



**ISPA**  
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO  
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

**AS REPERCUSSÕES DO DESEMPREGO NO  
FUNCIONAMENTO FAMILIAR E NA  
SAÚDE MENTAL DA DÍADE CONJUGAL**

MARIA MANUEL PEREIRA PIRES

Orientador de Dissertação:  
PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA-PEREIRA

Coordenador do Seminário de Dissertação:  
PROFESSORA DOUTORA MARIA GOUVEIA-PEREIRA

Tese submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:  
MESTRE EM PSICOLOGIA  
Especialidade em Psicologia Clínica

2014

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação de Professora Doutora Maria Gouveia-Pereira, apresentada no ISPA – Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica

## Agradecimentos

À Professora Doutora Maria Gouveia Pereira pela descoberta da visão sistémica.

A todas as pessoas que caminharam ao meu lado e que nesta reta final me incentivaram e me deram uma mão amiga, estou-lhes grata.

Um sentido e emocionado agradecimento aos casais que participaram neste estudo, pela generosidade da partilha.

À Guiomar, ela sabe porquê.

Ao Dinis, meu marido. O apoio incondicional que me deu permitiu a concretização deste projeto. Sei que foi difícil, muito difícil... para ele e para mim.

## Resumo

O desemprego é uma consequência da atual situação económica e social, o qual tem impacto no funcionamento familiar. Dada a escassez de estudos relativos às consequências do desemprego, pretendemos aprofundar esta temática e averiguar se, num casal, quando um dos cônjuges está empregado e o outro desempregado, esta situação interfere no funcionamento familiar e na saúde mental, nomeadamente com repercussões a nível do *stress*, da depressão e da ideação suicida.

A amostra deste estudo é constituída por 44 casais, 23 casais em que é o homem que está desempregado e 21 casais em que é a mulher que está desempregada, com média de idades de 47.67 e residentes num concelho da Área Metropolitana de Lisboa. Aos participantes foi pedido que respondessem à escala de “Avaliação de Flexibilidade e Coesão Familiar - FACES IV” (Olson, 2011), à “Escala de Perceção de Stress” (Ribeiro & Marques, 2009), ao “Inventário Depressivo de Beck”, (Serra & Abreu, 1973) e ao “Questionário da Ideação Suicida” (Ferreira & Castela, 1999).

Os resultados indicam-nos que a funcionalidade do sistema familiar tem influências positivas no *stress*, na depressão e na ideação suicida. Verificou-se a existência de um modelo de mediação, em que o efeito da depressão é total mediador da relação entre o funcionamento familiar e ideação suicida. Não se obtiveram diferenças entre homens e mulheres, na situação de desemprego, e no que respeita ao funcionamento familiar e à saúde mental.

**Palavras-chave:** Desemprego; Funcionamento Familiar; *Stress*; Depressão; Ideação Suicida;

## Abstract

Unemployment is a consequence of the present socioeconomic situation, which consequently has an impact on family functioning. Given the lack of studies on the consequences of unemployment, we intend to develop this subject area and determine whether or not the fact that one of the members of the couple is employed and the other is unemployed interferes with family functioning and mental health, particularly with repercussions on stress, depression and suicidal ideation.

The trail sample is made up of 44 couples living in a district in the Lisbon metropolitan area. In 23 of those couples the man is the one who is unemployed and in 21 of those couples it is the woman. The average age is 47.67. The participants were asked to answer the “Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale – FACES IV” (Olson, 2011), the “Perceived Stress Scale” (Ribeiro & Marques, 2009), the “Beck Depression Inventory” (Serra & Abreu, 1973) and the “Suicidal Ideation Questionnaire” (Ferreira & Castela, 1999).

The results indicate that the functioning of the family system has positive effects on stress, depression and suicidal ideation. There is verified existence of a mediation model in which the effect of depression is a complete mediator of the relation between family functioning and suicidal ideation. There were no differences between men and women on job situation, family functioning and mental health.

**Keywords:** Unemployment; Family Functioning; Stress; Depression; Suicidal ideation.

## Índice

|  |    |
|--|----|
| <b>INTRODUÇÃO</b> .....  | 1  |
| <b>1. A Família</b> .....  | 3  |
| <b>1.1 A família enquanto sistema</b> .....  | 3  |
| <b>1.2 A Estrutura da Família</b> .....  | 4  |
| <b>2. Modelo Circumplexo dos Sistemas Conjugais e Familiares</b> .....                             | 6  |
| <b>2.1 Coesão familiar</b> .....   | 6  |
| <b>2.2 Flexibilidade familiar</b> .....  | 8  |
| <b>2.3 Comunicação familiar</b> .....  | 9  |
| <b>3. Desemprego</b> .....   | 10 |
| <b>3.1 As repercussões das dificuldades económicas</b> .....                                       | 10 |
| <b>3.2 Stress na família</b> .....   | 11 |
| <b>3.3 O desemprego, o <i>stress</i> e a depressão</b> .....                                       | 12 |
| <b>3.4 Ideação suicida</b> .....   | 16 |
| <b>3.5 O desemprego vivido no feminino e no masculino</b> .....                                    | 18 |
| <b>4. Objetivos e Hipóteses</b> .....  | 21 |
| <b>MÉTODO</b> .....  | 22 |
| <b>1. Participantes</b> .....  | 22 |
| <b>2. Instrumentos</b> .....   | 26 |
| <b>2.1 Questionário Sociodemográfico</b> .....   | 26 |
| <b>2.2 FACES - Escala de Avaliação da Flexibilidade e Coesão Familiar</b> .....                    | 26 |
| <b>2.3 Escala de Perceção do Stress</b> .....  | 28 |
| <b>2.4 Inventário Depressivo de Beck (BDI)</b> .....   | 29 |
| <b>2.5 Questionário de Ideação Suicida (Q.I.S.)</b> .....  | 29 |
| <b>3. Procedimento</b> .....   | 30 |
| <b>4. Análise estatística</b> .....  | 31 |
| <b>RESULTADOS</b> .....  | 32 |
| <b>1. Análise das dimensões do FACES IV</b> .....  | 32 |
| <b>2. Análise descritiva do FACES IV</b> .....   | 32 |
| <b>3. O desemprego no homem e na mulher</b> .....  | 33 |
| <b>4. Correlação entre o Stress, a Depressão e Ideação Suicida no Funcionamento familiar.</b> ..34 |    |
| <b>5. A Mediação da Depressão Entre o Funcionamento Familiar e a Ideação Suicida</b> .....         | 35 |
| <b>DISCUSSÃO DOS RESULTADOS</b> .....  | 37 |
| <b>1. O desemprego no homem e na mulher</b> .....  | 37 |
| <b>2. Correlação entre o Stress, a Depressão e Ideação Suicida no Funcionamento familiar.</b> ..39 |    |
| <b>3. A Mediação da depressão entre o funcionamento familiar e a ideação suicida</b> .....         | 41 |

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| <b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> ..... | 43 |
| <b>REFERÊNCIAS</b> .....          | 44 |
| <b>Anexos</b> .....               | 48 |
| <b>Anexo A</b> .....              | 49 |
| <b>Anexo B</b> .....              | 50 |
| <b>Anexo C</b> .....              | 51 |
| <b>Anexo D</b> .....              | 53 |

## Índice de Figuras

|   |    |
|---|----|
| Figura 1 - Distribuição por Sexo da Condição “Primeira Vez no Desemprego” .....                   | 24 |
| Figura 2 - Gráfico da Frequência das Habilitações Literárias dos Empregados e Desempregados ..... | 24 |
| Figura 3 - Valor do Subsídio de Desemprego de Acordo com o Sexo .....                             | 25 |
| Figura 4 – Fórmulas para o Cálculo dos Rácios do Modelo Circumplexo .....                         | 32 |
| Figura 5 – Modelo de Mediação .....   | 36 |

## Índice de Tabelas

|  |    |
|--|----|
| Tabela 1- Média e Desvio Padrão das Idades Segundo o Sexo / Estatística da Frequência do Estado Civil .....            | 22 |
| Tabela 2 - Número de Filhos de Acordo com o Estado Civil .....   | 23 |
| Tabela 3 - Estatística de Homens e Mulheres Empregados e Desempregados .....   | 23 |
| Tabela 4 - Estatística da Expetativa dos Desempregados Voltarem a Ter Emprego .....                                    | 25 |
| Tabela 5 - Fidelidade das Sub-Escalas do FACES IV .....  | 28 |
| Tabela 6 - Rácios do Modelo Circumplexo .....  | 32 |
| Tabela 7 - Correlações de Pearson entre os Rácios do Modelo Circumplexo, a Comunicação Familiar e a Satisfação .....   | 33 |
| Tabela 8 - Correlações de Pearson entre os Rácios do Modelo Circumplexo, o <i>Stress</i> , BDI e Ideação Suicida ..... | 35 |

## INTRODUÇÃO

Portugal atravessa uma situação económica e social difícil. Desde 2008 o país perdeu um em cada sete postos de trabalho. O rendimento médio mensal diminuiu aproximadamente 3% em 2012, pela perda efetiva e real dos salários, e aumentou a proporção de trabalhadores a receber o salário mínimo, salário que apresenta um valor mais baixo que outros países da União Europeia. Consequentemente aumentou o risco de pobreza (Instituto Nacional de Estatística [INE], 2014; Organização Internacional do Trabalho [OIT], 2014).

A crise económica e social reflete-se no aumento das taxas de desemprego. Em Portugal o 3º trimestre de 2014 atingiu uma taxa de desemprego de 13.1% (INE, 2014). Os agregados familiares sem emprego têm vindo a aumentar e, no ano de 2000, os adultos (indivíduos entre os 18 e os 59 anos) que viviam em agregados familiares em que ninguém tinha emprego atingiu 4.5%, tendo chegado aos 10% em 2012 (OIT, 2014).

O desemprego tem um efeito imediato pela redução do rendimento, mas as implicações são mais abrangentes que as questões económicas, que são o dado mais objetivo de um vasto problema transversal à vida dos indivíduos e das famílias, e que se reflete na saúde física e psicológica, pelo aumento dos fatores de risco biológico e pelo impacto negativo na saúde mental e bem-estar das pessoas, com os sintomas depressivos a apresentarem maior frequência (Serra, 2011). Para a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2014) a saúde mental é definida como um estado de bem-estar, no qual o indivíduo tem consciência das suas próprias capacidades e consegue enfrentar as dificuldades normais da vida.

E quando um elemento do casal está desempregado registam-se perturbações de ordem psicológica? A relação passa incólume a uma crise gerada pela situação, ou há consequências a nível de vivências da díade, com repercussões no funcionamento familiar? Que problemática emerge perante as dificuldades de vida que o desemprego pode desencadear? A relação entre desemprego e saúde mental ainda não foi suficientemente estudada, não sendo despidendo referir que o desemprego representa perdas e ruturas, em várias dimensões da vida e que se estendem ao contexto familiar (Pinheiro & Monteiro, 2007).

O trabalho que apresentamos começa por uma revisão da literatura sobre as temáticas que nos propomos desenvolver. Iniciámos com uma incursão aos conceitos relativos à família, para o que nos socorremos de teorias sistémicas. E porque uma família faz um percurso com alegrias e com tristezas, com altos e baixos, abordaremos o *stress*, a depressão e a ideação suicida na família

As variáveis que elegemos para este trabalho são aquelas que consideramos que caminham lado a lado, com as situações decorrentes do desemprego, e que vão interferir no percurso de vida dos indivíduos e das famílias, a saber: o *stress* e a depressão. A ideação suicida também aqui será abordada, pela gravidade que a problemática do desemprego encerra. Angerami e Santos (1984; cit. por Pinheiro & Monteiro, 2007) ao entrevistarem sobreviventes de tentativas de suicídio em S. Paulo (Brasil) constataram que, em 33% dos entrevistados, a ideação suicida surgiu em consequência do desemprego. Riegle (1982; cit. por Schliebner & Peregoy, 1994) refere pesquisas efetuadas pela Universidade Johns Hopkins, onde encontraram relações entre o desemprego e o suicídio, dado que, perante a subida de 1% da taxa de desemprego os suicídios aumentaram 4.1 %, bem como as doenças relacionadas com o *stress* e os internamentos em hospitais psiquiátricos.

Após a incursão pelo *estado da arte* apresentaremos as nossas hipóteses, onde pretendemos explorar as repercussões da funcionalidade familiar na saúde mental da díade conjugal, bem como a existência, ou não, de diferenças entre homens e mulheres na vivência do desemprego.

De seguida, e após a apresentação dos participantes, analisaremos os resultados obtidos no presente estudo, visando dar resposta às hipóteses colocadas. Por fim teremos a discussão dos resultados e as conclusões finais.

## **1. A Família**

É no seio da família que temos o nosso porto de abrigo. A maioria das vezes é no aconchego da família que nascemos, que crescemos e que morremos, tendo, ao longo dessa caminhada desenvolvimental, construído outra família, com um funcionamento próprio, que carrega e transporta as várias experiências de vida do indivíduo, numa dinâmica ininterrupta. A família é um grupo de indivíduos em interação e tem como finalidade primordial uma função protetora e potenciadora do apoio emocional para a resolução de problemas (Serra, 2011).

### **1.1 A família enquanto sistema**

A família é um sistema. Sampaio e Gameiro (1985, p. 9) definem a família como um sistema, ou seja, “um conjunto de elementos ligados por um conjunto de relações, em contínua relação com o exterior e mantendo o seu equilíbrio ao longo de um processo de desenvolvimento”, onde a modificação operada num elemento provoca uma modificação do sistema. Para Relvas (1996, p. 11) “cada família enquanto sistema é um todo mas é também parte de sistemas, de contextos mais vastos nos quais se integra”.

Na vida das famílias o comportamento de um dos elementos não se pode separar do comportamento dos restantes membros, assistindo-se a uma causalidade circular, em que as interações recíprocas influenciam e são influenciáveis pelos membros que compõe o conjunto (Alarcão, 2006; Gouveia-Pereira, 2012), ou seja, as relações entre os elementos de um sistema são influenciados pelo *feedback* que é transmitido pelos diferentes elementos familiares. Também para Minuchin (1988) o indivíduo influencia o contexto onde vive, sendo, ainda, por ele influenciado; o indivíduo que vive numa família é parte integrante de um sistema social, ao qual se deve adaptar, e os comportamentos são orientados pelas características do sistema e essas características incluem o efeito dos comportamentos passados.

A família é um sistema vivo em evolução, seja do ponto de vista individual, seja do ponto de vista do sistema total, o que impossibilita o regresso ao ponto inicial, havendo alturas, em situação de crise, que a mudança na estrutura do sistema é necessária (Alarcão, 2006). Para Ausloos (2003) em tempo dinâmico, a evolução é tentar não voltar atrás em termos de processo familiar, já que voltar atrás é recuar no tempo. A família como suporte psicossocial dos seus membros é um sistema aberto, com uma relação dinâmica com o exterior, fornecendo um cunho de individualidade e um sentido de pertença. As famílias

modelam e programam o comportamento e o sentido de identidade da criança e dos adultos (Minuchin, 1988). O sentido de individuação e de separação dá-se pela participação em diferentes subsistemas familiares, em diferentes contextos familiares. As alterações que se vão verificando no contexto social levam a modificações da família e do indivíduo (Sampaio & Gameiro, 1985).

## **1.2 A Estrutura da Família**

O modelo estrutural de Minuchin parte do pressuposto que a vida psíquica do indivíduo não é apenas um fenómeno interno, mas um processo em mudança pela interação com o mundo circundante; o homem não é um ser isolado, é um indivíduo ativo no seio do seu grupo (Minuchin, 1988). O trabalho desenvolvido pelo modelo estrutural apoia-se na relação entre a individuação e a mutualidade na família, abordando o indivíduo no seu contexto, através de um conjunto de teorias e técnicas.

Para um melhor entendimento da estrutura familiar, diremos que o sistema familiar organiza-se em unidades sistémico-relacionais denominadas subsistemas. Os indivíduos são subsistemas dentro de uma família e estes subsistemas podem ser formados por gerações, sexo, interesse ou por funções. Cada indivíduo pertence a diferentes subsistemas, tendo em cada nível um determinado papel, bem como habilidades e relações distintas (Alarcão, 2006; Minuchin, 1988). Um sistema familiar tem uma hierarquia sistémica organizada em quatro subsistemas, a saber: o subsistema individual, o conjugal, o parental e o fraternal (Alarcão, 2006).

O subsistema individual é constituído pelo indivíduo e tem funções nos outros subsistemas, que interagem com o desenvolvimento pessoal e com o posicionamento familiar (Alarcão, 2006; Relvas, 1996).

O subsistema conjugal engloba o homem e a mulher e tem o propósito de formar uma família. Este subsistema deve ter uma fronteira que o proteja da interferência e das necessidades de outros sistemas, mas se as fronteiras são demasiado rígidas podem conduzir ao isolamento, se são demasiado ténues podem permitir a intromissão de outros elementos, o que afeta o funcionamento deste subsistema (Alarcão, 2006; Minuchin, 1988).

O subsistema parental é um nível de formação familiar que se atinge com o nascimento do primeiro filho, adquirindo o casal novas funções que visam a educação e a proteção da nova geração, devendo diferenciar-se do conjugal para desempenhar as funções de socialização (Alarcão, 2006; Minuchin, 1988).

Por último, temos o subsistema fraternal, no qual as crianças experimentam as relações com os pares, aprendendo a negociar, cooperar e competir, atuando como um lugar de experimentação, que vai funcionar mais tarde em relação à escola, ao grupo de amigos e ao mundo do trabalho. Quando as crianças estabelecem contactos com os pares do meio extrafamiliar operam de forma semelhante ao aprendido, recuperando os conhecimentos adquiridos (Minuchin, 1988).

Os subsistemas têm funções diferentes, mas estão intimamente relacionadas e podem os mesmos elementos pertencer, em simultâneo, a diferentes subsistemas; há necessidade de definir fronteiras, que são as regras que protegem a diferenciação dos subsistemas, visando um desenvolvimento harmonioso para que as trocas entre a família e o meio se façam de forma regular. De acordo com Relvas (1996, p. 13) “cada elemento da família participa em diversos sistemas e subsistemas, ocupando em simultâneo diversos papéis em diferentes contextos”.

Minuchin (1988) refere três tipos de limites: claros, em que há demarcação do espaço e das funções dos membros ou subsistemas, podendo ocorrer a troca de influências, em que a nitidez das fronteiras é um parâmetro muito útil para a avaliação do funcionamento familiar; difusos, em que se observa permeabilidade que pode pôr em causa a diferenciação dos subsistemas; e rígidos, onde as dificuldades de comunicação e de compreensão entre os membros estão presentes, comprometendo as funções protetoras da família.

Os limites conduzem-nos à classificação de famílias, que vão de um polo emaranhado, com fronteiras difusas, a um polo desligado, com fronteiras rígidas (Minuchin, 1988). Nas famílias emaranhadas as fronteiras são frágeis e fomentam a troca de preocupações entre os elementos, esbatendo as distâncias e misturando as fronteiras entre gerações, subsistemas e indivíduos; esta indiferenciação do sistema intrafamiliar provoca uma vulnerabilidade dos seus elementos, em que as dificuldades têm um vasto impacto em todos os subsistemas, não permitindo a individualização (Alarcão, 2006; Minuchin, 1988; Sampaio & Gameiro, 1985).

Nas famílias desmembradas/desligadas existe uma grande rigidez dos limites que dificulta as trocas comunicacionais entre as gerações, o que implica a diminuição das funções de proteção da família, onde não são permitidas trocas afetivas e onde cada elemento da família vive afastado do conjunto e vive de forma individualista (Alarcão, 2006; Minuchin, 1988; Sampaio & Gameiro, 1985).

Apesar de assistirmos a funcionamentos extremos, de acordo com Minuchin (1988) não há uma diferença qualitativa entre famílias funcionais e disfuncionais, já que as famílias se podem situar entre desmembradas/desligadas e emaranhadas; é possível que uma família

funcional passe por fases de maior emaranhamento ou desmembramento, de acordo com a etapa da vida que atravessa; na mesma família podem existir vários tipos de limites entre os seus elementos; pela importância que o meio exerce sobre os indivíduos, dado que o contexto cultural em que a família se insere não pode ser ignorado.

## **2. Modelo Circumplexo dos Sistemas Conjugais e Familiares**

O Modelo Circumplexo (Olson, 2000; Olson, 2011) foi inicialmente desenvolvido na tentativa de preencher a lacuna existente entre a pesquisa, a teoria e a prática, relevando-se bastante importante para o diagnóstico das relações familiares, porque se foca nos sistemas relacionais e integra três dimensões, que têm sido consideradas relevantes nos modelos de abordagem familiar e na terapia familiar. Diversos teóricos concluíram que essas dimensões são críticas para perceber e tratar o sistema familiar e conjugal, (Olson & Gorall, 2003), que são a coesão familiar, a flexibilidade familiar e a comunicação familiar, e que emergem de uma aglomeração de mais de cinquenta conceitos desenvolvidos para descrever a dinâmica conjugal e familiar (Olson, 2000).

O instrumento *FACES IV - Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale / Escala de Avaliação da Flexibilidade e Coesão Familiar* – foi desenvolvido para avaliar o funcionamento dos sistemas familiares e para testar as hipóteses do Modelo Circumplexo. A principal hipótese do Modelo Circumplexo, designada por hipótese curvilínea, é que níveis equilibrados de coesão e de flexibilidade levam a um funcionamento familiar saudável, enquanto que, por outro lado, níveis desequilibrados de coesão e flexibilidade, quer sejam níveis muito altos, ou muito baixos, estão associados a funcionamentos familiares problemáticos (Olson, 2011).

### **2.1 Coesão familiar**

A primeira dimensão referida por Olson (2000) no Modelo Circumplexo é a coesão familiar, sendo definida como o compromisso emocional que os membros da família têm uns com os outros. Para a análise e medida da coesão familiar são usados conceitos como a ligação emocional, barreiras, coligação, tempo, espaço, amigos, tomada de decisão e interesses. A coesão familiar foca-se na oscilação dos sistemas entre a separação versus a ligação (Olson & Gorall, 2003).

Há cinco níveis de coesão familiar variando entre *famílias desligadas*, com uma coesão extremamente baixa; *famílias um pouco ligadas*, com coesão baixa a moderada; *famílias ligadas*, com coesão moderada; *famílias muito ligadas*, com coesão moderada a alta; e *famílias emaranhadas*, com coesão muito alta. Estes cinco níveis têm três níveis equilibrados e dois níveis desequilibrados. Assim, as *famílias um pouco ligadas*, *famílias ligadas* e *famílias muito ligadas* estão associadas a um funcionamento familiar ótimo; as *famílias desligadas* e as *emaranhadas* associam-se a um nível de coesão problemática para as relações (Olson & Gorall, 2003). Nos três níveis equilibrados da coesão, as famílias são capazes de encontrar o equilíbrio, através da separação e da ligação.

Na área equilibrada da coesão, uma *família um pouco ligada*, possui alguma separação emocional, mas não tão extrema como as *famílias desligadas*; o tempo que passam separados é importante, no entanto há tempos e decisões partilhados; os interesses e as atividades não são passados em conjunto, havendo alguns partilhados, ainda que poucos. Uma *família ligada* é caracterizada por um nível equilibrado entre a separação e a ligação. Uma *família muito ligada* apresenta uma proximidade emocional, bem como uma lealdade à relação; o tempo passado em conjunto é privilegiado ao tempo passado sozinho; os amigos não são somente amigos separados, mas também há amigos comuns.

A área desequilibrada da coesão situa-se nos extremos com *famílias desligadas*, com coesão extremamente baixa e *famílias emaranhadas* que apresentam uma coesão muito alta. A primeira apresenta uma separação emocional, existindo um baixo envolvimento entre os membros da família, predominando a separação, bem como a independência individual. Na segunda há uma grande proximidade emocional, sendo exigida lealdade; está presente a falta de separação e a privacidade não é permitida, não possibilitando a diferenciação dos seus membros.

Níveis de coesão muito elevados ou muito baixos tendem a trazer problemas ao funcionamento familiar, enquanto as relações de níveis equilibrados, que promovem a ligação e a separação, conduzem a um melhor funcionamento. Para Olson e Gorall (2003) não existe um nível de coesão perfeito e um funcionamento nos extremos, por longos períodos de tempo, tem tendência a tornar-se problemático para os indivíduos e para o desenvolvimento de relações saudáveis.

## 2.2 Flexibilidade familiar

A flexibilidade familiar é definida como a qualidade e expressão de liderança e organização, relação de papéis, relação de regras e negociações (Olson, 2011). Os conceitos específicos da flexibilidade familiar incluem controlo e liderança, estilos de negociação, papéis e regras relacionais. A flexibilidade diz respeito à oscilação do sistema entre a estabilidade e a mudança.

Tal como na anterior dimensão também a flexibilidade possui cinco níveis distintos, a saber: *famílias rígidas*, com flexibilidade extremamente baixa; *famílias um pouco flexíveis*, com flexibilidade baixa a moderada; *família flexíveis*, com flexibilidade moderada; *famílias muito flexíveis*, com flexibilidade moderada a elevada; *famílias caóticas*, com flexibilidade elevada.

Assim, como na dimensão da coesão, nesta dimensão também os níveis centrais - um pouco flexível, flexíveis e muito flexíveis - correspondem a um melhor funcionamento do que os níveis dos extremos, o das famílias rígidas e das famílias caóticas.

Basicamente, a flexibilidade foca-se na mudança, na liderança, nos papéis e nas regras que operam na família. As famílias necessitam de estabilidade, mas também de mudança e a capacidade que possuem, ou não, de atuar, distingue as famílias funcionais das disfuncionais.

As *famílias um pouco flexíveis* tendem a ter uma liderança com características democráticas, onde há alguma negociação que inclui as crianças. Uma *família flexível* tem uma liderança igualitária, com uma abordagem democrática nas tomadas de decisão, onde as negociações são abertas, incluindo as crianças da família; os papéis são partilhados e as regras podem ser alteradas e apropriadas à idade. A um nível *muito flexível* há uma tendência para a mudança frequente na liderança e nos papéis; as regras são flexíveis e ajustadas, quando a mudança é necessária.

As famílias desequilibradas são as que se colocam nos extremos, rígidas e caóticas, e tendem a ser problemáticas. Numa relação *rígida*, com níveis de flexibilidade baixo, um indivíduo é o único responsável pelas decisões e é altamente controlador; as negociações são limitadas, sendo a maioria impostas pelo líder; os papéis estão definidos e as regras não são objeto de mudança. Uma *família caótica* possui uma liderança errática ou difusa; as decisões são tomadas de forma impulsiva e não são refletidas; os papéis são pouco nítidos e frequentemente mudam de indivíduo para indivíduo.

Em suma, os extremos na dimensão da flexibilidade tendem a ser problemáticos para os indivíduos e para o estabelecimento de relações; os níveis centrais, ou equilibrados são

capazes de oscilar entre a estabilidade e a mudança, proporcionando mais funcionalidade. Assim como na coesão, também na flexibilidade não há um nível de um melhor funcionamento numa relação, mas muitas relações podem vir a tornar-se problemáticas se funcionam nos extremos durante muito tempo (Olson, 2000; Olson & Gorall, 2003).

### **2.3 Comunicação familiar**

As questões relacionadas com a comunicação familiar foram estudadas pela Escola de Palo Alto, ao examinarem a comunicação como um processo social e onde a estrutura dos processos de comunicação constitui a base das interações. Watzlawick, Beavin e Jackson (1967/2011) partiram da premissa que todo o comportamento é comunicação e esta é constituída por sinais verbais, corporais e comportamentais, o que lhes permitiu estabelecer cinco regras básicas de comunicação, os conhecidos axiomas da pragmática humana.

Um dos axiomas, *A impossibilidade de não comunicar*, refere que todo o comportamento, em situação de interação, tem a força de comunicação, toda a atividade ou inatividade tem implícita uma mensagem; a mera ausência de palavras constitui uma comunicação e a comunicação ancora-se em vários modos de comportamento, pois até o silêncio postural é em si uma comunicação. Assim, conclui-se que não se pode não comunicar! (Watzlawick et al., 1967/2011).

Outro dos axiomas, *A Comunicação digital e analógica*, em que a comunicação analógica é toda a comunicação não-verbal em contexto de uma interação, que vai da postura, à expressão facial, às inflexões de voz; a linguagem digital é “mais precisa mas menos capaz de deixar perpassar os sentimentos, as emoções (...). A linguagem analógica deixa mais espaço à interpretação” (Alarcão, 2006, p.74).

Para Beavers (1982; cit. por Serra, 2011) a capacidade de comunicar pensamentos e sentimentos confirma diferenças comunicacionais entre famílias funcionais, onde a comunicação é empática, confiante e aberta, e disfuncionais, onde a comunicação é distante e hostil.

A comunicação familiar é a terceira dimensão do Modelo Circumplexo e é considerada uma dimensão facilitadora, tida como crítica para facilitar a comunicação entre as outras duas dimensões. O uso de competências de comunicação positivas possibilita às famílias aceder a níveis de coesão e flexibilidade, que permitem fazer face às situações que aconteçam. A comunicação, focando-se na família como um grupo, vai medir as capacidades de escuta, as capacidades de clareza do discurso, a transparência, o respeito e a consideração.

As capacidades de escuta incluem empatia e escuta ativa, e as habilidades do discurso consideram falar por si próprio, e não em nome dos outros ou pelos outros.

Os sistemas equilibrados tendem a ter uma boa comunicação, utilizando melhor os canais de comunicação, que os sistemas desequilibrados, cuja má comunicação diminui a capacidade da família partilhar sentimentos (Olson, 2000; Olson & Gorall, 2003).

### **3. Desemprego**

O emprego tem um grande relevo na organização da vida familiar e social, é um meio privilegiado de rendimento e de autoestima, pelo que a precariedade de rendimentos originada pelo desemprego é causadora de instabilidade e de exclusão social dos indivíduos e das famílias (Sousa, Hespanha, Rodrigues & Grilo, 2007).

#### **3.1 As repercussões das dificuldades económicas**

As dificuldades económicas provocam tensão nos relacionamentos e podem ter consequências graves para uma família, como o aumento de divórcios, de desorganização familiar, de maus-tratos físicos; podem, ainda desencadear reações emocionais, como a frustração e a raiva, o que tem consequências negativas para a saúde e para as relações do casal (Conger et al., 1992).

As tensões financeiras percebidas, como sejam a capacidade que se tem, ou não, para fazer face às despesas quotidianas, vão influenciar o estado emocional e a qualidade da relação do casal, conduzindo a estados depressivos, desmoralização e pessimismo em relação ao futuro, interferindo nas interações familiares e afetando de igual modo o estado de espírito do homem e da mulher (Conger et al., 1992). Um estado de espírito negativo relaciona-se com um comportamento irritadiço e hostil para com os familiares mais próximos, influenciando negativamente o casal e os filhos, repercutindo-se na qualidade e no envolvimento educacional, ao reduzir o investimento na educação dos jovens. Um casal demasiado absorto nos seus conflitos tem menos tempo disponível, bem como energia, para o papel de educador (Conger et al., 1992)

Kinnunen e Feldt (2004) estudaram a tensão económica ao nível diádico; um dos principais fatores de tensão na vida de um casal tem por base a incapacidade de satisfação das necessidades económicas básicas. Os investigadores propuseram e testaram um modelo em que as circunstâncias económicas objetivas, tais como a redução dos rendimentos mensais e a

duração do desemprego de cada um dos elementos do casal, causariam tensão económica, que por sua vez exerceriam um efeito adverso no casal. Assim, a tensão económica liga-se a perturbações psicológicas, pela perceção da incapacidade de satisfação de necessidades, influenciando o ajustamento conjugal, isto é, a satisfação na relação. E um indivíduo perturbado psicologicamente terá tendência a interações conjugais mais negativas que se refletem no aumento de tensão do outro elemento da díade, ocorrendo um efeito de transmissão.

Assim, como temos vindo a descrever, a relação conjugal é afetada pelas tensões financeiras (Vinokur et al., 1996; cit. por Weckström 2012) o que demonstra a importância da estabilidade financeira no bom relacionamento conjugal. Deste modo, as dificuldades financeiras parecem conduzir a uma sensação de perda de controlo e de independência, assim como a redução dos rendimentos implica uma diminuição da qualidade de vida, que está relacionada com angústias psicológicas (Waters & Moore, 2002).

### **3.2 Stress na família**

O *stress* é visto por Serra (2011) como a forma de pressão que é exercida sobre a mente humana, podendo ser induzido por situações de carácter físico, psicológico e/ ou social. O significado atribuído a eventos ou acontecimentos traumáticos provoca alterações do padrão de vida, do próprio, da família e da sociedade; um acontecimento que surge de forma inesperada na vida de uma família, e que constitua um problema, é indutor de *stress*, o que contribui para deteriorar a qualidade de vida das pessoas.

De acordo com Alarcão (2006) a família confronta-se com dois tipos de pressão, a interna e a externa, que obriga a transformações dos modelos transacionais e o que acontece a um dos elementos vai ter impacto nos restantes elementos da família, com repercussões no subsistema conjugal e no parental. Numa situação de desemprego, portanto uma fonte de *stress* externa, a família pode encontrar formas de operar através da mutualidade ou, devido à incapacidade de resposta, pode provocar danos no sistema (Alarcão, 2006). Uma família com poucos recursos e escassas aptidões, que perceçione os acontecimentos de forma ameaçadora, vai ter problemas em gerir as agressões de origem externa; famílias com estruturas demasiado rígidas têm dificuldades na evolução, ao passo que a flexibilidade é uma mais-valia para o sistema familiar enfrentar a crise, dispondo-se à mudança quando ela é necessária (Serra, 2011).

Minuchin (1988) refere que uma função da família é apoiar os elementos que a compõe e quando um elemento sofre um evento potenciador de *stress*, os outros elementos da família “sentem necessidade de se acomodar às circunstâncias dele” (p.65), pelo que a transversalidade do evento requer um ajuste individual e familiar. Para Minuchin (1988) as transações que se dão entre marido e mulher, permitem minorar o efeito do *stress* que ocorre num dos cônjuges; a família, enquanto recurso natural e com uma função protetora, tem capacidade para dar o apoio emocional, que visa a resolução de problemas, ao fornecer os canais adequados para metabolizar os sentimentos negativos associados a uma situação de crise.

Na esteira do pensamento de Minuchin, também para Alarcão (2006) quando um dos elementos da família se depara com situações de *stress*, os restantes membros da família também sofrem com essa pressão, ocorrendo mudanças que visam um melhor enfrentamento do problema. Perante a crise, um indivíduo fica mais dependente das relações familiares, porque essas relações, quando funcionais, podem ajudar a encontrar o caminho para a superação das dificuldades ou, pelo contrário, podem aumentar o peso dos problemas (Caplan, 1980).

### **3.3 O desemprego, o *stress* e a depressão**

De facto a perda de emprego é um acontecimento gerador de tensão e é uma das experiências mais traumáticas de vida que se abate sobre um indivíduo (Moorhouse & Caltabiano, 2007), interferindo na área de recursos económicos e de contactos sociais, inibindo o desenvolvimento pessoal e o reconhecimento, levando a um processo de desvalorização. O desempregado vê-se perante uma diminuição do rendimento, que provoca alterações no estatuto social e no relacionamento com os outros; o desemprego torna-se uma fonte de *stress*, com repercussões na saúde física, com aumento de fatores de risco biológico e mental, em que o sentimento de fracasso que lhe está associado, pode conduzir a uma perda de sentido para a vida (Serra, 2011).

Weckström (2012) para descrever os mecanismos que provocam danos no bem-estar dos indivíduos e que estão associados ao desemprego, socorre-se da *Teoria da Privação* proposta por Jahoda (1982; cit. por Weckström, 2012), teoria que assenta nos benefícios manifestos do emprego, como seja a obtenção de rendimentos, e nos benefícios latentes, tais como estrutura temporal, contactos sociais, objetivos externos, atividade regular, estatuto e identidade, que se refletem no bem-estar.

O desemprego tem impacto na agudização de problemas sociais, na organização da vida familiar e individual, pela miríade de eventos que provoca, tais como preocupação, incerteza financeira e familiar, dificuldades conjugais, (McKee-Ryan, Song, Wanberg & Kinicki, 2005), níveis elevados de depressão, ansiedade, somatização, angústia, *stress*, apresentando, ainda, os indivíduos desempregados baixa autoestima, baixa autoconfiança, inatividade e isolamento social (Kessler, Turner & House, 1988, cit. por Dimas, Pereira & Canavarro, 2013; Warr, Jackson & Banks, 1988, cit. por Dimas et.al., 2013); o desemprego apesar de, numa primeira análise, ser um problema económico, tem consequências psicológicas vastíssimas, pelos sentimentos negativos que desencadeia, tendo um efeito profundo e nefasto na vida dos indivíduos e das famílias, ao exigir recursos emocionais para responder às dificuldades.

De acordo com Song et al. (2011) quando um dos cônjuges está desempregado e à procura de trabalho e o outro trabalha a tempo integral, a tensão que é experienciada por um dos elementos pode influenciar o outro, porque a família funciona como um sistema, em que uma modificação num elemento pode modificar o outro elemento. Esta transferência de experiências afetivas entre os indivíduos, em que a exposição ao *stress* pode levar à passagem de sintomas entre o casal, foi designada de *crossover* por Westman (2001; cit. por Song et al., 2011).

Foram identificados três modelos de *crossover*: 1) Por transmissão direta, através de um processo diádico há passagem direta de angústia, podendo ocorrer pelo contágio da emoção, através de processos de empatia. Nos estudos foram encontradas correlações de sintomas depressivos nos cônjuges desempregados e empregados (Song, et al., 2011); 2) Por transmissão através de um mediador, sob a forma de suporte social. Num casal o apoio conjugal pode mediar os respetivos níveis de angústia, dado o cônjuge ser, muitas vezes, a primeira pessoa a quem é solicitada ajuda, sendo um recurso importante do ponto de vista físico e mental. Mas cônjuges angustiados podem apresentar comportamentos menos favoráveis e com mais manifestação de hostilidade; 3) E, por último, o *crossover* pode verificar-se através do modelo de fatores comuns de *stress* que, pelas rotinas diárias, podem levar à sincronização de mal-estar, provocando mais danos do que eventos mais importantes. Contudo, há a realçar que estes mecanismos de *crossover* não são mutuamente exclusivos e podem operar simultaneamente (Westman & Vinokur, 1998; cit. por Song et al., 2011).

Song et al. (2011) estudaram uma amostra de 100 casais, em que um dos cônjuges estava desempregado e o outro empregado, comprovando a pertinência do *crossover* direto. O efeito de *crossover* direto do cônjuge desempregado para o empregado é significativo, bem

como do cônjuge empregado para o desempregado, indicando, assim, *crossover* direto entre os elementos do casal, sugerindo que o impacto negativo da perda de emprego se estende ao cônjuge que trabalha.

A análise efetuada por Kinnunen e Feldt (2004) demonstra que os distúrbios psicológicos de um elemento do casal estão relacionados com os distúrbios psicológicos do outro elemento, existindo ainda relação, no caso de tensões psicológicas, estados de espírito negativos e sintomas depressivos. Estudos longitudinais (Barnett et al., 1995; cit. por Kinnunen & Feldt, 2004) demonstraram que a tensão, a ansiedade e sintomas depressivos são transmitidos de marido para mulher e vice-versa. Assim, a tensão num dos parceiros provoca uma reação empática no outro, o que faz aumentar o nível de tensão, registrando-se um processo de *crossover*, quando um se coloca emocionalmente no lugar do outro que está em sofrimento.

Howe, Levy e Caplan (2004) fazem referência à influência que a perda de emprego tem sobre o relacionamento do casal, expondo-o a eventos stressantes comuns; a pesquisa tem-se centrado na pessoa que fica desempregada, sobretudo nos homens, mas as mulheres também enfrentam consequências similares às dos homens quando perdem o emprego, nomeadamente sintomas depressivos, ansiedade, raiva, insatisfação, irritação, etc. (Dew, Penkower & Bromet, 1991; cit. por Howe et al., 2004). Contudo, pouco se sabe sobre a forma como o desemprego afeta o casal, porque a literatura ainda é parca nos efeitos do *stress* na família. O estudo destes pesquisadores testa três modelos para tentar perceber como é que os fatores de *stress*, após a perda de emprego, podem influenciar os sintomas depressivos em casais. A saber, modelo de *stress* comum, modelo de transmissão de *stress* e modelo de interrupção da relação.

No modelo de *stress* comum há teorias que se focam no nível individual do processo, em que a perda de emprego é vista como um grande evento de *stress* para o próprio, sobretudo se o emprego assumir um papel central. Price, Friedland e Vinokur (1998; cit. por Howe et al., 2004) descrevem a perda de trabalho como o principal evento de *stress*, mas que conduz a uma série de eventos de *stress* de caráter secundário, muitos deles de ordem financeira, que vão diminuir a qualidade da relação, porque os dois membros do casal não são independentes, reforçam-se mutuamente. Portanto, o efeito de *stress* individual pode levar a que os membros do casal experienciem aumento de *stress* na situação de desemprego de um dos cônjuges. Se o casal mantém uma relação positiva, isto é, saudável e equilibrada, o apoio que dão um ao outro pode constituir um fator atenuante na manifestação de *stress*.

No modelo de transmissão de *stress* os eventos têm efeitos no seio do casal, havendo transmissão, na verdadeira acepção da palavra; as pessoas ficam angustiadas como resultado da consciencialização do sofrimento vivido pelo outro. As pesquisas efetuadas são consistentes com a associação de *stress* dos maridos a distúrbios nas mulheres e este modelo implica uma influência unilateral, do desempregado para o parceiro, mas não o inverso (Howe et al., 2004).

No modelo de interrupção da relação, os eventos de perda de emprego podem levar a um impacto no casal que degrada a relação, originando conflitos que reduzem a satisfação da relação.

Por último, e de acordo com os mesmos autores, os três modelos foram suportados pelas investigações, sugerindo um modelo integrado em que se obtenha uma visão mais completa da resposta dos casais a grandes pressões, dado que os fatores de tensão são encarados de forma relativamente semelhante e, como resultado, os dois elementos, quer o indivíduo que perdeu o emprego, quer o seu parceiro, sofrem angústia; a angústia de um tem impacto no outro, mas a tendência é mais vincada nos casais em que é o homem que está desempregado, levando a um decréscimo na qualidade da relação (Howe et al., 2004).

O estudo feito por Jahoda, Lazarszfel, e Zeisel (1933; cit. por Galatzer-Levy, Bonanno & Mancini, 2010) debruçou-se sobre os efeitos do desemprego após o encerramento de uma unidade fabril austríaca, tendo sido descritas perturbações que não poderiam estar somente associadas à perda de rendimentos, tais como a menor utilização do serviço de bibliotecas públicas, menor leitura de jornais gratuitos e reduzida frequência de eventos gratuitos, o que prova que a perda de emprego afeta uma vastíssima área de competências.

É frequente que um fator de *stress* leve ao desenvolvimento de patologia depressiva e os acontecimentos de vida parecem ter um peso considerável em todas as formas de depressão. Mas, também é reconhecido que apenas alguns indivíduos se deprimem, ao que está associado a avaliação que fazem do acontecimento, na medida dos recursos disponíveis e da contextualização. Brown (1998; cit. por Serra, 2011) refere que grande parte dos acontecimentos de vida indutores de depressão são constituídos por uma perda, que pode ser considerada num sentido amplo, como seja a perda de emprego. Os sintomas depressivos são os que estão mais associados ao desemprego, correlacionando-se positivamente com a ansiedade e a somatização. Assim, os acontecimentos de vida têm um papel preponderante nas formas de depressão (Serra, 2011); McKee-Ryan et al. (2005) referem que uma das consequências do desemprego é a depressão e de acordo com a OMS (2014) a depressão, no pior dos casos, pode levar ao suicídio.

Bordea e Pellegrini (2014) desenvolveram uma investigação onde pretenderam identificar relações entre três variáveis, *stress*, depressão e ansiedade, em indivíduos desempregados, com o intuito de desenvolver estratégias de prevenção para minorar as consequências do desemprego. As estratégias assentam na rápida reinserção social e ocupacional, visando uma vida melhor para as pessoas desempregadas, na medida em que a vulnerabilidade agrava as condições mentais. Encontraram uma forte correlação entre os níveis de depressão e os níveis de *stress*, o que sugere que a depressão está associada a níveis elevados de *stress*; resultados idênticos foram obtidos para o *stress* e ansiedade, ansiedade e depressão.

No estudo em referência (Bordea & Pellegrini, 2014) o casal funciona como fator protetor na manifestação de sintomatologia depressiva; refira-se, ainda, que há uma maior incidência de sintomatologia depressiva nos indivíduos com habilitações mais baixas.

### **3.4 Ideação suicida**

As crises económicas exercem um agravamento sobre a influência para o suicídio (Durkheim, 1897/2011). O suicídio tem causas multifatoriais em que intervêm fatores biológicos, psicológicos e sociais, considerando-se como a expressão de uma falha dos mecanismos adaptativos do indivíduo ao meio ambiente, provocado por uma situação de conflito atual ou permanente que gera um estado de tensão emocional (Santi & Betancourt, 2000).

O suicídio, ou a sua tentativa, é um evento com repercussões no funcionamento do sistema familiar, desencadeando uma crise pelo *stress* que lhe está implícito; contudo, não se pode deixar de referir que a deterioração do funcionamento familiar é um fator de peso para tal intento e Santi e Betancourt (2000) verificaram a existência de uma tendência de desajustamento familiar junto de pacientes que tentaram o suicídio, pelo que os conflitos que existem no seio da família são um fator de risco relevante.

Serra (2011) refere uma associação da taxa de mortalidade com o desemprego, 20% a 30% superior à que se verifica na população em geral. O desemprego promove o declínio da saúde mental e do bem-estar, infligindo sofrimento mental e exacerbando vulnerabilidades sociais e de saúde mental preexistentes (Garcy & Vägerö, 2013).

Um estudo longitudinal dos britânicos Montgomery, Cook, Bartley e Wadsworth (1999; cit. por Garcy & Vägerö, 2013) examina o efeito de desemprego na formação de sintomas de depressão e ansiedade em jovens do sexo masculino, tendo concluído que o

desemprego aumenta o risco desses sintomas, mesmo quando excluídos sujeitos com historial anterior de depressão. Contudo, Garcy e Vägerö (2013) sugerem a existência de independência entre o suicídio e o desemprego, sendo o suicídio atribuível a doença pré-existente, nomeadamente problemas de foro psiquiátrico e, eventualmente, com forte componente hereditária.

O estudo longitudinal efetuado por Garcy e Vägerö (2013), junto da população sueca, em que foi examinado o risco de mortalidade por suicídio, no decurso e após um período de recessão, constatou o aumento do risco de mortalidade por suicídio, mas fatores sociais, familiares e estados de saúde tinham uma forte influência. O aumento do suicídio, após o período de recessão, regista maior impacto nos homens desempregados do que nas mulheres, o que leva a concluir de um possível efeito de sexo nas tendências suicidas dos desempregados, parecendo que a perda de emprego nas mulheres não tem os mesmos efeitos psicossociais do que para os homens (Garcy & Vägerö, 2013).

No Japão há uma forte associação entre o suicídio e o desemprego, junto da população masculina, mas não se verifica idêntica associação na população feminina (Kuroki, 2010), havendo, contudo, e fruto da maior participação das mulheres na força de trabalho um aumento das taxas de suicídio junto do sexo feminino. Ainda no Japão, a primeira causa de morte entre os homens, no auge da idade ativa, é o suicídio e, em 2007, mais de metade das pessoas que se suicidaram estavam desempregadas, associando-se a depressão como motivo principal.

Quanto à existência de ideação suicida em crianças, a pesquisa efetuada por Kølves (2010) demonstrou que os fatores sociais, culturais e ambientais podem conduzir a um agravamento ou redução dos fatores de risco existentes em crianças. Estudos referidos por Kølves (2010) relatam que 70.5% dos suicídios de crianças com idades compreendidas entre os 9 e os 14 anos tinham como fator desencadeante um conflito familiar. Uma crise económica, decorrente do aumento da taxa de desemprego, pode ter grande influência sobre o sistema familiar, o que tem implicações na diminuição de gastos com saúde e com a educação dos descendentes. A instabilidade no ambiente familiar e a ausência de socialização podem influenciar o desenvolvimento cognitivo da criança. São alterações que podem criar conflitos e violência dentro da família, aumentando a irritabilidade nas crianças, deprimindo o humor e provocando maior hipersensibilidade, o que torna as crianças mais solitárias, com menos amigos, com queixas somáticas, podendo levar ao aumento de episódios de delinquência e também de comportamento suicida (Kølves, 2010).

### 3.5 O desemprego vivido no feminino e no masculino

De acordo com Chahad e Chahad (2005) no tempo em que o homem era o pilar financeiro da família o desemprego significava perda de autoridade; Weckström (2012) refere que os efeitos dramáticos do desemprego não ocorrem só pela tensão financeira, ou do desemprego enquanto tal, mas também pela perda de identidade do homem enquanto responsável pelo bem-estar da família.

No seio familiar o gênero do cônjuge desempregado é importante, apesar de a tendência ser a da indiferenciação do sexo. Pesquisadores sugeriram que as mulheres seriam menos afetadas pelo desemprego, porque tinham mais facilidade em assumir diferentes papéis fora da esfera do trabalho (Romero, Castro, & Cervantes, 1988; cit. por Howe et al., 2004), nomeadamente as tarefas domésticas, que permitem o preenchimento do tempo, para além do sentido de imprescindibilidade que têm. As mulheres avaliam as consequências do desemprego no bem-estar individual, de forma menos negativa que os homens, adaptando-se melhor ao desemprego (Weckström, 2012).

Howe et al. (2004) referem que as mulheres desempregadas enfrentam as mesmas consequências que os homens, isto é sintomas depressivos, ansiedade, raiva, insatisfação, irritação; o *stress* desencadeado pelos fatores de tensão atinge os dois membros do casal de igual forma. Contudo, quando é a mulher a ficar desempregada, o efeito no homem é mais fraco, embora a mulher fique tão deprimida quanto o homem.

Estas diferenças, para além de poderem estar associadas a uma forma distinta do homem e da mulher experienciarem a perda, também podem refletir a falta de envolvimento do homem nas preocupações da mulher que fica desempregada e procura emprego. Estudos realizados por Rohrbaugh et al. (2002; cit. por Howe et al., 2004) sugerem que as tensões desencadeadas pelo desemprego do homem, bem como as dificuldades financeiras daí decorrentes, são assumidas pelos dois elementos do casal, ao passo que quando uma mulher perde o emprego, o mais provável é que assuma esse acontecimento de forma solitária. As mulheres estão mais suscetíveis ao *stress* que é experienciado pelos homens, do que os homens ao *stress* que é experienciado pelas mulheres. Assim, a possibilidade de a tensão ser transmitida do homem para a mulher é mais elevada, ou seja, as mulheres cujos maridos estão desempregados e num processo de procura de emprego, sofrem de situações de maior *stress* do que o inverso (Howe et al., 2004).

Os resultados do estudo realizado por Artazcoz, Benach, Borell e Cortès (2004) junto dos desempregados da Catalunha, indicam que a existência de uma família permite uma

melhor adaptação das mulheres, do que dos homens, ao desemprego. Foram examinados os efeitos do desemprego sobre a saúde mental e a possível interação entre o gênero, e estes autores verificaram que o desemprego teve mais impacto na saúde mental dos homens, fortalecido pelo papel tradicional do homem como “chefe de família”. Os efeitos do desemprego, mediados por contextos sociais, são determinados culturalmente por papéis familiares e classes sociais; o impacto do desemprego pode ter diferentes significados para homens e mulheres e pode depender do investimento que é feito nas responsabilidades familiares. Funções que são desempenhadas pela mulher, como seja cuidar dos filhos, parecem resultar num efeito protetor, já que se trata de uma atividade que fornece estruturação do tempo, estatuto e atividades.

Socialmente o homem ainda é mais investido no papel de trabalhador central da família, tem uma identidade baseada no papel profissional, o que torna o desemprego mais estigmatizante, pela incapacidade de prover às necessidades da família, enquanto a identidade feminina é mais influenciada pelos papéis relacionados com a família (i.e., mãe, dona de casa, esposa); assim haverá tendência a uma agudização de mal-estar quando os papéis são invertidos e passa a mulher a ser a principal fonte de rendimentos (Chahad & Chahad, 2005). Apesar de amiúde ser referida a escassez de estudos centrados na família e desemprego, este é um fator de instabilidade conjugal, que pode levar ao divórcio/separação, contudo parece que é o desemprego masculino que potencia mais os casos de dissolução (Wilhelm & Ridley, 1988; cit. por Dimas et al., 2013). Durante o desemprego os homens reportam uma saúde psicológica mais pobre que as mulheres, tendo sido evidenciado que o homem desempregado experiencia ansiedade mais alta que as mulheres desempregadas (Waters & Moore, 2002).

De acordo com Serra (2011) a autoestima resulta da avaliação que a pessoa faz de si própria. O homem que possua uma identidade muito cimentada nos valores tradicionais de chefe de família, sofre sérios reveses na autoestima, na medida que o desemprego vai comprometer a realização das obrigações que tem para com a família. A identidade masculina está indelevelmente associada ao papel do emprego, enquanto a identidade da mulher, para além do papel profissional, também está associada ao papel de cuidadora dos filhos e de papéis comunitários.

Bordea e Pellegrini (2014) nos estudos que realizaram concluíram que os homens desempregados estão mais suscetíveis a desenvolver depressão do que as mulheres desempregadas. McKee-Ryan et al. (2005), na meta análise efetuada, referem ter encontrado resultados importantes no que respeita às diferenças de sexo. As mulheres desempregadas apresentaram menor saúde mental e satisfação com a vida, do que os homens. Este resultado

contraria outros estudos, já aqui referidos, em que o desemprego é mais prejudicial para os homens. A explicação pode estar associada a uma mudança do papel da mulher no mercado de trabalho. De qualquer forma, sendo também referido pelos investigadores, a resposta ao desemprego é muito heterogénea.

#### 4. Objetivos e Hipóteses

De acordo com a literatura, o desemprego afeta o indivíduo, mas também todo o sistema familiar (Schliebner & Peregoy, 1994).

A alteração do estatuto de empregado para o estatuto de desempregado, leva a uma degradação da saúde mental (Mossakowski, 2009), obrigando a um ajustamento familiar que provoca *stress*, e que, em caso de capacidade de mudança, implica a reforma de normas e regras de família; o desemprego está associado a sintomatologia depressiva e o *stress* daí resultante pode produzir uma maior vulnerabilidade ao suicídio (Garcy & Vägerö, 2013).

Numa amostra constituída por casais, em que um elemento da díade conjugal está desempregado, temos como objetivo analisar se os homens e as mulheres em estado de desemprego, vivenciam a situação de forma semelhante, ou se há diferenças, como a literatura referencia (Artazcoz et al., 2004; Bordea & Pellegrini, 2014; Howe et al., 2004; McKee-Ryan et al., 2005; Waters & Moore, 2002; Weckström, 2012).

Atendendo aos níveis preocupantes de desemprego que se registam na sociedade portuguesa, temos, ainda, como objetivo avaliar os níveis de *stress* e de depressão no funcionamento familiar, e conseqüentemente, na ideação suicida, isto é, se a depressão é uma variável que medeia a relação entre o funcionamento familiar e a intenção de pôr fim à vida.

Assim, propomos para o presente trabalho as seguintes hipóteses:

1. Espera-se encontrar diferenças significativas entre os homens e as mulheres desempregadas, quanto ao funcionamento familiar, ao *stress*, à sintomatologia depressiva e à ideação suicida.
2. Espera-se que quanto mais funcional seja o relacionamento dos casais menor o sentimento de *stress*, menor a sintomatologia depressiva e menor será também a sua ideação suicida.
3. Pretendemos verificar se a sintomatologia depressiva funciona como variável mediadora da relação entre o funcionamento familiar e a ideação suicida. Espera-se pois, que perante uma melhor funcionalidade do sistema familiar, haja uma menor sintomatologia depressiva. Por sua vez, espera-se que perante uma menor sintomatologia depressiva se verifique uma menor ideação suicida.

## MÉTODO

### 1. Participantes

Os participantes foram seleccionados por conveniência, de forma não aleatória e com objetivos dirigidos (Marôco, 2010). Os dados foram recolhidos numa estrutura local de apoio a desempregados.

O presente estudo é constituída por 44 casais, 88 sujeitos, com idades compreendidas entre os 29 e os 66 anos ( $M=47.69$ ;  $DP=8.29$ ), todos de nacionalidade portuguesa e residentes num concelho da Área Metropolitana de Lisboa. Quanto aos agregados familiares 76 participantes (86.4%) são casados e 7 participantes (8%) vivem em união de facto (Tabela 1);

Tabela 1  
*Média e Desvio Padrão das Idades Segundo o Sexo/ Percentagem do Estado Civil /*

|      |           | Idade |               | Estado Civil |        |             |            | Total |
|------|-----------|-------|---------------|--------------|--------|-------------|------------|-------|
|      |           | Média | Desvio Padrão | Solteiro     | Casado | União Facto | Divorciado |       |
| Sexo | Masculino | 48.77 | 8.64          | 1.1%         | 43.2%  | 5%          | 1.1%       | 50.4% |
|      | Feminino  | 46.61 | 7.87          | 2.3%         | 43.2%  | 3%          | 1.1%       | 49.6% |
|      | Total     | 47.69 | 8.29          | 3.4%         | 86.4%  | 8%          | 2.2%       | 100%  |

32 casais (72.7%) vivem com o/a companheiro/a e filhos e 12 casais (27.3%) vivem apenas com o/a companheiro/a. Quanto ao número de filhos, 39 participantes (45.9 %) têm dois filhos e 29 participantes (34.1%) têm um filho (Tabela 2). A idade média dos filhos dos casais é de 15 anos (M=15.7).

Tabela 2  
*Número de Filhos de Acordo com o Estado Civil*

|                | Número de filhos |      |      |      |     |
|----------------|------------------|------|------|------|-----|
|                | 0                | 1    | 2    | 3    | 4   |
| Estado civil   |                  |      |      |      |     |
| Solteiro       | 1                | 2    | 0    | 0    | 0   |
| Casado         | 4                | 25   | 37   | 7    | 1   |
| União de Facto | 0                | 2    | 2    | 2    | 0   |
| Divorciado     | 1                | 0    | 0    | 1    | 0   |
| Total          | 6                | 29   | 39   | 10   | 1   |
| Percentagem    | 7.1              | 34.1 | 45.9 | 11.8 | 1.2 |

Em todos os casais participantes há um elemento empregado e outro elemento desempregado. Há 44 participantes desempregados (50 % da amostra) e dos empregados 36 participantes (40.9%) são empregados por conta de outrem e 8 participantes (9.1%) são trabalhadores por conta própria. Dos desempregados, 23 sujeitos são do sexo masculino e 21 do sexo feminino; dos empregados 21 sujeitos são do sexo masculino e 23 sujeitos são do sexo feminino (Tabela 3). Do grupo dos desempregados, 32 sujeitos (73%) estão desempregados pela primeira vez e 12 sujeitos (27%) não é a primeira vez que estão desempregados, registando-se uma distribuição homogénea da condição a nível de sexo (Figura 1). Em média os participantes desempregados estão nessa situação há cerca de 16 meses (M=16.39 meses).

Tabela 3  
*Estatística de Homens e Mulheres Empregados e Desempregados*

|          | Empregados | %   | Desempregados | %   |
|----------|------------|-----|---------------|-----|
| Homens   | 21         | 48% | 23            | 52% |
| Mulheres | 23         | 52% | 21            | 48% |
| Total    | 44         |     | 44            |     |

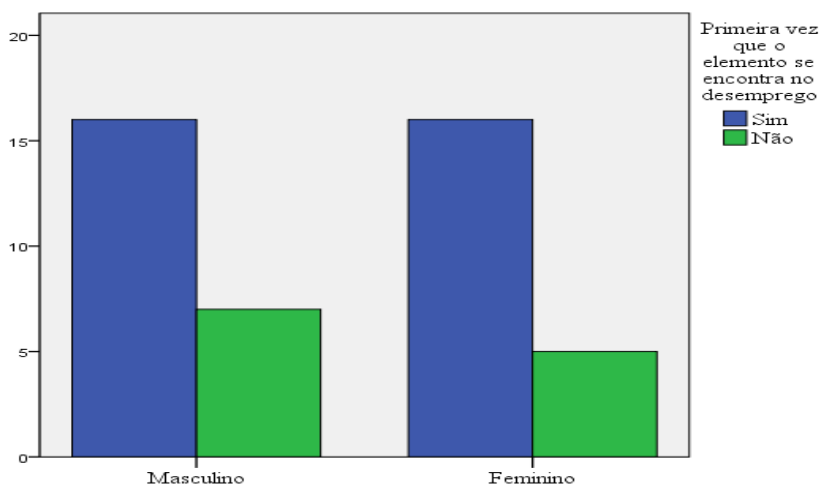


Figura 1. Distribuição por Sexo da Condição “Primeira Vez no Desemprego”

No que se refere às habilitações literárias, 27 participantes (31%) possuem o ensino secundário e 21 participantes (24.1%) detêm uma licenciatura. Podemos verificar uma similitude entre as habilitações literárias dos empregados e desempregados, nomeadamente a nível do secundário, com 13 participantes (30.2%) empregados e 14 participantes (31.8%) desempregados (Figura 2).

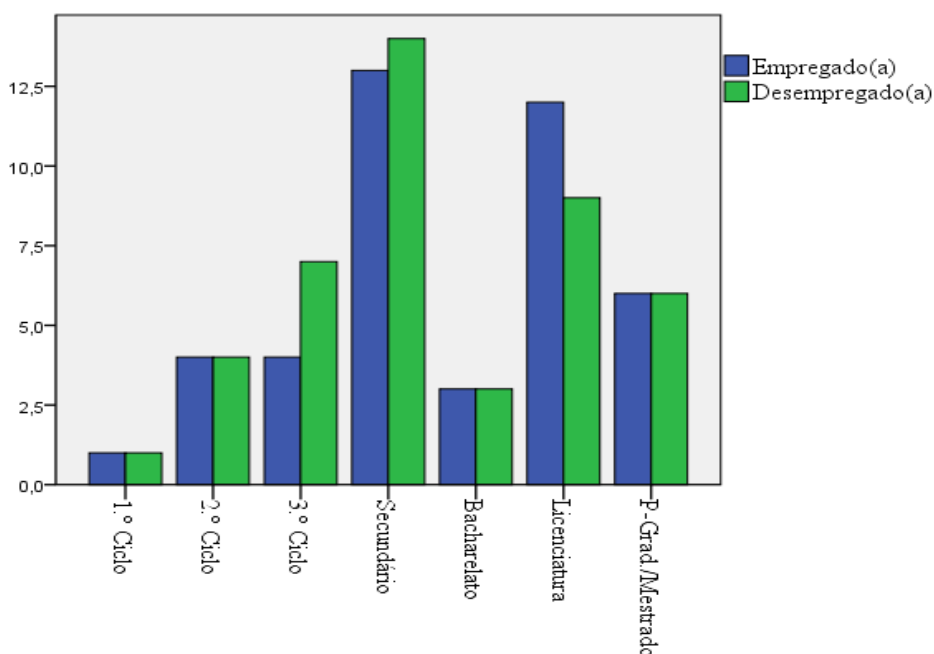


Figura 2. Gráfico da Frequência das Habilitações Literárias dos Empregados e Desempregados.

90.7% dos desempregados recebem subsídio de desemprego enquanto 9.3% não. Dos participantes com direito ao subsídio de desemprego, 20 (cerca de 51.2%) recebem um subsídio de desemprego cujo valor se situa entre os 500 euros e 1000 euros; a distribuição por sexo permite verificar que igual número de homens e mulheres recebem um subsídio de desemprego superior a 1000 euros (Figura 3). 32 participantes (91.4%) responderam negativamente à questão relativa ao recebimento de Rendimento Social de Inserção. 37 participantes (97.4%) referiram não ter outro apoio económico. Quanto à expectativa dos desempregados voltarem a ter emprego, 16 participantes desempregados (39%) não esperam voltar à condição de empregado, e 14 participantes (34.1%) esperam obter emprego dentro de 6 meses (Tabela 4).

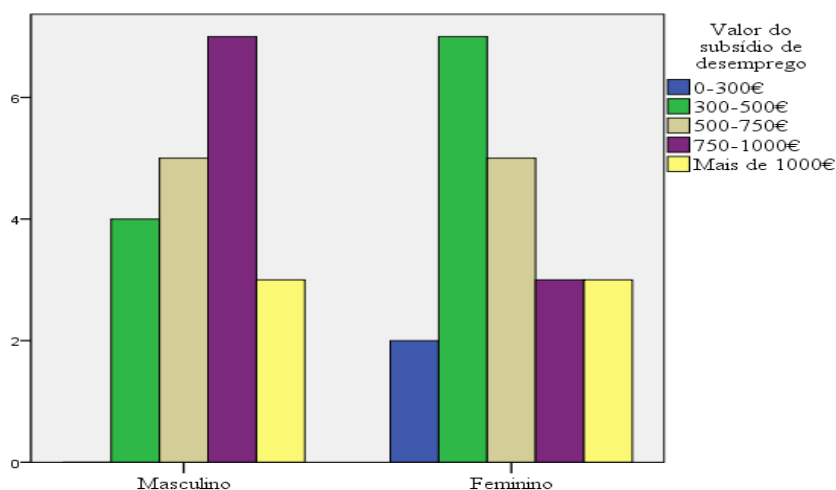


Figura 3. Valor do subsídio de desemprego de acordo com o sexo.

Tabela 4

*Estatística da expectativa dos desempregados voltarem a ter emprego*

| Tempo              | Percentagem |
|--------------------|-------------|
| Dentro de 2 meses  | 12.2%       |
| Dentro de 6 meses  | 34.1%       |
| Dentro de 12 meses | 14.6%       |
| Nunca              | 39.0%       |
| Total              | 100%        |

## **2. Instrumentos**

### **2.1 Questionário Sociodemográfico**

O questionário sociodemográfico utilizado na recolha de dados tem duas versões, uma destinada a ser preenchida pelo elemento do casal que está empregado e a outra versão destinada a ser preenchida pelo elemento do casal que está desempregado. O questionário tem em vista a caracterização dos participantes e a informação recolhida diz respeito ao sexo, idade, estado civil, habilitações, constituição do agregado familiar, situação profissional e, no caso do desempregado, situação económica, tais como recebimento de subsídio de desemprego e recebimento de Rendimento Social, duração do desemprego, expectativa de voltar a trabalhar.

### **2.2 FACES - Escala de Avaliação da Flexibilidade e Coesão Familiar**

O *Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale* (Olson, 2011) pretende aceder às forças e fraquezas das famílias que se manifestam nos respetivos comportamentos (Ball et al., 2009) e que pode ser preenchido por indivíduos com mais de 12 anos.

O instrumento FACES já vai na IV versão e as melhorias que foram introduzidas pelo autor, permitem uma melhor e mais completa avaliação do funcionamento familiar, do que as versões anteriores, porque possibilita o acesso aos extremos das dimensões Coesão e Flexibilidade Familiar e que respeitam à disfuncionalidade familiar, com uma escala tipo Likert de cinco níveis, de 1- Discordo fortemente, a 5- Concordo fortemente. Neste trabalho utilizámos a versão que se encontra em processo de validação para a população portuguesa (Gouveia-Pereira, Coutinho, Gomes, Martins & Miranda, 2014).

O FACES IV é composto por quatro dimensões, a saber: a Coesão, a Flexibilidade, a Comunicação e a Satisfação. As dimensões da Coesão e Flexibilidade apresentam 6 subescalas, duas equilibradas e quatro desequilibradas (i.e., coesão desligada e emaranhada, flexibilidade rígida e caótica) de 7 itens cada uma, o que perfaz 42 itens, num questionário de autopreenchimento. A dimensão da Comunicação Familiar é constituída por 10 itens e avalia aspetos mais importantes da comunicação no sistema familiar. A Dimensão de Satisfação Familiar é composta por 10 itens e avalia o nível de satisfação que os membros da família sentem relativamente a aspetos do funcionamento familiar.

O FACES IV tem como objetivo medir o funcionamento familiar a nível da coesão, flexibilidade, comunicação e satisfação de acordo com o modelo Circumplexo de Olson. Numa análise das características psicométricas da Escala FACES IV foram obtidos os seguintes valores de alfa de Cronbach para cada uma das subescalas mencionadas: Coesão equilibrada  $\alpha=0.78$  (e.g., “*Os membros da minha família estão envolvidos nas vidas uns dos outros*”). Flexibilidade equilibrada (e.g., “*A nossa família tenta novas formas de lidar com os problemas*”): esta subescala obteve inicialmente um valor de alfa de Cronbach muito baixo ( $\alpha=0.48$ ), pelo que houve necessidade, passo a passo, de eliminar 3 itens; primeiro, foi eliminado o item 26 (“*Na minha família, passamos as responsabilidades domésticas de pessoa para pessoa*”) e obteve-se um valor de alfa de Cronbach ainda baixo ( $\alpha=0.55$ ); de seguida procedeu-se à eliminação do item 32 (“*Na nossa família temos regras e papéis claros*”) e verificou-se o aumento do alfa de Cronbach ( $\alpha=0.58$ ); como se pretende um valor de alfa de Cronbach de valor superior ou igual a .60, procedeu-se à eliminação do item 8 (“*Os pais partilham a liderança na nossa família de forma igual*”); com este procedimento obteve-se um valor de alfa  $\alpha=0.64$ . Coesão desligada  $\alpha=0.76$  (e.g., “*Nós damo-nos melhor com pessoas de fora da nossa família do que com as de dentro*”). Coesão emaranhada: (e.g., “*Nós passamos demasiado tempo juntos*”): esta subescala obteve um valor de alfa de Cronbach baixo ( $\alpha=0.59$ ), pelo que houve necessidade de eliminar um item e foi eliminado o item 28 (“*Na minha família sentimo-nos demasiado ligados uns aos outros*”), tendo-se posteriormente obtido um valor de  $\alpha=0.63$ . Flexibilidade rígida  $\alpha=0.66$  (e.g., “*Na nossa família há consequências rigorosas para quem quebras as regras*”). Flexibilidade caótica  $\alpha=0.73$  (e.g., “*Na nossa família parece que nunca nos conseguimos organizar*”). Comunicação familiar  $\alpha=0.89$  (e.g., “*Os membros da minha família estão satisfeitos com a forma como comunicam uns com os outros*”). Satisfação familiar  $\alpha=0.95$  (e.g., “*O grau de proximidade entre os membros da família*”) (Tabela 5).

Tabela 5

*Fidelidade das Sub-Escalas do FACES IV*

| Subescalas FACES IV       | Nº itens | Média | Desvio Padrão | Alpha de Cronbach |
|---------------------------|----------|-------|---------------|-------------------|
| Coesão equilibrada        | 7        | 4.11  | .45           | .78               |
| Coesão desagregada        | 7        | 2.19  | .56           | .76               |
| Coesão aglutinada         | 6        | 2.22  | .49           | .63               |
| Flexibilidade equilibrada | 4        | 4.01  | .46           | .64               |
| Flexibilidade rígida      | 7        | 2.75  | .52           | .66               |
| Flexibilidade caótica     | 7        | 2.08  | .49           | .73               |
| FACES IV                  | 38       | 2.83  | .22           | .68               |
| Comunicação               | 10       | 3.82  | .53           | .89               |
| Satisfação                | 10       | 3.5   | .74           | .95               |

### 2.3 Escala de Percepção do Stress

A Escala de Percepção do Stress é uma adaptação da *Perceived Stress Scale* (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983) realizada por Ribeiro e Marques (2009) e trata-se de uma medida que propõe avaliar o grau em que o sujeito interpreta as situações da vida como *stressantes*, no pressuposto de que o *stress* é uma “resposta não específica do corpo a qualquer exigência” (Selye, 1979, p. 34; cit. por Ribeiro & Marques, 2009).

A escala original tem 14 itens, ao passo que a versão sobre a qual nos debruçamos possui apenas 13 itens, pois a adaptação realizada por Ribeiro e Marques (2009) procedeu à retirada do item 12, pelas fracas propriedades métricas. Estes itens são questões que se colocam ao participante acerca de como se sentiu ou pensou no mês anterior ao momento em que está a responder. (e.g., “No último mês com que frequência se sentiu aborrecido com algo que ocorreu inesperadamente?”; “No último mês com que frequência se sentiu nervoso ou stressado?”). As respostas são dadas numa escala ordinal de 1 – Nunca, a 5 – Muitas vezes.

Metade dos itens são afirmações positivas (itens 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12) e os restantes são afirmações negativas (1, 2, 3, 8, 11, 13); para se obter a nota total, somam-se os valores dos itens invertendo os itens positivos, de modo a que uma maior nota corresponda maior *stress*. O valor do alfa de Cronbach obtido para esta escala foi elevado ( $\alpha=0.84$ ) e a  $M=23.6$  e o  $DP = 6.9$ .

## 2.4 Inventário Depressivo de Beck (BDI)

O Inventário Depressivo de Beck (Beck, Ward, Mendelson, Mock & Erbaugh, 1961, cit. por Ribeiro, 2007) está aferido para a população portuguesa por Serra e Abreu (1973; Ribeiro, 2007). É um teste muito utilizado para avaliar a depressão, diferenciando os elementos de uma população depressiva de populações não depressivas, avaliando, ainda, a gravidade da depressão.

O Inventário Depressivo de Beck é uma escala autoavaliativa que inclui 21 itens constituídos por 4 afirmações organizadas numa escala de Gutman, que vai de inexistente, a que corresponde 0, até à manifestação grave de sintomas, a que corresponde o 3.

Os 21 itens valorizam os sintomas cognitivos da depressão, tais como: “estado de ânimo triste, pessimismo, incapacidade de decisão, sentimento de fracasso, insatisfação, sentimento de culpabilidade, sentimento ou desejo de autopunição, ódio a si mesmo, autoacusação, desejos suicidas, crises de choro, irritabilidade, afastamento social, distorção da imagem corporal, incapacidade de trabalhar, perturbação do sono, fatigabilidade, perda de apetite, perda de peso, hipocondria, diminuição da libido” (Ribeiro, 2007, p. 135) (e.g., “0- Não me sinto triste”; “1-Sinto-me triste”; “2-Estou sempre triste e não consigo deixar de me sentir triste”; “3-Sinto-me tão triste ou infeliz que não posso suportar a minha tristeza”).

O valor do alfa de Cronbach obtido para esta escala foi elevado ( $\alpha=0.86$ ) e a  $M=6.64$  e o  $DP = 6.14$ .

## 2.5 Questionário de Ideação Suicida (Q.I.S.)

O Questionário da Ideação Suicida é a versão portuguesa do *Suicide Ideation Questionnaire* (Reynolds, 1988; cit. por Ferreira & Castela, 1999) e tem como objetivo avaliar a gravidade dos pensamentos suicidas nos adolescentes e adultos, de modo a que os itens que compõem o questionário abrangem uma hierarquia de pensamentos relativos ao suicídio (Ferreira & Castela, 1999).

O questionário é composto por 30 itens (e.g., “Pensei que seria melhor não estar vivo”) e com uma escala de resposta de sete pontos, desde 1 – “pensamento que nunca ocorreu”, até 7 – “o pensamento ocorre sempre”, podendo atingir um máximo de 180 pontos, e onde valores mais elevados correspondem a maiores níveis de ideação suicida.

O Questionário de Ideação Suicida pode ser um potente instrumento na avaliação de risco de suicídio. O valor do alfa de Cronbach obtido para esta escala foi elevado ( $\alpha=0.91$ ) e a  $M=1.19$  e o  $DP = .459$ .

### **3. Procedimento**

A amostra para o presente estudo foi recolhida numa estrutura local de apoio a desempregados, situada na sede de concelho de um município da Grande Lisboa. No decurso de uma semana, os desempregados que se dirigiram a essa estrutura de apoio, foram abordados no sentido de participarem nesta investigação, reunidas à partida as condições que se impunham: 1) casados / união de facto; 2) só um dos elementos do casal estar na condição profissional de desempregado.

Ao cônjuge desempregado foi explicado sucintamente o objetivo da investigação, bem como foi feita uma ligeira descrição das escalas, explicando-se a obrigatoriedade do preenchimento individual, e qual o tempo médio de duração da tarefa. Foi prestado um esclarecimento informado acerca da confidencialidade e do anonimato do questionário, utilizado apenas para fins de investigação.

Depois de dada a explicação para o preenchimento, foram entregues ao elemento do casal dois envelopes, cada um com as escalas; um envelope com a inscrição *Empregado* e o outro envelope com a inscrição *Desempregado*. Cada envelope continha uma carta de apresentação (Anexo A), que reforçava a finalidade da investigação, bem como as instruções de preenchimento e disponibilização de contacto, para esclarecimento de eventuais dúvidas que viessem a surgir; de seguida, e pela ordem aqui enunciada, era apresentado um questionário sociodemográfico, versão para empregados (Anexo B) e versão para desempregado (Anexo C); a escala FACES IV; a Escala de Perceção de Stress; o Inventário Depressivo de Beck; por último, o Questionário de Ideação Suicida (Anexo D).

Solicitava-se ao elemento do casal que, após o preenchimento individual das escalas, as mesmas fossem colocadas no envelope onde tinham sido entregues. Ficou acordada a devolução das escalas na mesma estrutura local de apoio a desempregados, 15 dias após terem sido entregues, periodicidade de deslocamento ao local por parte dos desempregados. Na receção os dois envelopes são codificados, atribuindo-se um código único por cada dois envelopes.

#### 4. Análise estatística

Para a análise estatística foram utilizados testes paramétricos, assumindo-se que para amostras de dimensão superior a 25-30 sujeitos a distribuição amostral é satisfatoriamente aproximada à normal, permitindo a aplicação do teorema do limite central (Marôco, 2010).

Alguns destes métodos paramétricos, além da normalidade da distribuição, exigem também homogeneidade das variâncias, pressuposto verificado através da realização do teste de Levene. Marôco (2010) refere que os testes paramétricos são robustos à violação do pressuposto da Normalidade, desde que, entre outras, as dimensões das amostras não sejam extremamente pequenas. As estatísticas de testes paramétricos *t*-Student e ANOVA são robustas ao erro de tipo I.

Para a análise estatística dos dados foi utilizado o *software* SPSS Statistic, versão 22. As análises aos resultados obtidos no presente trabalho têm como valor de referência uma probabilidade de erro tipo I  $\alpha=0.05$ , valor a partir do qual rejeitamos  $H_0$  (Marôco, 2010; Marôco & Bispo, 2005). Assim, os resultados são considerados estatisticamente significativos quando o valor-p é inferior a 0.05.

## RESULTADOS

### 1. Análise das dimensões do FACES IV

O rácio é uma nova medida introduzida por Olson (2011) que permite transformar os dados e determinar o rácio do funcionamento familiar. Há três Rácios, o da Coesão Familiar, o da Flexibilidade Familiar e o Rácio Circumplexo Total que podem ser calculados através das fórmulas definidas na Figura 4:

$$\begin{aligned} \text{Rácio de Coesão} &= \text{Coesão Equilibrada} / \frac{(\text{C. Desagregada} + \text{C. Aglutinada})}{2} \\ \text{Rácio de Flexibilidade} &= \text{Flexibilidade Equilibrada} / \frac{(\text{F. Rígida} + \text{F. Caótica})}{2} \\ \text{Rácio do Funcionamento Familiar} &= \frac{\text{Rácio de Coesão} + \text{Rácio de Flexibilidade}}{2} \end{aligned}$$

Figura 4. Fórmulas para o Cálculo dos Rácios do Modelo Circumplexo

### 2. Análise descritiva do FACES IV

Apuramos os seguintes valores para os rácios: Rácio de coesão (M = 1.96; DP = .55); Rácio de flexibilidade (M = 1.71; DP = .40); Rácio do Funcionamento Familiar (M = 1.83; DP = .45) (Tabela 6).

Tabela 6  
*Rácios do Modelo Circumplexo*

| Rácios do Modelo Circumplexo    | Média | Desvio Padrão |
|---------------------------------|-------|---------------|
| Rácio da Coesão Familiar        | 1.96  | .55           |
| Rácio da Flexibilidade Familiar | 1.71  | .40           |
| Rácio do Funcionamento Familiar | 1.83  | .45           |

De forma a medir a relação entre os rácios do Modelo Circumplexo (Tabela 7), foi feita uma correlação de Pearson, que registou uma correlação positiva entre o Rácio da Coesão e o Rácio de Flexibilidade ( $r = .76, p = .000$ ), o que significa que quanto mais funcionais são os sistemas numa dimensão, mais funcionais também o são na outra dimensão.

Foi ainda feita uma análise de correlação entre o Rácio do Funcionamento Familiar e as escalas de Comunicação Familiar ( $r = .60, p = .000$ ) e de Satisfação Familiar ( $r = .61, p = .000$ ), registando-se correlações positivas entre estas variáveis, pelo que quanto mais funcional o sistema familiar, melhor a comunicação e maior a satisfação com a família.

Tabela 7

*Correlações de Pearson entre os Rácios do Modelo Circumplexo, a Comunicação Familiar e a Satisfação*

| Rácios do Modelo Circumplexo         | I      | II     | III    | IV     | V |
|--------------------------------------|--------|--------|--------|--------|---|
| I. Rácio da Coesão Familiar          | -      |        |        |        |   |
| II. Rácio da Flexibilidade Familiar  | 0.76** | -      |        |        |   |
| III. Rácio de Funcionamento Familiar | 0.96** | 0.92** |        |        |   |
| IV. Comunicação                      | 0.61** | 0.50** | 0.60** |        |   |
| V. Satisfação                        | 0.61** | 0.51** | 0.61** | 0.70** |   |

\*\* . $p < 0.01$

### 3. O desemprego no homem e na mulher

De acordo com a primeira hipótese espera-se encontrar diferenças significativas entre os homens e as mulheres desempregados, quanto ao funcionamento familiar, ao *stress*, à sintomatologia depressiva e à ideação suicida.

Vamos averiguar da existência de diferenças entre homens e mulheres desempregados. No que diz respeito ao Rácio do Funcionamento Familiar realizámos um teste t-Student e verificámos que não existem diferenças significativas entre os desempregados de sexo feminino e masculino ( $t(86)=0.26, p=.797$ ). O mesmo sucede para o Rácio da Coesão Familiar ( $t(86)=0.43, p=.672$ ) e Rácio da Flexibilidade Familiar ( $t(86)=-0.006, p=.995$ ), não se verificando diferenças entre os desempregados do sexo masculino e feminino. Assim,

podemos concluir que não existem diferenças significativas no funcionamento familiar, quando o desempregado é homem ou é mulher

Na Satisfação Familiar ( $t(86)=-.85$ ,  $p=.400$ ), bem como na Comunicação Familiar ( $t(86)=.59$ ,  $p=.556$ ) também não existem diferenças entre os sujeitos desempregados de sexos diferentes.

Também não existem diferenças significativas nas variáveis *stress* ( $t(86)=1.59$ ,  $p=.114$ ), sintomatologia depressiva ( $t(86)=1.34$ ,  $p=.185$ ) e ideação suicida ( $t(86)=-.095$ ,  $p=.924$ ) relativamente ao homem ou à mulher desempregada.

Deste modo, não existem diferenças quando o desempregado é homem ou é mulher, seja no funcionamento familiar, seja no *stress*, sintomatologia depressiva ou ideação suicida, pelo não se corrobora a nossa primeira hipótese.

#### **4. Correlação entre o Stress, a Depressão e Ideação Suicida no Funcionamento familiar.**

De modo a testar a segunda hipótese em estudo, onde esperávamos que quanto maior a funcionalidade do sistema familiar, menores os níveis de *stress*, de sintomatologia depressiva e de ideação suicida, verificámos, pelos testes efetuados, que o Rácio do Funcionamento Familiar ( $r=-.36$ ,  $p=.001$ ), o Rácio da Coesão ( $r=-.33$ ,  $p=.002$ ) e o Rácio da Flexibilidade ( $r=-.340$ ,  $p=.001$ ), se encontram negativamente correlacionados com o *Stress*, pelo que quanto melhor a funcionalidade do sistema familiar, menor a manifestação de *stress* (Tabela 8).

Igual sentido tomam a correlação entre os Rácios e o BDI: O Rácio do Funcionamento Familiar ( $r=-.32$ ,  $p=.003$ ), o Rácio da Coesão ( $r=-.30$ ,  $p=.004$ ) e o Rácio da Flexibilidade ( $r=-.30$ ,  $p=.005$ ), encontram-se negativamente correlacionados com o *BDI*, que significa que quanto melhor é a funcionalidade do sistema familiar, menor a sintomatologia depressiva (Tabela 8).

A mesma orientação toma a correlação entre os Rácios e a Ideação Suicida: O Rácio do Funcionamento Familiar ( $r=-.34$ ,  $p=.001$ ), o Rácio da Coesão ( $r=-.30$ ,  $p=.005$ ) e o Rácio da Flexibilidade ( $r=-.34$ ,  $p=.001$ ), encontram-se negativamente correlacionados com a Ideação Suicida, que significa que quanto mais funcional é o sistema familiar, menor é a Ideação Suicida. (Tabela 8).

Os dados obtidos convergem no sentido da nossa hipótese, pelo que corrobora a segunda hipótese.

Tabela 8

*Correlações de Pearson entre os Rácios do Modelo Circumplexo, o Stress, BDI e Ideação Suicida*

|                                   | I       | II      | III     | IV     | V      | VI |
|-----------------------------------|---------|---------|---------|--------|--------|----|
| I. Rácio Coesão Familiar          | -       |         |         |        |        |    |
| II. Rácio Flexibilidade Familiar  | .763**  |         |         |        |        |    |
| III. Rácio Funcionamento Familiar | .957**  | .918**  | -       |        |        |    |
| IV. Stress                        | -.330** | -.340** | -.355** | -      |        |    |
| V. BDI                            | -.301** | -.295** | -.317** | .593** | -      |    |
| VI. Ideação Suicida               | -.298** | -.342** | -.337** | .480** | .581** | -  |

\*\* .p<0.01

## 5. A Mediação da Depressão Entre o Funcionamento Familiar e a Ideação Suicida

Por sua vez, pretendemos verificar se a sintomatologia depressiva funciona como variável mediadora da relação entre o funcionamento familiar e a ideação suicida. Espera-se que perante a funcionalidade do sistema familiar, haja uma menor sintomatologia depressiva e que perante uma menor sintomatologia depressiva se verifique uma menor ideação suicida.

Para testar esta hipótese, recorreremos ao método de Baron e Kenny (1986).

Assim, e através da análise de uma regressão linear, que estuda a relação funcional entre duas variáveis (Marôco & Bispo, 2005), esperamos encontrar um efeito significativo da variável independente, o Rácio do Funcionamento Familiar, na variável mediadora, a sintomatologia depressiva, verificando-se que estas duas variáveis estão associadas de forma estatisticamente significativa no sentido negativo ( $\beta = -.32$ ,  $p = .003$ ,  $R^2 = .09$ ), concluindo-se pela verificação da primeira condição.

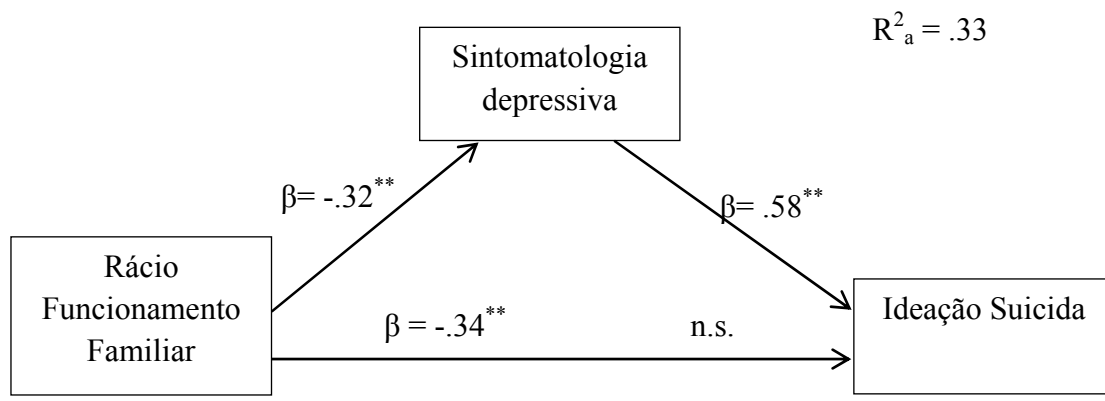
A segunda condição elencada por Baron e Kenny (1986) refere a necessidade de fazer uma nova regressão linear, desta feita testando o efeito da variável independente, o Rácio de Funcionamento Familiar, sobre a variável dependente, a Ideação Suicida; o efeito é estatisticamente significativo em sentido negativo ( $\beta = -.34$ ,  $p = .001$ ,  $R^2 = .103$ ).

A última análise de regressão foi feita pelo método de *stepwise*, tendo sido colocado, em simultâneo, a variável independente, Rácio do Funcionamento Familiar e a variável mediadora, sintomatologia depressiva, a regredir sobre a Ideação Suicida. Nesta terceira

condição verificámos o efeito significativo da variável mediadora, sintomatologia depressiva, na variável dependente, Ideação Suicida, em sentido positivo ( $\beta=.58$ ,  $p=.000$ ,  $R^2=.330$ ).

Nesta última regressão linear, e para suporte do modelo, o efeito da variável independente, Rácio do Funcionamento Familiar, na dependente, Ideação Suicida, o seu valor deve diminuir ou desaparecer. Os resultados mostram que o efeito do Rácio do Funcionamento Familiar na Ideação Suicida desapareceu, quando controlado para o efeito mediador da sintomatologia sepressiva ( $\beta=-.17$ ,  $p=.067$ ).

Preenchidas que estão todas as condições resta-nos realizar o teste Z de Sobel, ferramenta que nos permite certificar que a diminuição do efeito do funcionamento familiar sobre a ideação suicida, da segunda para a última análise de regressão, é estatisticamente significativa ( $Z=-2.77$ ,  $p=.006$ ). Há assim um modelo de mediação total, sendo que a variável Sintomatologia Depressiva é mediadora da relação entre o funcionamento familiar e a ideação suicida, e onde este modelo explica 33% da variância da ideação suicida (Figura 5).



Nota. n.s. = Estatisticamente não significativa      \* .  $p < .05$ , \*\* .  $p < .01$ .

Figura 5 . Modelo de mediação

Assim, a 3ª hipótese é confirmada.

## DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

O desemprego contribui para o agravamento de problemas sociais e para a fragilidade das relações, porque perturba a relação com os outros (Tumolo & Tumolo, 2004). Quando, numa família, um dos elementos do casal fica desempregado há necessidade de lançar mão dos recursos existentes, para fazer faces às alterações que ocorrem no seio familiar.

A realização do presente trabalho teve como ponto de partida a importância da família, enquanto dimensão de interação, de estruturação da vida social e enquanto espaço privilegiado de relações (Alarcão, 2006). Sendo a família um sistema, é suscetível a alterações e, se um dos elementos da família passa por vicissitudes que alteram o equilíbrio, do próprio e do sistema, num “jogo complexo de implicações, ações e retroações” (Alarcão, 2006, p. 47), assiste-se a uma causalidade circular, em que a reciprocidade influencia e é influenciável pelas interações (Alarcão, 2006; Gouveia-Pereira, 2012), numa dinâmica ininterrupta.

A adversidade que o desemprego representa provoca *stress*, que se apodera da organização quotidiana da família, pelo que as estratégias a utilizar serão determinantes para o equilíbrio, ou desequilíbrio do sistema. Entendemos, portanto, que o funcionamento familiar, enquanto pedra basilar na saúde mental dos cônjuges, vai ter impacto na ideação suicida, mas que esta relação vai ser mediada pela depressão.

### 1. O desemprego no homem e na mulher

Na primeira hipótese do nosso estudo esperávamos encontrar diferenças entre homens e mulheres, na situação de desemprego, ao nível do funcionamento familiar, do *stress*, da sintomatologia depressiva e da ideação suicida, expectativa que não foi confirmada.

O emprego tem benefícios manifestos, pela obtenção dos rendimentos, e tem benefícios latentes que advêm da estrutura temporal que proporciona, dos contactos sociais, do estatuto, da identidade (Jahoda (1982; cit. por Weckström, 2012). A ausência dos vastos benefícios associados ao emprego, alguns deles aqui elencados, têm o mesmo impacto nos homens e nas mulheres?

De acordo com a literatura, quando um dos elementos do casal trabalha e o outro está desempregado, a tensão que é experienciada por um pode influenciar o outro. Para Howe et al. (2004) tanto o homem como a mulher, quando desempregados, enfrentam consequências similares, em termos de saúde mental, tais como sintomas depressivos, ansiedade, raiva, insatisfação, irritação, porque são expostos a um conjunto semelhante de situações de stress.

Weckström (2012) refere que os efeitos dramáticos do desemprego no homem estão associados à perda de identidade, na medida em que ele é o responsável pelo bem-estar da família. Sem emprego o homem sente-se dependente (Tumolo & Tumolo, 2004), o que pode ter uma conotação de submissão, de subalternidade. Há investigadores que sugerem que a mulher é menos afetada pela perda de emprego, pela facilidade que têm em assumir outras tarefas, fora da esfera do trabalho, nomeadamente as tarefas domésticas (Romero, Castro, & Cervantes, 1988; cit. por Howe et al., 2004), avaliando as consequências do desemprego de forma menos negativa que os homens.

Mossakowski (2009) sugere que a existência de uma relação entre o estatuto de desemprego e sintomas depressivos é mais elevado nos homens do que nas mulheres, porque o desemprego é menos estigmatizante para elas. Para Song et al., (2011) os homens e as mulheres têm diferentes papéis sociais, tendo diferentes padrões de resposta no trabalho, nas responsabilidades familiares e no desemprego.

O estudo realizado por Artazcoz et al. (2004) vai na mesma linha de resultados dos investigadores aqui referidos, isto é, apresenta um maior impacto na saúde mental dos homens, referindo que a existência da família permite uma melhor adaptação das mulheres ao desemprego. A investigação de McKee-Ryan et al. (2005) encontrou resultados diferentes, com as mulheres desempregadas a apresentarem níveis mais baixos de saúde mental e de satisfação com a vida do que os homens, bem como uma maior probabilidade de sofrer de depressão. Contudo, é ponto assente que a resposta associada às situações de desemprego é muito heterogénea e condicionada pelo contexto.

Nos resultados obtidos pelos nossos participantes não se encontram diferenças entre os homens e as mulheres desempregados. Assim, estes resultados não vão ao encontro dos estudos realizados por Artazcoz et al. (2004), Bordea e Pellegrini (2014) e McKee-Ryan et al. (2005), onde se verificam diferenças entre os homens e as mulheres na presença do desemprego. Como explicação para os nossos resultados, acreditámos que as crenças tradicionais sobre o papel do homem ou da mulher na sociedade têm sido postas em causa, diríamos nós, pelo papel igualitário que se pretende para homens e para mulheres e, onde o emprego ocupa uma posição central na vida e na identidade dos indivíduos, independentemente do sexo. Estamos convictos que a mulher está tão investida profissionalmente como o homem e que, no presente caso, nos parece interiorizado pelo casal.

Acrescentámos, ainda, que a média de idades dos filhos, ( $M=15.7$  anos), pressupõe a autonomia dos mesmos e de também de um processo de identidade, característico da adolescência, o que pode influir na não vinculação do papel de mulher ao papel exclusivo de

mãe. A mulher é mãe, mas vive na plenitude o seu papel de mulher e procura uma realização profissional, semelhante à que os homens possam ter.

As habilitações académicas dos participantes remetem-nos para um nível social médio, onde possam estar diluídas as diferenças de sexo que são apontadas em diversos estudos; há uma mudança do papel da mulher no mercado de trabalho e, que nos parece, assumido pelos dois elementos da díade.

Por último, fazemos uma referência às teorias sistémicas, que emerge, quanto a nós, como hipótese explicativa para a inexistência de diferenças entre os homens e as mulheres no desemprego. Como já referimos anteriormente, a família é um sistema e a modificação operada num elemento provoca uma modificação no sistema, pelo que, seja o homem ou a mulher a introduzir a modificação, ela é vivida pelo sistema, independentemente do sexo do desempregado e afetando a família no seu conjunto. A vida da família vai além da soma da vida de cada um dos seus elementos e um evento como o desemprego, seja no feminino ou no masculino, afeta o casal de igual forma, esbatendo as questões de diferenças de sexo, ao interferir no funcionamento familiar como um todo.

Assim, os nossos resultados não corroboram a hipótese apresentada, não seguindo o elencado em vasta literatura, onde o desemprego tem mais impacto na saúde mental dos homens.

## **2. Correlação entre o Stress, a Depressão e Ideação Suicida no Funcionamento familiar.**

Com a formulação da nossa segunda hipótese esperamos que os casais com um sistema familiar funcional experienciem níveis baixos de *stress*, de sintomatologia depressiva e de ideação suicida. Os resultados obtidos confirmam o sentido da nossa hipótese, estando o funcionamento familiar correlacionado negativamente com o stress, com a sintomatologia depressiva e com a ideação suicida, o que significa que, perante a funcionalidade do sistema familiar, as variáveis em estudo têm um baixo impacto na saúde mental dos participantes, em que um dos cônjuges está desempregado.

O desemprego é um acontecimento gerador de tensão e é uma das experiências mais traumáticas de vida (Moorhouse & Caltabiano, 2007); é uma fonte de *stress*, com repercussões na saúde física e mental, exigindo recursos emocionais para responder às dificuldades, e tendo como consequência, muitas vezes, a depressão. Quando o desemprego

aumenta, aumentam os internamentos psiquiátricos e aumentam as taxas de suicídio (McKee-Ryan et al., 2005; Riegle, 1982; cit. por Schliebner & Peregoy, 1994; Serra, 2011).

Os nossos resultados vão no mesmo sentido que os resultados de Howe et al., (2004), McKee-Ryan et al., (2005) e Song et al., (2011). Assim, o desemprego afeta o indivíduo, mas também todo o sistema familiar e um evento que traz mudança obriga a um ajustamento; os cônjuges fornecem suporte afetivo e material, e são um recurso importante do ponto de vista físico e mental, pelo que a cooperação e o apoio familiar diminuem as tensões e exigências colocadas sobre o desempregado. Se o casal mantém uma boa relação, saudável e equilibrada, o apoio que dão um ao outro constitui um fator atenuante em situação de crise (Howe et al., 2004). A funcionalidade a proteger da adversidade.

De facto, já Minuchin (1988) referia que as famílias que têm a capacidade de lidar com eventos traumáticos como o desemprego, podem ser consideradas mais flexíveis, pela utilização de recursos existentes e ancorados na função protetora da família. Ainda Minuchin (1988) refere que as transações que se dão entre marido e mulher permitem minorar o efeito do *stress*. Famílias com um funcionamento familiar mais equilibrado reagem mais adaptativamente a eventos de maior crise e têm maleabilidade e flexibilidade nos papéis, existindo responsabilização e empenho para a resolução dos problemas.

Os participantes deste estudo registam uma correlação negativa entre as variáveis *stress*, sintomatologia depressiva e ideação suicida e os Rácios do Funcionamento Familiar, Coesão e Flexibilidade. Isto é, a funcionalidade do sistema protege o equilíbrio mental dos indivíduos. Estamos em crer que o desemprego afeta os indivíduos, mas as compensações obtidas pela sua interação no grupo e na família repercutem-se, de forma positiva, na saúde mental.

Entendemos que o suporte financeiro que é propiciado pelo recebimento do subsídio de desemprego (cerca de 90% dos participantes desempregados recebem subsídio de desemprego) protege de conflitos, ao permitir alguma manobra para fazer face às despesas, na medida em que as tensões económicas têm consequências negativas na saúde mental e na família (Conger et al., 1992). Os possíveis efeitos nefastos na saúde mental parecem-nos ainda atenuados, devido à larga percentagem de participantes que estão desempregados pela primeira vez.

### **3. A Mediação da depressão entre o funcionamento familiar e a ideação suicida**

Na nossa terceira hipótese, que coloca três variáveis em estudo, espera-se que a depressão seja mediadora entre o funcionamento familiar e a ideação suicida, esperando-se, assim, compreender melhor a relação entre funcionamento familiar e ideação suicida.

Ao introduzir-se no modelo de regressão linear múltipla a variável mediadora (sintomatologia depressiva), a variável independente (funcionamento familiar) deixou de ter um efeito significativo e direto na variável dependente (ideação suicida), o que significa que a relação entre a variável independente e a variável dependente passa pela variável mediadora. O funcionamento familiar tem um impacto negativo e significativo na sintomatologia depressiva e esta por sua vez tem um efeito significativo e positivo na ideação suicida. Daqui se pode concluir que quanto melhor for o funcionamento familiar menor a sintomatologia depressiva e se esta é menor a ideação suicida também será menor.

Perante a funcionalidade do sistema familiar e em situação de tensão, como é aquela que é desencadeada pelo desemprego, as manifestações de sintomatologia depressiva são baixas, porque a família tem um efeito de suporte psicossocial dos seus membros, fornecendo um sentido de pertença (Munichin, 1988), onde a dinâmica existente no casal, com um funcionamento equilibrado, vai contribuir para a utilização dos recursos que as famílias naturalmente possuem. Os participantes deste estudo parecem bem adaptados às vicissitudes da vida, porque apesar da vivência do desemprego, não apresentam sintomatologia depressiva, que associamos à funcionalidade do sistema familiar, o que vai de encontro ao elencado na literatura (Artazcoz et al., 2004; Minuchin, 1988; Olson, 2003). A funcionalidade do sistema familiar ajuda a encontrar o caminho para a superação (Caplan, 1980). Na nossa modesta opinião a funcionalidade do sistema familiar tem um peso significativo na situação de desemprego.

No presente estudo e de acordo com o modelo de mediação, a variável mediadora (sintomatologia depressiva) possui um efeito significativo sobre a variável dependente (ideação suicida). Este modelo estatístico permite-nos verificar que a presente relação segue também o que é apresentado na literatura (Garcy e Vägerö, 2013; Kuroki, 2010; McKee-Ryan et al, 2005; Serra, 2011) nos quais é apontada a depressão como causa para a ideação suicida. Os acontecimentos de vida têm um papel preponderante nas formas de depressão e quando o trabalho ocupa um papel central, a falta deste tem efeitos devastadores nos indivíduos (Serra, 2011) associando-se a perda à depressão, que conduz a uma tristeza generalizada e a uma culpa dirigida ao próprio, que se instala de forma insidiosa. Ainda a OMS (2014), e como já

oportunamente dito, refere que a depressão pode levar ao suicídio. Garcy e Vägerö (2013) referem que a perda de controle e *stress* resultantes do desemprego produzem uma maior vulnerabilidade ao suicídio.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi nosso propósito estudar os casais em que um dos cônjuges está desempregado, para aferir do funcionamento familiar e da saúde mental.

As características dos participantes do presente estudo permitem inferir que se trata de indivíduos com formação diferenciada e detentores de competências, que auxiliam na utilização de estratégias de otimização de recursos, conducentes à funcionalidade do sistema. Assim, os dados obtidos permitem-nos refletir sobre a transversalidade do desemprego, ao se constatar que não afeta só um estrato social com formação indiferenciada.

Consideramos o recebimento do subsídio de desemprego fator equilibrador numa possível tensão financeira, porque essas tensões influenciam o estado emocional e a qualidade da relação e, ainda, porque as tensões financeiras ligam-se a perturbações psicológicas e porque a diminuição dos rendimentos, implica a diminuição da qualidade de vida (Kinnunen & Feldt, 2004). Interessante, isso sim, seria acompanhar estes participantes e saber que alterações se registariam com o fim do subsídio de desemprego. Será que os recursos financeiros iriam ter impacto na saúde mental dos casais? Estamos convictos que sim, dado o efeito protetor do subsídio de desemprego para os homens e para as mulheres.

Uma limitação que apontamos ao presente estudo relaciona-se com o facto de a recolha dos dados dos participantes ter sido feito num único local, sede de concelho e nos limites do grande centro urbano, com uma população mais diferenciada. Se a recolha de dados tivesse ocorrido em centros de apoio ao desempregado com localização geográfica mais dispersa, a diversidade dos participantes teria sido uma mais-valia, pois os participantes possuem características muito homogéneas.

Outra limitação prende-se com a extensão dos questionários que provocam saturação no respondente. Ainda como limitação refira-se também o baixo número de participantes (88).

Para futuros estudos consideramos a pertinência em estudar casais empregados, bem como casais em que os dois cônjuges estão desempregados, o que permitirá, aos vindouros, aferir das possíveis diferenças, perante situações dissimilares.

Porque a Psicologia vai mais além do que o estudo que nos é proporcionado pelos instrumentos ao nosso dispor no presente trabalho, ficou-nos a ausência do contacto com os casais, a ausência da experiência de vida partilhada, a ausência das alegrias, mas também das tristezas e que trariam riqueza a este estudo, riqueza que só a palavra, o gesto e o olhar nos podem, genuinamente, dar.

## REFERÊNCIAS

- Alarcão, M. (2006). *(Des)Equilíbrios Familiares* (3ª ed.). Coimbra: Quarteto.
- Artazcoz, L., Benach, J., Borrell, C. & Cortès, I. (2004). Unemployment and Mental Health: Understanding the Interactions Among Gender, Family Roles, and Social Class. *American Journal of Public Health*, 94(1), 82-88.
- Ausloos, G. (2003). *A competência das famílias* (2ª ed.). Lisboa: Climepsi.
- Ball, D., Tornaría, M., Masjuan, N., Trápaga, M., Arca, D., Scafarelli, L., & Feibuscheurez, A. (2009). Escala de evaluation del funcionamiento familiar – FACES IV-: processo de adaptación a Montevideo, Uruguay. *Ciências Psicológicas*, III(I), pp. 43-56.
- Baron, R. & Kenny, D. (1986). The moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6), 1173-1182.
- Bordea, E. & Pellegrini, A. (2014). The correlation of the level of stress, anxiety and depression at the unemployed persons. *International Journal Of Academic Research*, 6(1), 398-407.
- Caplan, G. (1980). *Princípios de Psiquiatria Preventiva*. Rio de Janeiro: Zahae Editores.
- Chahad & Chahad. (2005). Os impactos Psicológicos do desemprego e suas consequências sobre mercado de trabalho. *Revista da ABET*, 1, 179-218.
- Conger, R., Conger, K., Elder, G., Lorenz, F., Simons, R., & Whitbeck, L. (1992). A family process model of economic hardship and adjustment of early adolescent boys. *Child Development*, 63(3), 526-541.
- Dimas, I., Pereira, M., & Canavarro, C. (2013). Ajustamento psicossocial, ajustamento diádico e resiliência no contexto de desemprego. *Análise Psicológica*, 1 (321), 3-16.
- Durkheim, E. (2011). *O suicídio. Estudo Sociológico*. (9ª Ed.). Lisboa: Editorial Presença. (obra original publicada em 1897).
- Ferreira, J. & Castela, M. (1999). Questionário de ideação suicida (Q.I.S). In M. Simões, M. Gonçalves & L. Almeida (Eds.), *Testes e provas psicológicas em Portugal* (vol. II, pp. 123-130). Braga: Sistemas Humanos e Organizacionais, Lda.

- Galatzer-Levy, I., Bonanno, G., & Mancini, A. (2010). From marianthal to latent growth mixture modeling: A return to the exploration of individual differences in response to unemployment. *Journal Of Neuroscience, Psychology, And Economics*, 3(2), 116-125.
- Garcy, A., & Vägerö, D. (2013). Unemployment and Suicide During and After a Deep Recession: A Longitudinal Study of 3.4 Million Swedish Men and Women. *American Journal Of Public Health*, 103(6), 1031-1038.
- Gouveia-Pereira, M. (2012). Famílias: Um Olhar Sistémico. In I. Leal, F. Pimenta & M. Marques (Eds.), *Intervenção Psicologia Clinica e da Saúde: Modelos e Práticas* (pp. 106 - 114). Lisboa: Placebo.
- Gouveia-Pereira, M., Coutinho, S., Gomes, H., Martins, C. & Miranda, M. (2013). *Validação do Instrumento FACES IV para a população Portuguesa*. Manuscript in preparation.
- Howe, G., Levy, M., & Caplan, R. (2004). Job Loss and Depressive Symptoms in Couples: Common Stressors, Stress Transmission, or Relationship Disruption? *Journal Of Family Psychology*, 18(4), 639-650.
- <http://quantpsy.org/sobel/sobel.htm>
- Instituto Nacional de Estatística [I.N.E.].(2014). Recuperado a 20 de junho 2014 através de [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_main](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_main)
- Kinnunen, U., & Feldt, T. (2004). Economic stress and marital adjustment among couples: Analyses at the dyadic level. *European Journal of Social Psychology*,34(5), 519-532.
- Kölves, K. (2010). Child suicide, family environment, and economic crisis. *Crisis: The Journal Of Crisis Intervention And Suicide Prevention*,31(3), 115-117.
- Kuroki, M. (2010). Suicide and unemployment in Japan: Evidence from municipal level suicide rates and age-specific suicide rates. *Journal of Socio-Economics*, 39(6), 683-691.
- McKee-Ryan, F., Song, Z., Wanberg, C. R., & Kinicki, A. J. (2005). Psychological and Physical Well-Being During Unemployment: A Meta-Analytic Study. *Journal Of Applied Psychology*, 90(1), 53-76.

- Marôco, J. (2010) *Análise estatística com o PASW Statistic (ex-SPSS)*. Pêro Pinheiro: Report Number.
- Marôco, J. & Bispo, R. (2005). *Estatística aplicada às ciências sociais e humanas*. Lisboa: Climepsi.
- Minuchin, S. (1988). *Famílias funcionamento e tratamento*. Artes Médicas: Porto Alegre.
- Moorhouse, A., & Caltabiano M. (2007). Resilience and unemployment: exploring risk and protective influences for the outcome variables of depression and assertive job searching. *Journal of employment counseling*, 44, 115-125.
- Mossakowski, K. (2009). The influence of past unemployment duration on symptoms of depression among youth women and men in the United States. *American Journal of Public Health*, 99, 1826-1832.
- Olson, D. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22 (2), 144-167.
- Olson, D. (2011). FACES IV and the Circumplex Model: Validation Study. *Journal of Marital & Family Therapy*, 3 (1), 64-80.
- Olson, D. & Gorall, D. (2003). Circumplex Model of Marital and Family Systems. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes*, (3ª Ed., pp. 514-548). New York: Guilford Press.
- Organização Internacional do Trabalho [O.I.T]. (2014). Recuperado a 16 janeiro 2014 através de <http://www.ilo.org/public/portugue/region/eurpro/lisbon/>
- Organização Mundial de Saúde [O.M.S.]. (2014). Recuperado a 20 junho 2014 através de <http://www.who.int/fr/>
- Pinheiro, L. & Monteiro J. (2007). Refletindo sobre desemprego e agravos à saúde mental. *Cadernos de Psicologia Social do Trabalho*, 10 (2), 35-45.
- Relvas, P. (1996). *O Ciclo Vital da Família - Perspectiva Sistémica*. Porto: Edições Afrontamento.
- Ribeiro, J. (2007). *Avaliação em Psicologia da saúde*. Coimbra: Quarteto.

- Ribeiro, J. & Marques, T. (2009). A avaliação do stress: a propósito de um estudo de adaptação da escala de percepção de stress. *Psicologia, Saúde & doenças*, 10(2), 237-248.
- Sampaio, D., & Gameiro J. (1985) *Terapia Familiar* (2ª ed.). Porto: Edições Afrontamento.
- Santí, P. & Betancourt, K. (2000). Factores Familiares de Riesgo en El Intento Suicida. *Revista Cubana De Medicina General Integral*, 16(2), 134-137.
- Schliebner, C., & Peregoy, J. (1994). Unemployment Effects on the Family and the Child: Interventions for Counselors. *Journal of Counseling & Development*, 72(4), 368-372.
- Song, Z., Foo, M., Uy, M. A., & Sun, S. (2011). Unraveling the daily stress crossover between unemployed individuals and their employed spouses. *Journal of Applied Psychology*, 96(1), 151-168.
- Sousa, L., Hespanha, P., Rodrigues, S. & Grilo, P. (2007). *Famílias Pobres: desafios à intervenção social*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Serra, A. (2011). *O stress na vida de todos os dias* (3ª ed.). Coimbra: Autor.
- Tumolo L., & Tumolo, P. (2004) A vivência do desemprego: um estudo crítico do significado do desemprego no capitalismo. *Trabalho, Educação e Saúde*, 2 (2), 327-344.
- Waters, L., & Moore, K. (2002). Predicting self-esteem during unemployment: The effect of gender financial deprivation, alternate roles and social support. *Journal of Employment Counseling*, 39(4), 171-189.
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (1967/2011). *Pragmática da Comunicação Humana: Um estudo dos padrões, patologias e paradoxos da interação* (18º ed.). São Paulo: Editora Cultrix.
- Weckström, S. (2012). Self-assessed consequences of unemployment on individual wellbeing and family relationships: A study of unemployed women and men in Finland. *International Journal of Social Welfare*, 21(4), 372-383.

## **Anexos**

## Anexo A



**ISPA**  
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO  
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

---

Sintra, maio de 2014

Exmo.(a) Senhor(a),

Maria Pires, aluna do 5º ano do Mestrado Integrado em Psicologia, do Instituto Superior de Psicologia Aplicada, vem solicitar a sua participação num projeto académico de investigação, que tem por finalidade analisar alguns aspetos da vida individual e do casal.

A sua colaboração implica o preenchimento do inquérito em anexo, devendo responder às questões que lhe são propostas e que se relacionam com a temática em estudo. Não há respostas certas nem erradas!

O preenchimento do inquérito demora cerca de 25 minutos.

O inquérito é totalmente anónimo e garante-se a confidencialidade dos dados recolhidos, respeitando-se as questões de ética que estão subjacente a um projeto de investigação.

Da sua colaboração depende a realização do trabalho académico!

Qualquer dúvida que queira esclarecer poderá contactar a aluna através do telemóvel .

**Obrigado pela colaboração!**

## Anexo B

Por favor, preencha este inquérito de forma individual!

### Dados Biográficos:

Sexo: Masculino  Feminino

Idade: \_\_\_\_ anos

Nacionalidade: \_\_\_\_\_

Local de Residência: \_\_\_\_\_

### 4. Quantos elementos tem o seu agregado familiar?

2  5   
3  6   
4  Ou Mais

### 1. Escolaridade/Educação:

2. 1ºciclo (1ª a 4ª classe)
3. 2ºciclo (5º e 6º)
4. 3ºciclo (7º, 8º e 9º)
5. Secundário (10º, 11º, 12º)
6. Profissional
7. Bacharelato
8. Licenciatura
9. Pós graduação/Mestrado
10. Doutoramento

### 5. Quantos filhos tem? \_\_\_\_ Com que idade(s)? \_\_\_\_\_

### 6. Situação profissional (profissão principal):

1. Empregado(a) por conta própria
2. Empregado(a) por conta de outrem
3. Desempregado(a)
4. Reformado(a)
5. Pensionista

### 2. Estado civil:

1. Solteiro(a)
2. Casado(a)
3. União de facto
4. Separado(a)
5. Divorciado(a)
6. Viúvo(a)

### 7. Qual é a situação profissional do seu marido/mulher, parceiro(a)?

1. Empregado (a)
2. Desempregado (a)
3. Se está desempregado, há quanto tempo está desemprego? \_\_\_\_\_

### 3. Com quem vive:

1. Marido /mulher   
Companheiro/a
2. Com filho (s)
3. Com pais
4. Com sogros
5. Com outros

### 8. Tem algum familiar próximo no desemprego?

Sim  Não

## Anexo C

Por favor, preencha este inquérito de forma individual!

### Dados Biográficos:

Sexo: Masculino  Feminino

Idade: \_\_\_\_ anos

Nacionalidade: \_\_\_\_\_

Local de Residência: \_\_\_\_\_

### 11. Escolaridade/Educação:

12. 1ºciclo (1ª a 4ª classe)

13. 2ºciclo (5º e 6º)

14. 3ºciclo (7º, 8º e 9º)

15. Secundário (10º, 11º, 12º)

16. Profissional

17. Bacharelato

18. Licenciatura

19. Pós graduação/Mestrado

20. Doutoramento

### 3. Com quem vive:

6. Marido /mulher

Companheiro/a

7. Com filho (s)

8. Com pais

9. Com sogros

10. Com outros

### 4. Quantos elementos tem o seu agregado familiar?

2   
3   
4

5  
 6  
 Ou Mais

### 2. Estado civil:

7. Solteiro(a)

8. Casado(a)

9. União de facto

10. Separado(a)

11. Divorciado(a)

12. Viúvo(a)

### 5. Quantos filhos tem? \_\_\_\_ Com que idade(s)? \_\_\_\_\_

**6. Situação profissional (profissão principal):**

- 1. Empregado(a) por conta própria
- 2. Empregado(a) por conta de outrem
- 3. Desempregado(a)
- 4. Reformado(a)
- 5. Pensionista

**6.2. Há quanto tempo se encontra no desemprego?**

\_\_\_\_\_

**6.3. É a primeira vez que está no desemprego?**

Sim  Não

**6.4. Se respondeu não, quantas vezes já esteve no desemprego? \_\_\_\_\_ Qual foi a duração desse desemprego? \_\_\_\_\_**

**6.5. Tem direito ao subsídio do fundo de desemprego?**

Sim  Não

**6.6. Se a resposta foi sim, o valor do subsídio é entre:**

- 1. 0-300 euros
- 2. 300-500 euros
- 3. 500-750 euros
- 4. 750- 1000 euros
- 5. Mais de 1000 euros

**6.7. Tem direito ao Rendimento Social de Inserção?**

Sim  Não

**6.8. Se respondeu sim, é muito inferior ao ordenado que tinha?**

Sim  Não

**6.9. Quando termina o direito ao Rendimento Social de Inserção? \_\_\_\_\_**

**7. Tem outro tipo de apoio?**

Sim  Não

**Se respondeu não passe para a pergunta 8;**

**Se respondeu sim:**

**7.1. De quem é esse apoio? \_\_\_\_\_**

**7.2. Que tipo de apoio é? \_\_\_\_\_**

**7.3. O quanto esse apoio é importante para si (colocar uma cruz em cima do número que melhor corresponde ao que sente):**

Nada 

|   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|

 Muito

**8. Qual a sua expectativa de vir a ter emprego?**

- 1. Dentro de 2 meses
- 2. Dentro de 6 meses
- 3. Dentro de 8 meses
- 4. Dentro de 12 meses
- 5. Nunca

**9. Qual é a situação do seu parceiro (a), marido/mulher?**

- 4. Empregado (a)
- 5. Desempregado (a)
- 6. Se está desempregado/a, há quanto tempo está desempregado? \_\_\_\_\_

**10. Tem algum familiar próximo no desemprego?**

Sim  Não

## Anexo D

### Gostaria que pensasse na sua família (com quem vive). Já pensou?

Agora escolha, assinalando com um X a opção para cada afirmação que melhor corresponda ao que acontece na sua família.

|  | <b>Discordo<br/>Fortemente</b> | <b>Discordo</b> | <b>Não<br/>concordo<br/>nem<br/>discordo</b> | <b>Concordo</b> | <b>Concordo<br/>Fortemente</b> |
|--|--------------------------------|-----------------|--|-----------------|--------------------------------|
|  | <b>1</b>                       | <b>2</b>        | <b>3</b>                                     | <b>4</b>        | <b>5</b>                       |
| 1. Os membros da minha família estão envolvidos nas vidas uns dos outros.                                  |                                |                 |  |                 |                                |
| 2. A nossa família tenta novas formas de lidar com os problemas.   |                                |                 |  |                 |                                |
| 3. Nós damos-nos melhor com pessoas de fora da nossa família do que com as de dentro.                      |                                |                 |  |                 |                                |
| 4. Nós passamos “demasiado” tempo juntos.  |                                |                 |  |                 |                                |
| 5. Na nossa família, há consequências rigorosas para quem quebra as regras.                                |                                |                 |  |                 |                                |
| 6. Na nossa família, parece que nunca nos conseguimos organizar.   |                                |                 |  |                 |                                |
| 7. Os membros da minha família sentem-se muito próximos uns dos outros.                                    |                                |                 |  |                 |                                |
| 8. Os pais partilham a liderança na nossa família de forma igual   |                                |                 |  |                 |                                |
| 9. Os membros da minha família parecem evitar o contacto uns com os outros quando estão em casa.           |                                |                 |  |                 |                                |
| 10. Os membros da minha família sentem-se pressionados a passarem juntos a maior parte do seu tempo livre. |                                |                 |  |                 |                                |
| 11. Existem consequências claras quando um membro da minha família faz alguma coisa errada.                |                                |                 |  |                 |                                |
| 12. É difícil saber quem é o líder da nossa família.   |                                |                 |  |                 |                                |
| 13. Os membros da minha família apoiam-se uns aos outros durante tempos difíceis.                          |                                |                 |  |                 |                                |

|  | <b>Discordo Fortemente</b> | <b>Discordo</b> | <b>Não concordo nem discordo</b> | <b>Concordo</b> | <b>Concordo Fortemente</b> |
|--|----------------------------|-----------------|----------------------------------|-----------------|----------------------------|
|  | <b>1</b>                   | <b>2</b>        | <b>3</b>                         | <b>4</b>        | <b>5</b>                   |
| 14. Na nossa família a disciplina/regras são justas.   |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 15. Os membros da minha família sabem muito pouco acerca dos amigos dos outros membros da família.               |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 16. Os membros da minha família são demasiado dependentes uns dos outros.  |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 17. Na nossa família há uma regra para quase todas as situações.   |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 18. Na nossa família as coisas (tarefas, atividades, etc.) não são feitas.                                       |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 19. Os membros da minha família consultam/conversam com os outros membros da família sobre decisões importantes. |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 20. Quando necessário, a minha família é capaz de se ajustar à mudança.  |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 21. Os membros da minha família “estão por sua conta” quando existe um problema para resolver.                   |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 22. Os membros da minha família têm pouca necessidade de ter amigos fora da família.                             |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 23. A nossa família é extremamente organizada.   |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 24. Não é claro quem é o responsável por coisas (tarefas, atividades, etc) na nossa família.                     |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 25. Os membros da minha família gostam de passar algum do seu tempo livre uns com os outros.                     |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 26. Na minha família, passamos as responsabilidades domésticas de pessoa para pessoa.                            |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 27. A minha família raramente faz coisas/atividades em conjunto.   |                            |                 |                                  |                 |                            |
| 28. Na minha família sentimo-nos demasiado ligados uns aos outros.   |                            |                 |                                  |                 |                            |

|  | <b>Discordo<br/>Fortemente</b> | <b>Discordo</b> | <b>Não<br/>concordo<br/>nem<br/>discordo</b> | <b>Concordo</b> | <b>Concordo<br/>Fortemente</b> |
|--|--------------------------------|-----------------|--|-----------------|--------------------------------|
|  | <b>1</b>                       | <b>2</b>        | <b>3</b>                                     | <b>4</b>        | <b>5</b>                       |
| 29. A nossa família fica frustrada quando há uma alteração nos nossos planos ou rotinas.                                 |                                |                 |  |                 |                                |
| 30. Não existe liderança na nossa família.   |                                |                 |  |                 |                                |
| 31. Apesar de os membros da minha família terem interesses individuais, ainda assim participam em atividades familiares. |                                |                 |  |                 |                                |
| 32. Na nossa família temos regras e papéis claros.   |                                |                 |  |                 |                                |
| 33. Os membros da minha família raramente dependem uns dos outros.   |                                |                 |  |                 |                                |
| 34. Nós ressentimo-nos quando os membros da família fazem coisas fora da família.  |                                |                 |  |                 |                                |
| 35. É importante seguir as regras na nossa família.  |                                |                 |  |                 |                                |
| 36. A minha família tem dificuldade em saber quem faz as diferentes tarefas domésticas.                                  |                                |                 |  |                 |                                |
| 37. A nossa família tem um bom equilíbrio entre separação e proximidade, entre uns e outros.                             |                                |                 |  |                 |                                |
| 38. Quando surgem problemas, nós procuramos soluções.  |                                |                 |  |                 |                                |
| 39. Os membros da família funcionam, principalmente, de forma independente.  |                                |                 |  |                 |                                |
| 40. Os membros da família sentem-se culpados se quiserem passar o seu tempo longe da família.                            |                                |                 |  |                 |                                |
| 41. Quando uma decisão é tomada, é muito difícil modificá-la.  |                                |                 |  |                 |                                |
| 42. A nossa família sente-se sobre pressão e desorganizada.  |                                |                 |  |                 |                                |
| 43. Os membros da minha família estão satisfeitos com a forma como comunicam uns com os outros.                          |                                |                 |  |                 |                                |

|  | <b>Discordo Fortemente</b><br><b>1</b> | <b>Discordo</b><br><b>2</b> | <b>Não concordo nem discordo</b><br><b>3</b> | <b>Concordo</b><br><b>4</b> | <b>Concordo Fortemente</b><br><b>5</b> |
|--|--|-----------------------------|--|-----------------------------|--|
| 44. Os membros da minha família são muito bons ouvintes.   |  |                             |  |                             |  |
| 45. Os membros da minha família expressam afetos uns pelos outros.   |  |                             |  |                             |  |
| 46. Os membros da minha família são capazes de pedir uns aos outros o que querem.                            |  |                             |  |                             |  |
| 47. Os membros da minha família podem calmamente discutir os problemas uns com os outros.                    |  |                             |  |                             |  |
| 48. Os membros da minha família discutem as suas ideias e crenças uns com os outros.                         |  |                             |  |                             |  |
| 49. Quando os membros da minha família fazem perguntas uns sobre os outros, obtêm respostas honestas.        |  |                             |  |                             |  |
| 50. Os membros da minha família tentam compreender os sentimentos uns dos outros.                            |  |                             |  |                             |  |
| 51. Quando zangados, os membros da minha família raramente referem aspectos negativos acerca uns dos outros. |  |                             |  |                             |  |
| 52. Os membros da minha família expressam os seus verdadeiros sentimentos uns aos outros.                    |  |                             |  |                             |  |

| <b>Quão satisfeito está com:</b>   | <b>Muito descontente</b><br><b>1</b> | <b>Um tanto descontente</b><br><b>2</b> | <b>Geralment e satisfeito</b><br><b>3</b> | <b>Muito satisfeito</b><br><b>4</b> | <b>Extremamente Satisfeito</b><br><b>5</b> |
|--|--------------------------------------|---|---|-------------------------------------|--|
| 53. O grau de proximidade entre os membros da família.                   |                                      |   |   |                                     |  |
| 54. A capacidade da minha família para lidar com o <i>stress</i> .       |                                      |   |   |                                     |  |
| 55. A capacidade da minha família para se adaptar.                       |                                      |   |   |                                     |  |
| 56. A capacidade da minha família para partilhar experiências positivas. |                                      |   |   |                                     |  |

| <b>Quão satisfeito está com:</b>                                  | <b>Muito<br/>desconten-<br/>te</b> | <b>Um tanto<br/>descontente</b> | <b>Geralment<br/>e satisfeito</b> | <b>Muito<br/>satisfeito</b> | <b>Extrema-<br/>mente<br/>Satisfeito</b> |
|---|------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|--|
|   | <b>1</b>                           | <b>2</b>                        | <b>3</b>                          | <b>4</b>                    | <b>5</b>                                 |
| 57. A qualidade da comunicação entre os membros da minha família. |                                    |                                 |                                   |                             |  |
| 58. A capacidade da minha família para resolver conflitos.        |                                    |                                 |                                   |                             |  |
| 59. A quantidade de tempo que passam juntos como família.         |                                    |                                 |                                   |                             |  |
| 60. A forma como os problemas são discutidos.                     |                                    |                                 |                                   |                             |  |
| 61. A justiça das críticas feitas na nossa família.               |                                    |                                 |                                   |                             |  |
| 62. A preocupação dos membros da minha família uns com os outros. |                                    |                                 |                                   |                             |  |

**Acabou de responder a um conjunto de afirmações sobre a sua família. Gostaríamos de saber quem foram os familiares em que pensou.**

---



---



---



---

**Agora vamos fazer-lhe perguntas acerca dos seus sentimentos e pensamentos que ocorreram no último mês. Em cada uma pedimos para indicar com que frequência você se sentiu ou pensou de determinada maneira. Assinale com um X a forma como se tem sentido no último mês.**

|  | <b>Nunca</b><br><b>1</b> | <b>Quase nunca</b><br><b>2</b> | <b>Algumas vezes</b><br><b>3</b> | <b>Com muita frequência</b><br><b>4</b> | <b>Muitas vezes</b><br><b>5</b> |
|--|--------------------------|--------------------------------|----------------------------------|---|---------------------------------|
| 1. No último mês com que frequência se sentiu aborrecido com algo que ocorreu inesperadamente?   |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 2. No último mês com que frequência se sentiu que era incapaz de controlar as coisas que são importantes na sua vida?                    |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 3. No último mês com que frequência se sentiu nervoso ou “stressado”?  |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 4. No último mês com que frequência enfrentou com sucesso coisas aborrecidas e chatas?   |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 5. No último mês com que frequência sentiu que estava a enfrentar com eficiência mudanças importantes que estavam a ocorrer na sua vida? |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 6. No último mês com que frequência se sentiu confiante na sua capacidade para lidar com os seus problemas pessoais?                     |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 7. No último mês com que frequência sentiu que as coisas estavam a correr como queria?   |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 8. No último mês com que frequência reparou que não conseguia fazer todas as coisas que tinha que fazer?                                 |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 9. No último mês com que frequência se sentiu capaz de controlar as suas irritações?   |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 10. No último mês com que frequência sentiu que as coisas lhe estavam a correr pelo melhor?  |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 11. No último mês com que frequência se sentiu irritado com coisas que aconteceram e que estavam fora do seu controlo?                   |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 12. No último mês com que frequência foi capaz de controlar o seu tempo?   |                          |                                |                                  |   |                                 |
| 13. No último mês com que frequência sentiu que as dificuldades se acumulavam ao ponto de não ser capaz de as ultrapassar?               |                          |                                |                                  |   |                                 |

De seguida vai encontrar vários grupos de frases. Por favor leia todas as frases do grupo antes de fazer a sua escolha. Depois de ler um grupo escolha a frase que nesse grupo melhor descreve a maneira como se tem sentido nas duas últimas semanas. Assinale com X

|   |   |
|---|---|
| <p><b>A.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não me sinto triste.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Sinto-me triste.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Estou sempre triste e não consigo deixar de me sentir triste.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Sinto-me tão triste ou infeliz que não posso suportar a minha tristeza.</p>                                      | <p><b>B.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não me sinto desencorajado em relação ao futuro.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Sinto-me desencorajado em relação ao futuro.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Sinto que não tenho nada a esperar do futuro.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Sinto que não há esperança no futuro e que as coisas não podem melhorar.</p> |
| <p><b>C.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não sinto que sou um fracasso.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Sinto que tenho falhado mais do que a maior parte das pessoas.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Quando penso na minha vida passada só vejo uma série de fracassos.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Sinto que sou um fracasso completo como pessoa.</p> | <p><b>D.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Sinto tanto prazer nas coisas como costumava sentir.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Não sinto tanto prazer nas coisas como costumava sentir.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Já não sinto verdadeira satisfação em nada.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Sinto-me insatisfeito(a) ou aborrecido(a) com tudo.</p>        |
| <p><b>E.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não me sinto muito culpado(a)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Sinto-me culpado(a) muitas vezes.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Sinto-me bastante culpado(a) a maior parte do tempo.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Sinto-me sempre culpado(a).</p>   | <p><b>F.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não sinto que estou a ser castigado(a)</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Sinto que posso ser castigado(a).</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Acho que vou ser castigado(a).</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Sinto que estou a ser castigado(a).</p>  |
| <p><b>G.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não me sinto desiludido(a) comigo mesmo(a).</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Estou desiludido(a) comigo mesmo(a).</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Estou repugnado(a) comigo mesmo</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Detesto-me.</p>   | <p><b>H.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não sinto que me critique ou me culpe a mim mesmo(a).</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Critico-me pelos meus erros ou fraquezas.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Culpo-me sempre pelas minhas faltas.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Culpo-me por tudo de mal que acontece.</p>  |
| <p><b>I.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não penso em matar-me.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Penso em matar-me, mas não tenho intenção de o fazer.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Gostaria de me matar.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Se tivesse oportunidade eu matava-me.</p>   | <p><b>J.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não choro mais do que o costume.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Choro mais agora do que costumava.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Atualmente estou sempre a chorar.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Costumava a ser capaz de chorar, mas agora não choro mesmo que eu queira.</p>                                      |

|   |   |
|---|---|
| <p><b>K.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não me sinto mais irritado(a) do que o costume.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Fico aborrecido(a) ou irritado(a) mais facilmente do que costumava estar.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Sinto-me sempre irritado(a).</p> <p><input type="checkbox"/> 3. As coisas que costumavam irritar-me, agora já não me irritam, agora já não me irritam nada.</p> | <p><b>L.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não perdi o interesse nas outras pessoas.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Estou menos interessado(a) nos outros do que costumava estar.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Perdi a maior parte do meu interesse pelas outras pessoas.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Perdi todo o meu interesse pelas outras pessoas.</p>  |
| <p><b>M.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Tomo decisões tão bem como no passado.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Demoro ou evito tomar decisões mais do que no passado.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Tenho mais dificuldades em tomar decisões do que no passado.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Já não consigo tomar quaisquer decisões.</p>  | <p><b>N.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não sinto que a minha aparência esteja pior do que dantes.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Estou preocupado(a) que esteja a parecer mais velho(a) ou pouco atraente.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Sinto que há mudanças permanentes na minha aparência que me tornam pouco atraente.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Acho que sou feio(a).</p>  |
| <p><b>O.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Sou capaz de trabalhar tão bem como dantes.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Tenho de fazer mais esforço do que o costume para começar a fazer alguma coisa.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Tenho de me esforçar muito para fazer qualquer coisa.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Não sou capaz de fazer qualquer trabalho.</p>                        | <p><b>P.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Consigo dormir tão bem como de costume.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Não consigo dormir tão bem como costumava.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Acordo 1 a 2 horas mais cedo do que costume e custa-me tornar a adormecer.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Acordo várias horas mais cedo do que costumava e não consigo voltar a adormecer.</p>   |
| <p><b>Q.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não me sinto mais cansado(a) do que o costume.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Canso-me mais facilmente do que costumava.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Canso-me com quase qualquer coisa.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Sinto-me demasiado cansado(a) para fazer qualquer coisa.</p>  | <p><b>R.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. O meu apetite não é pior do que o costume.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. O meu apetite não é tão bom como costumava ser.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Atualmente o meu apetite é muito pior do que dantes.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Já não tenho nenhum apetite.</p>   |
| <p><b>S.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Ultimamente não tenho perdido grande peso, se é que perdi algum.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Perdi mais de 2,5 kilos de peso.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Perdi mais de 5 kilos de peso.</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Perdi mais de 7 kilos de peso.</p>  | <p><b>T.</b></p> <p><input type="checkbox"/> 0. Não estou mais preocupado(a) do que o costume acerca da minha saúde.</p> <p><input type="checkbox"/> 1. Estou preocupado(a) com problemas de saúde como dores, prisão de ventre, ou má disposição do estômago.</p> <p><input type="checkbox"/> 2. Estou muito preocupado(a) com problemas de saúde e é difícil pensar noutra coisa</p> <p><input type="checkbox"/> 3. Estou tão preocupado(a) com problemas de saúde que não consigo pensar noutra coisa.</p> |

U.

- 0. Não tenho notado mudanças no meu interesse sexual.
- 1. Estou menos interessado(a) no sexo do que costumava.
- 2. Atualmente estou muito menos interessado(a) no sexo.
- 3. Perdi completamente o interesse no sexo.

**Seguidamente encontra-se uma lista de 30 itens, pedimos-lhe para responder, assinalando com um X, a resposta que melhor expressa o seu sentimento nos últimos 6 meses. Cada item tem 7 possibilidades de resposta**

| Nunca<br>1 | Quase nunca<br>2 | Raramente<br>3 | Às vezes<br>4 | Frequentemente<br>5 | Quase Sempre<br>6 | Sempre<br>7 |
|------------|------------------|----------------|---------------|---------------------|-------------------|-------------|
|------------|------------------|----------------|---------------|---------------------|-------------------|-------------|

|   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1.Pensei que seria melhor não estar vivo.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 2.Pensei suicidar-me.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 3.Pensei na maneira como me suicidaria.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 4.Pensei quando me suicidaria.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 5.Pensei em pessoas a morrerem.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 6.Pensei na morte.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 7.Pensei no que escrever num bilhete sobre o suicídio.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 8.Pensei em escrever um testamento.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 9.Pensei em dizer às pessoas que planeava suicidar-me.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 10.Pensei que as pessoas estariam mais felizes se eu não estivesse presente.                          |   |   |   |   |   |   |   |
| 11.Pensei em como as pessoas se sentiriam se me suicidasse.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 12.Desejei estar morto(a).  |   |   |   |   |   |   |   |
| 13.Pensei em como seria fácil acabar com tudo.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 14.Pensei que suicidar-me resolveria os meus problemas.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 15.Pensei que os outros ficariam melhor se eu estivesse morto(a).                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 16.Desejei ter coragem para me matar.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 17.Desejei nunca ter nascido.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 18.Pensei que se tivesse oportunidade me suicidaria.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 19.Pensei na maneira como as pessoas se suicidam.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 20.Pensei em matar-me, mas não o faria.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 21.Pensei em ter um acidente grave.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 22.Pensei que a vida não valia a pena.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 23.Pensei que a minha vida era muito miserável para continuar.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 24.Pensei que a única maneira de repararem em mim era matar-me.                                       |   |   |   |   |   |   |   |
| 25.Pensei que se me matasse as pessoas se aperceberiam que teria valido a pena preocuparem-se comigo. |   |   |   |   |   |   |   |
| 26.Pensei que ninguém se importava se eu estivesse vivo(a) ou morto(a).                               |   |   |   |   |   |   |   |
| 27.Pensei em magoar-me mas não em suicidar-me.  |   |   |   |   |   |   |   |
| 28.Perguntei-me se teria coragem para me matar.   |   |   |   |   |   |   |   |
| 29.Pensei que se as coisas não melhorassem eu matar-me-ia   |   |   |   |   |   |   |   |
| 30.Desejei ter o direito de me matar.   |   |   |   |   |   |   |   |

**Se precisar de ajuda, pode dirigir-se ao:**

**NES - Hospital de Santa Maria de Lisboa, Serviço de Psiquiatria, de 2ª a 6ª feira das 9h às 16h.**

**Morada: Avenida Professor Egas Moniz, 1649-035 Lisboa**

**Telefone Geral: 21 780 5000**

**Urgência Geral (Informações): 21 780 5111**

**Consulta de Psiquiatria: 21 780 5143**

**E-mail: nesuicidio@gmail.com**

**Muito obrigado pela sua colaboração! ☺**