Procedimento de recolha de dados.....	16
Procedimento de tratamento de dados.....	17
Apresentação e discussão dos resultados.....	17
Avaliação do impacto das sessões na perceção dos participantes.....	17
Avaliação da satisfação dos participantes nas sessões de formação.....	23
Conclusão.....	28
Limitações do estudo.....	29
Sugestões para a investigação futuras.....	29
Implicações para a prática.....	29
Considerações Finais.....	30
Referências Bibliográficas.....	31
Anexos .....	39

## Índice de quadros

### Quadro 1

Planeamento da sessão- O papel dos pais na prevenção do bullying.....8

### Quadro 2

Planeamento da sessão -Brincar com os filhos.....10

### Quadro 3

Planeamento da sessão -Relação entre irmãos.....11

### Quadro 4

Planeamento da sessão -Autoestima: uma aliança consigo mesmo.....12

### Quadro 5

Número de participantes por sessão de formação.....14

### Quadro 6

Caraterização da amostra face a idade.....14

### Quadro 7

Caraterização da amostra face a outros dados Sociodemográficos dos participantes .....15

### Quadro 8

Sistema de categorias: Sessão o papel dos pais na prevenção do Bullying.....18

### Quadro 9

Sistema de categorias: Sessão Brincar com os filhos.....20

### Quadro 10

Sistema de categorias: Sessão Relação entre irmãos.....21

**Quadro 11**

Sistema de categorias: Sessão Autoestima: uma aliança consigo.....22

**Quadro 12**

Avaliação da satisfação das sessões de formação realizada pelos participantes.....24

**Quadro 13**

Avaliação da satisfação das sessões de formação realizada pelos participantes.....26

## **Anexos**

**Anexo I** - Consentimento informado

**Anexo II** - Questionário dos dados sociodemográficos

**Anexo III** - Questionário de avaliação da satisfação

**Anexo IV** - Plano sessão *Bullying*

**Anexo V** - Plano sessão *Brincar*

**Anexo VI** - Plano sessão *Relação entre irmãos*

**Anexo VII** - Plano sessão *Autoestima*

## Resumo

A parentalidade é o processo através do qual os pais assumem a responsabilidade pelo bem-estar dos filhos, e através do qual se tornam modelos para as novas gerações. O processo consiste na capacidade dos pais em cooperar com os filhos ao longo do seu desenvolvimento, no sentido de dar resposta às suas necessidades de forma responsiva.

O objetivo do presente estudo é perceber quais as vantagens que são identificadas pelos participantes num programa de formação parental, num contexto de intervenção comunitária.

Foi usada uma amostra não probabilística de conveniência, composta por 80 pais e outros prestadores de cuidados, dos quais 75% pertencem ao sexo feminino, e cuja idade varia entre os 23 e os 65 anos. Todos os pais tinham filhos a frequentar o 1º ciclo do Ensino Básico, e o centro comunitário onde se desenvolveu o programa de educação parental e o estudo.

Os resultados revelam que os pais ou educadores percecionaram a formação como eficaz na promoção de muitas competências parentais, pessoais e sociais, especialmente os que mostraram uma forte motivação pelas temáticas abordadas.

Os resultados mostram ainda que os participantes consideraram a experiência da partilha em grupo uma contribuição muito importante para melhorar o exercício da parentalidade. Deste modo, os resultados revelam que o programa gerou um impacto bastante positivo.

**Palavras – chave:** família, parentalidade, educação parental, intervenção comunitária.

## **Abstract**

Parenthood is the process through which parents assume responsibility for their children's wellbeing, becoming role models for the new generations. The process consists in the ability of parents to cooperate with their children throughout their development, and to answer their needs in a responsive way.

The purpose of this study is to understand the benefits identified by the participants of a parental training program, which took place in a community context.

A non-probability convenience sample was used, consisting of 80 parents and other caregivers, of which 75% were female, and whose age varied between 23 and 65. All caregivers had children attending the first four years of compulsory schooling, and attended a community center in Oporto.

Results show that caregivers perceived the training as effective in the promotion of many parental, personal and social abilities of the participants, who showed a strong interest in the subjects discussed. Additionally, results show that the participants considered that the sharing experience within the group made a very important contribution to the enhancement of their parenthood, what also lends relevance to the training program, which means the program had a rather positive impact.

**Key words** - Family, parenthood, parental education, community intervention

## Introdução

O presente trabalho enquadra-se no âmbito da dissertação de Mestrado em Psicologia, Especialização em Psicologia da Educação e Desenvolvimento Humano da Universidade Católica Portuguesa. Este trabalho teve como objetivo avaliar o impacto percebido de um programa de formação parental num contexto de intervenção comunitária. As temáticas desenvolvidas ao longo da formação foram: “*O papel dos pais na prevenção do bullying*,” “*Brincar com os filhos*”; “*A relação entre irmãos*” e “*Autoestima: uma aliança consigo mesmo*”.

A opção pela temática da formação parental fundamentou-se, na tentativa de dar resposta a uma intervenção comunitária junto das famílias de um Centro Comunitário no Porto. Importa aqui salientar, que o plano de formação foi implementado de acordo com as necessidades identificadas pela equipa técnica do projeto e de alguns pais.

A pertinência e atualidade deste estudo relacionam-se, com o facto de, por um lado, a família ser um contexto propício para a integração de diversas aprendizagens, pelo que se torna importante desenvolver competências de parentalidade junto dos pais. Por outro lado, sabe-se que as competências parentais ajustadas contribuem para o bem-estar psicológico e emocional das crianças, bem como, para o seu desenvolvimento integral.

## **Parte I - Enquadramento teórico**

### **O ciclo vital da família**

A família constitui o alicerce de toda a sociedade. Ao falarmos dela necessitamos ter presente o seu ciclo vital. Que segundo, Relvas e Alarcão (2007), implica transformações estruturais ao longo do seu desenvolvimento que contribuem para o crescimento de cada elemento e da própria família (Relvas & Alarcão, 2007).

Além da estrutura familiar existente, Stanhope (1999), afirma que as famílias desempenham determinadas funções para manter a integridade desta unidade e para responder às necessidades dos seus membros e às expectativas da sociedade.

Segundo Alarcão (2006), o desenvolvimento parental corresponde ao processo de mudança da estrutura, a qual ocorre ao longo do tempo e contempla pontos de transição críticos na mudança de papéis dos membros da família. Stanhope (1999) acrescenta que um dos pontos de transição crítico corresponde à formação da família para a etapa do nascimento do primeiro filho em que ocorre a expansão familiar. Nesta transição deve ser prestado apoio para a estabilização familiar.

De acordo com Silva (2011), o nascimento de um filho implica uma reorganização familiar e individual. A vivência da parentalidade inicia-se com o nascimento do primeiro filho (Silva, 2011). Deste modo, a família continua a ser o alicerce fundamental da sociedade, porque é no seio dela que se formam e desenvolvem os indivíduos (Soares, 2008).

Deste modo, Relvas (2000) enfatiza que para preparar o crescimento da criança, é fundamental a definição de estratégias para munir os pais de competências e conhecimentos de modo a ficarem capazes de identificar e acompanhar as diferentes etapas do desenvolvimento dos seus filhos, prevendo dificuldades e evitando o aparecimento de eventuais problemas que possam surgir no futuro.

A adaptação à parentalidade pode caracterizar-se pelo surgimento de sentimentos de insegurança, dificuldade, incapacidade, tensão emocional e ansiedade, os quais podem comprometer a saúde e o desenvolvimento da criança e dos próprios pais, a nível imediato e futuro (Soares, 2008).

## **Parentalidade**

Segundo Cruz (2013, p.13) a parentalidade é o “conjunto de ações encetadas pelas figuras parentais junto dos filhos no sentido de promover o desenvolvimento de forma possível, utilizando os recursos de que dispõe dentro da família e, fora dela, na comunidade. Bornstein (2002), no que diz respeito aos efeitos da parentalidade na criança, salienta que apesar das divergências, esta parece manter-se como a principal tarefa dos pais em preparar os seus filhos para as condições físicas, psicológicas, sociais e económicas com que irão debater-se ao longo do seu ciclo de desenvolvimento. Tal como se sabe, os pais influenciam o desenvolvimento, ajustamento e o sucesso dos filhos, preparando-os assim para o futuro.

Embora se possa encarar a parentalidade sobre diferentes perspetivas, destacamos a parentalidade positiva que é definida como sendo comportamento baseado no interesse da criança, respondendo às suas necessidades. Esta envolve um conjunto de responsabilidades para os pais, e antecipa atividades diárias que previnam comportamentos de risco (Lopes & Dixe, 2012).

O modelo de Belsky (1984) define os determinantes da parentalidade, focando as circunstâncias individuais, históricas e sociais que influenciam o comportamento parental. O termo determinante refere-se a qualquer fator demográfico e psicológico que está relacionado com o comportamento parental (Belsky, 1984).

Belsky (1984) aborda a parentalidade de uma forma global, considerando o papel do pai igual ao da mãe. Defende que a parentalidade é influenciada pela personalidade dos pais. Com características próprias, o contexto onde estes estão inseridos, a existência de relação entre o casal, a rede social e as características da criança. Os pais têm grande impacto sobre o desenvolvimento da criança, durante o período da infância pois a saúde socioemocional da criança passa por pais atentos, calorosos, responsáveis, carinhosos e que estimulam o desenvolvimento harmonioso da criança (Belsky, 1984).

## **Intervir na parentalidade**

A intervenção familiar é dirigida dentro do próprio sistema, sem para tal se tenha de verificar a existência de situação de risco (Cruz & Ducharne, 2006). Sendo que, a importância das relações familiares e da qualidade de vida das famílias no bem-estar psicológico, físico, social e económico das crianças não pode ser descurada. Os programas parentais pretendem

preencher esta lacuna, providenciando um processo estruturado de educação, formação, treino ou suporte parental (Sampaio, Cruz & Carvalho, 2011).

A educação ou formação de pais é estruturada para pais e não efetuada pelos pais. Neste estudo, os termos formação e educação serão usados como sinónimos (Cruz & Ducherne, 2006). Na área da parentalidade, não há consenso quanto ao uso destes termos.

A educação parental tem como objetivo promover e capacitar os pais no desempenho das suas funções (Bradley, 2002 cit. in Sampaio, Cruz & Carvalho, 2011). Tal como refere Fernandes (2011), que a educação parental é um conjunto de experiências que potenciam neles o maior conhecimento e compreensão das suas competências. Bartau e seus colaboradores (2001) referem que “a formação constitui um suporte aos pais para compreender as suas próprias necessidades quer sejam sociais, emocionais, psicológicas ou físicas e as dos seus filhos, bem como, para desenvolver a qualidade das relações entre eles” (cit. in Sampaio, Cruz & Carvalho, 2011 p.231).

Segundo Sampaio, Cruz e Carvalho (2011) a formação parental continua a ser importante e atual, uma vez que, procura estimular a reflexão pessoal e a partilha com o grupo, com o objetivo dos pais compreenderem e conhecerem melhor os seus filhos, otimizando o funcionamento de toda a estrutura familiar.

Segundo Cruz e Ducherne (2006), a formação parental integra experiências que promovem a aprendizagem de novos conhecimentos pelos pais, bem como, a formação de uma visão mais compreensiva da criança e da família.

Os programas de formação parental integram excelentes oportunidades para o melhoramento dos níveis de informação. A formação dos pais é um meio que permite dar aos prestadores de cuidados, conhecimentos específicos e estratégias para ajudar a promover o crescimento da criança (Coutinho, 2004).

Segundo Coutinho (2004), a introdução e implementação dos modelos centrados na família em Portugal têm decorrido de uma forma mais lenta e, atualmente, os pais são incluídos no processo de investigação como verdadeiros parceiros.

De acordo com (Boutin & Durning, 1997, cit. in Quintana, Máiquez, López, Byrne, Ruiz & Suárez, 2009), referem que a formação parental é como prática de aumentar a consciência dos pais na utilização das suas competências, através de ações educacionais de sensibilização, aprendizagem, atitudes e práticas educativas.

Deste modo, a formação parental promove uma atitude de desenvolvimento pessoal que visa melhorar as competências no exercício do seu papel educativo.

## **Programas de Educação parental e seu impacto**

Relativamente aos programas de educação parental, estes têm a sua origem na América. Os programas dirigidos a pais (*parenting programs*) surgiram nos anos 60, e a sua aplicação em contexto de grupo teve início nos anos 70 (Abreu-Lima et al., 2010). Por exemplo: "*O Tripe P-positive Parenting Program*" (Sanders, Markie-Dadds & Turner, 2003), "*O Fast Track Project*" (Murrihy, 2010), programas internacionais de carácter preventivo.

Deste modo, importa enfatizar alguns exemplos de programas de formação parental desenvolvidos em Portugal: o programa "Anos Incríveis" (Webster-Stratton; Gaspar & Seabra-Santos, 2003), "Fortalecimento de Famílias" (Karol, 1980). Todos se referem a programas internacionais, que foram validados, traduzidos e adaptados para a população portuguesa, apresentando um conjunto de conteúdos, procedimentos e instrumentos definidos.

Um outro programa decorreu numa zona de intervenção da Grande Lisboa, tendo como objetivo a participação de famílias na vida escolar dos seus filhos que entravam no processo de escolarização formal. Destaca-se a maior aceitação dos professores relativamente às famílias que participaram neste programa, houve um aumento da confiança das famílias como agentes educativos, a partilha de experiências entre famílias envolvidas e o elevado nível de motivação para as aprendizagens escolares dos filhos. A avaliação dos resultados mostrou alguns ganhos significativos. (Silva & Martins 2002).

Em Portugal, a Fundação Calouste Gulbenkian, patrocinou entre 2008 e 2011, oito projetos sobre formação parental. Nestes projetos participaram 899 famílias, das quais 121 residiam no concelho da Amadora, 384 no de Lisboa, 173 no de Setúbal e 221 no de Sintra (Sampaio, 2011). Por exemplo; o projeto "Para Pais sobre Filhos" (Rodrigues et al., 2011), o projeto "Laço" (D'Espiney, Oliveira & Borges, 2011), destacam-se na intervenção ao nível preventivo.

Desforges e Abouchaa (2003) abordam a investigação sobre intervenções para promover a participação dos pais. Têm revelado uma grande série de abordagens que vão desde programas desenvolvimento de competências nos pais, através de iniciativas para melhorar as ligações da escola/casa e para os programas de família e educação da comunidade.

De uma forma geral, a literatura demonstra que o envolvimento dos pais é fundamental no desenvolvimento da criança. Os pais devem proporcionar um ambiente seguro e estável, procurando dialogar com os seus filhos com frequência. Os pais devem ser bons modelos e devem transmitir valores sociais e educacionais (Desforges & Abouchaa, 2003).

Segundo Maccoby (2000), a literatura evidencia os resultados de vários estudos longitudinais, propondo que, as práticas educativas continuam a ter um valor significativo e importante no ajustamento psicológico dos filhos, mostrando-se uma forte complexidade dos mecanismos presentes neste processo (cit. in Barroso & Machado, 2010).

A investigação mostra que há muito trabalho a fazer, para incentivar o envolvimento dos pais em programas de apoio parental (Barroso & Machado, 2010). É urgente incentivar os atuais níveis de participação dos pais, para não reforçar o modelo de família por exemplo; apenas a mãe ser reconhecida como responsável pela orientação dos filhos em casa.

Mahoney e colaboradores (1999) afirmam que os resultados esperados dos programas de formação parental abrangem diversos aspetos: melhoria nos conhecimentos dos pais na prestação de cuidados, relação pai / criança e a aquisição de capacidades específicas, por parte da criança (cit. in Coutinho, 2004).

Em suma, o principal constrangimento desses programas prendeu-se com a fraca assiduidade de algumas famílias e as conclusões destes estudos indicam que o envolvimento dos pais na educação das crianças tem um forte impacto sobre a sua realização e ajustamento.

Assim sendo, a psicologia comunitária e o modelo ecológico desempenham um papel importante na intervenção comunitária. Como refere Ornelas (2008), a psicologia comunitária inclui a perspetiva ecológica como uma referência principal de orientação para a investigação e intervenção comunitária.

### **Psicologia comunitária e o modelo Ecológico**

A psicologia comunitária propõe-se favorecer o bem-estar de todos na sua globalidade (Ornelas, 2008). A intervenção comunitária valoriza as competências, capacidades e aptidões das pessoas individualmente e de grupos, deste modo, procura defender a participação ativa dos intervenientes em todas as ações desta natureza (Menezes, 2010).

Na mesma linha do pensamento (Simões & Pereira, 2012), evidenciam que a intervenção comunitária é uma excelente ferramenta no âmbito da educação parental, pois aposta numa intervenção ajustada com a rede dos recursos da comunidade que são realizadas de forma contínua, visando assegurar os resultados, de forma sustentada e eficaz.

Bronfenbrenner (1998), no seu modelo de ecologia do desenvolvimento humano, reconhece que os indivíduos não se desenvolvem de uma forma isolada, mas em interação com a família, lar, escola, comunidade e sociedade. Cada um destes contextos está em

constante mudança a vários níveis, bem como as alterações entre esses contextos, as quais são essenciais para o desenvolvimento do ser humano.

### **Programa de Formação Parental**

O programa de formação parental foi implementado num Centro de Intervenção Comunitária situado na cidade do Porto. A formação parental enquadra-se no terceiro eixo do projeto mediação familiar, onde se dinamizam ações de formação parental e de acompanhamento das famílias, numa perspetiva de aperfeiçoamento das relações estabelecidas com os seus educandos e com a comunidade envolvente, promovendo a corresponsabilização das famílias no processo de crescimento, educação e formação dos seus educandos. Estas ações materializam-se em atividades de formação parental.

Este projeto foca-se essencialmente na intervenção parental, na medida em que visa a promoção de melhorias no desenvolvimento das competências parentais e o envolvimento dos pais na educação dos seus filhos. O programa de intervenção parental inclui a implementação de 12 sessões quinzenais, com uma duração de 90 minutos. Os temas desenvolvidos foram projetados tendo em conta as necessidades da população alvo, identificadas pela equipa técnica do Projeto, tendo sido também incluídas sugestões recebidas de alguns pais. Neste sentido, o programa propôs-se a abranger os seguintes temas: *A relação escola-família; Parentalidade positiva; Gestão financeira na alimentação; O papel dos pais na prevenção do bullying; Brincar com os filhos; Segurança na internet; A relação entre os irmãos; e A autoestima.*

Devido à dificuldade encontrada na calendarização das diferentes sessões de formação parental, o presente estudo apenas analisou os dados relativos a quatro temas, nomeadamente: 1) *o papel dos pais na prevenção do bullying*; 2) *brincar com os filhos*; 3) *a relação entre os irmãos*; e 4) *autoestima: uma aliança consigo mesmo*. Para cada tema, foram constituídos dois grupos. O primeiro grupo englobou os pais e outros prestadores de cuidados (e.g.: avós) das crianças a frequentar o primeiro e segundo ano do primeiro ciclo, do ensino básico. O segundo grupo foi constituído também por pais e outros prestadores de cuidados de crianças do terceiro e quarto ano do primeiro ciclo, do ensino básico. Importa salientar, que a criação de dois grupos possibilitou um maior aprofundamento e reflexão sobre os temas e promoveu uma participação mais ativa de todos os intervenientes.

Os objetivos e as estratégias utilizadas em cada uma das sessões estão descritos pormenorizadamente nos documentos em anexo (vide anexo IV, V, VI, VII). Contudo,

apresentamos de seguida e, de forma sucinta, as temáticas e estratégias metodológicas utilizadas em cada uma das sessões implementadas.

## Sessão 1 – O papel dos pais na prevenção do bullying

O bullying é um fenómeno mundial e tem sido um tema muito discutido. Os investigadores têm identificado alguns fatores de risco a nível do contexto comunitário, escolar, familiar, individual e dos pares, que aumentam o risco de os jovens se envolverem em violência e outros problemas de comportamento (Carvalhosa, 2010).

Desta forma, a família deve colaborar com outros profissionais na prevenção do bullying, sendo que é importante compreender os tipos de agressividade e as causas que levam à violência e procurar desenvolver estratégias junto dos alunos, das famílias e da comunidade educativa (Almeida, 2012).

Deste modo, é pertinente desenvolver este tema com os pais. Assim como, é importante desafiar os pais/cuidadores a estarem atentos e informados sobre esta problemática, para poderem dar respostas a situações que possam surgir no dia-a-dia.

### Quadro1.

#### *Planeamento da sessão “O papel dos pais na prevenção do bullying”*

<b>Programa de desenvolvimento de competências parentais</b>	
Temática	O papel dos pais na prevenção do bullying
Objetivo geral	Estimular os pais dos alunos para a reflexão sobre o fenómeno de bullying e promover estratégias para a prevenção do mesmo
Público-alvo	Pais e outros cuidadores
Data	07-03/ 14-03-2015
Nº de participantes	22
Duração- local	90 Minutos – Centro comunitário
Objetivos específicos	Perceber o que significa bullying; Desenvolver o conceito de bullying; Identificar as causas que originam o bullying; Conhecer os tipos de bullying e suas consequências; Refletir sobre o papel dos pais nestas situações; Consciencializar os pais para os sinais de alerta de bullying; Desenvolver competências de relação e comunicação assertiva entre pais e filhos; Evidenciar algumas estratégias para prevenir o bullying; Desenvolver alguns princípios, tendo em conta a educação para os valores; Avaliar a sessão.
Descrição da sessão/estratégias	<i>Brainstorming</i> ; visualização do vídeo; Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint; Reflexão de situações práticas; trabalho/discussão em grupos.

## **Sessão 2 - Brincar com os filhos**

O "brincar" é essencial no desenvolvimento infantil, pois é através da brincadeira que a criança aprende a relacionar-se com os outros e a adquirir novos conhecimentos. O "brincar" também estimula a autoconfiança, a curiosidade, a autonomia; potencia o desenvolvimento do pensamento, da linguagem, da atenção e da concentração.

Segundo Queiroz, Maciel e Branco (2006), a brincadeira começa no seio da família desde que a criança nasce, por isto, é uma atividade importante. Também permite à criança interagir com os pais e outros adultos e explorar o meio ambiente.

Neste sentido, a brincadeira proporciona à criança um contacto com sentimentos de alegria, sucesso, realização de seus desejos, bem como sentimentos de frustração (Rolim, Guerra & Tassigny, 2008).

Deste modo, a brincadeira é importante porque reforça a relação afetiva, faz ultrapassar medos, pode proporcionar a vivência de experiências positivas, ajuda a cumprir as regras e a desenvolver competências socio emocionais e a resolução de problemas.

## Quadro 2.

Planeamento da sessão “Brincar com os filhos”

<b>Programa de desenvolvimento de competências parentais</b>	
Temática	Brincar com os filhos
Objetivo geral	Refletir com os pais sobre a importância de brincar com os filhos, como forma de melhorar a qualidade da relação entre eles.
Público-alvo	Pais e outros cuidadores
Data	28-03 /11-04-2015
Nº de participantes	23
Duração- local	90 minutos – Centro Comunitário
Objetivos específicos	Valorizar as experiências dos pais enquanto crianças; Identificar os tipos de brincadeiras que os pais fazem com os filhos; Alertar os pais sobre as dificuldades que podem ocorrer quando os seus filhos brincam; Valorizar a importância do ato de brincar das crianças; Despertar os pais para a importância que as atividades lúdicas exercem no desenvolvimento cognitivo, emocional e social da criança; Identificar alguns obstáculos que podem ocorrer nas brincadeiras entre pais e filhos; Aprofundar o conceito de brincadeira; Motivar os pais para a valorização do ato de brincar; avaliar a sessão.
Descrição da sessão/estratégias	<i>Brainstorming</i> ; trabalhos em grupos; explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint; elaboração de um cartaz.

### Sessão 3 - Relação entre irmãos

Com esta sessão, pretendemos sensibilizar os pais para a valorização de laços familiares, neste caso, entre irmãos. Como tal, reconhecemos que é fundamental que este tema seja trabalhado com os pais, uma vez que estes constituem pilares basilares na construção de relações positivas entre os seus filhos.

Papalia, Olds e Feldman (2001) realçam que as relações entre irmãos são um laboratório de aprendizagem da resolução de conflitos. A relação entre os irmãos é uma fonte de aprendizagem para os pais. A ligação que se estabelece entre irmãos pode desempenhar um

papel importante como suporte do equilíbrio familiar em situações de crise. Também os irmãos são um apoio para a família, podendo assim encarregar-se do cuidado dos pais quando for necessário (Goldsmid & Féres-Carneiro, 2011).

### **Quadro 3.**

#### *Planeamento da sessão “Relação entre irmãos”*

<b>Programa de desenvolvimento de competências parentais</b>	
Temática	Relação entre irmãos
Objetivo geral	Desenvolver a reflexão sobre as características da fratria, e suas implicações no relacionamento interpessoal
Público-alvo	Pais e outros prestadores de cuidados
Data	30-04-2015
Nº de participantes	22
Duração- local	90 minutos - Centro Comunitário
Objetivos específicos	Promover a tomada de consciência dos pais no acompanhamento dos filhos; Refletir sobre a importância do sistema familiar; Salientar os papéis dentro do sistema familiar; Repensar a importância dos irmãos na família; Valorizar o papel dos pais na promoção de relações positivas entre os filhos; Identificar em grupo, algumas situações concretas do dia-a-dia; Avaliar a sessão.
Descrição da sessão/estratégias	Convidar os participantes a partilhar a sua experiência enquanto filho; o que identifica de melhor e de pior na sua experiência com ou sem irmãos; Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint; Reflexão acerca de algumas situações.

### **Sessão 4 - Autoestima: uma aliança consigo mesmo**

A autoestima é fundamental para o desenvolvimento integral do indivíduo. Ela desempenha um papel importante na vida do ser humano. Sendo responsável pelo equilíbrio emocional (Schmitz, 2004). De acordo com Branden (1992), o ambiente familiar poder ter um profundo impacto tanto para o bem, como para o mal. Eles podem transmitir que acreditam na competência e na bondade de seus filhos ou transmitir o oposto. A autoestima é a confiança na nossa capacidade de pensar e de fazer face aos desafios da vida.

#### Quadro 4.

*Planeamento da sessão “Autoestima: uma aliança consigo mesmo”*

<b>Programa de desenvolvimento de competências parentais</b>	
Temática	Autoestima: uma aliança consigo mesmo
Objetivo geral	Refletir sobre a importância da autoestima no desenvolvimento pessoal e no impacto da mesma no desempenho do papel parental.
Público-alvo	Pais e outros prestadores de cuidadores
Data	23-05 / 6-06-2015
Nº de participantes	13
Duração- local	90 minutos - Centro Comunitário
Objetivos específicos	Refletir acerca do conceito da autoestima; Evidenciar os diferentes papéis; Potenciar o conceito da autoestima; Evidenciar as qualidades a desenvolver em vista de uma melhoria da autoestima; Explorar as componentes da autoestima e sua importância; Refletir sobre os níveis da autoestima e suas implicações na relação com os filhos; Incentivar os pais a desenvolverem estratégias para aumentar a autoestima na família; Motivar os participantes a refletirem sobre a sua autoestima; Alargar o conhecimento de alguns princípios potenciadores da autoestima; Avaliar a sessão.
Descrição da sessão/estratégias	<i>Brainstorming</i> ; Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint; Metáfora (termómetro da estima); Reflexão individual; Trabalhos de grupo; Partilha.

#### Parte II – Metodologia

Seguindo uma lógica de investigação-ação, este estudo tem como ponto de partida um programa de formação parental organizado no âmbito de um Centro Comunitário. O presente estudo, tem como objetivo avaliar o impacto percebido de um programa de formação parental num contexto de intervenção comunitária e ainda a satisfação dos participantes relativamente a este Programa.

Tendo em conta os objetivos deste estudo, foi utilizada uma metodologia quantitativa e qualitativa. Denzin e Lincoln (2006) defendem que a pesquisa qualitativa envolve o estudo do uso e a recolha de uma variedade de materiais empíricos e um conjunto de atividades

interpretativas. Enquanto a pesquisa quantitativa coloca em ênfase a extensão do fenômeno e analisa as relações entre as suas variáveis e a pesquisa qualitativa é, em si mesma, multifocal (Denzin, 1994). De acordo com Fortin, Côté e Filion (2006), a investigação parte sempre de uma interrogação.

A questão é uma pergunta explícita relativa a um tema de estudo que se deseja esclarecer. No mesmo sentido, Almeida (2008) afirma que qualquer investigação é orientada, tendo em vista, o esclarecimento de uma dúvida. Desta forma, toda a investigação científica começa pela identificação e clarificação de um problema. Assim surgem as duas questões centrais na nossa investigação:

- a) **Quais os ganhos que são identificados pelos participantes nas sessões de formação parental?**
- b) **Qual o grau de satisfação que os participantes reportam acerca das sessões de formação?**

### **Objetivos da investigação**

Pretende-se dar resposta àqueles que são os nossos objetivos específicos:

1. Avaliar a perceção dos participantes acerca do impacto das sessões de formação.
2. Avaliar a satisfação dos participantes em relação às sessões de formação.

### **Amostra**

A amostra é uma amostra de conveniência composta pelos 80 participantes, cuidadores de crianças do 1º ciclo, com idades compreendidas entre os 6 e os 12 anos, que frequentam um Centro Comunitário na cidade do Porto, encontrando-se distribuídos pelas 4 sessões temáticas realizadas.

Relativamente à participação nas sessões de formação, a maioria dos participantes eram do sexo feminino (75%). Os dados também estão de acordo com o estudo do Projeto “Para Pais sobre filhos”, no qual a maioria dos participantes foram as mães em percentagens superior, enquanto os pais representaram uma pequena percentagem.

Ao nível de escolaridade, destaca-se o segundo ciclo do ensino básico, seguidamente o ensino básico e terceiro ciclo. Quanto ao estado ocupacional, a maior parte dos participantes encontra-se em situação de desemprego. No que diz respeito ao número de filhos, a maioria dos participantes têm dois filhos. Quanto à frequência no projeto, a maioria participa há 2 anos. Relativamente ao papel parental, a maioria dos participantes são Pais.

### **Quadro 5.**

*Número de participantes por sessão de formação*

<b>Temas</b>	<b>N.º Participantes</b>
O papel dos pais na prevenção do bullying	22
Brincar com os nossos filhos	23
Relação entre irmãos	22
Autoestima: uma aliança consigo mesmo	13

Nos quadros 6 e 7 descrevem as características sociodemográficas dos pais e outros prestadores de cuidados, obtidos através da ficha sociodemográfica.

### **Quadro 6.**

*Caraterização da amostra face a idade*

<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Média</b>	<b>DP</b>
80	23	65	40.80	10.90

## Quadro 7.

*Caraterização da amostra face a outros dados sociodemográficos dos participantes*

	<b>Frequência</b>	<b>%</b>
<b><u>Género</u></b>		
Masculino	20	25%
Feminino	60	75%
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0%</b>
<b><u>Estado civil</u></b>		
Solteiro (a)	14	17,7%
Casado (a)	25	31,6%
União de facto	27	34,2%
Divorciado (a)	7	8,9%
Viúvo/a	5	6,3%
Sem informação	2	0%
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0%</b>
<b><u>Estado ocupacional</u></b>		
Empregado	29	42,6%
Desempregado	38	55,9%
Reformados	6	7,9%
Sem informação	7	0%
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0%</b>
<b><u>Nível de escolaridade</u></b>		
Ensino básico (até ao 4º ano)	20	28,2%
2º Ciclo (5º e 6º ano)	22	31,0%
3º Ciclo (7º e 9º ano)	19	26,8%
Secundário (10º ao 12º ano)	10	14%
Sem informação	9	0%
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0%</b>
<b><u>Número de filhos</u></b>		
Um	30	40%
Dois	24	32%
Três	7	9,3%
Média	2,36	
DP	1,85	
Sem informação	21	0%
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0%</b>
<b><u>Frequência no Projeto</u></b>		
Até 2 anos de frequência inclusive	42	58,3%
Mais de 2 anos de frequência	30	41,7%
Sem informação	8	0%
Média	1,41	
DP	0,49	
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0%</b>
<b><u>Papel parental</u></b>		
Pais	70	86,5%
Avós	10	12,5%
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0 %</b>

## **Instrumentos**

O questionário é um instrumento de recolha de dados que exige do participante respostas escritas a um conjunto de questões. Desta forma, para recolher os dados, o investigador pode utilizar um questionário já existente ou criar o seu próprio questionário, com vista a responder às suas necessidades (Fortin, Côté & Filion, 2006).

Para a realização deste estudo foi construído um questionário para as características sociodemográficas dos participantes e foi utilizado um outro questionário de satisfação (com questões fechadas e abertas) já existente e utilizado pela instituição.

O questionário sociodemográfico visa a caracterização sociodemográfica dos participantes através de dados, como: idade, género, estado civil, estado ocupacional, profissão, nível de escolaridade, tempo de frequência dos filhos no Projeto, número de filhos e papel parental.

O questionário de avaliação da satisfação com a formação é transversal a todas as formações dirigidas a pais e outros cuidadores, dinamizadas pelo Centro Comunitário. O questionário é constituído por seis *itens*: Quatro questões fechadas que avaliam a satisfação dos participantes, designadamente: gostou desta sessão? O que compreendeu dos assuntos abordados? Considera adequado o modo como foi exposto o tema? Os responsáveis estimularam o interesse pelos temas abordados? Os participantes devem responder utilizando numa escala de *likert* (muito, bastante, pouco, nada). Já as duas questões abertas pedem aos participantes para escrever livremente o que aprenderam nesta formação, fazerem comentários e sugestões. Deste modo, é a análise das questões abertas e fechadas que nos permite responder aos objetivos de investigação.

## **Procedimentos de recolha de dados**

A recolha dos dados foi realizada no Centro Comunitário, onde decorreram as sessões de formação parental. No início de cada sessão, explicou-se o objetivo do estudo e os participantes preencheram o consentimento informado (anexo I), salvaguardando assim as questões éticas. Tal como refere Fortin (2006), em todo o tipo de estudo realizado, o investigador é chamado a resolver certas questões éticas. Desta forma, permitiu-se também que os participantes exercessem o seu direito de autonomia e foi respeitada a liberdade dos participantes em aceitar ou recusar integrar no estudo.

No estudo que desenvolvemos vamos considerar as respostas às questões fechadas relativas ao grau de satisfação e abertas no sentido de avaliar o impacto das sessões nos participantes.

### **Procedimentos de tratamento de dados**

Para analisar os dados quantitativos recorreu-se ao *software* IBM SPSS 22. A análise estatística iniciou-se, com a análise descritiva da amostra que incluiu as características sociodemográficas dos participantes, a qual envolveu o cálculo de médias, desvio-padrão, mínimo e máximos, frequências e percentagens.

Para descrever o grau de satisfação das sessões, utilizou-se a estatística descritiva, através da tabela de frequências relativas e frequências acumuladas.

O conteúdo das questões abertas foi codificado procedendo-se à criação de categorias, subcategorias através de um processo de comparação constante que gradualmente foram organizadas em três grupos - ganhos na tomada de consciência da importância da sessão para a promoção do desenvolvimento, ganhos na competência parental e ainda satisfação geral com a sessão tendo em conta, as respostas dadas pelos participantes.

### **Apresentação e Discussão dos Resultados**

Estes dados visam responder aos nossos objetivos:

- a) Avaliar a perceção dos participantes acerca do impacto das sessões de formação.
- b) Avaliar a satisfação dos participantes em relação às sessões de formação.

### **Avaliação do impacto das sessões na perceção dos participantes**

A apresentação e discussão e dos resultados considerará cada sessão de formação parental que foi realizada, tendo em conta os dados emergentes dos conteúdos das respostas dos participantes, refletidas nas categorias, subcategorias, criadas. Daremos também informação acerca do número de unidades de texto (referências) e excertos relevantes

**Quadro 8.**

*Sistema de categorias: Sessão “O papel dos pais na prevenção do bullying”*

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>	<b>Nº de referências</b>	<b>Exemplo dos dados</b>
<b>Ganhos na tomada de consciência de princípios gerais na educação e do saber estar em sociedade</b>	Respeito pelos outros (compreender a importância)	6	“Que se deve respeitar os outros”
	Amor e valores (compreender a importância)	1	“Tolerância, o amor, os valores e as regras são imprescindíveis no dia-a-dia”
	Importância das Regras	1	“Tolerância, o amor, os valores e as regras são imprescindíveis no dia-a-dia”
<b>Ganhos na competência parental</b>	Resolver problemas	4	“Com todos podemos resolver todos os problemas (sabendo falar e respeitar) ”
	Como ajudar o filho	2	“Como prevenir e ajudar o meu filho” “Temos que ter toda a atenção aos sinais da criança ...”
	Atenção aos sinais da criança	2	
	Confiança na competência parental	1	“Tenho agido de forma correta na educação da minha filha ensinando a melhor maneira de ser e estar na escola”
<b>Avaliação geral da sessão (satisfação com a sessão)</b>	Importância (da sessão para todos os pais)	1	“Todos os pais deveriam estar presentes”
	Necessidade de repetir oportunidade (de formação)	2	“Devem existir mais sessões destas”
	Opinião positiva (acerca da sessão)	3	“Adorei muito”, “gostei muito”

Analisando o conteúdo das questões abertas (quadro 8), os participantes revelam ganhos na tomada de consciência de princípios gerais na educação e do saber estar em sociedade, na competência parental e reportam ainda a satisfação com as sessões.

Estes ganhos, os recursos e a seleção das respostas são influenciados pelo contexto ambiental onde se inserem (Lopes, Catarino & Dixe, 2010b).

No que diz respeito aos ganhos ao nível da **tomada de consciência**, constatamos que os pais nesta formação aprenderam que é importante continuar a investir na educação dos valores, regras da sociedade e na resolução de problemas e conflitos através de uma comunicação adequada entre todos, sendo que uma grande maioria dos participantes referiu [*que se deve respeitar os outros*].

No que diz respeito aos **ganhos na competência parental**, verificámos que os pais aprenderam alguns conhecimentos que vão de encontro à prevenção do bullying, de forma a ajudarem os seus filhos perante estas situações, estando atentos a sinais manifestados por eles. Curiosamente um dos participantes percebeu que está a usar as estratégias de forma correta na educação da sua filha, mediante os conteúdos apresentados na sessão. A literatura mostra, que a prevenção envolve um trabalho árduo, a fim de modificar os contextos envolvendo os indivíduos (Carvalhosa, 2010).

Por último, e ainda relativamente aos resultados apresentados no quadro 8, quanto à avaliação **geral da sessão**, constatámos que a grande maioria estava muito satisfeita tendo uma opinião positiva sobre a sessão [*adorei muito*], opinando que deveriam existir mais sessões deste género e que todos os pais deveriam participar, considerando assim, uma necessidade de mais oportunidades sobretudo pela importância que foi atribuída à temática.

## Quadro 9.

*Sistema de categorias: Sessão “ Brincar com os filhos”*

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>	<b>Nº de Referências</b>	<b>Exemplo dos dados</b>
<b>Consciência da importância do papel dos pais na brincadeira com os filhos</b>	Importante arranjar tempo para brincar	6	“Devo dedicar tempo para brincar com os meus filhos”; “devo dedicar tempo para brincar com os meus filhos e não dar esse tempo como perdido”.
	Consciência da importância das estratégias para brincar	3	“Devemos brincar e envolver-nos nas suas brincadeiras”.
	Importância de brincar com os filhos	3	“É importante saber brincar com os nossos filhos; “é muito importante brincarmos com os nossos filhos”.
<b>Consciência da importância do brincar para o desenvolvimento da criança</b>	Importante para o desenvolvimento	3	“(…) que os jogos e brincadeiras são sempre úteis e nesta fase há muito lugar a descoberta.”
	Consciência da pertinência do brincar	1	“Podendo e brincar mais com os nossos filhos estamos a ajuda-los a serem mais felizes e criando neles uma elevada autoestima”.
	O brincar contribui para a educação	1	“Brincar com o nosso filho contribui muito”.
<b>Avaliação geral da sessão (satisfação com a sessão)</b>	Opinião positiva em geral (acerca da sessão)	4	“Gostei muito; todas as ideias e sugestões foram muito úteis; “Foi muito proveitoso “.
	Importância da participação no grupo	3	“É sempre bom participar; Colaborar uns com os outros pais é bom, porque se aprende ideias novas e são úteis; aprendi muito”.

Relativamente à **consciência da importância do papel dos pais** na brincadeira com os filhos, podemos verificar no quadro 9, que a maioria dos participantes consideram que é importante arranjar tempo aos filhos. No entanto, os pais estão conscientes da importância das estratégias que devem proporcionar ao brincar com os filhos. Alguns participantes expressaram o seguinte: [*“devo dedicar tempo para brincar com os meus filhos e não dar*

*esse tempo como perdido*”; “*é importante saber brincar com os nossos filhos*]. De acordo com Webster-Stratton (2013), o brincar com os filhos é fundamental, pois ajuda a criar uma relação próxima e aumentar os laços afetivos entre os elementos da família.

No que diz respeito à **consciência da importância do brincar para o desenvolvimento da criança**, verificamos que os pais aprenderam que, a brincadeira contribui para o desenvolvimento, educação e aprendizagem dos filhos. Sendo que um dos participantes, considerou pertinente este tema, afirmando que, quando mais se brinca com os filhos se está a contribuir para o bem-estar e elevada autoestima.

Quanto à **avaliação geral da sessão**, podemos dizer que os participantes mostram-se satisfeitos com a sessão, dando opinião positiva, bem como a importância do trabalho em grupo. [*Colaborar uns com os outros pais é bom, porque se aprende ideias novas e são úteis; aprendi muito*].

#### **Quadro 10.**

*Sistema de categorias: Sessão “Relação entre irmãos”*

<b>Categorias</b>	<b>Subcategorias</b>	<b>Nº de Referências</b>	<b>Exemplo dos dados</b>
<b>Ganhos na tomada de consciência e importância da relação entre irmãos</b>	Importância dos irmãos	1	“Que é bom ter irmãos e sabermos compreender-nos”
	Importância de relação entre irmãos	1	“A relação entre irmãos é muito importante”
<b>Ganhos na competência parental</b>	Contributo para o papel parental na gestão da relação entre irmãos	3	“Aprendi a ensinar os meus filhos” “Não vale apenas ter ciúmes entre irmãos”
	Importância da educação	1	“A educação é importante”
<b>Avaliação geral da sessão (satisfação com a sessão)</b>	Opinião positiva (acerca da sessão)	1	“Gostei muito desta sessão”
	Necessidade de abordar outros temas	1	“Continuar com outras sessões de formação”

No que respeita aos **ganhos na tomada de consciência e importância da relação entre irmãos**, os participantes valorizaram a importância de ter irmãos e a relação positiva que deve existir dentro da fratria. Neste sentido, a literatura confirma que, a riqueza destas relações permite compreender que a fratria fornece múltiplas ocasiões para praticar a tolerância mútua, para modular as formas de comunicação recíproca (Lemay, 2006).

Relativamente aos **ganhos na competência parental** (quadro10), alguns participantes revelaram que a sessão foi um contributo importante na gestão da relação entre os filhos, bem como, a importância de continuar a investir na educação dos filhos [*Aprendi a ensinar os meus filhos*]. É importantes os pais saberem gerir as rivalidades e ciúmes entre os filhos para uma relação saudável no seio da família. Sendo que a formação influencia os pais nas suas ações educativas (Cruz & Ducharme, 2006).

Quanto à **avaliação geral da sessão**, como podemos verificar, a maioria dos participantes avaliaram positivamente esta sessão. Sendo que alguns falam da necessidade de abordar outros temas, bem como, continuar com outras sessões de formação. Pois segundo Ferreira (2011), o desenvolvimento de competências familiares, permitirá que as famílias se sintam capazes de assumir as suas responsabilidades e capacidade na resolução de problemas.

## Quadro 11.

*Sistema de categorias: Sessão “Autoestima: uma aliança consigo”*

Categories	Subcategorias	Nº de Referências	Exemplo dos dados
<b>Ganhos na tomada de consciência para desenvolver a autoestima</b>	Tomada de consciência da importância de autoestima para a vida	2	“A autoestima é uma mais-valia para as nossas vidas” “Quando é importante ter sempre uma boa autoestima”
	Importância do outro que procura ajudar-nos	1	“Temos de dar valor aos outros que nos tentam ajudar”
<b>Ganhos na competência parental</b>	Consciência de que ninguém é igual ao outro	1	“ Que ninguém é igual”
	Importante de nos valorizarmos	2	“Temos que dar valor a nós mesmos para sermos felizes” “ Ser mais otimista e a ter mais autoestima”
<b>Satisfação com a sessão</b>	Importância da partilha com os outros	2	“ É muito bom colaborar, participar aprender e sempre se aprende uns com os outros” “Gostei muito conviver com todos” “Aprende-se sempre alguma coisa senão não vinha”

Relativamente aos **ganhos na toma de consciência da importância para desenvolver a autoestima**, constatámos que os pais nesta formação aprenderam que a autoestima é muito importante para a realização pessoal, bem como, aceitar as pessoas que os querem ajudar.

Quanto aos **ganhos na competência parental**, verificámos que os pais aprenderam o que significa a autoestima, deste modo, os ajuda a valorizar-se a si mesmo e as outras pessoas. Uns dos participantes referiu que: [*Temos que dar valor a nós mesmos para sermos felizes*]. A autoestima é a maneira como uma pessoa se sente em relação a si mesma (Schimtz, 2004). No que diz respeito a **avaliação geral da sessão**, constatámos que na sua maioria os participantes mostraram-se satisfeitos, salientando a importância da partilha com os elementos do grupo [*gostei muito conviver com todos*]. É importante salientar que a partir desta formação, os ganhos que os pais partilharam são significativos, como por exemplo: o aumento das competências, “*saber ser e saber fazer*”, isto é, se os pais forem capazes no dia-a-dia utilizarem as estratégias aprendidas ao longo do programa, poderá fazer a diferença. Portanto, a aprendizagem das competências parentais é um processo contínuo, que acontece ao longo da vida (Cardoso, Silva & Marín, 2015). Percebemos que foi importante para os participantes, desenvolverem as suas competências parentais através dos temas abordados. O desenvolvimento destas competências promove um maior envolvimento na educação dos filhos. Os dados mostram que os participantes consideraram a experiência da partilha em grupo uma contribuição muito importante para melhoria do seu exercício parental.

O envolvimento dos pais foi notório ao longo de todo processo formativo. Os pais impedidos de frequentar o tema previsto delegaram a sua representação noutro membro do agregado familiar, ou retomavam o tema na semana seguinte integrando-se no outro grupo.

O interesse dos participantes nas sessões de formação foi demonstrada ao longo de todos os encontros, pela assiduidade e postura assumida no decorrer das mesmas e evidenciando o empenho na aquisição de novas competências no acompanhamento do desenvolvimento dos filhos.

### **Avaliação da satisfação dos participantes nas sessões de formação**

Nos quadros 12 e 13 apresentam-se os resultados ao nível da satisfação do programa de formação de pais que diz respeito á avaliação geral acerca da sessão, à compreensão acerca dos conteúdos, à forma como foi exposto o tema e o interesse suscitado, avaliados pelos participantes, através do questionário.

## Quadro 12.

*Avaliação da satisfação das sessões de formação realizada pelos participantes*

Temas/questões	Escala de avaliação	Frequência	Porcentagem
<b><u>Bullving</u></b>			
1. Gostei desta sessão	Muito	20	90,9%
	Bastante	2	9,1%
	<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>100,0%</b>
2. Compreendi os assuntos abordados: abordados:	Muito	15	68,2%
	Bastante	6	27,3%
	Pouco	1	4,5%
	<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>100,0%</b>
3. Considero o modo como este tema foi exposto adequado	Muito	18	81,8%
	Bastante	3	13,6%
	Pouco	1	4,5%
	<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>100,0%</b>
4. Os responsáveis estimularam o interesse pelos temas abordados	Muito	18	81,8%
	Bastante	4	18,2%
	<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>100,0%</b>
<b><u>Brincar</u></b>			
1. Gostei desta sessão	Muito	19	79,2%
	Bastante	5	20,5%
	<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>100,0%</b>
2. Compreendi os assuntos abordados: abordados:	Muito	13	54,2%
	Bastante	11	45,8%
	<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>100,0%</b>
3. Considero o modo como este tema foi exposto adequado	Muito	17	70,8%
	Bastante	7	29,2%
	<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>100,0%</b>
4. Os responsáveis estimularam o interesse pelos temas abordados	Muito	19	79,2%
	Bastante	4	16,7%
	Pouco	1	4,2%
	<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>100,0%</b>

No que diz respeito aos temas do (*bullying e brincar*), a maioria dos participantes avalia que gostaram muito das sessões. Podemos verificar que, entre os 22 e os 24 participantes nas quatro sessões, 20 a 19 pessoas dizem ter gostado muito das sessões desenvolvidas acerca do *bullying* e do brincar respetivamente, e apenas 2 a 5 pessoas referem ter gostado bastante das sessões. Do primeiro tema ao segundo tema, a apreciação dos participantes apenas baixou um ponto. Estes dados demonstram a grande satisfação dos participantes com a temática.

Ao nível da compreensão no tema do *bullying* dos 22 participantes, 15 pessoas dizem ter compreendido muito os conteúdos, 6 pessoas disseram que compreenderam os conteúdos abordados, sendo que apenas 1 participante diz ter compreendido pouco os assuntos tratados. Quanto ao tema do brincar, dos 24 participantes, 13 compreenderam muito os conteúdos e 11 pessoas compreenderam bastante os conteúdos. Como demonstra a literatura, a formação parental integra experiências que promovem a aquisição de conhecimentos pelos pais, bem como, a formação de uma visão mais compreensiva da criança e da família (Cruz & Ducherne, 2006).

Quanto ao modo como o tema foi exposto, 22 participantes na sessão do bullying, 18 consideram muito adequada a forma como este tema foi exposto, 3 participantes consideram bastante adequado e 1 participante considera pouco adequada a forma como o tema foi exposto. Já na sessão acerca da importância de brincar, dos 24 participantes, 17 consideram muito adequada a forma como este tema foi exposto, 7 participantes consideram bastante adequada a forma como o tema foi exposto. De igual modo, os participantes percebem positivamente o trabalho das formadoras na gestão das sessões. Como indica a literatura, um dos principais fatores para o sucesso de uma intervenção de formação parental consiste na qualidade e ação dos profissionais diretamente envolvidos (Gaspar, 2005; Cooke, 2006, cit. in Sampaio, Cruz & Carvalho, 2011).

Quanto ao interesse suscitado, num total de 22 participantes, 18 dizem ter gostado muito os responsáveis terem estimulado o interesse pelos temas abordados, e 4 dizem ter gostado bastante os responsáveis terem estimulado os participantes acerca dos temas abordados.

Podemos dizer que, de uma forma geral, os participantes mostram-se satisfeitos nos vários aspetos, na participação nas sessões, na compreensão dos conteúdos desenvolvidos, nas estratégias utilizadas ao longo das sessões, no interesse suscitado, sendo que fazem uma boa avaliação dos temas abordados, considerando-os relevantes na sua vida.

### Quadro 13.

*Avaliação da satisfação das sessões de formação realizada pelos participantes*

<b>Temas/questões</b>	<b>Escala de avaliação</b>	<b>Frequência</b>	<b>Porcentagem</b>
<b><u>Relação entre irmãos</u></b>			
1- Gostei desta sessão	Muito	10	76,9%
	Bastante	2	15,4%
	Pouco	1	7,7%
	<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100,0%</b>
2. Compreendi os assuntos abordados	Muito	9	69,2%
	Bastante	3	23,1%
	Pouco	1	7,7%
	<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100,0%</b>
3. Considero o modo como este tema foi exposto adequado	Muito	12	92,3%
	Bastante	1	7,7%
	Pouco	0	0,0%
	<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100,0%</b>
4. Os responsáveis estimularam o interesse pelos temas abordados	Muito	9	69,2%
	Bastante	4	30,3%
	Pouco	0	0,0%
	<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100,0%</b>
<b><u>Autoestima</u></b>			
1- Gostei desta sessão	Muito	11	73,3%
	Bastante	4	26,7%
	Pouco	0	0,0%
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0%</b>
2. Compreendi os assuntos abordados	Muito	7	46,7%
	Bastante	7	46,7%
	Pouco	1	6,7%
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0%</b>
3. Considero o modo como este tema foi exposto adequado	Muito	9	60,0%
	Bastante	6	40,0%
	Pouco	0	0,0%
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0%</b>
4. Os responsáveis estimularam o interesse pelos temas abordados	Muito	10	66,7%
	Bastante	4	26,7%
	Pouco	1	6,7%
	<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0%</b>

Relativamente ao tema *relação entre irmãos*, quanto à **satisfação dos participantes**, num total de 13 participantes, 10 dizem ter gostado muito da sessão, 2 dizem ter gostado bastante e 1 diz ter gostado pouco da sessão. Quanto à sessão acerca da *autoestima*, dos 15 participantes, 11 gostaram muito da sessão e 4 gostaram bastante da sessão respetivamente.

É de salientar que nestes dois últimos temas houve pouca adesão: na relação entre irmãos tivemos 23 participantes, sendo que apenas 13 preencheram o questionário de satisfação.

Ao nível da compreensão acerca da relação entre irmãos, 9 participantes dizem ter compreendido muito os conteúdos abordados, 3 dizem ter compreendido bastante os assuntos abordados e 1 diz ter gostado pouco os assuntos abordados. Quanto à autoestima, e ao nível da compreensão, 7 participantes dizem ter compreendido muito os conteúdos abordados, 7 dizem ter compreendido bastante os assuntos abordados e 1 relata ter gostado pouco dos assuntos abordados. É bastante curioso o facto de no *muito* e *bastante* os participantes obtiveram a mesma frequência, o que revela ajustamento nos conteúdos abordados.

Relativamente ao modo como o tema foi exposto, acerca da relação entre irmãos, 12 participantes consideram muito adequado o modo como este tema foi exposto e 1 participante considera bastante adequado a forma como o tema foi exposto. Quanto à autoestima, 9 participantes consideram muito adequado o modo como este tema foi exposto e 6 participantes consideram bastante adequado a forma como o tema foi exposto. Portanto de um tema para outro, nota-se uma pequena variação nas repostas.

No que diz respeito os responsáveis estimularam o interesse pelos temas abordados, 9 participantes responderam que os responsáveis estimularam muito o interesse pelos temas abordados e 4 referiram que os responsáveis estimularam bastante o interesse pelos temas abordados. Relativamente à sessão da *autoestima*, dos 15 participantes, 10 referem que os responsáveis estimularam muito o interesse pelos temas abordados, 4 referem que os responsáveis estimularam bastante o interesse pelos temas abordados e 1 refere que os responsáveis estimularam pouco o interesse pelos temas abordados.

Os participantes estão, de uma forma geral satisfeitos com os conteúdos da intervenção, o interesse e o estímulo manifestado pelos responsáveis acerca dos temas. Importa referir que é necessário estarmos atentos, pois apesar de um número reduzido que fala dos responsáveis terem estimulado pouco os participantes, salientamos que no próximo programa será feito um

esforço no sentido de estimular mais os pais a participarem nas sessões, bem como os temas a serem tratados.

Os resultados deste estudo referem que a informação qualitativa não substitui a informação quantitativa, mas que a pode complementar de uma forma relevante.

Relativamente à avaliação da satisfação do programa de formação de pais, este foi avaliado pelos participantes como sendo importante, um vez que procurou ir ao encontro das suas necessidades.

No que diz respeito aos objetivos propostos, os mesmos foram alcançados no sentido de identificarmos ganhos no desenvolvimento de competências dos participantes. No que concerne à adesão dos participantes às temáticas apresentadas, constatou-se que na maioria das sessões houve uma boa colaboração e participação. Quanto às estratégias utilizadas, podemos dizer que estas se revelaram adequadas.

## **Conclusão**

A investigação-ação caracteriza-se por uma forma de intervenção na prática profissional (Lomax,1990 cit. In Coutinho et al., 2009), que permite ao investigador analisar/avaliar as suas práticas educativas, através da alternância entre a ação e reflexão crítica (Coutinho et al., 2009). Neste sentido, tendo em conta os objetivos da investigação, podemos concluir que não só a experiência foi válida, uma vez nos possibilitou implementar o programa de formação parental em contexto real (comunitário), como nos permitiu uma constante reflexão que favoreceram um conjunto de melhorias ao longo da execução do próprio programa.

Paralelamente consideramos que este programa permitiu a troca de experiências entre pais e/ou educadores, promovendo novos conhecimentos a aplicar na educação dos seus filhos ou educandos, fortalecendo, deste modo, as capacidades ou competências parentais e educacionais, assim como as relações com os seus filhos/educandos e as suas redes sociais.

O programa contribuiu assim, para o aumento das interações parentais em diferentes áreas, tendo sido muito valorizada a partilha em grupo, através da criação de um espaço de partilha e reflexão, baseado nas experiências pessoais de cada participante. Os resultados alcançados reforçam a ideia, defendida na literatura, que a base para a intervenção comunitária é essencialmente a capacitação (*empowerment*) dos indivíduos, centrada na sua formação (Simões & Pereira, 2012), produzindo efeitos benéficos tanto para os pais/educadores, como para os filhos/educandos.

Por outro lado, os programas de educação parental devem procurar não só melhorar o conhecimento dos pais, mas também produzir mudanças de atitudes, competências e aspirações, pois eles necessitam não só de saberem mais, mas de agir melhor (Shannon, 2003). Em suma, após a análise dos resultados obtidos verifica-se que o programa gerou um impacto bastante positivo.

### **Limitações do estudo**

Uma das limitações ao estudo prende-se com o facto de os pais não terem contribuído com sugestões relativas a aspetos que considerassem relevantes para o programa em causa, e que poderiam servir para revisões/ajustamentos futuros. Muito embora, os participantes tivessem demonstrado satisfação relativo ao modo como os vários temas foram abordados, seria importante termos dinamizado as sessões com outras estratégias como *role-play* ou vídeos, que facilitariam uma melhor compreensão dos conteúdos temáticos, bem como reflexões mais ricas. Outra limitação refere-se, ao facto de alguns participantes não terem preenchido os questionários de avaliação das sessões, o que originou um número reduzido de questionários para análise e avaliação.

### **Sugestões para a investigação futura**

Para futuras investigações sugere-se a necessidade de avaliar o papel parental de forma quantitativa e qualitativa ao longo do tempo e até previamente à implementação do programa, uma vez que permitirá identificar de forma mais objetiva ganhos ou mudanças. Esta avaliação longitudinal permitirá, ainda, um acompanhamento das famílias e avaliação da eficácia do programa a longo prazo. Sugerimos, também, a possibilidade de alargar o plano de formação a outros pais que têm os filhos na mesma escola ou residem na mesma zona habitacional, como também para os pais dos adolescentes que frequentam o centro comunitário.

### **Implicações para a prática**

Num futuro próximo, achámos que é importante continuar a investir nos programas de formação parental, de forma a fomentar a sensibilização e consciencialização das famílias. A participação nestas intervenções é muito vantajosa e os responsáveis devem procurar ajustar a formação mediante as necessidades tendo em conta a sua realidade. Desta forma, devem-se

aumentar a oferta formativa aos pais. De acordo com Silva (2004) o desenvolvimento da personalidade exige que a relação com o contexto seja reestruturada e o papel da família insubstituível.

Aumentar os programas de formação para pais com filhos adolescentes. Alguns autores existem na adaptação dos adolescentes e ajustamento emocional entre o adolescente e a própria família (Papalia, Olds & Feldman, 2001). Sendo a adolescência um período de transformações, é necessário que os pais estejam atentos aos desafios desta etapa e as necessidades dos jovens.

### **Considerações Finais**

É importante salientar, alguns aspetos que foram positivos ao longo do desenvolvimento das sessões tais como: o uso de diferentes estratégias, a relação estabelecida entre os participantes e as dinamizadoras, o bom relacionamento entre os pais, a frequência e a participação ativa dos participantes nas sessões de formações, o facto de as formações terem decorrido no mesmo contexto onde vivem as famílias, os convívios no fim de cada sessão proporcionados com o lanche que o Centro oferecia para os pais e alguns filhos que estivessem presentes, o apoio dado aos pais que traziam os filhos, estando sempre presentes dois elementos da equipa técnica para apoiarem no que fosse necessário e também a importância do programa ser gratuito em particular para os pais que tem filhos que frequentam o projeto.

Portanto, de uma maneira geral consideramos que foi uma experiência bastante positiva para todas as partes envolvidas e principalmente, porque se atingiu os principais objetivos deste programa. Podemos afirmar que a formação pode promover e desenvolver muitas competências, parentais, pessoais e sociais nos participantes, nomeadamente, em pais/educadores que mostraram uma forte motivação pelas temáticas abordadas, já que constituíam algumas das suas necessidades a satisfazer, enquanto conhecimento da prática educativa e desenvolvimental da criança, no seio familiar. Pois, segundo, Campos, (1989), a formação pessoal e social implica o desenvolvimento de processos e atitudes psicológicas indispensáveis para a aquisição das competências de vida que permitem resolver, do modo mais flexível e criativo possível, as situações cada vez mais diferentes e exigentes com que as pessoas se confrontam ao longo da sua existência.

## Referências bibliográficas

- Abreu-Lima, I., Alarcão, M., Almeida, A., Brandão, M., Cruz, O., Gaspar, M., & Santos, M. (2010). Avaliação de intervenção de educação parental: relatório 2007-2010. Disponível em: [http://www.cnpcjr.pt/preview\\_documentos.asp?r=3496&m=PDF](http://www.cnpcjr.pt/preview_documentos.asp?r=3496&m=PDF).
- Alarcão, M. (2006). *(Des) Equilíbrios Familiares. Uma visão Sistémica* (3ª Ed.). Coimbra: Quarteto.
- Almeida, L., & Freire, T. (2008). *Metodologia da Investigação em Psicologia e Educação* (5ª Ed.). Braga: Psiquilíbrios.
- Almeida, M. (2012). *O bullying no contexto escolar (2º e 3º ciclos) - Um plano de intervenção e prevenção*. (Dissertação de Mestrado não publicada). Escola Superior de Educação Almeida Garrett, Lisboa.
- Barroso, R. G., & Machado, C. (2010). Definições, dimensões e determinantes da parentalidade. *Psychologica*, 52 (1), 211-229.
- Branden, N. (1992). *The Power of Self-Esteem*. Health Communications. Inc. Deerfield Beach, Florida. Disponível em: <http://www.leschinsky.com/books/ThePowerOfSelfEsteemNathanielBranden.pdf>
- Belsky, J. (1984). The Determinants of Parenting: A Process Model. *Child Development*, 55, 83-96.
- Bornstein, M. (2002). Preface. In M. H. Bornstein (Ed), *Handbook of parenting* (Vol.3, pp. 12-17). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Bronfenbrenner, U. (1998). *Bronfenbrenner's Ecological Model of Child Development: Some Principles of the Ecology of Human Development*. Appendix B. Disponível em: <http://www3.uakron.edu/schulze/401/readings/BronfenbrennersEcologicalModel.pdf>

- Cardoso, A., Silva, A. P., & Marín, H. (2015). Competências parentais: construção de um instrumento de avaliação. *Revista de Enfermagem Referência*, (4), 11-20.
- Campos, B.P. (1989). Formação Pessoal e Social e Desenvolvimento Psicológico dos Alunos. *Cadernos de Consulta Psicológica*, 5, 123-134.
- Carvalhosa, S. (2010). *Prevenção da violência e do Bullying em Contexto Escolar*. Lisboa: Climepsi.
- Coutinho, M. (2004). Apoio à Família e Formação parental. *Análise psicológica* 1, XXII, 55-64.
- Coutinho, C., Sousa, A., Dias, A., Bessa, F., Ferreira, M., & Vieira, S. (2009). Investigação-ação: metodologia preferencial nas práticas educativas. *Psicologia educação e Cultura*, vol.XIII,nº2, pp.455-479.
- Cruz, O. (2013). *Parentalidade* (pp. 9-42). Porto: LivPsic Editores.
- Cruz, O., & Ducharne, M. (2006). A Intervenção na Parentalidade – o caso específico da Formação de Pais. *Revista Galego-Portuguesa de Psicología e Educación*, 13 (11), 295-309.
- Denzin, N. & Lincoln, Y. (1994). *Handbook of qualitative research*. (pp. 1-17). Thousand Oaks: Sage Publications.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2006). *Planejamento da pesquisa qualitativa – teorias e abordagens*, pp. 367-388. Porto Alegre: Artmed.
- Desforges, C., & Abouchar, A. (2003). *The impact of parental involvement, parental support and family education on pupil achievements and adjustment: A literature review* (Vol. 433), pp.12-108. Research report.

- D'Espiney, A., Oliveira, A., & Borges, S. (2011). Laços, Afetos e Metodologias: Descritivo de um projeto de Formação parental. In D. Sampaio, H. Cruz, & M. Carvalho, (Eds.), *Crianças e Jovens em Risco. A Família no Centro da Intervenção* (pp. 301-336). Cascais: Principia.
- Fernandes, F. A. (2011). *Educação parental: Aplicação de um programa*. Mestrado em psicologia de Educação. Dissertação não publicada. Universidade da Madeira.
- Ferreira, A. C. (2011). *Educação familiar como forma de intervenção para o empowerment: Projeto formação em gestão familiar*. Mestrado em política Social. Dissertação publicada. Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas. Universidade Técnica de Lisboa.
- Fortin, M., Côte, J., & Fillion, F. (2006). *Fundamentos e etapas do processo de investigação*. Loures: Lusodidacta.
- Goldsmid, R., & Féres-Carneiro, T. (2011). Relação fraterna: constituição do sujeito e Formação do laço social. *Psicologia USP*, 22 (4), 771-787. Doi: 10.1590/S0103-65642011005000031
- Karol, L. K. (1980). Strengthening Families Program. Disponível em:  
<http://www.strengtheningfamiliesprogram.org/>
- Lemay, M. (2006). *Que tem a família para oferecer á criança?* Lisboa: Climepsi.
- Lima, I. A., & Pratinha, I. (2012). Avaliação de Intervenções de Formação Parental: uma abordagem qualitativa. *Amazónica*, 8 (1), 208-243.
- Lopes, M., Catarino, H., & Dixe, M. (2010). Estratégias de coping no exercício da parentalidade e a sua relação com os fatores sociodemográficos.
- Lopes, M. S., & Dixe, M. A. (2012). Exercício da parentalidade positiva pelos pais de crianças até três anos: construção e validação de escalas de medida. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 20 (4), 1-9. doi.org/10.1590/S0104-11692012000400020

López, M. J., Chávez, M. L., Byrne, S., Ruiz, B. R., Quintana, J. C., Suárez, G. R., & Pérez, L. (2009). *Crecer Felices en Familia*. Programa de apoyo psicoeducativo para promover el desarrollo infantil. Junta de Castilla Y León.

Disponível em:

[file:///C:/Users/tmn/Downloads/Crecer+felices+en+familia%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/tmn/Downloads/Crecer+felices+en+familia%20(1).pdf)

Menezes, I. (2010). *Intervenção Comunitária: uma Perspetiva Psicológica* (2.<sup>a</sup> edição). Porto: Livpic/Legis Editora.

Murrihy, R. C. (2010). The Fast Track Project: Preventing Severe Conduct Problems in School-Age Youth. *Clinical Handbook of Assessing and Treating Conduct Problems in Youth*, 407. DOI 10.1007/978-1-4419-6297-3\_16

Ornelas, J. (2008). *Psicologia Comunitária*. Lisboa: Fim do Século.

Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2001). *O Mundo da Criança*. Lisboa: Mc Graw Hill.

Queiroz, N. L., Maciel, D. A., & Banco, A. U. (2006). *Brincadeira e desenvolvimento infantil: Um olhar sociocultural construtivista*. *Paidéia*, 16 (34), 169-179.

Martín-Quintana, J. C., Máiquez Chaves, M., Rodrigo López, M., Byrne, S., Rodríguez Ruiz, B., & Rodríguez Suárez, G. (2009). Programas de educación parental. *Intervención Psicosocial*, 18 (2), 121-133.

Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da família perspectiva sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.

Relvas, A. P. (2000). *O ciclo vital da família perspectiva sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.

Disponível em:

[http://books.google.pt/books?id=8H117AYz9cYC&pg=PA248&lpg=PA248&dq=Relvas+\(2000\)+tornarse+familia&source=bl&ots=5KAiRvCHKS&sig=hQ2J6qezZprS](http://books.google.pt/books?id=8H117AYz9cYC&pg=PA248&lpg=PA248&dq=Relvas+(2000)+tornarse+familia&source=bl&ots=5KAiRvCHKS&sig=hQ2J6qezZprS)

[B2WflcO5T6dWMw&hl=ptPT&sa=X&ei=XYUxU6XxHM7hAe1j4GQDw&ved=0CDUQ6AEwAQ#v=onepage&q=Relvas%20\(2000\)%20tornar-se%20familia&f=false](https://www.repositorio.ucp.pt/handle/10400102/10400102?hl=ptPT&sa=X&ei=XYUxU6XxHM7hAe1j4GQDw&ved=0CDUQ6AEwAQ#v=onepage&q=Relvas%20(2000)%20tornar-se%20familia&f=false).

- Relvas, A.P., & Alarcão, M. (2007). *Novas formas de família*. (2ª ed.) Coimbra: Quarteto.
- Rodrigues, A., Ribeiro, A., Castilho, C., Gamito, D., Poppe, F., Lopes, H., Fernandes, L., & Morato, P. (2011). Para Pais Sobre Filhos – Um Projeto de Intervenção com Famílias. In D. Sampaio, H. Cruz, & M. Carvalho (Eds.). *Crianças e Jovens em Risco. A Família no Centro da Intervenção*, (pp. 227-249). Cascais: Portugal.
- Rolim, A., Guerra, S., & Tassigny, M. (2008). Uma leitura de Vygotsky sobre o brincar na aprendizagem e no desenvolvimento infantil. *Revista Humanidades*, 23 (2), 176-180.
- Sampaio, D. (2011). A recuperação da autoridade no trabalho com as famílias. Programa Crianças e Jovens em Risco. *Fundação Calouste Gulbenkian*. Disponível em: [http://www.gulbenkian.pt/images/mediaRep/institucional/FTP\\_files/pdfs/PGDesenvolvimentoHumano/DS\\_CJR\\_2011.pdf](http://www.gulbenkian.pt/images/mediaRep/institucional/FTP_files/pdfs/PGDesenvolvimentoHumano/DS_CJR_2011.pdf).
- Sampaio, D., Cruz, H., & Carvalho, M. (2011). *Crianças e Jovens em Risco. A Família no Centro da Intervenção*. Cascais-Portugal: Edições Príncipe.
- Sanders, M. R. (1999). Triple P-positive parenting program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for the prevention of behavior and emotional problems in children. *Clinical child and family psychology review*, 2(2), 71-90.
- Sanders, M. R., Markie-Dadds, C., & Turner, K. M. (2003). *Theoretical, scientific and clinical foundations of the Triple P-Positive Parenting Program: A population approach to the promotion of parenting competence* (Vol. 1, pp. 5-25). Queensland: Parenting and Family Support Centre, The University of Queensland.

- Shannon, L. C. (2003). Best practices for parent education: Programs seeking to prevent child abuse. *Extension Associate: Children, Youth, and Families*. North Carolina State University Cooperative Extension Service.
- Schmitz, M. B. (2004). *A importância da autoestima no contexto familiar, social e escolar*. (Monografia publicada). Universidade do Extremo Sul Catarinense. Criciúma: UNESC. Disponível em:  
<http://www.bib.unesc.net/biblioteca/sumario/000026/00002616.pdf>.
- Silva, J. C., & Martins, E. D. (2002). Envolvimento parental na escola: Relato de uma experiência, (pp.79-88). *Aprender*. Escola superior de educação. Portalegre.
- Silva, A. M. (2004). *Desenvolvimento de competências sociais nos adolescentes: Perspetiva de prevenção em saúde mental na adolescência*. Lisboa: Climepsi.
- Silva, C. A. (2011). *Necessidades dos pais de recém-nascidos prematuros nos pós alta clínica: exercícios de uma parentalidade autónoma*. (Dissertação de Mestrado publicada). Instituto de ciências biomédicas Abel Salazar, Porto.
- Simões, A. M., & Pereira, M. M. N. (2012). Reflective approach on parental education in community intervention. *Journal of Nursing UFPE*, 6 (8), 1958-1964. Doi: 10.5205/01012007
- Soares, H. M. (2008). *O acompanhamento da família no seu processo de adaptação e exercício da parentalidade: Intervenção de Enfermagem*. (Dissertação de mestrado publicada). Instituto de ciências biomédicas Abel Salazar, Porto.
- Stanhope, M., & Lancaster, J. (1999). *Enfermagem Comunitária: Promoção da saúde de grupos, famílias e indivíduos* (4ª Ed.). Lisboa: Lusociência.
- Webster-Stratton, C., Gaspar, M., & Seabra-Santos, M. (2003). *Incredible Years Parent, Teachers and Children`s Series: Transportability to Portugal of Early Intervention programs for Preventing Conduct Problems and Promoting Social and Emotional Competence*. University of Washington, USA. University of Coimbra, Portugal.

Webster-Stratton, C. (2013). *Os anos Incríveis: Guia de resolução de problemas para pais de crianças dos 2 aos 8 anos de idade*. Braga: Psiquilíbrios.

# Anexos

## Anexo I - Consentimento informado

### DECLARAÇÃO DE CONSENTIMENTO INFORMADO

O meu nome é Antonica Joaquim João, sou aluna do Mestrado de Psicologia de Educação e Desenvolvimento Humano, da Universidade Católica do Porto e encontro-me neste momento a realizar a minha dissertação.

O tema da minha dissertação é a Formação Parental num Contexto Comunitário. Neste sentido temos vindo a desenvolver encontros de formação com os pais, procurando recolher algumas informações pertinentes através de um questionário que os pais preenchem antes e depois da sessão. Atendendo a que este contributo dos pais é muito importante, para podermos avaliar a pertinência e utilidade destes encontros, gostaríamos de ter a sua autorização para podermos analisar estas informações, garantindo o anonimato e confidencialidade destes dados.

Agradecendo desde já a sua colaboração estamos disponíveis para qualquer esclarecimento adicional... (Contatar Psicóloga da Instituição).

Eu, \_\_\_\_\_ (nome),  
declaro que li todas as explicações acerca do pedido que me é feito e entendi as explicações que me foram dadas, permitindo o acesso às informações solicitadas.

Porto, \_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ 2015

Assinatura do Participante \_\_\_\_\_

Nome da investigadora: \_\_\_\_\_ Assinatura: \_\_\_\_\_

## **Anexo II - Questionário das características sociodemográficas dos participantes**

No âmbito do mestrado em Psicologia de Educação e Desenvolvimento Humano, da Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa, Porto, pretende-se proceder a recolha de dados sobre as características sociodemográficas dos participantes, ao longo das sessões de formação de pais com filhos que frequentam o Centro Comunitário. Os dados obtidos serão tratados de modo confidencial.

### **Dados sociodemográficos**

- 1- Idade \_\_\_\_\_
- 2- Sexo - Feminino  Masculino
- 3- Estado civil – Solteiro  Casado  União de facto  Divorciado  Viúvo
- 4- Profissão \_\_\_\_\_
- 5- Nível de escolaridade -frequentou a escola até ao 4º ano  5º ano  6º ano  7º ano  8º ano  9º ano  10ºano 11º ano  12 ano  nunca frequentou a escola
- 6- Números de filhos \_\_\_\_\_
- 7- Há quanto tempo o seu filho frequenta o Centro \_\_\_\_\_
- 8- Papel parental \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/2015

Muito obrigada pela sua colaboração!

### Anexo III - Questionário de avaliação

<b>Formação parental</b>	<b>Ficha de avaliação da sessão</b>	<b>Centro comunitário</b>
--------------------------	-------------------------------------	---------------------------

<b>Atividade:</b>	<b>Técnico/a (s):</b>	<b>Data/horário</b>
-------------------	-----------------------	---------------------

1. Gostei desta sessão:

Muito  Bastante  Pouco  Nada

2. Compreendi os assuntos abordados:

Muito  Bastante  Pouco  Nada

3. Considero o modo como este tema foi exposto adequado:

Muito  Bastante  Pouco  Nada

4. Os responsáveis estimularam o interesse pelos temas abordados:

Muito  Bastante  Pouco  Nada

5. Nesta formação aprendi que.....:

---

---

---

6. Comentários e sugestões:

---

---

---

*Muito obrigada pela sua colaboração!*

## Anexo IV - Sessão nº 1

**Tema:** O papel dos pais na prevenção do bullying

**Destinatários:** Pais dos alunos do 1º, 2º, 3º, 4º ano e outros

**Data:** 07-03-2015/ 14-03-2015

**Momento a desenvolver:** 2º período

**Objetivo geral:** Estimular os pais dos alunos para a reflexão sobre o fenómeno de bullying e promover estratégias para a prevenção do mesmo.

<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Conteúdos</b>	<b>Estratégias</b>
Perceber o que significa Bullying.	O que é o bullying?	Brainstorming.
Desenvolver o conceito de Bullying. Identificar as causas que originam o Bullying.	Bullying. Causas do Bullying.	Visualização de um vídeo sobre o Bullying. Diálogo com os participantes.
Conhecer os tipos de bullying e suas consequências. Refletir sobre o papel dos pais nestas situações.	Tipos e consequências do Bullying; Pessoas envolvidas; Perfil das vítimas e dos agressores;	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint. Diálogo com os participantes.
Consciencializar os pais para os sinais de alerta de Bullying.	Fatores de risco; Sinais de alerta da vítima e do agressor.	Apresentação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint. Diálogo com os participantes.
Desenvolver competências de relação e comunicação assertiva entre pais e filhos. Identificar em grupo, as melhores formas de agir em caso de Bullying.	Caso prático; 3 Formas de agir; Vantagens e desvantagens.	Preenchimento de uma ficha para consolidação dos conhecimentos. Trabalho de grupo; ✓ Qual a sua atitude perante a situação? ✓ De que forma tentaria resolver a situação? Apresentação e discussão dos trabalhos de grupo.
Evidenciar algumas estratégias para prevenir o Bullying; Desenvolver alguns princípios, tendo em conta a educação para os valores.	O que fazer? Alguns princípios; Educar para os valores.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint. Diálogo com os participantes.
Avaliar a sessão.	Entrega da ficha de avaliação	Ficha de avaliação.

## Anexo V - Sessão nº 2

**Tema: Brincar com os filhos**

**Destinatários:** Pais dos alunos do 1º, 2º, 3º, 4º ano e outros

**Data:** 28-03-2015/11-04-2015

**Momento a desenvolver:** 2º período

**Objetivo geral:** Refletir com os pais sobre a importância de brincar com os filhos, como forma de melhorar a qualidade da relação entre eles.

Objetivos específicos	Conteúdos	Estratégias
Valorizar as experiências dos pais enquanto crianças.  Identificar os tipos de brincadeiras que os pais fazem com os filhos.	Em busca de memórias.	Brainstorming: <ul style="list-style-type: none"><li>✓ O que recordam das suas brincadeiras?</li><li>✓ O que é brincar?</li><li>✓ Como costumam brincar com os filhos?</li><li>✓ Quando brincam com os filhos?</li></ul> Diálogo com os participantes
Alertar os pais sobre as dificuldades que podem ocorrer quando os seus filhos brincam.	Dificuldades e obstáculos nas brincadeiras;	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Valorizar a importância do ato de brincar das crianças.	Importância do brincar no desenvolvimento das crianças.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Despertar os pais para a importância que as atividades lúdicas exercem no desenvolvimento cognitivo, emocional e social da criança.	Desenvolvimento cognitivo.  Competências sociais e emocionais.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Identificar alguns obstáculos que podem ocorrer nas brincadeiras entre pais e filhos.	Estratégias que os pais devem ter em conta quando brincam com os filhos.  Dez regras de ouro para brincar com o seu filho.	Trabalho em grupo, a partir de objetos relacionados com o tema:  Questão;  Discussão em grupo das 10 regras de ouro.  Partilha;  Construção do cartaz.
Aprofundar o conceito de brincadeira.  Identificar alguns tipos de jogos	Conceito da brincadeira.  Tipos de jogos;	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Motivar os pais para a valorização do ato de brincar	Dicas para boas brincadeiras;	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Avaliar a sessão.	Entrega da ficha de avaliação.	Ficha de avaliação.

## Anexo VI -Sessão nº 3

### Tema: A Relação entre Irmãos

**Destinatários:** Pais dos alunos do 1º, 2º, 3º, 4º ano e outros

**Data:** 30-04-2015

**Momento a desenvolver:** 2º Período

**Objetivo geral:** Desenvolver a reflexão sobre as características da fratria e suas implicações no relacionamento interpessoal.

Objetivos específicos	Conteúdos	Estratégias
Promover a tomada de consciência dos pais no acompanhamento dos filhos.	A importância do acompanhamento dos pais, tendo em conta a relação entre filhos.	Convidar os participantes a partilhar da sua experiência enquanto filho, o que identifica de melhor e de pior na sua experiência com ou sem irmãos?  Diálogo com os participantes.
Refletir sobre a importância do sistema familiar.  Salientar os papéis dentro do sistema familiar.	O que é o sistema familiar?  Importância da estrutura familiar;  Papéis dentro da estrutura familiar.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Repensar a importância dos irmãos na família.	A importância de ter irmãos;  Rivalidades e diferenças de género dentro da fratria.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Valorizar o papel dos pais na promoção de relações positivas entre os filhos.	Algumas estratégias para potenciar uma relação positiva entre irmãos.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Identificar em grupo, algumas situações concretas do dia-a-dia.	Relação entre irmãos;  Como resolver o conflito entre os filhos?  Como lidar com as birras?	Reflexão de algumas situações;  Diálogo com os participantes.
Elaborar uma lista de procedimentos convenientes diante das rivalidades entre os filhos.	A importância do papel dos pais.  O que os pais podem fazer?	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Avaliar a sessão.	Entrega da ficha de avaliação.	Ficha de avaliação

## Anexo VII - Sessão nº 4

**Tema: Autoestima: uma aliança consigo mesmo!**

**Destinatários:** Pais dos alunos do 1º, 2º, 3º, 4º ano e outros

**Data:** 23-05-2015/06-06-2015

**Momento a desenvolver:** 2º Período

**Objetivo geral:** Refletir sobre a importância da autoestima no desenvolvimento pessoal e no impacto da mesma no desempenho do papel parental.

Objetivos específicos	Conteúdos	Estratégias
Refletir acerca do conceito de autoestima.	Autoestima: uma aliança consigo mesmo!	Brainstorming; ✓ O que é autoestima? Partilha
Consciencializar para a existência dos diferentes papéis num indivíduo	Eu, nos meus diferentes papéis: na relação comigo mesmo; com os meus filhos; com o meu trabalho.  Como avalio a minha autoestima?	Explicação do conteúdo  Termómetro da estima; ✓ Reflexão individual
Potenciar o desenvolvimento da autoestima.  Evidenciar as qualidades a desenvolver em vista duma melhoria da autoestima	Algumas definições da autoestima;  Como sou eu?  Quais as minhas qualidades?  Que qualidades quero desenvolver?	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.  Reflexão individual  Como me senti com esta reflexão?  Diálogo com os participantes.
Explorar as componentes da autoestima e sua importância.	Componentes da autoestima: ✓ Autoconceito; ✓ Autoimagem; ✓ Autoeficácia; ✓ Autoconfiança; ✓ Autorrespeito.  Importância da autoestima.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Refletir sobre os níveis da autoestima e suas implicações na relação com os filhos.	Autoestima elevada e baixa;  Implicações da elevada autoestima;  Inimigos da autoestima.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Incentivar os pais a desenvolverem estratégias para aumentar a autoestima na família.	O papel dos pais no desenvolvimento da autoestima dos filhos.  Como desenvolver a autoestima na família.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.  Diálogo com os participantes.

Motivar os participantes a identificar os padrões de sua autoestima.	Estratégias essenciais no desenvolvimento da autoestima	Trabalhos de grupo: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Na prática como podemos aumentar a nossa autoestima?</li> <li>✓ Que pensamentos?</li> <li>✓ Comportamentos e sentimentos?</li> </ul> Partilha; Diálogo com os participantes.
Alargar o conhecimento de alguns princípios potenciadores da autoestima.	Princípios para aumentar a autoestima.	Explicação do conteúdo com o auxílio do PowerPoint.
Avaliar a sessão.	Entrega da ficha de avaliação	Ficha de avaliação