



A EXPERIÊNCIA DO ACOLHIMENTO RESIDENCIAL

VIVÊNCIAS, DESAFIOS E APRENDIZAGENS

Ângela Sofia Fernandes de Sousa

Orientador de Dissertação

Professora Doutora Maria João Vargas Moniz

Professor de Seminário de Dissertação:

Professora Doutora Maria João Vargas Moniz

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA CLÍNICA

Especialidade em Psicologia Clínica

Dissertação de Mestrado realizada  
sob a orientação de Professora  
Doutora Maria João Vargas  
Moniz, apresentada no Ispa –  
Instituto Universitário para  
obtenção de grau de Mestre na  
especialidade de Psicologia  
Clínica

## **Agradecimentos**

Chegar a este ponto da minha jornada académica é, acima de tudo, um momento de profunda gratidão. Em primeiro lugar, quero agradecer ao ISPA, que ao longo destes anos foi muito mais do que uma instituição de ensino: foi um espaço de descobertas, aprendizagens e crescimento pessoal. Cada momento, cada aula, cada desafio académico contribuiu para moldar quem sou hoje, influenciando a forma como percebo o mundo e me percebo a mim própria.

Agradeço, de forma muito especial, à minha orientadora, Professora Doutora Maria João Vargas Moniz, cuja visão única, incentivo constante e apoio paciente foram determinantes para que este trabalho se concretizasse. Mais do que orientadora, sinto que se construiu entre nós uma ligação genuína, feita de confiança, diálogo e partilha, que tornou todo o processo mais enriquecedor e humano.

Aos meus colegas do seminário, quero deixar um agradecimento carinhoso. Juntos, criámos um espaço de partilha, curiosidade e cooperação que se assemelhou, por momentos, a um pequeno “clube” só nosso, um lugar de incentivo, brincadeira e apoio mútuo que ficará sempre na memória.

Não poderia deixar de expressar a minha profunda gratidão aos participantes deste estudo. Trabalhar com um tema tão sensível e importante tornou esta investigação algo ainda mais significativo. Sinto-me verdadeiramente honrada por terem confiado em mim, por terem partilhado histórias e vivências tão íntimas, e por terem alinhado neste percurso, permitindo que a vossa voz fosse ouvida e respeitada. Sem a vossa coragem e generosidade, este trabalho não teria sido possível.

Por fim, quero agradecer a todos os que, de uma forma ou outra, contribuíram para este percurso, familiares, amigos, professores e profissionais que cruzaram a minha vida académica e pessoal. Cada incentivo, cada palavra de apoio e cada gesto de confiança ajudaram a tornar este trabalho possível.

A todos, o meu sincero obrigada.

## **Resumo**

O Acolhimento Residencial constitui uma medida de proteção essencial para crianças e jovens em situação de vulnerabilidade, sendo simultaneamente um espaço de segurança e de desenvolvimento, mas também de desafios e tensões. Este estudo tem como objetivo compreender de que forma os jovens que viveram em acolhimento residencial em Portugal percebem e significam essa experiência no seu percurso de vida. Ao valorizar as suas narrativas individuais, reconhece-se a importância de uma abordagem qualitativa para aceder a experiências subjetivas que dificilmente são captadas por dados quantitativos, permitindo, de forma complementar, observar até que ponto a vivência real se aproxima das garantias previstas no quadro legal.

Foram realizadas seis entrevistas semiestruturadas a jovens adultos com experiência de acolhimento residencial, e os dados foram analisados segundo a metodologia de análise temática. O enquadramento teórico contemplou diferentes dimensões do acolhimento, incluindo as relações interpessoais, a identidade, os comportamentos de risco, as redes de apoio, a transição para a vida autónoma e o impacto das práticas institucionais no desenvolvimento global dos jovens.

A análise das narrativas revelou uma experiência complexa e ambivalente, marcada por simultâneas oportunidades de crescimento e dificuldades significativas. As relações interpessoais destacaram-se como um eixo central, oscilando entre vínculos de referência e experiências de desamparo e distanciamento emocional. No domínio da identidade, emergiram tanto trajetórias de resiliência e autoconhecimento como sentimentos de solidão e percepções de não merecimento. As redes de apoio mostraram-se diversas, com a presença de figuras familiares, pares e profissionais que continuaram a exercer papéis relevantes após o acolhimento. Verificou-se ainda que os comportamentos de risco funcionaram, em muitos casos, como estratégias de regulação emocional e influência pelos pares. A transição para a vida independente foi descrita como um momento de grande vulnerabilidade, marcado por lacunas na preparação prática e emocional. Por fim, os jovens reconheceram aprendizagens e oportunidades de desenvolvimento, mas salientaram também regras rígidas, falta de atenção individualizada, distanciamento afetivo dos profissionais e insuficiência de apoio psicológico, apontando caminhos de melhoria para um acolhimento mais humano, participativo e sensível às suas necessidades.

**Palavras-chave:** Acolhimento residencial; Proteção de crianças e jovens; Jovens institucionalizados; Relações interpessoais; Autonomia; Identidade pessoal; Redes de apoio; Comportamentos de risco; Transição para a vida independente

## **Abstract**

Residential care represents an essential child protection measure for children and young people in situations of vulnerability. It serves as both a space of safety and development, but also one marked by challenges and tensions. This study aims to understand how young adults who experienced residential care in Portugal perceive and make meaning of this experience throughout their life course. By valuing their individual narratives, the research highlights the importance of a qualitative approach as a means to access unique subjective experiences that are rarely captured by quantitative data, while also allowing an observation of how closely real experiences align with the legal guarantees established in child protection frameworks.

Six semi-structured interviews were conducted with young adults who had lived in residential care, and the data were analysed through thematic analysis. The theoretical framework explored several dimensions of the residential care experience, including interpersonal relationships, identity and self-esteem, risk behaviours, support networks, the transition to independent living, and the institutional practices that shape young people's development.

The analysis revealed a complex and ambivalent experience, simultaneously characterized by opportunities for growth and significant difficulties. Interpersonal relationships emerged as a central theme, ranging from meaningful bonds of trust to experiences of emotional detachment and lack of protection. Regarding identity, narratives reflected both resilience and self-discovery, as well as loneliness and feelings of unworthiness. Support networks appeared diverse, encompassing family members, peers, and professionals who continued to play meaningful roles after care. Risk behaviours were often described as emotional coping strategies and expressions of belonging. The transition to independent living was portrayed as a period of vulnerability, with significant gaps in practical and emotional preparation. Finally, participants recognized valuable learning experiences and opportunities for autonomy, while also highlighting rigid rules, lack of individualized attention, emotional distance from professionals, and insufficient psychological support. These insights point to the need for a more relational, participatory, and emotionally responsive approach to residential care.

**Keywords:** Residential care; Child and youth protection; Institutionalized youth; Interpersonal relationships; Autonomy; Personal identity; Support networks; Risk behaviours; Transition to independent living.

## Índice

Agradecimentos .....	2
Resumo .....	3
Abstract .....	5
Introdução .....	8
1. O Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens: Perspetivas Presentes e Futuras .....	9
Acolhimento Residencial: Perspetivas e Impactos .....	10
A Medida de Acolhimento Residencial em Portugal: Legislação, Estrutura e Realidade Atual.....	18
2. Método .....	24
Considerações Éticas .....	26
Participantes.....	27
Instrumento .....	28
Tabela 1.....	30
3. Resultados.....	31
Tabela 2.....	31
Caracterização Sociodemográfica dos Participantes .....	31
Tabela 3.....	33
Tabela 4.....	38
Tabela 5.....	41
Tabela 6.....	44
Tabela 7.....	47
Tabela 8.....	48
Tabela 9.....	50
Tabela 10.....	51
Tabela 11.....	55

Tabela 12.....	58
Tabela 13.....	60
Tabela 14.....	63
4. Discussão .....	65
5. Conclusões e Reflexões .....	80
Referências.....	85
Anexo A .....	100
Anexo B .....	101

## **Introdução**

O Acolhimento Residencial é uma das principais medidas de proteção em Portugal para crianças e jovens em risco. É aplicado quando os seus direitos fundamentais estão comprometidos e não é possível garantir a sua segurança e desenvolvimento dentro da família. Para além de responder a uma situação de perigo, o acolhimento deve criar condições que promovam o bem-estar, a estabilidade emocional e a construção de um projeto de vida. No entanto, vários estudos mostram que esta experiência pode ser ambivalente: por um lado, oferece segurança e acesso a recursos; por outro, pode trazer instabilidade, vínculos frágeis e dificuldades na preparação para a vida adulta.

É neste cenário que surge este estudo. Através da voz de jovens que viveram em acolhimento, procura-se compreender como eles percebem e dão significado a essa experiência. São analisadas dimensões como as relações interpessoais, a identidade, os comportamentos de risco, as redes de apoio e a transição para a vida independente.

A partir desta abordagem, o estudo dá destaque às aprendizagens e memórias mais marcantes dos jovens, mas também às suas críticas e sugestões de mudança. Para além de explorar os desafios e aprendizagens experienciados, valoriza-se a participação ativa dos jovens, reconhecendo-os como colaboradores na reflexão sobre o sistema. Ao recolher as suas opiniões sobre melhorias e necessidades, procura-se dar visibilidade às suas vozes enquanto agentes de mudança, contribuindo para um olhar mais completo e construtivo sobre o acolhimento, que vai além da identificação de problemas e considera soluções que eles próprios percebem como essenciais. Este olhar é importante porque evidencia a distância entre o que está previsto na lei, direitos de participação, proteção e desenvolvimento, e o que acontece na prática do dia a dia nas instituições.

## **1. O Acolhimento Residencial de Crianças e Jovens: Perspetivas Presentes e Futuras**

O Acolhimento Residencial (AR) é uma das principais medidas de proteção em Portugal para crianças e jovens em risco. É aplicado quando os seus direitos fundamentais estão comprometidos e não é possível garantir a sua segurança e desenvolvimento dentro da família. Para além de responder a uma situação de perigo, o AR deve criar condições que promovam o bem-estar, a estabilidade emocional e a construção de um projeto de vida. No entanto, vários estudos mostram que esta experiência pode ser ambivalente: por um lado, oferece segurança e acesso a recursos; por outro, pode trazer instabilidade, vínculos frágeis e dificuldades na preparação para a vida adulta.

É neste cenário que surge este estudo: através da voz de jovens que viveram em AR, procura-se compreender como eles percebem e dão significado a essa experiência. São analisadas dimensões como as relações interpessoais, a autoestima e identidade pessoal, os comportamentos de risco, as redes de apoio e a transição para a vida fora do acolhimento.

Com esta abordagem, o estudo dá destaque às aprendizagens e memórias mais marcantes dos jovens, mas também às suas críticas e sugestões de mudança. Este olhar é importante porque evidencia a distância entre o que está previsto na lei, direitos de participação, proteção e desenvolvimento, e o que acontece na prática do dia a dia nas instituições. Assim, este enquadramento teórico não se limita a apresentar conceitos e estudos já feitos, mas procura construir um quadro de referência que ajude a compreender a complexidade do acolhimento residencial, ligando o plano legal, a teoria e as próprias narrativas dos jovens.

Este estudo segue uma abordagem qualitativa e exploratória, centrada na análise temática de entrevistas realizadas com jovens que viveram em AR. O enquadramento teórico aqui apresentado serve, por isso, de base para interpretar as suas narrativas, articulando conceitos, legislação e resultados de investigações anteriores com as experiências relatadas pelos participantes.

Este enquadramento organiza-se em cinco capítulos: inicia com o plano legal e normativo da proteção de crianças e jovens, segue com a caracterização do sistema de acolhimento residencial em Portugal, apresenta os dados mais recentes sobre a sua situação atual, discute os principais impactos identificados na literatura e, por fim, fundamenta a relevância da abordagem narrativa como fio condutor deste estudo.

## **Acolhimento Residencial: Perspetivas e Impactos**

O Acolhimento Residencial é uma medida de proteção essencial para crianças e jovens em situação de vulnerabilidade. Para além de garantir segurança e cuidados básicos, esta experiência pode ter impactos significativos na vida dos jovens, influenciando o seu desenvolvimento emocional, social e psicológico. Este capítulo procura explorar de que forma a experiência de acolhimento se reflete na vida dos jovens, nomeadamente nas relações que estabelecem durante esse período, na construção da sua identidade, nas redes de apoio e vínculos familiares, nos comportamentos de risco e no processo de transição para a vida independente.

Neste contexto, as relações estabelecidas durante o acolhimento assumem um papel central na experiência destes jovens. O modo como interagem com cuidadores, técnicos e pares pode atenuar ou intensificar os efeitos da separação familiar e das adversidades vividas antes da institucionalização. Compreender estas dinâmicas relacionais é, portanto, essencial para perceber o impacto global do acolhimento no desenvolvimento individual.

Para compreender o impacto das relações precoces na vida das crianças, podemos recorrer à Teoria da Vinculação de John Bowlby (Bowlby, 1960, 1973) sobre a importância da presença consistente de figuras cuidadoras. A teoria sugere que a presença consistente de uma figura cuidadora é fundamental para o desenvolvimento emocional e social da criança, sendo esta figura por norma os pais. Quando essa figura está ausente ou a relação é marcada por rupturas ou inconsistências, como frequentemente ocorre nas histórias de crianças acolhidas, podem surgir dificuldades significativas na formação de vínculos seguros (Lightfoot *et al.*, 2018). Deste modo, este é um tema particularmente relevante e sensível em contextos de vulnerabilidade e risco, como o AR.

Nos primeiros anos, os bebés desenvolvem um sistema comportamental orientado para manter proximidade com a figura de vinculação, como forma de se sentirem protegidos e regularem as suas emoções. Relações consistentes e responsivas tendem a favorecer a vinculação segura, enquanto relações imprevisíveis, inconsistentes ou negligentes favorecem padrões de vinculação inseguros, com impacto direto no bem-estar e nas relações futuras (Ainsworth *et al.*, 1978; Main & Solomon, 1990, citados por Lightfoot *et al.*, 2018). Esses padrões formam os chamados “modelos operantes internos”, representações mentais que guiam a perceção da criança sobre si mesma e sobre os outros nas relações interpessoais.

A literatura sobre crianças e jovens em AR mostra que estes apresentam maior risco de desenvolver vínculos inseguros, sendo o padrão desorganizado o mais frequente (Lionetti *et al.*, 2015; Muzi & Pace, 2021; Van Den Dries *et al.*, 2009). Marques, Esteves e Fuertes (2021) identificaram, num estudo exploratório com crianças com histórias de negligência parental, que todas apresentavam representação de vinculação insegura.

No contexto de AR, os profissionais tornam-se figuras de referência essenciais, responsáveis pelo cuidado diário e pelo suporte às necessidades emocionais e práticas dos jovens (Bastiannssen *et al.*, 2012; Sulimani-Aidan, 2016). A qualidade destas relações influencia significativamente a adaptação e o desenvolvimento do jovem, incluindo a sua regulação emocional e competências interpessoais (Hoffnung & Attar-Schwartz, 2020; Costa *et al.*, 2020; Silva *et al.*, 2022). Crianças em acolhimento tendem a apresentar sintomas associados a experiências adversas, como hipervigilância, dificuldades de regulação emocional e desafios relacionais (Bath, 2015; McCrory, De Brito & Viding, 2010). Assim, assegurar relações consistentes, sensíveis e emocionalmente próximas é crucial para promover um sentimento de segurança, especialmente durante a transição do contexto familiar para o acolhimento.

Estudos apontam que nem todas as crianças experienciam esse sentimento de segurança: Deborah *et al.* (2020) indicam que cerca de um terço das crianças em acolhimento não o sentem, e que os cuidadores tendem a sobrestimar a perceção de segurança das crianças. Por outro lado, Costa *et al.* (2022) mostram que relações próximas e emocionalmente seguras favorecem o desenvolvimento de estratégias eficazes de autorregulação, reforçando recursos internos para lidar com conflitos internos e externos.

Assim, a dimensão relacional no AR evidencia a ambivalência desta medida de proteção: oferece a possibilidade de criar novas referências de vinculação e experiências de segurança, mas também pode reproduzir vínculos frágeis e sentimentos de insegurança quando não assegura relações consistentes e sensíveis. Compreender estas relações é central para interpretar como os jovens significam a sua vivência no acolhimento, dado que a perceção da qualidade dos vínculos influencia não apenas o seu presente, mas também os modelos internos de funcionamento e a projeção para o futuro.

A experiência de AR, apesar de necessária para proteger crianças e jovens em contextos de risco, representa um impacto significativo na vida desses jovens a nível do seu bem-estar

psicológico. A exposição a contextos adversos antes da institucionalização pode afetar de forma significativa a saúde mental dos mesmos. Compreender esta realidade é essencial para garantir respostas mais ajustadas às suas necessidades emocionais e promover trajetórias de vida mais positivas.

Diversas experiências adversas, como maus-tratos, negligência e diferentes formas de abuso (Calcing & Benetti, 2014), assim como padrões de vinculação insegura (Lionetti, 2015; Rodrigue, 2018), contribuem para aumentar a vulnerabilidade emocional e psicológica dos jovens. A própria vivência em contexto de AR pode também ser um fator de risco neste domínio (Campos *et al.*, 2019), funcionando muitas vezes como um prolongamento das situações de instabilidade experienciadas anteriormente.

Estudos como os de Gearing *et al.* (2014) e Zeanah *et al.* (2009), mostram que crianças e jovens em acolhimento residencial apresentam níveis mais elevados de problemas emocionais e comportamentais em comparação com aqueles que vivem com as suas famílias biológicas. Estes problemas incluem sintomas de internalização, como ansiedade e depressão, e de externalização, como agressividade e comportamentos opostos, sendo ainda notória uma maior incidência de défice de atenção e hiperatividade, especialmente em contexto escolar (Roy *et al.*, 2000). Os dados de Campos *et al.* (2019) corroboram estas conclusões, revelando uma incidência de sinais de possível mal-estar psicológico acima do esperado para a população geral, bem como um maior encaminhamento para serviços de pedopsiquiatria em comparação com acompanhamento psicoterapêutico, refletindo uma preferência por respostas mais imediatas e farmacológicas, com foco na redução dos sintomas.

A longo prazo, indivíduos que passaram pela institucionalização na infância tendem a apresentar maiores níveis de perturbação psicológica na vida adulta, incluindo sintomas depressivos, perturbações de ansiedade, comportamentos relacionados com abuso de substâncias, sintomas traumáticos e padrões de vinculação inseguros, em comparação com grupos normativos ou jovens da comunidade (Carr *et al.*, 2010). Entre os fatores que explicam esta vulnerabilidade, destacam-se experiências adversas prévias, como negligência, ruptura familiar e abuso, bem como a qualidade dos cuidadores nas instituições e o limitado envolvimento dos jovens nas decisões que afetam o seu quotidiano (Rutter, 2000; Roy *et al.*, 2000; Carr *et al.*, 2010).

A literatura também evidencia que relações de maior qualidade com os cuidadores funcionam como fator protetor, estando associadas a menores problemas psicológicos e comportamentais (Hoffnung & Attar-Schwarrts, 2020; Harder *et al.*, 2013). Além dos cuidadores, amigos e pares podem atuar como fontes de apoio, embora com menor impacto protetor em contexto institucional (Magalhães & Calheiros, 2017; Ferreira *et al.*, 2020).

No conjunto, estes dados sublinham a importância da qualidade das relações dentro do AR para a saúde mental dos jovens, evidenciando como fatores relacionais, vivências anteriores e práticas institucionais se combinam para influenciar tanto o presente como o futuro psicológico destes indivíduos.

A experiência de AR exerce uma influência significativa na autoestima e na construção da identidade dos jovens. Estudos indicam que adolescentes institucionalizados tendem a apresentar níveis mais baixos de autoestima em comparação com os seus pares criados em contexto familiar, refletindo uma percepção menos positiva de si próprios (Tulviste, 2011). A autoestima, entendida como a avaliação que o indivíduo faz de si mesmo e os sentimentos de valor pessoal associados (Rosenberg, 1965), é moldada não apenas pelas experiências individuais, mas também pelo ambiente institucional e pelas relações com cuidadores e educadores.

As percepções que os jovens têm sobre como são vistos pelos outros, as suas meta-representações, desempenham um papel central na construção da auto-representação e na saúde mental. A internalização de percepções negativas associa-se a dificuldades comportamentais e emocionais (Calheiros *et al.*, 2021). De forma complementar, a maneira como os adolescentes percebem as suas competências cognitivas, emocionais e sociais influenciam diretamente a satisfação com a vida e o bem-estar geral, destacando que a valorização das próprias capacidades é um fator essencial para a autoestima (Gallardo-Masa *et al.*, 2023). Estes resultados evidenciam que a autoestima e a identidade pessoal emergem da interação entre percepções internas e externas, sendo sensíveis ao modo como os jovens são vistos, avaliados e apoiados no contexto institucional.

Promover autorrepresentações positivas, reconhecer competências individuais e valorizar a autoimagem dos jovens surge, portanto, como um fator fundamental para apoiar a construção de uma identidade mais saudável e uma percepção positiva de si mesmos. A adolescência é uma etapa de consolidação da identidade, e experiências acumuladas pelos

jovens institucionalizados, como mudanças frequentes de instituições, separações sucessivas e históricos de abuso, podem comprometer a forma como se percebem (Hussey & Guo, 2002). Estas vivências impactam dimensões centrais do self, incluindo a imagem corporal, atitudes, competências pessoais e sentimento de aceitação social (Marsh & Hattie, 1996).

O sentimento de estigmatização social é amplamente descrito na literatura. Jovens acolhidos tendem a sentir-se menos integrados e mais rejeitados quando comparados com pares que vivem em contextos familiares nucleares, alargados ou adotivos (Canha, 2000). Esta experiência de exclusão social está frequentemente associada a níveis reduzidos de autoestima, auto-depreciação e sentimentos de incompetência pessoal, dificultando ainda mais a adaptação psicossocial destes jovens (Alberto, 2002).

As relações familiares e as redes de apoio constituem fatores centrais no desenvolvimento, bem-estar e transição para a vida independente de jovens que passaram por AR. Estas relações funcionam como pilares fundamentais para a construção de autoestima, competências socioemocionais e capacidade de enfrentar os desafios da vida adulta (Goodkind, Schelbe & Shook, 2011; Graham, Schellinger & Vaughn, 2015). A ausência de suporte emocional e social, por outro lado, está associada a sentimentos de isolamento e insegurança, comprometendo a tomada de decisões, a gestão de relações e a adaptação ao contexto autónomo, especialmente quando os jovens retornam ao seio familiar sem ferramentas emocionais e relacionais adequadas (Goodkind, Schelbe & Shook, 2011).

Neste contexto, o apoio social percebido assume um papel central. Este conceito refere-se à percepção subjetiva de que existem pessoas disponíveis para oferecer cuidado, valorização e amparo, indo além do apoio efetivamente recebido. Para jovens em AR, estas redes podem incluir pais, amigos ou educadores, sendo estes últimos frequentemente figuras de referência substitutas quando o suporte parental é ausente ou limitado. A amplitude e diversidade da rede de apoio, ou seja, o número e tipos de pessoas a quem o jovem sente que pode recorrer, indicam não apenas quantidade, mas também flexibilidade e resiliência nas relações de suporte disponíveis (Singstad *et al.*, 2021).

Ainda sobre o estudo de Singstad *et al.* (2021), realizado na Noruega, demonstra-se que o apoio social percebido está positivamente associado à qualidade de vida, incluindo bem-estar emocional, autoestima e satisfação com a vida. Apesar da sua relevância, o apoio social por si só não é suficiente para proteger os jovens dos impactos de experiências adversas graves na

infância, como abuso ou negligência. Por isso, além de cultivar redes de suporte, é necessário implementar estratégias institucionais e relacionais que promovam estabilidade, consistência e oportunidades de desenvolvimento emocional e social. Relações de cuidado genuínas e consistentes contribuem não apenas para a satisfação e autoestima dos jovens, mas também para a sua capacidade de lidar com desafios, construir confiança e desenvolver competências socioemocionais essenciais.

Compreender as redes de apoio percebidas permite analisar como os adolescentes percebem os seus vínculos e de que forma estas relações contribuem para a sua qualidade de vida e desenvolvimento global. As relações familiares, mesmo quando mediadas ou limitadas, mantêm-se como referência importante, evidenciando que o envolvimento e suporte parental podem influenciar significativamente a capacidade dos jovens de estabelecer relações saudáveis, desenvolver autonomia e sentirem-se emocionalmente seguros.

O envolvimento em comportamentos de risco assume particular relevância no contexto do AR, dada a maior exposição dos jovens a fatores que podem comprometer o seu bem-estar físico, psicológico e social. A exploração desta dimensão permite aceder a aspetos centrais das vivências dos jovens, frequentemente marcadas por adversidade e instabilidade, evidenciando o impacto das relações, da saúde mental e das experiências anteriores na forma como se envolvem nestas práticas.

Os comportamentos de risco podem ser definidos como atividades que colocam em perigo o bem-estar físico e psicológico do indivíduo (Feijó & Oliveira, 2001). Segundo Galvan *et al.* (2007), os adolescentes tendem a valorizar os benefícios imediatos desses comportamentos, subestimando frequentemente as consequências negativas a longo prazo. Entre os comportamentos de risco mais referidos na literatura destacam-se o consumo de álcool, drogas, relações sexuais desprotegidas, fugas, delinquência e comportamentos autodestrutivos (Zuckerman, 2007). É importante, no entanto, distinguir os comportamentos que se integram nas transições normativas do desenvolvimento e que podem ter um carácter adaptativo, daqueles que se tornam problemáticos, comprometendo o desenvolvimento saudável do jovem.

Diversos fatores relacionais influenciam o envolvimento em comportamentos de risco durante a adolescência. A influência dos pares tem sido identificada como um preditor relevante, particularmente no início de comportamentos como consumo de álcool e tabaco

(Kinda & Webster, 2010), estando associada a aspetos como reputação, imagem social e necessidade de aceitação pelos colegas (Engels *et al.*, 2006; Spijkerman *et al.*, 2007; Steinberg & Morris, 2001). Paralelamente, o contexto familiar desempenha um papel importante, sendo que relações parentais marcadas por conflitos, baixa coesão familiar ou stress aumentam a probabilidade de envolvimento em comportamentos de risco (Telzer, Gonzales & Fuligni, 2014; McCormick, Qu & 2016).

No contexto do AR, estudos indicam uma maior frequência e intensidade de comportamentos de risco quando comparados com pares que vivem em contextos familiares normativos (Fettes, Aarons & Green, 2013; Grogan-Kaylor *et al.*, 2008; Maclean *et al.*, 2016). A acumulação de experiências adversas, incluindo negligência, abuso e instabilidade relacional, correlaciona-se com níveis mais elevados de comportamentos de risco (Brown & Shillington, 2017; Garrido *et al.*, 2018).

Além dos comportamentos de risco gerais, a saúde sexual dos jovens em AR constitui um aspeto central do seu bem-estar. As experiências individuais, familiares e sociais influenciam de forma significativa a saúde sexual (Combs *et al.*, 2017). Os adolescentes em contextos de AR apresentam maior probabilidade de terem vivido trauma ou abuso sexual, situações de pobreza, relações parentais inconsistentes ou emocionalmente indisponíveis, e contextos familiares marcados por múltiplos fatores de stress (Connell *et al.*, 2007; McGuinness & Schneider, 2007; Tarren-Sweeney, 2008). Estes elementos tornam esta população particularmente vulnerável a trajetórias sexuais menos saudáveis, traduzidas em comportamentos de risco, maior probabilidade de infeções sexualmente transmissíveis (ISTs) e gravidez na adolescência, em comparação com os seus pares da comunidade (Ahrens *et al.*, 2013; Homma *et al.*, 2012). Para além da vulnerabilidade social e emocional, muitos destes jovens revelam um conhecimento limitado sobre saúde sexual, o que dificulta a tomada de decisões informadas (Ramseyer Winter *et al.*, 2016). Oman *et al.* e Combs *et al.* (2019) indicam que jovens em AR apresentam fraco conhecimento sobre anatomia feminina, fertilidade e métodos de proteção, embora demonstrem maior conhecimento sobre o uso de preservativos e risco de gravidez, sobretudo entre raparigas. Investigações como as de Boustani *et al.*, Belenko *et al.* (2009) e James *et al.* (2009) mostram que jovens em AR iniciam frequentemente a vida sexual em idades precoces e apresentam níveis reduzidos de conhecimento sobre VIH e práticas de sexo seguro. Iniciação sexual precoce, frequentemente aos 14 anos ou antes (Wilson *et al.*, 2014; Lambert *et al.*, 2013), associa-se a maior probabilidade de comportamentos de risco,

como a não utilização de métodos contraceptivos (O'Donnell *et al.*, 2001). Além das baixas taxas de utilização de métodos contraceptivos, observa-se também uma influência do gênero: rapazes relatam maior uso de preservativos do que raparigas, embora dificuldades no acesso a preservativos e aos serviços de saúde sexual afetem ambos os grupos (Oman *et al.*, 2018; Lambert *et al.*, 2013).

Deste modo, os comportamentos de risco, devem ser compreendidos não apenas como escolhas individuais, mas também como reflexo das condições relacionais, emocionais e contextuais vividas pelos jovens em acolhimento residencial. A articulação desta dimensão com a análise das relações com cuidadores e pares, assim como com a saúde mental, oferece uma compreensão mais completa da experiência do acolhimento, evidenciando áreas críticas para intervenção e para a promoção de desenvolvimento saudável, proteção e informação adequada.

A transição para a vida autónoma constitui uma etapa exigente para os jovens que viveram em AR, exigindo atenção a necessidades específicas que influenciam o sucesso desta passagem para a independência. Graham, Schellinger e Vaughn (2015) identificam cinco áreas centrais a considerar: educação, emprego, habitação, acompanhamento e necessidades individuais. Muitos jovens relatam sentir-se despreparados para viver de forma autónoma, destacando a relevância do apoio familiar e do desenvolvimento pessoal para uma transição bem-sucedida.

Carneiro (2005) refere que, ao atingir a maioridade, muitos jovens saem das instituições sem as competências necessárias para se integrarem na sociedade, refletindo-se em dificuldades pessoais, profissionais e familiares. Olson, Scherer e Cohen (2017) descrevem esta fase como um momento de grande desafio, em que os jovens se sentem “a enfrentar o mundo sozinhos” e a tomar decisões de forma apressada, frequentemente sem considerar as consequências. Em contraste, jovens que nunca passaram por AR reconhecem a transição para a vida adulta como desafiante, mas sentem-se mais preparados graças ao suporte de figuras significativas, como familiares, que os ajudam a desenvolver competências essenciais para a vida autónoma.

A habitação emerge como uma das maiores fontes de insegurança, com muitos jovens a temerem tornar-se sem-abrigo após a saída do sistema de acolhimento, evidenciando a importância de acompanhamento durante esta transição (Graham *et al.*, 2015). Redes de apoio

formais e informais revelam-se determinantes para a adaptação às exigências da vida independente. A ausência de suporte emocional e social é igualmente preocupante: muitos jovens sentem-se isolados após deixarem a instituição, o que compromete a estabilidade emocional e a capacidade de estabelecer relações significativas (Goodkind, Schelbe & Shook, 2011).

Um aspeto crítico destas trajetórias é a perceção de falta de controlo sobre o próprio futuro. Os adolescentes acolhidos frequentemente sentem que o seu percurso depende de terceiros, como entidades legais ou familiares, gerando sentimentos de incerteza, impotência e alienação em relação ao seu projeto de vida (Zem-Mascaranhas & Dupas, 2001; Rutter, 2000). Este cenário é reforçado pelos contextos institucionais, que oferecem poucas oportunidades de exercício de autonomia e tomada de decisões, promovendo passividade.

No domínio da educação, os jovens em AR tendem a apresentar taxas mais baixas de conclusão do ensino secundário quando comparados com pares que nunca passaram por este tipo de vivência (Graham *et al.*, 2015). A instabilidade vivida ao longo do percurso escolar e a escassez de suporte adequado são frequentemente apontadas como obstáculos centrais. Estudos demonstram que jovens institucionalizados apresentam, em média, desempenho escolar inferior e comportamentos desadaptativos na sala de aula. A integração no mercado de trabalho constitui outro desafio significativo. A ausência de competências profissionais adequadas dificulta o acesso a empregos estáveis, podendo levar alguns jovens a recorrer a meios informais ou mesmo ilegais para garantir a sua sobrevivência. Esta situação evidencia a necessidade de intervenções que promovam a aquisição de competências laborais, reforçando a preparação para a autonomia e o desenvolvimento de trajetórias de vida mais sustentáveis (Attar-Schwartz, 2009; Trout *et al.*, 2008).

### **A Medida de Acolhimento Residencial em Portugal: Legislação, Estrutura e Realidade Atual**

A proteção de crianças e jovens em perigo em Portugal está regulada pela Lei de Proteção de Crianças e Jovens em Perigo (Lei n.º 147/99, de 1 de setembro), que estabelece as normas para garantir o bem-estar e o desenvolvimento integral de menores em situação de risco. Esta legislação assenta em princípios fundamentais como o interesse superior da criança, a intervenção mínima e proporcional, o respeito pela privacidade e a promoção da manutenção das relações familiares e afetivas sempre que possível (Artigo 4.º).

Entre as medidas de promoção e proteção previstas, destacam-se aquelas aplicadas em meio natural de vida (apoio junto dos pais, familiares ou pessoas idóneas) e as de colocação, que incluem o acolhimento familiar e o AR. A escolha da medida deve ser sempre a mais adequada às necessidades da criança ou jovem, privilegiando a integração familiar, mas garantindo também condições de segurança, estabilidade e desenvolvimento quando o regresso ao lar não é viável (Artigos 34.º e 35.º).

No caso específico do AR, a legislação prevê que este possa prolongar-se, em situações excecionais, até aos 25 anos, sempre que esteja associado a percursos educativos ou de inserção profissional (Portaria n.º 450/2023, Diário da República, 2023).

Paralelamente, a proteção e promoção dos direitos das crianças estão consagradas num plano internacional pela Convenção sobre os Direitos da Criança (CDC), adotada pela Organização das Nações Unidas em 1989 e ratificada por Portugal em 1990. Este tratado constitui o principal referencial internacional no domínio dos direitos da infância, definindo a criança como todo o ser humano com menos de 18 anos e consagrando um vasto conjunto de direitos de proteção, provisão e participação.

No contexto do AR, destacam-se alguns artigos centrais: o direito à não discriminação (Artigo 2.º), o interesse superior da criança como critério primordial em todas as decisões (Artigo 3.º), o direito a ser ouvida e a participar nos assuntos que lhe dizem respeito (Artigo 12.º), a proteção das crianças privadas de ambiente familiar (Artigo 20.º), bem como os direitos à saúde (Artigo 24.º), a uma avaliação periódica da medida de acolhimento (Artigo 25.º), a um nível de vida adequado (Artigo 27.º) e à educação (Artigo 28.º).

Este enquadramento normativo e legal estabelece um ideal de proteção integral, no qual o acolhimento residencial deve garantir não apenas segurança física, mas também oportunidades de desenvolvimento emocional, social e educativo. Importa, contudo, questionar em que medida estes princípios são efetivamente experienciados pelos jovens nas instituições, tensão que constitui o ponto central da presente investigação. Surge a questão central: até que ponto estes princípios se refletem na experiência vivida pelos jovens nas instituições?

Na prática, o sistema português de AR concretiza estas previsões legais através de diferentes tipologias de respostas residenciais, previstas no Decreto-Lei n.º 164/2019. Estas incluem unidades de emergência, destinadas a acolhimentos imediatos e temporários; unidades

especializadas, voltadas para situações específicas como deficiência, doença ou comportamentos disruptivos; apartamentos de autonomização, que trabalham competências de independência em jovens com mais de 15 anos; e unidades generalistas, que asseguram acolhimentos planeados ou urgentes, conforme a disponibilidade. Esta diversidade de respostas procura atender às diferentes necessidades das crianças e jovens, mas também reflete a complexidade das situações que conduzem à institucionalização.

O AR é geralmente aplicado até aos 18 anos, podendo prolongar-se até aos 25 anos quando o projeto de vida do jovem inclua percursos educativos ou formativos (Portaria n.º 450/2023, Diário da República, 2023). Este prolongamento demonstra o reconhecimento de que a transição para a vida adulta exige tempo e acompanhamento, sobretudo para jovens que não dispõem de suporte familiar sólido.

A decisão sobre a aplicação e a duração das medidas de proteção é da responsabilidade das Comissões de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) e dos Tribunais (Lei n.º 147/99, Artigos 5.º, 6.º e 11.º), que devem avaliar cada caso com base no interesse superior da criança.

O funcionamento das casas de acolhimento assenta no trabalho de equipas multiprofissionais, organizadas em três níveis: equipa técnica, equipa educativa e equipa de apoio (Portaria n.º 450/2023, Diário da República, 2023). A equipa técnica é responsável pela elaboração e monitorização do projeto de vida e do plano de intervenção de cada jovem, garantindo também a articulação com a família e Tribunal. A equipa educativa assegura o acompanhamento diário, criando um ambiente de estabilidade e promovendo rotinas, cuidados básicos e vínculos de confiança. Já a equipa de apoio desempenha funções essenciais ao funcionamento da casa, como alimentação e manutenção.

O AR não se limita, assim, a assegurar proteção imediata, mas pretende criar condições que compensem a ausência familiar e promovam o desenvolvimento global das crianças e jovens. A eficácia deste sistema depende, no entanto, da forma como os princípios legais e organizacionais se concretizam em práticas quotidianas capazes de responder às necessidades emocionais, relacionais e de autonomia dos jovens.

O Relatório CASA 2023 (Instituto da Segurança Social, 2024) oferece uma visão abrangente sobre o panorama atual do acolhimento em Portugal, evidenciando tendências relevantes no sistema de proteção de crianças e jovens. Em 2023, o AR manteve-se como a

medida mais aplicada, abrangendo 89,3% dos casos. De forma global, registou-se uma redução no número total de crianças e jovens em medidas de colocação, passando de 13,8% em 2022 para 12% em 2023, totalizando 6,446 crianças e jovens acolhidos.

A distribuição por sexo manteve-se relativamente equilibrada, com uma ligeira predominância masculina em quase todas as faixas etárias, exceto nos jovens com mais de 21 anos, onde há mais raparigas a solicitar a prorrogação da medida. Em termos geográficos, os distritos com o maior número de acolhimento são em Lisboa (21%) e Porto (15%), enquanto os valores mais baixos foram registados em Portalegre e Évora (1%).

A saúde mental continua a ser uma preocupação central, com 15,2% destes jovens e crianças diagnosticados com algum tipo de perturbação. Especificamente, 9,2% apresentam deficiência mental e 6% sofrem de doença mental. Apesar das dificuldades apresentadas, a resposta tem vindo a melhorar: 40% recebem acompanhamento psicológico (mais 6% que em 2022), 29% recorrem a medicação e 28% têm acompanhamento pedopsiquiátrico ou psiquiátrico.

Na dimensão da educação, 28% dos jovens acolhidos frequentam o 3º ciclo do ensino básico e 23% o ensino secundário. O número de estudantes no ensino pós-secundário e superior aumentou 15% face a 2022. No entanto, 5% permanecem sem qualquer integração educativa ou formativa, sendo que entre estes se incluem jovens em fuga, à espera de reorientação ou com doenças/incapacidades graves.

Relativamente aos motivos de acolhimento, a negligência parental continua a ser a principal causa, presente em 67% dos casos. Seguem-se outras situações de perigo (14%), maus-tratos psicológicos (12%), maus-tratos físicos (4%) e violência sexual (3%).

No final de 2023, 94% das crianças e jovens acolhidos tinham um projeto de promoção e proteção definido. Os planos mais comuns eram a (re)integração na família nuclear (41%), a autonomização (33%), a adoção (9%) e o acolhimento de longa duração (8%), nomeadamente em casos de jovens com deficiência.

Apesar da redução de 24% no número de crianças e jovens acolhidos desde 2014, a taxa de saída do sistema continua inferior à taxa de entrada, o que revela uma permanência prolongada no acolhimento e aponta para a necessidade de reforçar medidas que promovam soluções mais céleres e duradouras.

Os dados apresentados mostram avanços relevantes nas respostas do sistema de acolhimento, mas também evidenciam desafios importantes, como as dificuldades ao nível da saúde mental e da continuidade escolar. Ainda que exista bastante informação estatística sobre o AR em Portugal, continua a faltar conhecimento sobre como estes jovens vivem, sentem e interpretam a sua própria experiência neste contexto.

Embora a literatura existente forneça evidências quantitativas consistentes sobre os impactos do acolhimento residencial, desde os vínculos com cuidadores, redes de apoio, saúde mental, comportamentos de risco, até à autonomia, educação e construção da identidade, muitas dimensões da experiência individual, *i.e.*, experiências narradas em primeira pessoa, permanecem pouco exploradas em Portugal. Aspetos como a perceção subjetiva dos jovens sobre os seus vínculos, a forma como interpretam as suas vivências, o significado que atribuem às suas relações e o impacto das experiências na identidade não são totalmente captados por estudos quantitativos (Van de Bovenkamp & Zuiderent-Jerak, 2013).

As abordagens narrativas surgem, neste contexto, como um recurso fundamental para aprofundar a compreensão destas vivências. Este tipo de abordagem tem sido cada vez mais utilizado para recolher histórias pessoais de crianças e famílias em contextos de cuidado, sendo reconhecido como uma fonte rica de dados para identificar dimensões da qualidade do cuidado que não são visíveis através de indicadores estatísticos (Dryzek & Pickering, 2017; Hackett *et al.*, 2018). Ao centrar-se nas histórias de vida, a metodologia narrativa oferece contributos valiosos para compreender perspetivas, necessidades e valores, permitindo aceder à experiência dos jovens de forma mais inclusiva e acessível, nomeadamente de comunidades vulneráveis que frequentemente permanecem marginalizados e excluídos (Thomas *et al.*, 2009; Erwin *et al.*, 2024; Van de Bovenkamp & Zuiderent-Jerak, 2013).

Para além da sua dimensão inclusiva, estas abordagens são também participativas, reconhecendo que os jovens com experiência de acolhimento estão em melhor posição para co-produzir conhecimento sobre como os serviços impactam as suas vidas (Pols, 2005; Van De Bovenkamp *et al.*, 2010). Assim, a utilização de narrativas não só amplia a compreensão dos desafios e recursos vividos pelos jovens, como também coloca em primeiro plano as vozes daqueles que habitualmente são excluídos, contribuindo para a melhoria da qualidade dos serviços e para uma análise mais reflexiva do sistema de acolhimento (Pot *et al.*, 2023).

Neste sentido, recorrer a textos narrativos e entrevistas individuais permite verificar não apenas como os jovens significam a sua experiência, mas também se o que está preconizado pela legislação e normas de proteção infantil se traduz efetivamente no quotidiano institucional. Esta abordagem qualitativa possibilita explorar tanto padrões gerais como singularidades e trajetórias únicas, identificando fatores que facilitam ou dificultam o bem-estar, a autonomia e a integração social dos jovens. Assim, o método adotado neste estudo procura complementar a evidência quantitativa existente, privilegiando a voz dos próprios jovens e promovendo uma análise mais holística e crítica da realidade do acolhimento residencial em Portugal.

## 2. Método

O presente estudo investiga a percepção de jovens que viveram em AR em Portugal, procurando compreender como esta experiência influenciou o seu desenvolvimento pessoal e a transição para a autonomia de vida. Através da análise das suas narrativas, exploram-se dimensões centrais como as relações interpessoais, autoestima e construção da identidade, comportamentos de risco, redes de apoio, transição para a autonomia e o balanço final da vivência.

Embora o AR seja uma medida de proteção, as narrativas revelam experiências marcadas por vínculos ambivalentes, desafios de diversos aspetos, muitas vezes uma preparação insuficiente para a vida autónoma. Dar voz aos jovens permite evidenciar não apenas como significam e vivenciam o acolhimento, mas também que aprendizagens e recursos identificam como essenciais para promover o seu bem-estar e desenvolvimento integral.

Ao valorizar as narrativas individuais, este estudo reconhece a importância de uma abordagem qualitativa como meio de aceder a experiências subjetivas únicas, que dificilmente são captadas por dados quantitativos em Portugal. De forma complementar, estas narrativas permitem observar, ainda que de forma secundária, se a experiência real dos jovens se aproxima das garantias previstas no quadro legal, oferecendo uma perspetiva mais completa sobre o impacto do AR. De forma mais detalhada, pretende-se:

1. Explorar como os jovens descrevem as relações interpessoais vividas no acolhimento, tanto com profissionais como com outros residentes.
2. Compreender de que modo a experiência de acolhimento afetou a percepção de si mesmos.
3. Investigar os fatores que contribuíram para a adoção de comportamentos de risco no contexto do acolhimento e analisar como as instituições responderam a essas situações.
4. Analisar as relações familiares e redes de apoio mantidas após a saída, refletindo sobre o seu papel na vida adulta.
5. Explorar como os jovens experienciam a transição para a vida autónoma, incluindo percepções sobre preparação para a autonomia e os desafios enfrentados.
6. Identificar memórias, percepções e aprendizagens significativas associadas ao período de acolhimento e recolher sugestões e recomendações dos jovens sobre como melhorar a experiência no AR.

A partir destes objetivos foram formuladas as questões de investigação que orientaram a recolha e análise dos dados:

1. Como os jovens descrevem as relações interpessoais vividas dentro do acolhimento, tanto com profissionais como com outros residentes?
2. De que modo a experiência no acolhimento afetou a perceção que os jovens têm de si mesmos?
3. Quais fatores contribuem para a adoção de comportamentos de risco pelos jovens em acolhimento e de que forma as instituições responderam a essas situações?
4. Que relações familiares e redes de apoio os jovens mantêm após o acolhimento e qual o papel dessas relações na vida adulta?
5. Como os jovens experienciam o processo de transição para a vida autónoma, incluindo a perceção de preparação e os desafios enfrentados?
6. Que aspetos positivos e negativos da experiência de acolhimento os jovens destacam como mais significativos? Que mudanças ou melhorias os jovens sugerem para o sistema de acolhimento residencial?

Este é um estudo descritivo exploratório, no qual optou-se pela utilização da entrevista como método de recolha de dados. Este tipo de abordagem permite uma compreensão profunda das experiências subjetivas dos participantes. A entrevista é a forma mais comum de recolha de dados dentro do método qualitativo, variando desde as entrevistas altamente estruturadas (com controlo rigoroso do investigador) até às não estruturadas. Para este estudo, a escolha recaiu sobre a entrevista semiestruturada, uma vez que oferece uma estrutura básica com perguntas ou tópicos definidos previamente, ao mesmo tempo que permite flexibilidade para o entrevistado abordar as questões na ordem que considera mais natural e explorando temáticas trazidas pelo mesmo que possa enriquecer a investigação (Sullivan & Forrester, 2018).

Importa referir que, ao longo das entrevistas, os participantes utilizaram diferentes termos para se referirem à experiência de AR. Expressões como "instituição", "casa", "colégio" ou "lar" surgiram de forma espontânea para descrever o mesmo contexto. Embora o termo legal e técnico adotado nesta investigação seja "Acolhimento Residencial", optou-se por manter os termos usados pelos próprios jovens sempre que citados diretamente, respeitando a linguagem e o significado que cada um atribuiu à sua vivência.

### *Considerações Éticas*

A presente investigação respeitou os princípios éticos fundamentais da pesquisa em psicologia, garantindo a proteção e o bem-estar dos participantes, tendo em conta a natureza do estudo, que explora experiências subjetivas de jovens que viveram em AR, foi dada especial atenção a questões éticas como o consentimento informado (ver anexo A), a confidencialidade, o direito de desistência, a minimização de riscos e o *debriefing*.

Todos os participantes receberam informações detalhadas sobre os objetivos do estudo, os procedimentos envolvidos, possíveis benefícios e riscos, bem como os seus direitos enquanto participantes. Antes da realização das entrevistas, foi obtido o consentimento informado por escrito, garantindo que a participação fosse voluntária e esclarecida.

Para proteger a identidade dos participantes, todas as informações recolhidas foram tratadas de forma estritamente confidencial. Os dados foram anonimizados, sendo atribuídos números a cada participante em vez de utilizar nomes ou qualquer outro modo identificável. Além disso, as gravações e transcrições das entrevistas foram armazenadas de forma segura, acessíveis apenas à investigadora e à orientadora de dissertação, e utilizadas exclusivamente para fins académicos.

Os participantes foram informados sobre o seu direito à desistência da investigação a qualquer momento e liberdade para não responder a qualquer questão caso assim o quisessem, sem necessidade de justificação e sem qualquer consequência. Caso optassem por retirar-se, todos os dados fornecidos seriam eliminados imediatamente.

Dado que o estudo envolve a exploração de experiências pessoais potencialmente sensíveis, foi considerada a possibilidade de desconforto emocional durante as entrevistas. Para mitigar este risco, o ambiente da entrevista foi cuidadosamente preparado para ser seguro e acolhedor, e os participantes foram informados de que poderiam recusar-se a responder a qualquer questão com a qual se sentissem desconfortáveis.

O estudo seguiu princípios de transparência e rigor científico, assegurando que os dados recolhidos fossem interpretados de forma fiel às narrativas dos participantes.

Não foram oferecidos incentivos materiais para a participação no estudo, no qual a participação foi baseada exclusivamente na vontade de contribuir para a investigação.

No final da entrevista, os participantes tiveram a oportunidade de esclarecer dúvidas, refletir sobre a experiência da participação e receber informações adicionais sobre os objetivos da investigação. Foram também incentivados a expressar qualquer preocupação ou necessidade de apoio.

Esta investigação está em consonância com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável estabelecidos pela Organização das Nações Unidas, nomeadamente os ODS 3 (Saúde de Qualidade), ODS 4 (Educação de Qualidade) e ODS 10 (Reduzir as Desigualdades). Ao explorar as experiências de jovens que viveram em acolhimento residencial, o estudo visa promover o bem-estar e a saúde mental (ODS 3), contribuir para uma educação inclusiva e equitativa (ODS 4), e reduzir as desigualdades, fornecendo insights que possam informar políticas e práticas mais justas e eficazes (ODS 10). Desta forma, a investigação não só respeita os princípios éticos fundamentais, mas também contribui para os esforços globais de desenvolvimento sustentável.

Deste modo, a presente investigação cumpre os princípios éticos exigidos e necessários, garantindo que o processo de recolha e análise de dados seja conduzido de forma responsável, respeitosa e rigorosa.

Durante a escrita desta dissertação, recorreu-se à ferramenta de inteligência artificial ChatGPT (OpenAI) como apoio na organização de ideias e na reformulação de partes do texto. O seu uso teve como objetivo principal ajudar a estruturar a informação de forma mais clara e fluida, especialmente em momentos em que sentia dificuldade em encontrar a melhor forma para expressar o que pretendia dizer. Em nenhum momento a ferramenta foi usada para criar conteúdos científicos, analisar dados ou substituir o meu pensamento crítico e reflexivo enquanto investigadora. Esta nota surge no sentido de garantir transparência quanto ao processo de escrita, reconhecendo o apoio técnico que a ferramenta permitiu, mas reforçando que todo o conteúdo, reflexões e decisões teóricas partiram sempre do meu trabalho pessoal.

### *Participantes*

O grupo de estudo desta investigação é composto por seis participantes que viveram em AR, quatro do sexo feminino e dois do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 23 e os 27 anos. A seleção dos participantes foi feita através de uma amostragem não probabilística por conveniência e bola de neve, sendo os mesmos escolhidos com base na acessibilidade e disponibilidade para participar no estudo. O acesso aos participantes ocorreu através do contacto prévio estabelecido pela investigadora, que já possuía conhecimento sobre alguns jovens que se enquadraram nos critérios do estudo.

A escolha desta estratégia de amostragem justifica-se pelo carácter exploratório da investigação e pela necessidade de obter relatos detalhados e profundos sobre as experiências vividas no AR. Todos os participantes foram informados sobre os objetivos do estudo e os

princípios éticos envolvidos, nomeadamente assegurando a confidencialidade e o anonimato. A participação foi voluntária, sendo garantida a possibilidade de desistência a qualquer momento, sem qualquer prejuízo. O critério de inclusão foi ter experiência prévia em AR, enquanto o critério de exclusão foi a indisponibilidade para participar na entrevista e não ser maior de idade.

Foram realizadas seis entrevistas a jovens que viveram em AR, totalizando aproximadamente catorze horas de recolha de dados. Duas entrevistas foram conduzidas presencialmente e quatro decorreram em formato online, através da plataforma do Google Meet. A escolha do formato teve em conta a disponibilidade e a preferência dos participantes.

### *Instrumento*

Neste estudo, optou-se pela entrevista como instrumento principal de recolha de dados, dado o seu potencial para explorar as experiências subjetivas de cada participante de forma profunda e individual, permitindo uma abordagem flexível, que facilita a investigação das perceções e das reflexões dos jovens sobre as suas vivências no acolhimento residencial e as consequências dessas experiências nas suas trajetórias de vida.

As perguntas da entrevista foram cuidadosamente elaboradas com base na literatura existente sobre o acolhimento residencial, com o intuito de abordar temas relevantes como as relações interpessoais, o desenvolvimento pessoal e as perceções sobre a vida após a saída da instituição (ver Anexo B). Para avaliar a clareza e pertinência das questões, foi realizada uma primeira entrevista-teste. Nesta fase, a participante concordou com a formulação e a estrutura do guião, não tendo sido sugeridas alterações significativas. Este resultado reforçou a adequação inicial do instrumento.

Posteriormente, foi realizada uma segunda entrevista-teste, que inicialmente trouxe contributos ricos e sugestões pertinentes para o guião. Contudo, a participante interrompeu a sua colaboração antes da conclusão do processo, não chegando a assinar o consentimento informado nem a participar na fase de aplicação integral do guião. Assim, qualquer sugestão desta participante não foi integrada, e a sua participação não teve qualquer efeito sobre a versão final do instrumento ou sobre a recolha de dados.

Durante o processo de recolha de dados, o guião de entrevista sofreu alguns ajustamentos, resultantes da experiência adquirida ao longo das primeiras entrevistas. Algumas

questões foram retiradas por se revelarem repetitivas ou pouco relevantes, enquanto outras foram acrescentadas à medida que se percebia, na interação com os participantes, que determinados temas surgiam de forma espontânea e mereciam ser explorados. Esta flexibilidade permitiu adaptar o guião às necessidades do estudo e ao próprio fluxo das entrevistas, mantendo sempre as questões centrais. Contudo, importa referir que, por este motivo, há perguntas que não foram colocadas a todos os participantes, já que os primeiros foram entrevistados com versões anteriores do guião. É importante mencionar que, apesar de existir uma estrutura definida no guião da entrevista, cada conversa foi única e seguiu um rumo próprio, de acordo com aquilo que cada participante ia partilhando. As perguntas base serviram como orientação, mas foram adaptadas de forma flexível, respeitando o ritmo da entrevista e a disponibilidade emocional de cada jovem.

O guião da entrevista foi construído para abordar diferentes dimensões consideradas relevantes para compreender a experiência de acolhimento a partir da literatura. Cada dimensão reflete um objetivo específico do estudo e orienta o diálogo em torno de temas centrais. Além das dimensões exploratórias, o guião inclui duas dimensões que têm como objetivo identificar propostas de melhoria no AR. Estas dimensões foram concebidas para permitir aos jovens refletirem e partilharem sugestões sobre como o sistema de acolhimento poderia apoiar de forma mais eficaz o seu desenvolvimento, bem-estar e transição para a vida autónoma. O propósito destas dimensões é dar voz direta aos jovens, captando perceções e ideias que possam orientar intervenções futuras, estratégias institucionais e políticas de acolhimento, complementando os dados teóricos e empíricos das restantes dimensões.

Foram realizadas seis entrevistas individuais a jovens que viveram em AR em Portugal, totalizando aproximadamente 13 horas e 30 minutos de gravação. Todas as entrevistas foram transcritas integralmente em verbatim, assegurando a fidelidade ao discurso dos participantes e permitindo uma análise rigorosa das suas narrativas. A análise temática resultou na identificação de 125 excertos relevantes, distribuídos pelas diferentes dimensões exploradas. Desses, 33 (26.4%) excertos ilustram a dimensão das Relações Interpessoais, 14 excertos (11.2%) correspondem à Identidade, 19 excertos (15.2%) à dimensão das Relações Familiares e Redes de Apoio, 10 excertos (8%) aos Comportamentos de Risco, 22 excertos (17.6%) à Transição para a Vida Fora do Acolhimento e 27 excertos (21.6%) à dimensão dos Aspectos Positivos e Negativos do Acolhimento e Sugestões de Melhoria.

A Tabela 1 indica, para cada dimensão, a distribuição correspondente ao número de excertos selecionados.

**Tabela 1**

*Percentagem de excertos selecionados por dimensão*

<b>Dimensão</b>	<b>Número de excertos</b>
Relação com os Profissionais e com os Pares do acolhimento	26.4% (33)
Identidade	11.2% (14)
Relações Familiares e Redes de Apoio	15.2% (19)
Comportamentos de Risco	8% (10)
Transição para a Vida Fora do Acolhimento	17.6% (22)
Aspetos Positivos, Negativos e Sugestões	21.6% (27)
Total	100% (125)

### 3. Resultados

Este capítulo apresenta a análise dos resultados obtidos através das entrevistas realizadas, procurando dar voz às experiências e significados partilhados pelos jovens que viveram em AR. Através de uma análise temática, emergiram diferentes dimensões que refletem as várias facetas da vivência institucional, desde as relações estabelecidas com profissionais e pares, até às percepções sobre o impacto do acolhimento nas suas trajetórias pessoais e às sugestões de melhoria identificadas pelos próprios participantes. A exposição dos resultados segue a estrutura do guião de entrevista, permitindo uma leitura coerente entre os objetivos do estudo e as categorias emergentes. Em cada dimensão, são apresentadas as principais temáticas identificadas, ilustradas nas tabelas identificadas os excertos das narrativas dos participantes, de modo a preservar a autenticidade das suas vozes e a profundidade das suas experiências.

Na tabela 2 encontram-se os dados sociodemográficos dos participantes.

**Tabela 2**

*Caracterização Sociodemográfica dos Participantes*

<b>Participante</b>	<b>Idade</b>	<b>Sexo</b>	<b>Ocupação Atual</b>	<b>Frequência do ensino superior</b>	<b>Tempo de Acolhimento</b>	<b>Nº de Casas de Acolhimento</b>
1	23	F	Atendimento ao público	Sim, na Área das Ciências Sociais e Humanas	4 anos e meio	3
2	23	F	Restauração	Sim, na Área da Saúde	8 anos	2
3	25	F	Atendimento ao Público	Sim, na Área das Ciências Sociais e Humanas	15 anos	3
4	26	F	Restauração	Não	14 anos	2
5	26	M	Artes e Performance	Não	12 anos	1

6	27	M	Tecnologia da Informática	Não	5 anos	2
---	----	---	---------------------------------	-----	--------	---

### **Relação com os Profissionais e com os pares do acolhimento**

Inicia-se esta análise pelas relações interpessoais desenvolvidas durante o acolhimento, um dos aspetos mais marcantes da experiência relatada pelos participantes. A primeira questão de investigação procurava compreender como os jovens descrevem as relações interpessoais vividas dentro do acolhimento, tanto com os profissionais como com os outros residentes.

Nesta secção, foi explorada, em primeiro lugar, a relação estabelecida com os profissionais do acolhimento, procurando evidenciar as perceções, significados e emoções associadas a essas interações, que se revelaram centrais na forma como os jovens experienciaram a vivência institucional (Tabela 3).

Após a análise do que foi partilhado pela amostra, emergiram diversos temas relacionados com a forma como os jovens experienciaram a relação com os profissionais do acolhimento. De um modo geral, as narrativas revelam uma multiplicidade de experiências, variando entre relações sentidas como funcionais, relações de referência e, em vários casos, relações marcadas por distanciamento ou falta de proteção.

As relações com os profissionais do acolhimento foram descritas de forma heterogénea, revelando uma convivência entre experiências de proximidade e de distanciamento emocional. Alguns participantes descreveram estas relações como funcionais, centradas sobretudo em aspetos práticos do quotidiano institucional e na gestão das rotinas, sem um envolvimento afetivo significativo. Ainda assim, para alguns jovens, a relação com determinados profissionais assumiu um papel mais marcante, sendo recordada como uma experiência positiva e significativa, na qual esses profissionais foram percebidos como figuras de referência e modelos de inspiração pessoal.

Os participantes distinguiram também de forma clara a equipa técnica da equipa educativa ou de apoio, atribuindo a esta última uma relação mais próxima e íntima, resultante do contacto diário e da convivência constante. Outro tema que emergiu com destaque foi o do incentivo e acreditar no jovem, associado ao reconhecimento das suas capacidades e ambições. As experiências neste domínio revelaram-se contrastantes: enquanto alguns participantes referiram sentir-se apoiados e encorajados a alcançar os seus objetivos, outros relataram

percepções de favoritismo e seletividade, sugerindo que o incentivo e as oportunidades oferecidas dependiam frequentemente da afinidade pessoal entre o profissional e o jovem.

No extremo oposto, emergiu com força o tema do desamparo e da falta de proteção, traduzindo a percepção de ausência de segurança e de respostas eficazes por parte das equipas perante situações de conflito ou vulnerabilidade. Essa carência de suporte levou, em alguns casos, os jovens a assumirem papéis de cuidadores, procurando proteger outros residentes e suprir a ausência de intervenção das figuras adultas.

Alguns participantes destacaram ainda que certas dificuldades relacionais decorriam de características pessoais e emocionais dos profissionais, nomeadamente a tendência para transportar os próprios conflitos e limitações para o contexto de trabalho, o que interferia negativamente na qualidade do cuidado prestado. Em paralelo, surgiram relatos de relações marcadas pelo medo e pela punição, associadas a práticas percecionadas como injustas ou excessivamente controladoras. Essa postura contribuiu para um desligamento emocional entre profissionais e jovens, refletido na percepção de falta de empatia e de sensibilidade para com as suas necessidades emocionais.

A falta de confiança nas equipas foi também uma experiência recorrente, dificultando o estabelecimento de vínculos seguros com as figuras adultas de referência. Finalmente, ainda que com menor incidência, foi referido o tema da impermanência dos profissionais, associada à elevada rotatividade e conseqüente fragilidade das relações estabelecidas, limitando a possibilidade de continuidade afetiva e segurança relacional dentro do acolhimento.

### **Tabela 3**

*Categorização dos temas na Relações com Profissionais no Acolhimento (Relações Interpessoais no Acolhimento)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Relações Funcionais</b>	P2: “[...] Eu associo muito a relação das doutoras (designação que davam às pessoas que atualmente se entende como equipa educativa), muito com a escola, como é que a escola ia, se estavam a portar bem ou não, era mais assim e as coisas com a família, as idas à casa, férias e assim, falavam comigo, mas não era íntimo [...] não eram perguntas muito profundas, ou relacionadas com os meus sentimentos. Eram mais coisas práticas.”

		P3: “[...] Eram relações que eram um bocado funcionais, eles ajudavam com coisas que eu precisava e eu respeitava as ordens que eles davam.”
<b>Figuras de referência</b>	<b>de</b>	P3: “[...] Tive talvez umas três ou quatro pessoas na minha vida, no acolhimento, que me marcaram muito positivamente e uma delas eu continuo a ter contacto hoje em dia, que é um dos meus <i>role-models</i> , uma figura de referência para mim. [...]”
<b>Distinção entre Equipa Técnica e Equipas Educativa e de Apoio</b>	<b>entre</b>	P1: (sobre o tipo de relação com a equipa técnica) “[...] eram mais coisas práticas [...] com as monitoras (atualmente equipa educativa), era um bocado mais íntimo [...]” P2: “[...] se houvesse dúvidas, acho que não iria falar com as pessoas que tinham o nome de “doutora” (equipa técnica), e sim com as monitoras (equipa educativa) que eram mais próximas de nós.” P4: “[...] tinha uma boa relação com as pessoas que ficavam connosco de forma mais diária, como os cozinheiros da casa, as monitoras que nos acordavam”
<b>Incentivo com o jovem</b>	<b>para</b>	P3: “[...] uma coisa boa que tirei de lá foi a relação com alguns adultos que trabalhavam lá, que foram muito importantes para mim, na pessoa que sou hoje, e na ambição que tenho para mim mesma e para o meu futuro ((..)) foram pessoas que me inspiraram e que acreditaram em mim, foi muito positivo mesmo na minha jornada [...]” P6: “[...] eu acredito que elas me ajudaram da melhor forma que conseguiram e muitas delas tentaram que eu atingisse os meus objetivos, puxaram por mim e ajudaram-me também a atingir as coisas que eu gostava de fazer”
<b>Seletividade favoritismo</b>	<b>e</b>	P1: “[...] No meu caso era conformar-me com o mínimo dos mínimos [...] Elas (a instituição) viam o potencial em certas pessoas, e puxavam por elas [...], mas quem estava no fundo do poço e quisesse subir não havia essa chance porque elas sentiam que não havia a necessidade de puxar por essa pessoa, não tinham ambições para a pessoa [...] eu senti muito que havia essa seleção de pessoas, há pessoas que eu sei que tiveram melhores oportunidades por causa destes incentivos [...]” P4: “[...] Se eles gostam muito de ti, e se estás ali constantemente à volta deles, tu consegues o que tu quiseres [...] Eu conheci miúdas que saíram

---

		de lá e foram para apartamentos de autonomia. Esse trabalho parece que só é feito com pessoas que eles gostam, ou então tu tens que andar ali atrás, a implorar por um direito que é teu, uma coisa que devia ser um trabalho deles [...]”
<b>Desamparo</b>	<b>e</b>	P1: “Por que eu não vejo o colégio como um sítio seguro?”
<b>Falta</b>	<b>de</b>	P3: (sobre as atitudes agressivas por parte de outros jovens no acolhimento) “[...] Foram muito poucas as pessoas que conseguiam nos proteger, e neste momento, quando penso nisso, deixa-me mesmo chateada. Como é que as pessoas que nos deviam proteger não o faziam? Muitas delas não se apercebiam do que se estava a passar, ou achavam que não era grave, que era só um mal-entendido, já chegou ao ridículo de se rirem e irem embora. Ou, por exemplo, muitas delas tinham ainda mais medo dessas meninas do que nós e não sabiam o que fazer”
<b>Proteção</b>		P4: “[...] não é suposto tu tares ali e tipo com receio porque sabes que não há ninguém ali que te possa proteger, tirar daquilo”
		P5: (sobre a postura das equipas face os comportamentos homofóbicos dos jovens para com o participante) “[...] havia vezes que uma educadora em específico me defendia bastante durante a minha história de me assumir, mas ali dentro em geral nem por isso [...] no início achava que eles me iam defender, mas quando percebi que esse não era o caso, porque não me levavam a sério e que me chamavam de “sensível”, acabei por deixar de o fazer porque já não confiava neles nem que me iam defender”
		P6: “[...] havia jovens problemáticos e os educadores não estavam nem aí.”
<b>Assumir o papel de Cuidador</b>		P3: [...] eu sentia a necessidade de ajudar os educadores, eu lembro-me muitas vezes que era eu que tomava a frente sempre que acontecia alguma coisa de errado. Por exemplo, uma miúda começa a cortar-se no meio da instituição, era eu que ia correr para conseguir socorrê-la, porque havia monitoras lá que não estavam preparadas para isso. Ou quando havia lutas, era eu que me metia no meio [...] Nós estamos ali

---

---

	<p>porque nós precisamos de estar ali, e nós precisamos de estar com espaço mental para olharmos para as nossas coisas e não termos de estar preocupados com as coisas que os monitores tem que olhar”</p> <p>P4: (sobre as atitudes violentas por parte de outros jovens do acolhimento) “[...] sentia que tinha que estar perto de uma pessoa para garantir que ninguém lhe fazia mal, isso é desconfortável e desconcertante veres que ninguém faz nada [...] se eu sabia que a pessoa se iria sentir melhor ao meu lado, eu queria poder dar essa segurança.”</p>
<p><b>Traços Pessoais e Emocionais dos Profissionais</b></p>	<p>P4: “[...] Havia lá pessoas que tu te afeiçoavas e outras em que a forma de lidar com jovens nesta situação (de acolhimento), que precisam daquele espaço, era má. As pessoas levam os traumas da vida para o trabalho, e neste contexto específico não é suposto isso acontecer.”</p> <p>P5: “[...] muitas das relações com os educadores não eram muito boas [...] fiquei com muitos traumas também (riso), por causa de algumas relações, do que aconteceu lá dentro [...] há uns que são muito bons profissionais, mas que às vezes não conseguem separar as coisas e elas próprias têm os traumas delas e trazem para cima.”</p>
<p><b>Relações de medo e punição</b></p>	<p>P1: “[...] do que me lembro era as injustiças que faziam com as mais novas, de “por uma pagam todas [...] se uma pessoa não fizesse as coisas já todas as outras tinham de sofrer as consequências [...] depois havia situações em que um castigo era aplicado e nós não sabíamos porquê [...] ficava sempre assim com receio, ‘Será que estamos a fazer tudo correto?’ [...] “[...] Elas atacavam muito a pessoa e faziam-na sentir-se mal com ela, quando na verdade devíamos ser mais protegidas [...] nós sentíamos um medo muito grande pela parte delas [...]”</p> <p>P5: “[...] Acho que às vezes eles focavam-se muito em controlar e no castigo, e menos na segurança.”</p>
<p><b>Desligamento emocional</b></p>	<p>P2: “[...] não geriam muito essa minha parte mais emocional, psicológica, para ver se estava bem, não senti muito apoio nessas áreas [...]”</p> <p>P3: “[...] eram eles que nos representavam, eram eles que iam às escolas, que tratavam nas nossas questões de saúde, então eles passaram a desempenhar esse papel de cuidador, mas depois não havia uma sintonia</p>

---

---

		entre esse papel prático e a parte emocional, que é ‘Eu estou aqui para tratar das coisas práticas, mas depois em termos emocionais já não consigo cuidar de ti’”
		P5: “[...] Eu gostava que as outras instituições pudessem passar por isso, de terem relações menos formais, menos quadrada e robóticas, uma coisa mais orgânica com as pessoas do lar”
<b>Falta de confiança</b>	<b>de</b>	P4: “[...] eu tentava manter alguma distância das outras que faziam parte da equipa técnica, não sentia que podia confiar nelas [...]” P5: (sobre as relações com os educadores na instituição) “[...] cria-me aquela desconfiança nas pessoas que nós devíamos confiar [...] comecei a criar muita desconfiança com alguns educadores, já não me conseguia abrir [...] eu não consegui confiar em muitas pessoas que estavam ali, inclusive algumas dessas pessoas deram-me traumas que eu ainda carrego até hoje na vida adulta [...]”
<b>Impermanência</b>		P5: “[...] ao sair educadores e ao entrarem novos, esses novos eram pessoas que precisavam de trabalho e alguns estudavam enquanto trabalhavam, e eu achei isso estranho, sentia como se fôssemos uma experiência: ‘Elas vem cá alguns meses e depois acabam por ir embora’ e as relações que crias não duram, não ficam. Portanto, isso começa a afetar, mesmo que venha uma pessoa que fique, eu vou sempre sentir que essa pessoa se vai embora eventualmente [...] houve ali uma fase em que entravam e saíam pessoas a toda a hora, e muitas dessas pessoas não tinham qualificações para trabalharem ali, para cuidarem de nós. Eram pessoas que precisavam de um trabalho e iam para lá para desenrascar”

---

Na tabela 4 é possível compreender que as relações entre os jovens dentro do acolhimento foram, na maioria dos casos, descritas de forma positiva, marcadas por proximidade, partilha e apoio mútuo. Estas ligações representavam um importante espaço de confiança, funcionando muitas vezes como um refúgio emocional face às dificuldades sentidas nas relações com os profissionais. Entre os pares, os jovens encontravam alguém que compreendia as suas vivências e com quem podiam partilhar sentimentos e experiências de forma genuína e sem julgamento.

Contudo, este espaço nem sempre foi vivido de forma harmoniosa. Conflitos, agressões e situações de medo também fizeram parte da convivência entre os jovens, deixando marcas significativas em alguns participantes. Estas experiências foram associadas a um ambiente de insegurança, que levava muitos a viver em constante estado de alerta e hipervigilância, com receio de possíveis confrontos. A ausência de uma intervenção eficaz por parte das equipas foi frequentemente mencionada, reforçando o sentimento de desamparo e falta de proteção.

Assim, a relação entre os jovens dentro do acolhimento revela-se ambivalente, podendo ser simultaneamente um espaço de pertença e solidariedade, mas também um contexto de vulnerabilidade e exposição a novas experiências de insegurança.

#### **Tabela 4**

*Categorização dos temas na Relações com Pares no Acolhimento (Relações Interpessoais no Acolhimento)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Segurança e Proximidade</b>	<p>P1: “[...] nós falávamos entre nós e falávamos sobre as coisas com as meninas de forma muito aberta sobre questões que nós estávamos a passar, sentia-me mais segura com elas do que em comparação às pessoas que trabalhavam lá.”</p> <p>P2: “[...] foram também boas relações, boas amizades que algumas tenho até hoje e que também moldaram um bocado a pessoa que sou hoje [...]”</p> <p>P3: “[...] No meio de tantas coisas a acontecer na vida de cada uma de nós, nós ainda assim conseguíamos divertir-nos, havia sempre motivos para rir e tínhamos brincadeiras super fora da caixa (riso) e acho que havia este senso de união entre nós que fazia as coisas serem mais toleráveis, mesmo quando estávamos num sofrimento tão profundo”</p>
<b>Agressividade e Medo</b>	<p>P3: “[...] Quando eu me mudei cá para lisboa, era tudo novo para mim e eu sentia-me extremamente sozinha, e eu lembro-me que quando me mudei para cá aquilo para mim era como se fosse uma prisão (riso) no sentido em que, as jovens que viviam lá tinham um “patamar” diferente das jovens com quem eu cresci no porto. Aqui, cá em lisboa, elas eram perigosas a sério, e eu senti um medo real que eu nunca senti quando estava na outra instituição, eu senti mesmo que a minha integridade física estava constantemente em perigo [...] estava sempre em modo alerta, o meu corpo</p>

---

não conseguia descansar, eu ia para a cama com medo do que poderia acontecer durante a noite: se me iriam bater, se me iriam roubar coisas ((..)) eu tava sempre neste medo constante de que me iria acontecer alguma coisa [...] eu via sempre a acontecer às raparigas à minha volta, havia sempre lutas, havia grupos específicos que se juntavam e batiam nas meninas, que as empurravam contra as paredes, que roubavam as coisas [...] foi um trauma que eu carregou até hoje em dia, o nunca me sentir segura.”

P4: “[...] há sempre um grupo, em que dentro do grupo há aquelas mais "quietinhas", há aquelas que mexem mais, que brincam mais, que são mais extrovertidas e depois há sempre um grupo de pessoas "mázinhas", no sentido em que não fazem trabalho de autoconhecimento, nem querem saber nada disso, mas que estão ali para importunar a vida dos outros. E eu acho que nisso, as pessoas que estão no "comando" nunca percebem a hora de agir antes que aquilo afete o grupo todo [...] Não é suposto estarmos num lar para viver assim. Há muita gente que vive em acolhimento e que tem medo de "x" pessoas, ficam mais retraídas [...] não se vive numa casa onde possa estar segura e sem medo [...] Nunca senti esse medo diretamente por mim, mas já senti por outras pessoas.”

P5: “[...] A minha relação com os outros rapazes no início não foi muito fácil, porque primeiro eles não estavam habituados a viver com um rapaz como eu, porque eu já tinha maneirismos, era mais novo, tinha uma voz mais fina e era ok com isso, mas para eles acho que já não era tanto, portanto, gozavam comigo, mas eu depois eu fui-me habituando porque eu não levava as coisas tão a peito [...] Gozavam comigo, ridicularizaram-me um bocadinho, e depois quando eu ia dizer uma cena a um educador específico era do género: ‘Get over it’, ‘Ó (nome do participante) por amor de deus, não faças filmes’, ‘Deixa para lá, eles estão a gozar, deixa de ser sensível’ [...] Eu tentava não estar a dar muito peso sobre isso nessa altura, até porque era uma coisa de muita picardia [...] para eu não entrar nisso tentava fazer a minha vida um bocado mais desligado disso e dos comentários deles, mas não sinto ressentimento, não me pesa na consciência”

---

## **A construção da identidade no contexto de acolhimento**

A experiência de acolhimento revelou-se profundamente transformadora para os jovens, influenciando a forma como percebem a si próprios e moldando aspectos centrais da sua identidade, autoconfiança e autoestima. Esta vivência foi descrita como um processo de adaptação contínua, no qual os participantes aprenderam a ajustar-se ao ambiente institucional e às diferentes personalidades com quem conviviam (Tabela 5).

Para alguns, o acolhimento representou também um espaço de aprendizagem relacional, que permitiu desenvolver maior abertura e confiança nas pessoas, rompendo barreiras de isolamento construídas anteriormente. Outros jovens descreveram que, perante as dificuldades vividas, o acolhimento lhes proporcionou o desenvolvimento de resiliência e força interior. As experiências de adversidade foram, neste sentido, percebidas como catalisadoras de crescimento pessoal e de uma maior capacidade para enfrentar desafios posteriores.

Em alguns casos, o contexto do acolhimento favoreceu a descoberta da própria identidade e das crenças individuais, funcionando como um espaço de autoconhecimento. Contudo, nem todos os jovens partilharam percepções positivas sobre esse processo. Alguns relataram que o acolhimento não foi um espaço seguro para a descoberta pessoal, mencionando a existência de preconceitos e a ausência de um ambiente de aceitação.

Embora se reconheça a força e resiliência desenvolvidas, emergiu também a vivência de uma hipervigilância constante, que se prolonga mesmo após o acolhimento. Essa percepção de ameaça contínua tornou-se uma forma de estar no mundo, condicionando a maneira como interpretam e reagem às situações quotidianas. Para outros, o acolhimento deixou marcas de solidão e uma sensação de isolamento emocional, acompanhada da crença de que precisavam depender apenas de si próprios.

Muitos jovens relataram ainda baixa autoestima durante e após o acolhimento, associada a sentimentos de inadequação e dúvidas sobre as próprias capacidades. Essas percepções de não merecimento traduzem-se numa dificuldade em reconhecer o próprio valor e em acreditar ser digno de amor, sucesso ou reconhecimento.

Finalmente, emergiu de forma transversal a experiência do estigma associado ao acolhimento, refletido nas interações com a comunidade e nas representações sociais sobre “os jovens do colégio”.

**Tabela 5***Categorização dos temas na Construção da Identidade (Identidade)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Adaptação</b>	P5: “[...] Hoje eu sinto, com as experiências que tive no acolhimento e o ter lidado com várias pessoas, e o saber o que dizer e a quem dizer, eu fui me sentido cada vez mais fragmentado, eu sabia que tinha de me moldar às outras pessoas.”
<b>Aprender a confiar</b>	P1: “[...] ensinaram-me também a ser mais aberta às pessoas [...] comecei a perceber: ‘Ok, não é preciso ser tão fechada e reservada, e podes partilhar as tuas coisas’.
<b>Resiliência</b>	P3: “[...] uma das ferramentas que tirei de lá foi a resiliência. Nós estamos sempre neste estado de sobrevivência, pelo menos eu estava, e para conseguir sobreviver eu tinha que ser muito forte, então eu sinto que surgem certas situações (atualmente) que quase não se comparam ao que passei lá (dentro do acolhimento), que para mim acaba por ser muito mais fácil ter que lidar com certas situações ou desafios que possam aparecer.”
<b>Desenvolvimento pessoal</b>	P2: “[...] o facto de estar acolhida com muitas meninas ou pessoas diferentes da minha pessoa acho que ajudou muito a ser eu mesma, ver tantas personalidades diferentes e cada uma agia de forma tão natural que eu acho que não era muito reprimida nesse sentido, acho que sempre tive espaço para ser quem eu sou e desenvolver a minha personalidade e aquilo que acredito e penso [...] sempre um lugar muito seguro para eu poder desenvolver a minha personalidade e a minha pessoa crescer. O facto de estar rodeada por pessoas diferentes ajudou [...] foi muito proporcionada na minha experiência a parte religiosa. Eu ia à igreja, havia outras meninas que eram católicas, muçulmanas e acho que havia espaço para as diferentes práticas religiosas e acho que isso também era bom durante o acolhimento”
<b>Espaço não seguro para</b>	P4: “[...] Ali não havia espaço para te descobrires, não era um espaço seguro, havia muito preconceito. É estúpido, porque é um

<b>desenvolvimento da personalidade</b>	sítio onde tem pessoas de tantos sítios e tantas nacionalidades diferentes, situações de vida diferentes, com muita diversidade onde se podia aprender muito se fosse um grupo coeso”
<b>Hipervigilância</b>	P3: “[...] depois de ter saído do acolhimento, uma situação que se calhar é pequena, um confronto mínimo para a outra pessoa, para mim é uma questão de sobrevivência, sinto que tenho que me defender com “dez pedras na mão” [...] sinto-me mais resiliente e com mais força para lidar com as situações difíceis, mas depois eu não consigo perceber quando é que é uma situação em que eu preciso de me defender com “dez pedras na mão” e quando não é, é como se eu não fizesse uma leitura correta da realidade, então tudo é uma ameaça de vida.”
<b>Solidão e Isolamento</b>	P4: “[...] hoje em dia sou uma pessoa muito sozinha e muito centrada no que quero para mim. Se eu quero algo, eu vou atrás, e se tu não queres a mesma coisa eu não vou querer saber [...] desde o colégio eu aprendi que, apesar de ter amigas e tudo mais, mais ninguém vai defender-me [...] acho que sou uma pessoa muito sozinha, e isso foi muito derivado ao colégio.”
<b>Baixa-autoestima</b>	P3: “[...] eu tenho que estar constantemente a repetir a mim mesma de que eu não sou uma impostora, que eu mereço estar em determinados sítios, que eu sou capaz, que eu sou inteligente da mesma forma que os outros jovens são inteligentes” P5: “[...] sinto que comecei a ser rotulado de algumas coisas negativas e que me afetam até hoje [...] eles diziam que era ‘falso’ e ‘manipulador’ e isso foi algo que me afetou muito, e portanto deixei de o fazer, e acabei por me fechar [...] Há uma desconfiança que sinto de mim mesmo, mesmo sendo adulto, duvido um bocado de mim, o ser ‘people-pleaser’ é algo que quero mudar, quero deixar de querer agradar os outros, na minha cabeça eles é que têm razão, eles é que sabem o que está certo, eles é que sabem qual é a melhor decisão a tomar.”” P6: “[...] muitas vezes eu questiono-me se eu de facto tenho o que é necessário para atingir os meus objetivos”

---

**Não-Merecimento**

P3: “[...] a nossa autoestima era muito baixa e que as nossas perceções das nossas capacidades, daquilo que poderíamos ter no futuro, do merecimento, etc. era sempre muito pouco, nós não nos sentíamos merecedoras das coisas, sentíamos que éramos menos inteligentes que as outras pessoas, que quando estávamos num sítio nós sentíamos-mos como se fôssemos umas intrusas, umas impostoras [...]”

P4: “[...] Quando saís de lá, estás mais tempo sozinha, e consegues parar e pensar e às vezes dava por mim a não me sentir merecedora de certas coisas que aconteciam na minha vida. Pensava muito ‘Estive numa situação destas (o colégio), será que mereço isto?’. Tinha muitos receios, muitas dúvidas, muita confusão.”

---

**Estigma**

P1: “[...] as colegas (da escola) também não percebiam o que era ser do colégio, então faziam muitas perguntas desnecessárias, às vezes muito invasivas [...] viam-me como a “menina do colégio” [...] O facto de ser do colégio já era diferente [...] só o facto de ser do colégio as pessoas assumem muitas coisas, às vezes coisas sem sentido [...] Sempre que ia para a escola, na turma eu era sempre a “menina do colégio” [...] era muito difícil ser diferente [...] havia muitos olhos em cima de nós [...] eles falavam entre eles (os colegas da escola), tinham grupos já formados, e as do colégio ficavam com as meninas do colégio.”

P3: “[...] as oportunidades que ambicionam para nós são muito mais limitadas do que para jovens que têm uma família. Para nós não pensam em grande, não nos dão grandes oportunidades, não dizem ‘Olha, sim, se queres ir para política vai para política’ ou ‘Se queres ir para engenharia então segue isso’, e não, o que eles nos diziam era ‘Olha, tens ali aquele curso profissional de unhas e de estética que é equivalente ao nono ano’ [...] É como se fôssemos menos merecedores de um cuidado ou tratamento humano, comparando a outro jovem que se calhar vive com a sua família, tem uma família saudável [...]”

---

**Relações familiares e redes de apoio**

A presente dimensão procurou explorar que relações familiares e redes de apoio os jovens mantêm após o acolhimento e qual o papel dessas relações na vida adulta (Tabelas 6 e 7). Com base nas respostas dos participantes, foram identificadas diferentes fontes de apoio, incluindo a família biológica, os jovens com quem partilharam o acolhimento, os profissionais do acolhimento, os parceiros e amigos fora da instituição, e os psicólogos que os acompanharam. As narrativas revelam experiências heterogéneas, refletindo trajetórias distintas na forma como cada jovem construiu e mantém as suas redes relacionais.

A família biológica surgiu como uma presença ambígua. Alguns jovens relataram manter contacto regular, ainda que com menor intensidade, enquanto outros optaram pelo afastamento, considerando-o necessário para o seu equilíbrio pessoal. Estas diferenças refletem a diversidade das relações familiares após o acolhimento e a forma como cada jovem redefine o seu vínculo com a família de origem.

Os pares com quem viveram durante o acolhimento foram mencionados como uma das redes de apoio mais significativas e duradouras. As relações entre estes jovens foram descritas como próximas e marcadas por cumplicidade, baseadas na partilha de experiências semelhantes e na compreensão mútua das dificuldades vividas. A cumplicidade destacou-se como um subtema central, simbolizando a ligação criada entre pessoas que passaram pelo mesmo contexto institucional e desenvolveram entre si laços de confiança e solidariedade.

As relações com parceiros e amigos fora do acolhimento também foram referidas como fontes de apoio relevantes na vida adulta.

## **Tabela 6**

*Categorização dos temas nas Figuras de Apoio Presentes na Vida dos Participantes (Relações Familiares e Redes de Apoio)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Seleccionados</b>
<b>Família biológica</b>	<b>Mantém contato</b>
	P2: “[...] não somos uma família muito próxima, mas falamos todos os dias [...]”
	P6: “[...] mantenho contacto com o meu pai, com a minha mãe, com a minha tia, também com os meus tios do Brasil [...] Em relação à parte do meu pai, eu sinto que não tenho tanta abertura para falar de certos

---

temas, apesar de já ter tentado fazer [...] da parte da minha mãe, ela é mais compreensiva e ouve mais, mas mesmo assim também é difícil [...]"

---

### **Não mantém contacto**

P1: (sobre manter contacto com a família biológica) “[...] Não tenho contacto de todo [...] tinha contacto com familiares [...] mas não foi uma experiência que gostasse e quando cresci percebi que tinha de sair de lá o mais rápido possível para organizar-me tanto mentalmente como a minha vida profissional, porque a minha vida estava estagnada enquanto eu estava lá em casa [...] Até eu sair de lá (da casa dos familiares), eu tentava conviver o mínimo possível com eles [...] eu tomei essa decisão de cortar a ligação entre nós [...]"

P3: “[...] Eu não mantenho contacto com a minha família, nós nunca fomos próximos e com o tempo tenho percebido cada vez mais que são pessoas que não quero ter na minha vida, porque percebo o quão tóxicos eram para mim [...] de tempo a tempo há uma tentativa de me mandarem mensagem, mas eu não respondo de volta [...]"

P5: (sobre o contacto com a família biológica) “[...] não tenho, pelo menos com a família direta por questões da minha sexualidade, portanto não, fui deserdado, mas não sinto que me falta apoio nesse sentido.”

---

<b>Jovens do Acolhimento</b>	<p>P1: “[...] tenho umas quatro ou cinco pessoas com quem mantenho contacto [...] É muito bom e também como nós todas passamos por este mesmo sítio, somos “farinha do mesmo saco” (sobre o manter relações com as jovens do acolhimento) [...] é muito bom termos esta ligação [...] termos ficado com o contacto até hoje dá para ver o quê que cada uma está a fazer”</p> <p>P2: (sobre as relações com as jovens do acolhimento) “[...] foram também boas relações, boas amizades que algumas tenho até hoje e que também moldaram um bocado a pessoa que sou hoje (sobre as jovens com quem viveu no acolhimento [...] mantenho contactos com muitas pessoas, mais das meninas com quem vivi do que as</p>
------------------------------	---

---

---

funcionárias [...] somos amigas, proporcionam-me bons momentos, consigo partilhar momentos da minha vida com elas [...]"

### **Cumplicidade**

P3: “[...] muitas das raparigas com quem eu vivi, elas percebem-me no meu sofrimento porque elas também passaram por isso”

P4: (sobre o contacto que manteve com os jovens do acolhimento)  
 “[...] acabam por ser amizades mais maduras e sólidas quando a pessoa já te acompanha há muito tempo. Isso não acontece com todas as amizades lá dentro, mas há sempre uma ou duas que levas contigo mesmo com o passar dos anos por presenciar os percursos umas das outras e por já nos termos visto nas diferentes fases de vida, cria-se ali uma ligação e respeito diferente, e também já vivemos juntas o que não é nada fácil”

P5: (sobre relações que manteve com alguns jovens do acolhimento)  
 “[...] Hoje dou-me bem, muito bem com três deles mesmo, e acho que nos consideramos muito próximos uns dos outros porque tivemos experiências semelhantes”

---

### **Parceiros Amigos**

e P1: (sobre a rede de apoio atual) “[...] tenho o meu namorado, as minhas amigas, essas amigas com quem vivi no colégio e que são uma boa rede de apoio [...]"

P3: “[...] A minha maior fonte de apoio é definitivamente os meus amigos [...]"

P4: “[...] tinha amigos que eu conheci durante o tempo que vivia no colégio, pessoas que não eram de lá, eram de fora, e esses amigos apoiaram-me muito. São amigos que tenho até hoje.”

---

### **Psicólogo**

P1: “[...] Eu estou muito satisfeita com a minha rede de apoio hoje em dia, e ainda mais agora que comecei a ir à psicóloga, que está a ser algo muito bom para mim”

P3: “[...] Tenho a minha psicóloga que para mim é uma grande fonte de apoio”

---

Por último, vários participantes destacaram o papel dos psicólogos no acompanhamento após o acolhimento, reconhecendo nestes profissionais uma fonte importante de apoio emocional.

Outra componente da questão de investigação consistia em analisar o papel destas redes de apoio na vida atual dos jovens, salientando a importância do apoio emocional que proporcionam. Para além deste, os participantes destacaram também a dimensão prática dessas redes, que se revelou fundamental no seu dia a dia.

### **Tabela 7**

*Categorização dos temas no Papel da Rede de Apoio da Vida Atual (Relações Familiares e Redes de Apoio)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Apoio Emocional</b>	<p>P2: (“de que maneira teres contacto com essas pessoas te ajuda hoje em dia”) “[...] ajuda-me nesta parte de relações [...] eu acho que tenho problemas em lidar com a solidão ou abandono [...] estas relações ajudam-me a manter-me do tipo: ‘Ok, não estou sozinha, tenho boas relações com as pessoas que já vem de há imenso tempo’, eu importo para as outras pessoas (emociona-se)”</p> <p>P3: (sobre uma profissional da casa de acolhimento) “[...] combinamos jantares, vamos passear as duas, ela às vezes leva-me para a casa da família dela, então é uma relação muito importante para mim, e eu sinto que se eu não a tivesse a minha vida podia ter sido um bocado diferente, porque ela mostrou-me muito que é possível estar numa relação com um adulto que é segura, que eu antes não sentia isso”</p> <p>P4: (sobre a família) “[...] a gente junta-se sempre uma vez por mês, fazemos um convívio em casa [...] É uma cena que tipo começou a acontecer espontaneamente e agora faz-me bué falta todos os meses ter aquele convívio de família.”</p>

<b>Apoio prático</b>	P4: “[...] Houve uma altura que cheguei a viver com uma ex-monitora da instituição, eu tinha o meu filho e ela o filho dela [...] tenho um amigo meu bué próximo que é padrinho da (nome da filha mais nova) e ele também apoia-me bué, ajuda-me bué com os miúdos”
----------------------	---

## Comportamentos de risco

Nesta dimensão procurou-se compreender as experiências associadas aos comportamentos de risco durante o acolhimento, bem como os fatores que os motivavam (Tabela 8) e a forma como as equipas respondiam a estas situações (Tabela 9). Foram referidos comportamentos como saídas sem autorização, consumo de substâncias, roubos, envolvimento físico e relações sexuais de risco.

Em várias narrativas, estes comportamentos surgiram como uma resposta emocional à frustração associada à condição de estar acolhido e às limitações sentidas nesse contexto. A influência dos pares dentro do acolhimento também se destacou como um fator relevante para a adoção destes comportamentos. O desejo de pertença e a necessidade de aceitação no grupo pareciam, em alguns casos, conduzir a estas decisões. Outros relatos evidenciaram que estes comportamentos funcionavam como uma tentativa de aliviar o sofrimento emocional vivido no acolhimento, ou seja, como uma forma de escape perante a dor, a solidão ou a sensação de impotência.

## Tabela 8

*Categorização dos temas sobre as Motivações dos Participantes para a Adoção de Comportamentos de Risco (Comportamentos de Risco)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Frustração e Revolta</b>	P1: “[...] Acho que foi frustração, e sendo adolescente, e vendo adolescentes a fazer outras coisas [...] eu ficava no colégio no verão e havia meninas que estavam a viajar, meninas da minha turma [...] Eu vivia muito frustrada, e no geral esta situação do tribunal causa muita frustração acumulada, que eu pensava e dizia ‘Não vou ter

---

nada a perder, vou ver o que tem lá fora. Vou me relacionar com pessoas porque sim, porque eu quero.’ [...] no fundo é frustração. “

P2: “[...] alguma resposta de defesa ou uma resposta de revolta por estar acolhida.”

---

### **Influência dos pares**

P2: “[...] era difícil não sermos influenciadas [...] se te queres dar com alguém que se dá com um grupo grande e se esse grupo gosta desse tipo de experiências, depois acabas por querer experimentar por influência desse grupo.”

P4: “[...] estar na presença delas despertava um lado meu que eu não gosto [...] aquela coisa de ser mázinha, de estar revoltada e querer arranjar confusões [...]”

---

### **Alívio do sofrimento**

P3: “[...] O sofrimento em que eles estavam claramente. Nós estamos ali num sofrimento insuportável todos nós, todos nós estamos na sua vida, cada um está com a sua bagagem, com os seus medos, inseguranças, sofrimento [...] nós procuramos encontrar alguma maneira de aliviar esse sofrimento e eu acho que a maior parte delas foi através disso [...] não precisavam de se focar nelas próprias.”

---

Quanto à resposta institucional face a estes comportamentos, as experiências relatadas apontam para um sentimento transversal de insatisfação. Vários participantes descreveram as equipas como adotando uma postura punitiva e reativa, mais centrada na consequência do comportamento do que na compreensão da sua origem. Em alguns casos, mencionou-se ainda a ausência de intervenção ou a negação do problema por parte das equipas.

As experiências relacionadas com a educação e prevenção dos comportamentos de risco mostraram-se distintas entre os participantes. Enquanto alguns jovens relataram abertura e diálogo sobre estas questões, outros referiram a ausência de um espaço seguro para as abordar, especialmente quando o medo de punição se sobrepunha à confiança.

**Tabela 9**

*Categorização dos temas sobre a Resposta da Instituição perante os Comportamentos de Risco (Comportamentos de Risco)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Punição</b>	<p>P1: “[...] Eu acho que a única coisa que elas (os profissionais da instituição) estavam envolvidas na situação era mais para dar castigos e trazer consequências, não de parar para tentar perceber o que se passa com a pessoa em si [...] Acho que era necessário que elas tivessem uma posição de proteção e não de ataque [...] Elas atacavam muito a pessoa e faziam-na sentir-se mal com ela, quando na verdade devíamos ser mais protegidas [...]”</p> <p>P3: “[...] Não senti que eles (a instituição) estavam preparados para isso, para lidar com esses jovens [...] Eu senti que muitas vezes o que as raparigas com quem vivi precisavam era de carinho e de amor e elas davam o oposto, ralhavam com elas.”</p>
<b>Ausência de intervenção</b>	<p>P4: “[...] toda a gente (das equipas) sabia quais eram as pessoas que consumiam cenas e ninguém falava, porque era mais fácil meter para “debaixo do tapete” [...] Eles sabiam e deixavam, mesmo o fumar tabaco no quintal na instituição, que era proibido. Eu cheguei a fumar lá, eles sabiam e não faziam nada.”</p>
<b>Intervenções focadas nestas temáticas</b>	<p>P2: “[...] sempre houve muito conversa entre as pessoas que trabalhavam lá, que têm mais experiência nesse assunto [...] falavam sempre muito abertamente sobre qualquer assunto [...] havia preocupação pela parte delas em falar sobre os riscos das substâncias [...] havia esse lugar seguro para falar sobre esses temas.”</p> <p>P3: “[...] não acho que havia esse ambiente seguro para falar sobre estes assuntos, até porque muito destes consumos eram logo transmitidos para o tribunal ou para a CPCJ e muitas vezes isso poderia ser motivo para serem expulsas ou para irem para casas de correção [...]”</p>

**Transição para a vida fora do acolhimento**

Na dimensão da transição e saída do acolhimento, procurou-se compreender com maior profundidade os desafios que os jovens enfrentam ao deixar o AR e o nível de preparação para iniciar a vida independente (Tabelas 10 e 11). Os testemunhos revelam que esta etapa é marcada por obstáculos significativos, desde impactos na saúde mental até à falta de apoio emocional e material. A saúde mental foi particularmente mencionada como um desafio central, especialmente no que se refere à sintomatologia depressiva dos participantes. O sentimento de desamparo e a percepção de ausência de apoio surgem também como aspetos centrais neste processo.

Os jovens descrevem a transição como marcada pela perda da segurança que o acolhimento proporcionava e pela sensação de estarem sozinhos perante um futuro incerto. A continuidade dos estudos revelou-se outro desafio sensível nesta fase. Os participantes relataram sentir-se desamparados ao perceberem que, fora do contexto institucional, perdiam o acesso às condições que antes garantiam estabilidade e possibilidades de crescimento. Em alguns casos, a saída do acolhimento ocorreu de forma súbita, sem que pudessem expressar vontades ou necessidades, interrompendo percursos escolares e projetos pessoais.

Para além das dificuldades com a continuação dos estudos, emergiu também a falta de apoio face às necessidades financeiras e logísticas. A perda dos apoios de autonomia e a ausência de alternativas sustentáveis agravaram a sensação de vulnerabilidade. Por fim, um dos aspetos mais marcantes refere-se ao peso da autonomia precoce, com os jovens a sentirem que foram obrigados a crescer antes do tempo. Descrevem a sensação de terem sido privados da própria juventude, incapazes de viver com leveza e de se descobrirem enquanto jovens, ao serem forçados a assumir responsabilidades adultas demasiado cedo.

## **Tabela 10**

*Categorização dos temas sobre os Desafios Experienciados ao Sair do Acolhimento (Transição para a Vida Independente)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Saúde Mental</b>	P1: “[...] Tinha muitos sentimentos mais para baixo, ficava muito deprimida também, apesar de ter alguma rede de apoio, senti que não era suficiente porque sentia que não estava num ambiente seguro [...]” P3: “[...] quando eu saí mesmo lá da casa, eu tava a passar pelos

---

processos de lidar com os meus pensamentos suicidas, com aquela parte mais depressiva, com aquela tristeza e com o meu vazio e tudo mais, e acho que isso tornou a minha saída mais difícil”

P4: (sobre a altura da saída do acolhimento) “[...] tive apoio assim dos meus amigos e o facto deles estarem ali já não me deixava ter outros pensamentos mais intrusivos, estás a ver? Assim mais de me ir abaixo essas coisas assim.”

---

### **Desamparo e Falta de Apoio**

P1: “[...] Quando eu estava no colégio eu tinha esta segurança, eu sabia a que eu tinha comida em determinadas horas, tenho a roupa lavada, tenho onde dormir [...] tinha tudo garantido [...] se eu fosse para casa era tudo imprevisível, era um medo constante, e era algo que eu já tinha falado com a instituição várias vezes, eles sabiam disso, que o meu familiar não estava apta para me acolher, mas elas sentiam que sim e decidiram só avançar com isso, mesmo sabendo que era algo que eu não queria.”

P1: “[...] tive que fazer tudo sozinha, tive esta hiperindependência muito cedo [...] tive que fazer tudo sozinha e não tinha apoio, as coisas que eu precisava de saber tinha que ser eu e saber sozinha e de ir à procura delas [...] tive que encontrar maneiras para me desenrascar de qualquer forma, e já era tanta coisa acumulada, que ainda ter que fazer isso sozinha era demasiado, precisava de algum apoio, obviamente que uma menina de dezassete anos não vai saber tudo”

P3: “[...] não senti apoio no sentido emocional, do que eu precisava, se eu tava a precisar de apoio, se eu precisava de uma mão firme, porque eu era miúda ((.)) eu tava a abrir a porta para a vida, tava a arriscar-me a sair pela primeira vez e a tar independente, e isso para mim era muito intimidante, e não senti essa mão firme ao meu lado, de ‘eu estou aqui para ti’, ‘eu posso ir contigo aos sítios procurar um quarto para ires viver ou uma casa para partilhares’, eu não senti isso, eu senti que esse processo foi todo feito pela minha parte, eu

---

é que fui atrás dos sítios [...] senti-me tão desamparada [...] não senti essa preocupação genuína [...]"

---

**Continuação dos Estudos**

P1: “[...] Eu estava numa fase da minha vida em que os meus familiares não me iam conseguir apoiar, não iam conseguir sustentar-me [...] A minha única preocupação era ‘Será que vou conseguir continuar os estudos? [...] Será que ainda vou ter as regalias que tinha no colégio?’ [...] Depois, quando eu saí, percebi que não ia ter as regalias [...] eu fiquei muito triste porque tava no nono ano e eu ainda não tinha escola (secundária), então estava muito preocupada em ver de uma escola para fazer o secundário [...] o meu objetivo era orientar-me o mais rapidamente possível para sair de lá, tanto que quando comecei o secundário percebi que consegui conciliar mais um trabalho, então eu só pensava nisso [...] eu queria ter continuado com a universidade na altura, mas não consegui porque o meu objetivo principal não era, eu não consegui ir para a faculdade se continuasse naquele espaço (casa da família)”

P2: “[...] não tive mais direito ao apoio da bolsa (da faculdade) [...] não consegui pagar as propinas, tive que encontrar um trabalho [...] não me explicou as outras consequências, como o perder a bolsa, o ter que arranjar trabalho, arranjar um quarto e não foi isso [...]"

---

**Falta de Apoio Financeiro e Prático**

P1: (após a saída do AR) “[...] Eu estava numa fase da minha vida em que os meus familiares não me iam conseguir apoiar, não iam conseguir sustentar-me [...]"

P2: “[...] Mesmo a questão dos apoios financeiros, tanto que nós recebíamos alguns apoios (em autonomia de vida), e cortaram-me aquilo [...] Voltei à estaca zero [...] os meus pais não tinham tantas condições para estarem a suportar as minhas despesas, então depois quando voltei a viver na casa dos meus pais foi: ‘Agora estou a ser outra vez um encargo para eles, tem que estar aqui a pagar a minha alimentação, luz’ [...] foi um bocado chato, porque cortaram-me os

---

---

apoios e não tinha fonte de rendimento e tive que encontrar um trabalho, fui tudo bue rápido [...]"

---

### **Autonomia Forçada**

P1: “[...] não tive tempo de ser uma menina de dezassete anos como as meninas de dezassete anos são [...] tinha que estar sempre a pensar dez passos à frente, tinha que estar sempre em alerta, nessa altura tive um desgaste emocional muito grande [...] não tive tempo de processar as coisas, porque era tudo a correr, tinha de pensar rápido [...]"

P2: “[...] quando eu saí para o meio natural de vida, foi uma saída muito brusca [...] foi um bocado chato, porque cortaram-me os apoios e não tinha fonte de rendimento e tive que encontrar um trabalho, fui tudo bué rápido [...]"

P3: “[...] A verdade é que, se eu quero ter um futuro minimamente seguro, eu não tenho outra opção, porque eu não tenho uma família para simplesmente descansar e considerar outras hipóteses, tipo tirar um ano de pausa para pensar sobre a vida, o tempo não pára para mim. “

---

No que diz respeito ao nível de preparação para a vida autónoma, todos os participantes referiram sentir-se pouco preparados no momento da saída da instituição. As suas narrativas evidenciam uma lacuna significativa no desenvolvimento de competências práticas essenciais para a vida adulta, como a gestão financeira, a compreensão de processos burocráticos e administrativos e mesmo tarefas domésticas básicas. Esta ausência de preparação foi apontada como um fator gerador de insegurança e sobrecarga, sobretudo num momento de transição em que deixaram de contar com o suporte institucional.

Os jovens expressam que, apesar de o acolhimento ter como objetivo promover a autonomia, na prática sentiram não ter sido dotados das ferramentas necessárias para lidar com as exigências da vida fora da instituição. Para além das dificuldades práticas e da sensação de impreparação, a saída revelou-se emocionalmente desafiante, marcada por sentimentos de choque e solidão. Muitos participantes descreveram a transição como abrupta e inesperada, confrontando-os com a responsabilidade repentina de gerir a própria vida sem o apoio que antes

lhes garantia estabilidade e proteção. O choque foi referido de forma recorrente, refletindo a intensidade do impacto inicial desta mudança. A solidão e a percepção de abandono foram igualmente salientadas, evidenciando a ausência de suporte e o peso da autonomia precoce.

## **Tabela 11**

*Categorização dos temas sobre o Nível de Preparação ao Sair do Acolhimento (Transição para a Vida Independente)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Pouco preparados</b>	<p>P1: “[...] quando entrei no mercado de trabalho eu não tinha sequer uma conta bancária, não sabia como abrir uma conta, foi uma logística enorme até conseguir abrir, não sabia o que fazer [...] Mais tarde, quando tive que fazer a declaração do IRS, não sabia o que era preciso, tive que pedir ajuda a uma colega de trabalho e abriu-me os olhos para estas questões e do quão pouco preparada eu estava [...]”</p> <p>P3: “[...] não nos ensinaram nunca a cozinhar, a fazer uma gestão financeira, ou do tempo, ou nunca nos explicaram o que é o IRS, porquê que precisamos da declaração “disto e daquilo”, nunca nos ensinaram essas coisas [...] isto é super importante porque toda a nossa vida na instituição tá-nos a preparar para a altura em que nós vamos sair de lá e sair de uma instituição sem essas competências é triste e é a realidade de muitos jovens que eu conheci [...] Hoje em dia em sinto muita dificuldade nisso, principalmente como eu estou mais sozinha não tenho nenhum adulto de referência assim</p>

---

tão próximo de mim, é muito mais difícil para mim aprender essas coisas.“

P4: “[...] sai de lá e não me sentia preparada nem capaz de iniciar uma vida adulta sozinha. Não tinha bases de nada, não sabia preencher papéis, fazer o IRS ... não nos ensinavam nada de documentação. A partir do momento em que saís é tudo teu, e tu pensas “O que eu vou fazer com isto?”. Continuamos com o mesmo centro de saúde? São estas pequenas coisas que parecem pequeninas, mas depois tu vês que é uma base importante. Ali não nos ensinavam nada disso.”

P5: “[...] Uma das principais (dificuldades após a saída) foi a gestão financeira. Acho que podíamos ter tido muitas mais conversas sobre isso, muito mais literacia sobre isso, sermos mais educados sobre isso. Somos pessoas que viemos da pobreza e em adultas vamos refletir o que vimos dos nossos familiares [...] Eu senti essa dificuldade em gerir e em esperar, por exemplo, quando eu queria uma coisa não conseguia esperar ou juntar dinheiro para investir em algo que queria. Depois também foi difícil não gastar tanto dinheiro [...] Marcar consultas, saber trabalhar com as finanças, passar recibos, descontar, coisas assim, tive um bocado de dificuldade nisso.”

P6: (sobre noções mais práticas de documentação) “[...] Eu não tinha noção disso e ainda estou a descobrir coisas a

---

respeito disso porque não fui informado sobre isso. Acho que é importante também eu ter essas noções económicas [...] Ainda hoje em dia com a idade que tenho acho difícil estar a informar sobre que órgãos é que eu devo ir, prontos, quando há as eleições em quem votar e quem não votar.”

---

## **Impacto Emocional**

### **Choque**

P1: “[...] Assim que eu soube que ia sair, parece que o meu mundo acabou, fiquei em choque”

P2: “[...] quando eu saí para o meio natural de vida, foi uma saída muito brusca [...] foi um bocado chato, porque cortaram-me os apoios e não tinha fonte de rendimento e tive que encontrar um trabalho, fui tudo bué rápido [...]”

P4: “[...] Sais e é um choque de realidade muito grande, e tu ou te adaptas muito rápido ou então ficas à deriva [...] quando estás no mundo real, aquele choque de que se tu queres uma coisa tens que correr atrás dela. No colégio é do tipo ‘Olha eu preciso de uma consulta’, e eles ligam e dizem ‘Olha tens consulta no dia tal’, eles resolvem essas coisas por nós. E quando chegas à vida real, tu percebes que as coisas não são assim, não pedes aos outros que façam as coisas por ti, tu é que tens que fazer”

### **Solidão**

---

---

P1: “[...] Depois, quando eu saí, percebi que não ia ter as regalias que antes tinha e fiquei ‘Pronto, estou sozinha’ [...] eu fiquei muito triste [...] eu não estava à espera, eu não gostei, foi muito mau [...] há experiências que não vivi, coisas que queria ter feito e não fiz [...]”

---

### **Aspetos Positivos, Negativos e Sugestões de Melhoria**

A última dimensão teve como objetivo compreender os aspetos positivos (Tabela 12) e negativos do acolhimento vivenciados pelos participantes (Tabela 13), bem como recolher as suas sugestões para a melhoria das práticas institucionais (Tabela 14).

De forma geral, os testemunhos revelaram uma experiência marcada por ambivalência: por um lado, o reconhecimento de aprendizagens e oportunidades importantes; por outro, sentimentos de frustração, falta de apoio e de ligação emocional.

Entre os aspetos positivos, destacam-se as atividades e hobbies realizados fora do acolhimento, referidos como experiências significativas e transformadoras. Estas atividades funcionavam como momentos de liberdade e integração, permitindo vivências consideradas “normais” para a idade. Outra temática recorrente foi o crescimento pessoal e o desenvolvimento de competências sociais e emocionais, frequentemente associado às exigências da vida em acolhimento. Os jovens reconheceram que o acolhimento lhes permitiu desenvolver autonomia, responsabilidade e uma leitura mais sensível das pessoas e dos contextos.

Foi ainda valorizado o reforço positivo, apontado como uma estratégia eficaz para promover responsabilidade e motivação. Além disso, emergiu um sentimento transversal de gratidão, com alguns participantes a reconhecerem o acolhimento como uma oportunidade de crescimento e de segurança face às circunstâncias familiares adversas.

### **Tabela 12**

*Categorização dos temas sobre os Aspetos Positivos do Acolhimento (Experiência no Acolhimento)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Hobbies e Atividades fora do Acolhimento</b>	<p>P1: “[...] Tenho boas memórias de quando fomos para campos de férias e conhecíamos pessoas de outros colégios [...] Todos os tempos que passávamos fora do colégio em atividades, como o ir à praia, eram boas [...]”</p> <p>P2: “[...] as atividades que nos proporcionaram [...] foi muito divertido, foi uma boa infância, acho que viver acolhida proporcionou-me uma boa infância [...] não conseguia ver a minha realidade se não tivesse sido acolhida [...] com as condições com os meus pais e tudo mais, acho que não ia ter aqueles momentos todos felizes como tive.”</p> <p>P3: “[...] Outra coisa muito boa durante o acolhimento foi as atividades que nós tínhamos [...] Nós tivemos muitas experiências mesmo na instituição, que eu sei que se tivesse na minha casa, com a minha família, nunca iria ter e eu percebo como isso moldou muito a pessoa que sou hoje [...] atividades que para nós eram importantes [...] nós passamos a maior parte do tempo dentro da instituição e nós não temos a vida de um jovem normal, então nós precisamos de ter alguma coisa que nos faça sentir os mais integrados possível.”</p>
<b>Desenvolvimento de Competências Sociais e Emocionais</b>	<p>P1: “[...] (o acolhimento) de alguma forma ajudou [...] eu senti que foi necessário para crescer [...] vejo uma diferença enorme de uma pessoa da minha idade e comigo [...] sinto que sou mais responsável em certas coisas, mais autónoma e consciente [...] nós tivemos que sobreviver e desenrascar, tivemos que ser responsáveis [...]”</p> <p>P3: “[...] eu aprendi no acolhimento eu acho que foi ler as pessoas, eu acho que ganhei uma sensibilidade grande a perceber diferentes realidades para além da minha. E perceber que existem diferentes tipos de personalidades e feitios [...] ganhei uma grande capacidade</p>

---

para ler o espaço e para ler as pessoas”

P5: “[...] Abriu-me muitos os olhos, ensinou-me muito a lidar com pessoas diferentes. Eu sinto que tive de me moldar a muitas pessoas [...] aprendi a lidar com vários tipos de pessoas [...]”

---

**Reforço positivo**

P2: “[...] elas faziam aquela cena das mesadas e era descontado o dinheiro [...] davam prémios para valorizar o teu trabalho ou performance, acho que era fixe e ajudou [...]”

---

**Gratidão**

P2: “[...] Estou grata por ter sido acolhida, na verdade, para mim foi uma boa experiência.”

P5: “[...] Estou muito grato por ter sido acolhido, acho que foi uma das melhores coisas que me podia ter acontecido.”

---

No entanto, coexistindo com estas vivências positivas, os participantes referiram diversos aspetos negativos. Um dos mais mencionados foi o excesso de regras e a limitação da liberdade, gerando frustração e uma sensação de perda da experiência adolescente. Outro aspeto salientado foi o desencontro entre as necessidades dos jovens e a capacidade de resposta das equipas, sobretudo devido ao elevado número de residentes e à escassez de recursos humanos. Também foi apontada a ausência de conversas individuais e personalizadas, com os jovens a sentirem falta de atenção à sua individualidade e ao contexto pessoal.

Tal como referido na dimensão dos comportamentos de risco, também aqui se evidenciou uma postura punitiva e de ataque por parte das equipas, gerando medo e afastamento emocional. O desligamento afetivo dos profissionais foi igualmente destacado, refletindo a carência de vínculos afetivos. O sentimento de não serem ouvidos surgiu como uma queixa significativa. Além disso, alguns jovens relataram falta de acompanhamento psicológico consistente, considerando-o seletivo e pouco acessível.

**Tabela 13**

*Categorização dos temas sobre os Aspetos Negativos do Acolhimento (Experiência no Acolhimento)*

---

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
------------------	------------------------------

---

---

**Regras**

P1: “[...] Algumas delas eu acho que era demais [...] era estrito demais, não podíamos fazer nada, quando saímos era tipo sair uma hora que não dava para fazer quase nada [...] ainda por cima como éramos assim adolescentes, queríamos sair, queríamos ter experiências de adolescentes e era muito estrito.”

P3: “[...] Havia muitas regras lá que para mim não faziam sentido nenhum, nós não tínhamos liberdade para nada mesmo, quase nunca podíamos sair [...] se eu quisesse dormir em casa de amigos era uma cena ridícula: tinha que pedir imensos documentos sobre a minha amiga e a família dela, tinha que pedir autorização ao tribunal [...] era muito chato [...] nós éramos jovens e simplesmente queríamos passar por experiências normais, como o ir dormir a casas de amigas.”

---

**Falta de Resposta às  
Necessidades dos  
Jovens Acolhidos**

P1: “[...] era muito caos, éramos muitas meninas, era muita gente para estar lá [...] acabava por ser difícil as educadoras terem atenção a todas [...] chegava da escola muito cansada, frustrada e tinha um problema a remoer na cabeça, não tinha com quem falar, não tinha o que fazer, então tinha que me desenrascar de alguma forma.”

P3: “[...] há muita coisa para fazer e muitos jovens para lidar, com exigências diferentes e tudo mais, eu percebo isso, mas não senti que as minhas necessidades foram tidas em consideração de forma constante e de forma aprofundada.”

P4: “[...] Eram poucas funcionárias para o número de pessoas que viviam lá. Eles não conseguem dar resposta a quase ninguém assim.”

---

**Ausência de  
Conversas  
Individuais**

P3: “[...] não havia tanto aquela conversa mais personalizada, aquela conversa de ‘Eu vejo-te, estou aqui para ti [...]’ em instituições parece que é tudo muito padronizado, tudo muito robótico e sem vida [...] a verdade é que todos nós somos únicos e

---

temos formas diferentes de lidar com as coisas.”

P4: “[...] Não havia mesmo nenhum trabalho de terem atenção de que aquela pessoa é ‘assim ou assado’, tem que lidar com ela de uma forma diferente.”

---

**Postura de Punição e  
Ataque**

P1: “[...] a única coisa que elas estavam envolvidas na situação era mais para dar castigos e trazer consequências, não de parar para tentar perceber o que se passa com a pessoa em si [...] Acho que era necessário que elas tivessem uma posição de proteção e não de ataque.”

P1: “[...] a nossa relação com as doutoras (equipa técnica). Havia muito esta relação de medo [...] nós sentíamos um medo muito grande pela parte delas [...]”

---

**Desligamento  
Emocional**

P3: “[...] Eu acho que mais a parte humana e relacional das pessoas que trabalhavam na instituição. Os jovens que lá vivem têm uma grande carência emocional e acho que devia haver mais essa proximidade com os jovens.”

---

**Não se sentirem  
ouvidos**

P1: “[...] ouvirem o que tinha para falar [...] eu tinha muitos problemas no tribunal e eu dizia muitas vezes: ‘Eu quero falar na próxima vez que for lá, porque eu não estou a gostar disto e daquilo’ [...] elas diziam: ‘Ah tá bem, tá bem’.”

---

**Falta de  
Acompanhamento  
Psicológico**

P2: “[...] não geriam muito essa minha parte mais emocional, psicológica [...] deveria ser algo para toda a gente [...] acho que podia ser coisas que podia ter detetado mais cedo [...] devia ser uma cena tipo padronizada para todos e ser explorada individualmente [...]”

P3: “[...] isto de ter apoio psicológico não é a norma [...] só davam esse apoio a algumas jovens, aquelas que eles achavam que precisavam [...] Mas havia jovens que eram introvertidas, ou mais caladas, e elas não tinham esse acompanhamento [...] acho que devia ser um procedimento padrão para todos os jovens.”

Por fim, os participantes compartilharam sugestões de melhoria. Entre elas, destacaram a criação de dinâmicas entre os jovens para fortalecer relações e promover um ambiente mais harmonioso, o reforço da comunicação e da preparação dos jovens através de processos de *onboarding* e planos de vida individualizados, e maior rigor na seleção de profissionais, enfatizando a necessidade de formação emocional e psicológica adequada para quem trabalha neste contexto.

**Tabela 14**

*Categorização dos temas sobre Sugestões de Melhorias no Acolhimento (Experiência no Acolhimento)*

<b>Categoria</b>	<b>Excertos Selecionados</b>
<b>Criação de Dinâmicas para Melhorar a Relação entre os Jovens do Acolhimento</b>	P3: “[...] Algo que também penso seria a importância de fazerem dinâmicas entre os jovens que lá vivem, no sentido de tornar essas relações mais fortes, de forma positiva, invés de criar relações mais viradas para a violência, para as agressões e distanciamento. [...] Sendo que jovens que vivem lá tão diariamente envolvidos com outros jovens, não faria sentido então garantir que essa relação fosse a melhor possível? [...] deveria haver mais dinâmicas que incentivassem esta relação positiva com entre os jovens, em vez de tornar um ambiente tão perigoso e violento”
<b>Conversas Individuais sobre os Planos para o Futuro e Onboarding</b>	P6: “[...] a transmissão destas informações que não nos foi passada, poderiam trabalhar numa espécie de Onboarding.”  P2: “[...] gostava que trabalhassem para que o jovem tivesse mais uma visão para o futuro [...] Se não tiverem um plano delimitado, acho que é mais difícil de serem ambiciosos [...]”  P4: “[...] um acompanhamento tipo aos dezasseis anos falarem já comigo sobre o que quero fazer aos dezoito [...] planejar a saída com a pessoa também já é uma grande ajuda.”
<b>Maior Seletividade na Contratação de Profissionais</b>	P4: “[...] Contrataram pessoas capazes e competentes, que passem por testes psicológicos, que passem por tudo e mais alguma coisa para trabalharem com crianças e adolescentes em casas de

---

acolhimento. Sinto que as pessoas que trabalham nesses contextos estão cada vez menos preparadas psicologicamente para trabalharem.”

---

#### **4. Discussão**

O presente capítulo tem como objetivo interpretar e discutir os principais resultados obtidos, articulando-os com o enquadramento teórico e com a literatura científica existente sobre o AR. Pretende-se, assim, compreender de que forma as experiências relatadas pelos jovens refletem os desafios, potencialidades e limitações deste contexto de proteção, bem como o impacto que o mesmo teve nas suas trajetórias pessoais e no desenvolvimento da sua autonomia.

Dar voz aos jovens que viveram em AR permite aceder a uma perspetiva interna e experiencial sobre um fenómeno muitas vezes analisado apenas em termos institucionais. As narrativas recolhidas revelam vivências complexas, marcadas simultaneamente por momentos de crescimento, aprendizagem e superação, mas também por sentimentos de desamparo, solidão e falta de pertença. Esta ambivalência, amplamente documentada na literatura, reforça a necessidade de compreender o acolhimento não apenas como uma medida de proteção, mas também como um contexto de vida com efeitos profundos na construção da identidade, nas relações interpessoais e na forma como os jovens se percecionam no mundo.

A discussão que se segue está organizada em torno das questões de investigação e das dimensões que emergiram na análise temática. São abordadas, de forma integrada, as relações interpessoais estabelecidas no acolhimento, a construção da identidade, os comportamentos de risco, as redes de apoio e vínculos familiares, a transição para a vida fora do acolhimento e, por fim, os aspetos positivos e negativos da experiência, incluindo as sugestões de melhoria apresentadas pelos participantes. Cada secção procura articular os significados expressos nas narrativas com os contributos teóricos e empíricos existentes, de modo a promover uma leitura crítica e contextualizada dos resultados.

#### **Relações Interpessoais no Acolhimento**

Os resultados desta investigação evidenciam que as relações interpessoais constituem um dos eixos centrais da experiência de acolhimento, assumindo um papel determinante na forma como os jovens significam o seu percurso institucional. De acordo com a Teoria da Vinculação (Bowlby, 1960, 1973), a presença de figuras cuidadoras consistentes e emocionalmente disponíveis é essencial para o desenvolvimento de modelos internos de segurança e confiança, influenciando a capacidade de regulação emocional e o modo como o indivíduo se relaciona com os outros ao longo da vida. No contexto do acolhimento residencial,

essa função é, idealmente, desempenhada pelos profissionais, que passam a representar figuras substitutas de vinculação (Bastiaanssen *et al.*, 2012; Sulimani-Aidan, 2016).

As narrativas dos participantes, contudo, revelam uma vivência ambivalente dessas relações, realçada nas palavras de P3: “[...] *Eram relações que eram um bocado funcionais, eles ajudavam com coisas que eu precisava e eu respeitava as ordens que eles davam.*”. Por um lado, alguns jovens reconheceram nas profissionais figuras de referência, capazes de inspirar, apoiar e transmitir segurança, experiências que parecem aproximar-se da vinculação segura descrita por Bowlby (1973). Nestes casos, o vínculo foi construído a partir da empatia, da escuta ativa e do reconhecimento das capacidades e sonhos dos jovens, confirmando o que a literatura aponta como essencial na relação educativa em acolhimento (Hoffnung & Attar-Schwartz, 2020; Costa *et al.*, 2022).

Por outro lado, emergiram com frequência relatos de distanciamento afetivo, falta de proteção e até experiências de medo associadas à postura de algumas equipas, como mencionado pela P1: “[...] *Elas atacavam muito a pessoa e faziam-na sentir-se mal com ela, quando na verdade devíamos ser mais protegidas [...] nós sentíamos um medo muito grande pela parte delas [...]*”. Estas experiências reforçam a ideia de que a inconsistência relacional e a ausência de sensibilidade emocional por parte dos cuidadores podem reativar sentimentos de insegurança e desamparo, sobretudo em jovens que já trazem consigo histórias marcadas por ruturas vinculares. Tal como apontam Bath (2015) e McCrory, De Brito e Viding (2010), este tipo de contexto pode intensificar estados de hipervigilância e de desconfiança, comprometendo o sentido de segurança interna que deveria ser restaurado pelo acolhimento.

O sentimento de desproteção relatado pelos participantes, muitas vezes associado à ausência de intervenção diante de conflitos ou situações de vulnerabilidade, sugere uma lacuna na função protetora da instituição. Alguns jovens referiram que, perante essa lacuna, assumiam eles próprios o papel de cuidadores dos pares, procurando oferecer a segurança que não encontravam nos adultos: P4: “[...] *sentia que tinha que estar perto de uma pessoa para garantir que ninguém lhe fazia mal, isso é desconfortável e desconcertante veres que ninguém faz nada [...]*. Este fenómeno ilustra uma inversão de papéis que, embora revele resiliência e empatia, pode também traduzir uma sobrecarga emocional e a dificuldade em confiar em figuras de autoridade, aspetos coerentes com padrões de vinculação inseguros (Lionetti *et al.*, 2015; Muzi & Pace, 2021).

Em paralelo, a relação entre os pares no acolhimento apresentou-se igualmente marcada por dualidades. As experiências positivas, baseadas na partilha e na compreensão mútua, parecem ter funcionado como um espaço de compensação emocional, onde os jovens encontraram apoio e pertença: P3: “[...] *acho que havia este senso de união entre nós que fazia as coisas serem mais toleráveis, mesmo quando estávamos num sofrimento tão profundo*”. Essa coesão entre pares é consistente com os resultados de Magalhães e Calheiros (2017) e Ferreira *et al.* (2020), que descrevem os amigos e colegas de instituição como fontes importantes de suporte, ainda que secundárias em relação às figuras adultas. No entanto, o estudo também revelou episódios de agressividade e medo entre os jovens, frequentemente associados à ausência de intervenções por parte dos profissionais que lá trabalham: P3: “[...] *elas eram perigosas a sério, e eu senti um medo real que eu nunca senti quando estava na outra instituição, eu senti mesmo que a minha integridade física estava constantemente em perigo [...]*”. Estas experiências, quando prolongadas, reforçam a perceção de insegurança e podem perpetuar modelos relacionais baseados na desconfiança e insegurança.

Assim, as relações interpessoais no acolhimento, sejam com profissionais ou com pares, surgem como um espelho da função relacional da própria instituição: um espaço que pode simultaneamente oferecer segurança e reproduzir experiências de instabilidade. A coexistência de vínculos protetores e experiências de desamparo confirma a natureza ambivalente do AR, apontando para a necessidade de práticas mais consistentes, sensíveis e centradas na relação, constituindo um modelo relacional, capazes de promover o restabelecimento de modelos internos seguros e de confiança.

## **Identidade**

Os resultados deste estudo revelam que a experiência de acolhimento tem um impacto profundo e duradouro na construção da identidade e na perceção que os jovens desenvolvem sobre si próprios. As narrativas mostraram que o acolhimento não é apenas um espaço de proteção, mas também um contexto que influencia diretamente o modo como os jovens se veem, se valorizam e se posicionam no mundo.

De acordo com a literatura, a adolescência é um período central para a formação da identidade e para a consolidação da autoestima (Marsh & Hattie, 1996). Contudo, para os jovens em acolhimento, este processo tende a ser atravessado por um conjunto de experiências de instabilidade, separações sucessivas e vivências adversas que condicionam a forma como se percecionam (Hussey & Guo, 2002). Tal como referido por Tulviste (2011), estes adolescentes

tendem a apresentar níveis mais baixos de autoestima em comparação com os seus pares que crescem em contexto familiar, o que se reflete numa autoimagem mais frágil e numa perceção menos positiva das próprias capacidades.

As narrativas dos participantes deste estudo confirmam essa tendência, evidenciando sentimentos de inadequação, dúvidas sobre o próprio valor e a perceção de não merecimento: P4: “[...] *dava por mim a não me sentir merecedora de certas coisas que aconteciam na minha vida.*” ou P6: “[...] *muitas vezes eu questiono-me se eu de facto tenho o que é necessário para atingir os meus objetivos*”. Estes indicadores refletem um impacto direto do acolhimento na relação que os jovens estabelecem consigo mesmos, uma relação que se revela frequentemente marcada pela autocritica e pela desconfiança interna. Por outro lado, alguns participantes reconheceram que, apesar das adversidades, o acolhimento lhes permitiu desenvolver resiliência e uma maior consciência de si, sugerindo que, em certos contextos, a experiência pode funcionar também como um espaço de crescimento pessoal e descoberta do próprio potencial: P2: “[...] *o facto de estar acolhida com muitas meninas ou pessoas diferentes da minha pessoa acho que ajudou muito a ser eu mesma.*”

A forma como os jovens se percebem é fortemente influenciada pelo olhar dos outros, nomeadamente dos profissionais e do grupo de pares. Como sublinha Calheiros *et al.* (2021), as meta-representações, ou seja, a perceção sobre como acreditam ser vistos, desempenham um papel central na construção do self. Quando essas perceções são negativas ou marcadas por desvalorização, tendem a ser internalizadas, comprometendo a autoimagem e o bem-estar psicológico. Este fenómeno ficou visível nos relatos de jovens que, durante o acolhimento, sentiram que eram vistos como “falhanços” ou “diferentes”, o que reforçou sentimentos de exclusão e contribuiu para a fragilidade da sua autoestima: P5: “[...] *sinto que comecei a ser rotulado de algumas coisas negativas e que me afetam até hoje* [...]”.

Outra dimensão recorrente nas narrativas foi o sentimento de estigma associado ao facto de terem vivido em acolhimento, uma perceção amplamente descrita na literatura (Canha, 2000; Alberto, 2002): P1: “[...] *na turma eu era sempre a “menina do colégio” [...] era muito difícil ser diferente* [...]”. Este estigma manifesta-se não apenas nas interações com a comunidade, mas também na forma como os próprios jovens internalizam essas representações, o que pode gerar sentimentos de inferioridade e isolamento. Esse processo de exclusão simbólica reforça a ideia de que o acolhimento, embora constitua uma medida de proteção, ainda carrega um peso social que compromete a construção de uma identidade positiva.

A análise das entrevistas sugere que a dimensão da identidade e da relação com o self é uma dimensão pouco trabalhada no contexto do acolhimento, apesar de ser profundamente impactante na vida dos jovens. As instituições parecem priorizar aspectos funcionais e comportamentais, como a gestão das rotinas ou o cumprimento de regras, negligenciando o espaço de reflexão e expressão pessoal necessário à construção de uma autoimagem saudável. Promover oportunidades para que os jovens possam explorar quem são, reconhecer as suas competências e desenvolver narrativas positivas sobre si mesmos é fundamental para a consolidação de uma identidade mais segura e coerente.

Assim, reforça-se a importância de práticas educativas e psicossociais que valorizem o fortalecimento da autoestima, a autorreflexão e o reconhecimento do valor individual, não apenas como objetivos complementares, mas como pilares essenciais do processo de desenvolvimento em AR.

### **Relações Familiares e Redes de Apoio**

As redes de apoio constituem um elemento central na adaptação e bem-estar dos jovens que passaram pelo AR. Tal como apontam Goodkind *et al.* (2011) e Graham *et al.* (2015), o suporte emocional e social é determinante para o desenvolvimento da autoestima, das competências relacionais e da capacidade de enfrentar a vida autónoma. As narrativas dos participantes deste estudo refletem claramente essa importância, revelando que a presença, ou ausência, de apoio afetivo e prático tem impacto direto na forma como vivem a transição para a vida autónoma.

A família biológica surge como uma presença ambígua nas experiências relatadas. Alguns jovens mantêm contacto, ainda que de forma esporádica ou com sentimentos mistos, como mostra a P2: “[...] *não somos uma família muito próxima, mas falamos todos os dias [...]*”, enquanto outros optam pelo afastamento, identificando essa decisão como uma forma de proteção pessoal: P1: “[...] *eu tomei essa decisão de cortar a ligação entre nós [...]*”. Esta diversidade confirma que o papel da família após o acolhimento depende fortemente da qualidade das relações prévias e da perceção de segurança emocional associada a esses laços, como já apontado por Singstad *et al.* (2021).

Entre as redes de apoio mais valorizadas, destacam-se os pares com quem os jovens viveram durante o acolhimento. A cumplicidade construída através da partilha de experiências semelhantes foi descrita como uma das fontes de apoio mais autênticas e duradouras: P5: “[...] *Hoje dou-me bem, muito bem com três deles mesmo, e acho que nos consideramos muito*

*próximos uns dos outros porque tivemos experiências semelhantes*”. Estes vínculos parecem ter funcionado como substitutos parciais das relações familiares, representando laços de confiança e pertença que se mantêm mesmo após a saída da instituição. Tal constatação reforça a relevância dos laços horizontais na construção da identidade e do sentimento de continuidade relacional (Magalhães & Calheiros, 2017).

Além dos pares, outros vínculos também desempenham um papel relevante. As relações com parceiros e amigos fora do contexto institucional foram mencionadas como fundamentais para o apoio emocional e a integração social na vida adulta. O mesmo se verificou em relação ao acompanhamento psicológico, referido por alguns participantes como um suporte essencial para lidar com as experiências passadas e fortalecer o bem-estar emocional. Estas formas de apoio, ainda que diferentes na sua natureza, convergem na função de oferecer estabilidade e reconhecimento.

No conjunto, as experiências relatadas evidenciam que, mais do que o número de relações, é a qualidade e consistência dos vínculos que determina o seu impacto. O sentimento de pertença, a confiança e o apoio emocional percebido parecem constituir fatores de proteção fundamentais, contribuindo para um maior equilíbrio psicológico e uma transição mais segura para a vida autónoma. Assim, os resultados deste estudo reforçam a importância de promover, desde o acolhimento, espaços de vínculo e continuidade relacional que se estendam para além da institucionalização.

### **Comportamentos de Risco**

A análise desta dimensão procurou compreender as experiências associadas aos comportamentos de risco durante o acolhimento, bem como os fatores que os motivaram e a forma como as equipas institucionais respondiam a estas situações. Tal como referido no enquadramento teórico, os comportamentos de risco correspondem a atividades que colocam em perigo o bem-estar físico e psicológico do indivíduo (Feijó & Oliveira, 2001), sendo particularmente relevantes em contextos de vulnerabilidade como o AR. Diversos estudos apontam que jovens institucionalizados tendem a envolver-se com maior frequência neste tipo de comportamentos, incluindo consumo de substâncias, fugas, comportamentos delinquentes ou relações sexuais desprotegidas, quando comparados com pares que vivem em contexto familiar (Fettes, Aarons & Green, 2013; Grogan-Kaylor *et al.*, 2008; Maclean *et al.*, 2016).

Os resultados obtidos corroboram esta tendência, evidenciando que comportamentos de risco, como saídas sem autorização, consumo de substâncias, roubos, envolvimento físico e relações sexuais de risco, estiveram presentes na experiência de vários participantes.

As narrativas indicam que estes comportamentos não decorreram apenas de curiosidade ou procura de prazer imediato, mas funcionaram frequentemente como respostas emocionais à frustração, à dor e às limitações associadas à condição de estar acolhido. O envolvimento nestas práticas pode, portanto, ser compreendido à luz do que Galvan *et al.* (2007) descrevem como a valorização dos benefícios imediatos e a subestimação das consequências negativas, uma característica comum na adolescência, mas que aqui se intensifica pela ausência de suporte emocional consistente.

A influência dos pares destacou-se como um fator central na adoção destes comportamentos, confirmando o que Kinda e Webster (2010) e Engels *et al.* (2006) identificam na literatura: a necessidade de pertença e aceitação pelo grupo pode levar os jovens a alinhar as suas ações com as normas dominantes entre colegas, mesmo quando estas envolvem risco. A P2 partilhou “[...] *se te queres dar com alguém que se dá com um grupo grande e se esse grupo gosta desse tipo de experiências, depois acabas por querer experimentar por influência desse grupo*”. No acolhimento, onde os laços entre pares adquirem um papel protetor e, simultaneamente, normativo, esta influência torna-se ainda mais marcante.

Por outro lado, os relatos revelam que muitos destes comportamentos estavam ligados ao sofrimento emocional e à tentativa de lidar com sentimentos de solidão, impotência e desamparo, o que remete para a perspetiva de Brown e Shillington (2017) e Garrido *et al.* (2018), que associam experiências adversas e instabilidade relacional a uma maior propensão para comportamentos de risco (P3: “[...] *nós procuramos encontrar alguma maneira de aliviar esse sofrimento e eu acho que a maior parte delas foi através disso [...]*”). Assim, os resultados sugerem que estas condutas funcionaram, em vários casos, como estratégias de regulação emocional num contexto de carência afetiva e restrição de liberdade.

Quanto à resposta institucional, as perceções partilhadas pelos jovens revelam insatisfação generalizada. As equipas foram frequentemente descritas como adotando uma postura punitiva e reativa, mais centrada na consequência do comportamento do que na compreensão das suas causas: P2: “[...] *Elas atacavam muito a pessoa e faziam-na sentir-se mal com ela, quando na verdade devíamos ser mais protegidas [...]*”. Este resultado evidencia

uma área passível de melhoria, sugerindo a necessidade de estratégias mais compreensivas e educativas que permitam lidar com estas situações de forma construtiva e preventiva.

Por fim, observou-se uma diferença entre instituições no modo como estas abordavam a prevenção e educação sobre comportamentos de risco. Alguns participantes referiram a existência de abertura e diálogo, enquanto outros apontaram a ausência de um espaço seguro para falar sobre o tema, sobretudo quando o medo de punição se sobrepunha à confiança.

Esta falta de consistência nas respostas institucionais reforça a importância de práticas que combinem prevenção, escuta ativa e apoio psicossocial, de modo a permitir que os jovens desenvolvam competências de tomada de decisão e autocontrolo em contextos seguros.

### **Transição para a Vida Fora do Acolhimento**

A transição para a vida autónoma constitui uma das etapas mais desafiantes para os jovens que viveram em acolhimento residencial, tal como sublinham Graham, Schellinger e Vaughn (2015), sendo um momento que exige competências práticas, estabilidade emocional e redes de apoio consistentes. Os resultados obtidos neste estudo reforçam a literatura, evidenciando que esta fase é frequentemente marcada por sentimentos de impreparação, solidão e desamparo.

Os testemunhos dos participantes revelam que a saída do acolhimento é vivida como uma rutura abrupta, acompanhada de insegurança e ansiedade face ao futuro. Muitos descrevem a perda das condições de estabilidade que o acolhimento lhes proporcionava, nomeadamente o acesso a apoios materiais, acompanhamento e um espaço previsível: P1: “[...] *Quando eu estava no colégio eu tinha esta segurança, eu sabia a que eu tinha comida em determinadas horas, tenho a roupa lavada, tenho onde dormir [...] tinha tudo garantido [...] se eu fosse para casa era tudo imprevisível*”. Este resultado está em consonância com Carneiro (2005), que refere que muitos jovens deixam as instituições sem as competências necessárias para uma integração plena na sociedade, enfrentando dificuldades pessoais, profissionais e familiares.

A saúde mental surgiu como uma das áreas de maior vulnerabilidade nesta fase. Alguns participantes referiram sintomas depressivos, sentimentos de desamparo e dificuldades na gestão emocional após a saída do acolhimento: P1: “[...] *Tinha muitos sentimentos mais para baixo, ficava muito deprimida também, apesar de ter alguma rede de apoio, senti que não era suficiente [...]*”. Esta realidade encontra paralelo nos dados nacionais: o Relatório CASA (2023) indica que a saúde mental continua a representar uma preocupação central no sistema de

acolhimento, com 15,2% das crianças e jovens diagnosticados com perturbações psicológicas. Ainda que se observe uma evolução positiva no acesso a apoio especializado, com 40% a receber acompanhamento psicológico e 28% acompanhamento pedopsiquiátrico ou psiquiátrico, estes números evidenciam uma vulnerabilidade persistente que se prolonga, muitas vezes, para além do período institucional. Estes resultados estão em sintonia com a percepção dos jovens de falta de apoio psicológico durante o acolhimento, identificada na dimensão dos aspetos negativos do AR que limita o suporte emocional e a capacidade de enfrentamento das dificuldades, reforçando a importância de estratégias institucionais consistentes e acessíveis para responder a estas necessidades.

A sensação de desamparo e a ausência de apoio emocional e material foram experiências transversais nas narrativas (P2: “[...] *quando eu saí para o meio natural de vida, foi uma saída muito brusca [...] foi um bocado chato, porque cortaram-me os apoios e não tinha fonte de rendimento e tive que encontrar um trabalho, fui tudo bué rápido [...]*”), confirmando o que Goodkind, Schelbe e Shook (2011) identificam como um dos principais riscos desta fase: o isolamento e a fragilidade das redes de suporte após o término da medida de acolhimento. Em vários casos, os jovens relataram que a transição ocorreu sem um acompanhamento adequado, levando a sentimentos de abandono e de responsabilidade precoce.

A autonomia surge, assim, como uma exigência imposta mais do que como uma conquista progressiva. Os participantes descreveram sentir-se obrigados a “crescer antes do tempo” (P1: “[...] *não tive tempo de ser uma menina de dezassete anos como as meninas de dezassete anos são [...] tinha que estar sempre a pensar dez passos à frente, tinha que estar sempre em alerta*”), o que traduz o impacto emocional de uma independência vivida de forma forçada, em linha com o que Olson, Scherer e Cohen (2017) descrevem como a percepção de “enfrentar o mundo sozinhos”. Esta experiência de autonomia precoce, longe de representar maturidade, traduz uma sobrecarga emocional e psicológica associada à falta de preparação prática e afetiva.

Outro aspeto recorrente nas narrativas diz respeito à fragilidade no desenvolvimento de competências essenciais para a vida adulta. Os jovens referiram dificuldades na gestão financeira, na resolução de questões burocráticas e até em tarefas domésticas básicas (P3: “[...] *não nos ensinaram nunca a cozinhar, a fazer uma gestão financeira, ou do tempo, ou nunca nos explicaram o que é o IRS, porquê que precisamos da declaração “disto e daquilo”, nunca nos ensinaram essas coisas*), o que confirma a lacuna formativa identificada na literatura

(Graham *et al.*, 2015; Attar-Schwartz, 2009). Esta ausência de preparação traduz-se num obstáculo à adaptação à vida independente e numa fonte adicional de insegurança e stress.

A dimensão educativa também se revelou crítica. Tal como observado em estudos anteriores (Graham *et al.*, 2015), alguns participantes relataram interrupções nos percursos escolares devido à saída súbita do acolhimento, o que afetou as suas perspetivas futuras e a integração no mercado de trabalho (P1: “[...] *eu queria ter continuado com a Universidade na altura, mas não consegui*”). Esta dificuldade encontra eco nos dados do Relatório CASA (2023), que, embora evidencie um aumento do número de jovens a frequentar o ensino pós-secundário e superior, mostra que uma percentagem significativa permanece sem integração educativa ou formativa, confirmando a instabilidade que acompanha esta fase de transição.

A instabilidade académica e emocional que acompanha esta etapa evidencia a necessidade de uma preparação gradual e de medidas de acompanhamento prolongadas, permitindo uma transição mais segura e sustentada.

Os resultados deste estudo reforçam, portanto, que a saída do acolhimento é um processo de vulnerabilidade acentuada, no qual a ausência de acompanhamento contínuo compromete não apenas a integração social e profissional, mas também o bem-estar psicológico dos jovens: P1: “[...] *Assim que eu soube que ia sair, parece que o meu mundo acabou, fiquei em choque*”.

A literatura aponta que a falta de redes de apoio e a perceção de não ter controlo sobre o próprio futuro são fatores que agravam a ansiedade e dificultam a construção de um projeto de vida autónoma (Zem-Mascanhas & Dupas, 2001; Rutter, 2000), o que se confirma nas narrativas analisadas. Deste modo, a transição para a vida independente revela-se uma fase que exige atenção redobrada e estratégias institucionais específicas. Os resultados sublinham a necessidade de um acompanhamento mais prolongado após a saída do acolhimento, de modo a garantir que os jovens não apenas sobrevivam autonomamente, mas possam realmente prosperar, exercendo a autonomia de forma consciente, segura e sustentada.

### **Aspetos Positivos, Negativos e Sugestões de melhoria**

Começando com os aspetos positivos identificados no AR, os resultados do estudo indicam que as atividades e hobbies realizados fora do acolhimento foram percebidos pelos jovens como experiências positivamente significativas e transformadoras. Os participantes descreveram estas atividades como momentos de liberdade e integração, permitindo-lhes vivências consideradas “normais” para a idade: P3: “[...] *Outra coisa muito boa durante o acolhimento foi as atividades que nós tínhamos [...] Nós tivemos muitas experiências mesmo*

*na instituição, que eu sei que se tivesse na minha casa, com a minha família, nunca iria ter e eu percebo como isso moldou muito a pessoa que sou hoje [...]*”. Estes resultados sugerem que o envolvimento em atividades recreativas vai além do simples entretenimento, assumindo um papel relevante no desenvolvimento pessoal e social dos jovens em acolhimento.

A literatura corrobora estes resultados, destacando o impacto positivo do lazer e das atividades extracurriculares no bem-estar de jovens em contextos vulneráveis. Peel e Davison (2022) evidenciam que hobbies e atividades de lazer geram benefícios sociais e cognitivos, contribuindo para melhorar as oportunidades de vida de jovens acolhidos. De forma consistente, Doistua, Lazcano e Madiaraga (2020) apontam que o lazer oferece oportunidades para experimentar identidade e papéis sociais, permitindo que os jovens desenvolvam competências ao lidar com diferentes situações. O lazer revela-se uma ferramenta valiosa para o desenvolvimento de resiliência e para a experiência de tomada de decisões (Doistua *et al.*, 2020). Em particular, para jovens em situação de risco, o facto de o lazer ser intrinsecamente escolhido torna-o um veículo eficaz para o envolvimento ativo e para a criação de conexões positivas com os pares (Hopper & Iwasaki, 2017).

Ao relacionar estes dados com os resultados da investigação, torna-se evidente que a participação em atividades e hobbies permite aos jovens vivenciar momentos de autonomia e normalidade, fatores essenciais para a construção da autoestima e do sentido de pertença. Estes espaços funcionam como ambientes seguros, nos quais os jovens podem explorar interesses pessoais, desenvolver competências sociais e experimentar papéis distintos, reforçando assim os efeitos positivos já apontados na literatura.

A literatura científica evidencia que jovens acolhidos desenvolvem competências sociais e emocionais complexas, incluindo resiliência, capacidade de adaptação e habilidade de interpretar e lidar com diferentes pessoas: P5: “[...] *Abriu-me muitos os olhos, ensinou-me muito a lidar com pessoas diferentes. Eu sinto que tive de me moldar a muitas pessoas [...] aprendi a lidar com vários tipos de pessoas [...]*”. Greeson *et al.* (2022) destacam que a experiência no acolhimento favorece o uso de competências de *coping* adaptativas e mentalidades adaptativas, promovendo maior adaptabilidade e resiliência frente ao stress.

Carrera, Román e Jiménez-Morago (2024) exploraram a variabilidade do funcionamento adaptativo em crianças em acolhimento, considerando competências sociais, saúde mental e adaptação escolar. Os resultados indicam que, apesar das adversidades, crianças em acolhimento podem desenvolver competências sociais e emocionais adaptativas, incluindo habilidades de leitura emocional e de interação com os outros. Esse desenvolvimento é

fundamental para a construção de resiliência, adaptação a novos contextos e crescimento pessoal, mostrando que o acolhimento, embora desafiador, pode funcionar como um contexto propício para fortalecer essas competências essenciais para a vida social e emocional.

Outro resultado relevante apontou para o impacto positivo do reforço positivo nas trajetórias dos jovens, por exemplo Wright *et al.* (2019): P2: “[...] *elas faziam aquela cena das mesadas e era descontado o dinheiro [...] davam prêmios para valorizar o teu trabalho ou performance, acho que era fixe e ajudou [...]*”. Ao fornecer recompensas ou elogios como forma de valorizar comportamentos desejáveis, esta abordagem contribuiu para aumentar a motivação, a responsabilidade e a adesão a comportamentos adaptativos. Estes resultados alinham-se com a literatura, que indica que o reforço positivo ajuda a consolidar comportamentos adequados, reduzir condutas problemáticas e promover competências sociais e emocionais, ao mesmo tempo que cria um ambiente mais estruturado e acolhedor, favorável ao crescimento pessoal (Ghafar, 2023).

Por fim, os participantes destacaram um sentimento generalizado de gratidão em relação ao acolhimento: P5: “[...] *Estou muito grato por ter sido acolhido, acho que foi uma das melhores coisas que me podia ter acontecido*”. Este reconhecimento reflete a valorização das oportunidades e experiências proporcionadas, evidenciando que, apesar das dificuldades enfrentadas, muitos jovens percebem o acolhimento como um espaço de segurança, aprendizagem e crescimento pessoal.

De forma geral, os resultados evidenciam que o acolhimento pode representar um espaço de crescimento e desenvolvimento, permitindo aos jovens adquirir competências e valores significativos. Contudo, ao lado desses elementos positivos, emergem também vivências marcadas por alguma tensão e desconforto. Entre estas, sobressai a percepção de que as regras institucionais eram excessivamente restritivas, gerando sentimentos de frustração e limitação da autonomia: P3: “[...] *Havia muitas regras lá que para mim não faziam sentido nenhum, nós não tínhamos liberdade para nada mesmo, quase nunca podíamos sair [...]*”.

Estes relatos vão ao encontro do que tem sido descrito na literatura sobre o AR. Nagase e Karino (2012), observaram que as crianças manifestaram insatisfação com a falta de flexibilidade nas regras diárias, como os horários das refeições, do banho e o recolher obrigatório. De forma semelhante, Fujita (2012) e Taniguchi (2018) encontraram situações em que regras muito rígidas, geravam nos jovens a sensação de perda de liberdade e individualidade.

Estes resultados mostram que, apesar das regras terem como objetivo garantir ordem e segurança, quando aplicadas de forma muito rígida podem acabar por limitar o desenvolvimento da autonomia e da responsabilidade pessoal. Quando os jovens não têm espaço para expressar as suas preferências ou participar nas decisões do quotidiano, é natural que sintam que a sua voz não é ouvida. Assim, a frustração identificada nos participantes reflete o desafio de equilibrar a estrutura necessária do acolhimento com a importância de promover espaços que valorizem a autonomia, a confiança e a participação ativa dos jovens.

Este ponto levanta uma reflexão importante sobre o próprio modelo de funcionamento das instituições de acolhimento. Embora a existência de regras seja fundamental para garantir segurança, previsibilidade e bem-estar coletivo, a sua aplicação sem flexibilidade pode reproduzir uma lógica excessivamente controladora, aproximando-se mais de um ambiente institucional do que de um espaço de desenvolvimento humano. É, portanto, essencial que as instituições encontrem um equilíbrio entre estrutura e liberdade, promovendo um ambiente onde os jovens possam sentir-se seguros, mas também escutados e valorizados nas suas singularidades.

Outros aspetos negativos emergiram nos resultados, nomeadamente o desligamento emocional dos profissionais (P3: “[...] *Os jovens que lá vivem têm uma grande carência emocional e acho que devia haver mais essa proximidade com os jovens*”), a perceção de não serem ouvidos pelos mesmos (P1: “[...] *eu tinha muitos problemas no tribunal e eu dizia muitas vezes: ‘Eu quero falar na próxima vez que for lá, porque eu não estou a gostar disto e daquilo’ [...] elas diziam: ‘Ah tá bem, tá bem’.*”), a falta de conversas individualizadas (P4: “[...] *Não havia mesmo nenhum trabalho de terem atenção de que aquela pessoa é ‘assim ou assado’, tem que lidar com ela de uma forma diferente.*”), a postura punitiva adotada pelos profissionais (P1: “[...] *a única coisa que elas estavam envolvidas na situação era mais para dar castigos e trazer consequências, não de parar para tentar perceber o que se passa com a pessoa em si*”), e a incapacidade da instituição em responder às suas necessidades devido ao número reduzido de profissionais (P4: “[...] *Eram poucas funcionárias para o número de pessoas que viviam lá. Eles não conseguem dar resposta a quase ninguém assim.*”). A literatura evidencia que jovens em acolhimento apresentam necessidades complexas, resultantes de experiências de maltrato, questões de saúde mental e das exigências próprias do contexto residencial (Calheiros *et al.*, 2011; Rodrigues *et al.*, 2013; Erol *et al.*, 2010; Magalhães & Calheiros, 2017). Nessas condições, a qualidade das relações com os profissionais torna-se fundamental, pois vínculos

estáveis e afetivos podem atuar como fatores de proteção, promovendo adaptação positiva e bem-estar (Mota *et al.*, 2018; Arteaga & Del Valle, 2003; Harder *et al.*, 2012).

Contudo, a literatura também alerta que, quando os profissionais demonstram desligamento emocional, não escutam as necessidades individuais ou não conseguem criar relações de confiança, o impacto sobre os jovens é negativo, limitando a construção de autoestima, a sensação de segurança e a capacidade de lidar com desafios sociais e emocionais (Moore *et al.*, 2018; Gutterswijk *et al.*, 2022; Ferreira *et al.*, 2020). Elevados rácios de jovens por profissional, turnover frequente e sobrecarga administrativa dificultam ainda a criação de vínculos próximos e terapêuticos, essenciais para a promoção do bem-estar e da resiliência (Moore *et al.*, 2018; Quiroga & Hamilton-Giachritsis, 2016; Zegers *et al.*, 2006; Augsberger & Swenson, 2015).

A literatura sublinha que a formação contínua, supervisão e suporte emocional dos profissionais são determinantes para que consigam atender às necessidades complexas dos jovens e estabelecer relações de qualidade (Ferreira *et al.*, 2020; Magalhães *et al.*, 2021; Pinheiro *et al.*, 2021; Silva *et al.*, 2021; Costa *et al.*, 2020). Estes resultados permitem compreender como a falta de recursos humanos, a ausência de atenção individualizada e a limitação de vínculos afetivos podem reforçar sentimentos de frustração, abandono e desvalorização nos jovens, comprometendo a eficácia do acolhimento.

Em síntese, os resultados destacam que, para além das regras rígidas, a combinação de estruturas organizacionais insuficientes e relações interpessoais deficitárias constitui um desafio significativo para garantir que os jovens se sintam apoiados, compreendidos e emocionalmente seguros no contexto residencial.

Os participantes trouxeram sugestões concretas para melhorar a experiência de acolhimento, destacando a criação de dinâmicas entre si para fortalecer relações e promover um ambiente mais harmonioso. Este ponto surge, em grande parte, da necessidade de mitigar tensões e do impacto de ambientes por vezes violentos que alguns participantes experienciaram. Também enfatizaram a importância do reforço da comunicação e da preparação dos jovens através de processos de *onboarding* e planos de vida individualizados, refletindo a ausência de espaço para conversas significativas sobre objetivos, expectativas e caminhos futuros durante o acolhimento. Por fim, apontaram para a necessidade de maior rigor na seleção de profissionais, incluindo formação emocional e psicológica adequada, evidenciando a relevância de equipas preparadas para responder às complexas necessidades dos jovens. Estas recomendações revelam uma visão direta dos próprios jovens sobre áreas

prioritárias de melhoria, ligando-se tanto à promoção de um ambiente seguro e acolhedor quanto ao fortalecimento do desenvolvimento pessoal e social.

Em suma, as sugestões dos jovens salientam a importância de criar um ambiente que favoreça relações saudáveis, apoio individualizado e profissionais qualificados. Estes elementos são fundamentais para conciliar segurança e autonomia, promovendo ao mesmo tempo o desenvolvimento pessoal e social, e fortalecendo o bem-estar emocional no contexto do acolhimento.

Os resultados evidenciam que, apesar dos princípios da Lei n.º 147/99 e da Convenção sobre os Direitos da Criança, a experiência das crianças e jovens em AR é marcada por uma diversidade de vivências. Algumas relações com profissionais e pares são funcionais ou de referência, mas em vários casos surge distanciamento emocional, falta de proteção e desamparo. Os jovens também experienciam regras rígidas, respostas insuficientes às suas necessidades individuais e desafios significativos na transição para a vida fora do acolhimento, incluindo saúde mental, continuação dos estudos e apoio psicológico limitado. Estes resultados evidenciam a distância entre o quadro legal, que assegura proteção, participação e desenvolvimento integral, e a prática institucional, reforçando a importância de equipas preparadas, recursos adequados e mecanismos que promovam autonomia, segurança e bem-estar.

Estas conclusões sublinham a importância de ouvir a voz dos próprios jovens, pois revelam lacunas significativas entre os princípios legais e a experiência vivida. Ao sistematizar as suas narrativas, o estudo evidencia não apenas os desafios enfrentados no AR, mas também os aspetos positivos que contribuem para o seu desenvolvimento pessoal e social. Esta compreensão detalhada permite identificar áreas prioritárias de intervenção e melhoria, oferecendo subsídios concretos para que o sistema possa promover de forma mais efetiva o bem-estar, a inclusão social e a autonomia dos jovens. Assim, o estudo não se limita a descrever experiências, mas propõe uma reflexão crítica que fundamenta os contributos práticos e teóricos da investigação.

## 5. Conclusões e Reflexões

A análise das narrativas dos jovens revela uma experiência de AR complexa e multifacetada, marcada por elementos positivos e desafios significativos. Relativamente às relações interpessoais, observou-se uma diversidade de experiências, desde vínculos funcionais e de referência com profissionais até relações caracterizadas por distanciamento emocional, desamparo e falta de proteção. Entre os pares, surgiram tanto laços de cumplicidade e apoio mútuo como episódios de conflito e insegurança. No domínio da identidade e autoestima, o acolhimento proporcionou oportunidades de crescimento, resiliência e autoconhecimento, mas também deixou marcas de hipervigilância, solidão e percepções de não merecimento. As redes de apoio após o acolhimento mostraram-se heterogêneas, incluindo família biológica, pares, amigos, parceiros e profissionais de acompanhamento psicológico, desempenhando papéis distintos na vida adulta dos jovens. Quanto aos comportamentos de risco, estes emergiram muitas vezes como estratégias de resposta emocional à frustração, ao sofrimento emocional e à necessidade de pertença, sendo a intervenção institucional percebida como insuficiente ou punitiva. A transição para a vida fora do acolhimento revelou-se particularmente desafiante, com lacunas na preparação prática, emocional e material, acompanhadas de sentimentos de desamparo e sobrecarga. Finalmente, na avaliação global do acolhimento, os jovens destacaram aprendizagens importantes, desenvolvimento de competências socioemocionais e oportunidades de autonomia, mas também frustrações relacionadas com regras rígidas, falta de atenção individualizada, desligamento emocional dos profissionais e limitações de apoio psicológico, apontando sugestões para melhorar a prática institucional e fortalecer a experiência de acolhimento.

A compreensão detalhada das experiências dos jovens permite, assim, identificar não apenas os pontos fortes do acolhimento, mas também áreas críticas que necessitam de atenção e intervenção. Ao sistematizar estas vivências, torna-se possível apontar práticas que promovam maior autonomia, vínculos afetivos consistentes, suporte emocional e preparação adequada para a vida adulta. Este olhar direto sobre a realidade vivida pelos jovens fornece dados valiosos para orientar melhorias no sistema de acolhimento, destacando a importância de políticas e estratégias que alinhem os princípios legais com a experiência concreta, garantindo que os direitos das crianças e jovens sejam efetivamente assegurados.

Apesar da relevância dos resultados alcançados, este estudo apresenta algumas limitações que importa reconhecer. Em primeiro lugar, o facto de não se centrar numa única

variável constituiu uma limitação relevante, uma vez que a diversidade de dimensões abordadas permitiu uma visão abrangente da experiência de acolhimento, mas impediu um aprofundamento mais consistente em torno de um tema específico. De igual modo, a heterogeneidade das questões de investigação, ainda que enriquecedora, dificultou a concentração numa problemática central, limitando a densidade analítica de determinados eixos.

Outro aspeto a considerar prende-se com a utilização de versões distintas do guião de entrevista ao longo da recolha de dados. Esta flexibilidade metodológica revelou-se útil para captar a singularidade da experiência de cada jovem, mas comprometeu a uniformidade entre as entrevistas, reduzindo a possibilidade de comparação direta entre participantes. Acresce ainda que o número de jovens entrevistados, embora suficiente para uma análise qualitativa, é relativamente reduzido. Tal limitação justifica-se, contudo, pela dificuldade de acesso a esta população específica, dado tratar-se de um grupo protegido e de difícil contacto, o que condicionou a amplitude do estudo e a generalização dos resultados.

É igualmente importante reconhecer o potencial enviesamento associado às narrativas produzidas. Apesar do cuidado em criar um espaço de confiança, alguns jovens poderão ter omitido aspetos significativos das suas vivências, por receio de exposição, constrangimento ou esquecimento, condicionando a riqueza dos relatos. Também o facto de o estudo se apoiar exclusivamente na entrevista narrativa, sem recurso a triangulação com outros métodos de recolha de dados, limita a robustez e abrangência das conclusões.

Por fim, a natureza temporal e contextual das entrevistas deve ser considerada. As narrativas refletem perceções situadas no momento da entrevista, podendo ser influenciadas tanto pelo estado emocional atual dos participantes como pela distância temporal em relação às experiências vividas. Este aspeto pode ter condicionado a forma como as suas trajetórias foram interpretadas e narradas.

Este estudo oferece uma contribuição relevante ao sistematizar a voz dos jovens que viveram em acolhimento residencial em Portugal, evidenciando as suas experiências, perceções e aprendizagens. Ao explorar dimensões como relações interpessoais, identidade, comportamentos de risco, redes de apoio, transição para a autonomia de vida e balanço final da vivência, a investigação revela como o acolhimento pode simultaneamente oferecer suporte

e apresentar desafios, proporcionando uma compreensão mais completa da realidade institucional.

Ao dar visibilidade à experiência subjetiva dos jovens, este trabalho permite identificar elementos positivos do acolhimento, como o desenvolvimento de competências socioemocionais, a construção de autonomia, a valorização do reforço positivo e o impacto transformador das atividades extracurriculares, assim como aspectos que carecem de melhoria, incluindo regras excessivamente rígidas, limitação da autonomia, falta de atenção individualizada e necessidades não totalmente atendidas devido a restrições de recursos e formação profissional.

Além disso, o estudo evidencia lacunas entre o enquadramento legal que garante direitos às crianças e jovens e a sua implementação prática, oferecendo informações valiosas para a melhoria das políticas e práticas de acolhimento. Ao destacar recomendações diretamente provenientes da experiência dos jovens, como a criação de dinâmicas de integração, planos de vida individualizados e maior rigor na seleção e formação de profissionais, este trabalho contribui para orientar estratégias que promovam o bem-estar, a inclusão social e o desenvolvimento pessoal dos jovens em acolhimento.

Adicionalmente, o estudo evidencia discrepâncias entre o enquadramento legal, que garante direitos às crianças e jovens, e a sua implementação prática, reforçando a importância de refletir sobre a forma como os princípios da Lei n.º 147/99 e da Convenção sobre os Direitos da Criança se traduzem na vivência cotidiana dos jovens. Ao destacar recomendações diretamente provenientes da experiência dos próprios jovens, como a criação de dinâmicas de integração, planos de vida individualizados e maior rigor na seleção e formação de profissionais, este trabalho fornece contributos concretos para orientar estratégias que promovam o bem-estar, a inclusão social e o desenvolvimento pessoal no AR.

Em suma, a investigação não apenas reforça a importância de compreender o acolhimento a partir da perspectiva dos jovens, como também concorre para o aprimoramento das práticas institucionais, contribuindo para a construção de um sistema de proteção mais sensível, consistente e centrado nas necessidades reais de quem dele depende.

Já existe muita investigação sobre os temas que este estudo abordou, como as relações com os cuidadores e os pares, a identidade, os comportamentos de risco, a autonomia e a

transição para a vida fora do acolhimento. As entrevistas feitas confirmaram vários resultados que a literatura já descrevia, mostrando que muitos dos desafios identificados continuam a existir. Por isso, mais do que acrescentar novas teorias, este estudo reforça a importância de ouvir os jovens e de transformar esse conhecimento em ação.

Deste modo, a questão que se impõe deixa de ser “o que ainda falta compreender?” e passa a ser “o que podemos fazer com este conhecimento?”. A literatura é abundante, mas ainda faltam práticas concretas que consigam melhorar o dia a dia nas instituições. Assim, é importante que futuras investigações se foquem em criar e testar novas intervenções, baseadas no que já está comprovado, para que o acolhimento se torne mais humano, protetor e eficaz.

Este estudo explorou várias dimensões da experiência do acolhimento, o que permitiu uma visão ampla da realidade vivida pelos jovens. No entanto, essa abrangência não permitiu aprofundar cada tema em detalhe. Isso pode ser visto tanto como uma limitação como uma porta de entrada, *i.e.*, uma base para que futuras investigações possam concentrar-se em aspetos específicos que aqui se revelaram mais sensíveis ou problemáticos.

A relação com os profissionais no acolhimento revelou-se um dos aspetos mais centrais e impactantes, variando entre posturas de punição e medo, desligamento emocional e sentimentos de desamparo e falta de proteção. Embora a literatura já reconheça a importância destas figuras de vinculação, torna-se agora fundamental desenvolver intervenções que colmatem estas dificuldades relacionais e promovam vínculos mais seguros e consistentes entre jovens e profissionais.

A relação entre pares destacou-se também como uma área que merece maior atenção. A evidência empírica encontrada sobre esta dimensão foi escassa, e este estudo contribui para uma maior compreensão da complexidade destas interações, que podem tanto ser fontes de força, inspiração e afeto como de conflito e medo. Investigar mais profundamente estas relações e desenvolver intervenções que reforcem dinâmicas positivas entre os jovens poderá ser um passo essencial para melhorar o ambiente institucional.

Verificou-se ainda que o acolhimento teve um impacto significativo na construção da identidade e autoestima dos jovens, frequentemente marcada por sentimentos de não merecimento e insegurança. Este é um campo que, segundo as narrativas dos participantes, careceu de intervenções focadas em promover o autoconhecimento, a autoaceitação e a reconstrução de uma identidade positiva. É importante refletir sobre questões como: “Como criar espaços seguros onde estes jovens possam reconhecer o seu valor e reconstruir a sua autoestima?”.

No que se refere à autonomia de vida, evidencia-se a necessidade de avaliar a eficácia das metodologias aplicadas em Portugal para o desenvolvimento do plano de vida dos jovens. Vários participantes relataram falta de apoio e consistência neste acompanhamento, salientando que um maior investimento neste processo poderia ter sido determinante para o seu desenvolvimento e preparação para a vida independente.

Os resultados deste estudo evidenciam a necessidade de uma mudança de paradigma no acolhimento residencial em Portugal. Embora o sistema tenha como princípio central a proteção e o bem-estar das crianças e jovens, as narrativas recolhidas mostram que a experiência vivida nem sempre reflete esses ideais. Em muitos casos, o acolhimento é percebido como um espaço que garante segurança, mas que nem sempre promove, de forma consistente, o desenvolvimento emocional, relacional e autónomo dos jovens. Esta discrepância entre o enquadramento legal e a prática quotidiana reforça a importância de repensar o modo como o acolhimento é concebido, organizado e vivenciado.

Mais do que uma medida de proteção, o AR deve ser entendido como um contexto de crescimento e reconstrução pessoal, capaz de favorecer relações significativas, escuta ativa e um acompanhamento verdadeiramente sensível às necessidades individuais de cada jovem.

Promover uma mudança de paradigma implica deslocar o foco de uma lógica predominantemente institucional para uma abordagem mais humana, participativa e relacional. Isso passa por investir nas dimensões emocionais e formativas do acolhimento, reforçar a estabilidade e a formação das equipas, e construir contextos que valorizem a individualidade, a escuta e a autonomia dos jovens.

Neste sentido, este estudo contribui para essa mudança ao dar voz aos jovens e evidenciar a importância de olhar o acolhimento não apenas como uma resposta protetiva, mas como uma oportunidade de reparação, empoderamento e desenvolvimento integral. O verdadeiro propósito do acolhimento vai além da segurança física: reside na possibilidade de reconstruir trajetórias, restaurar a confiança e criar condições para que cada jovem possa tornar-se o protagonista do seu próprio percurso de vida.

## Referências

Arteaga, A. B., & Del Valle, J. F. (2003). Las redes de apoyo social de los adolescentes acogidos en residencias de protección. Un análisis comparativo con población normativa. *Psicothema*, 15(1), 136–142.

Ahrens, K. R., McCarty, C., Simoni, J., Dworsky, A., & Courtney, M. E. (2013). Psychosocial Pathways to Sexually Transmitted Infection Risk Among Youth Transitioning Out of Foster Care: Evidence From a Longitudinal Cohort Study. *Journal of Adolescent Health*, 53(4), 478–485. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.05.010>

Attar-Schwartz, S. (2009). School functioning of children in residential care: the contributions of multilevel correlates. *Child Abuse & Neglect*, 33, 429–440.

Augsberger, A., & Swenson, E. (2015). “My worker was there when it really mattered”: Foster care youths’ perceptions and experiences of their relationships with child welfare workers. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 96(4), 234–240. <https://doi.org/10.1606/2F1044-3894.2015.96.34>.

Bastiaanssen, I. L. W., Kroes, G., Nijhof, K. S., Delsing, M. J. M. H., Engels, R. C. M. E., & Veerman, J. W. (2012). Measuring Group Care Worker Interventions in Residential Youth Care. *Child and Youth Care Forum*, 41(5), 447–460. Doi: <https://doi.org/10.1007/s10566-012-9176-8>

Bath, H. (2015). The three pillars of traumawise care: Healing in the other 23 hours. *Reclaiming Children and Youth*, 23(4), 5. Doi: <https://doi.org/10.1007/BF02629766>

Belenko, S., Dembo, R., Rollie, M., Childs, K., & Salvatore, C. (2009). Detecting, Preventing, and Treating Sexually Transmitted Diseases Among Adolescent Arrestees: An Unmet Public Health Need. *American Journal of Public Health*, 99(6), 1032–1041. <https://doi.org/10.2105/ajph.2007.122937>

Boustani, M. M., Frazier, S. L., & Lesperance, N. (2017). Sexual health programming for vulnerable youth: Improving knowledge, attitudes, and behaviors. *Children and Youth Services Review*, 73, 375–383. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.01.013>

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 2 Attachment*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2 Attachment*. New York: Basic Books.
- Brown, S. M., & Shillington, A. M. (2017). Childhood adversity and the risk of substance use and delinquency: The role of protective adult relationships. *Child Abuse & Neglect*, 63, 211-221. doi:10.1016/j.chiabu.2016.11.006
- Calcing, J. & Benetti, S. P. C. (2014). Caracterização da saúde mental em crianças e adolescentes em acolhimento institucional. *Psico*, 45(4), 559-567.
- Calheiros, M. M., Lopes, D., & Patrício, J. N. (2011). Assessment of the needs of youth in residential care: development and validation of an instrument. *Children and Youth Services Review*, 33(10), 1930–1938. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2011.05.020>.
- Calheiros, M. M., Silva, C. S., Patrício, J. N., & Carvalho, H. (2021). Youth in Residential Care: A Cross-Sectional Mediation Analysis of Youth's Perceptions of Their Social Images, Self-Representations, and Adjustment Outcomes. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.744088>
- Canha, J. (2000). Criança maltratada. O papel de uma pessoa de referência na sua recuperação. Estudo prospectivo de 5 anos. Coimbra: Quarteto.
- Campos, J., Barbosa-Ducharne, M., Dias, P., & Rodrigues, S. (2019). Saúde mental de crianças e adolescentes portugueses em acolhimento residencial. *Configurações*, (24), 97–118. Doi: <https://doi.org/10.4000/configuracoes.7116>
- Carvalho, R. G., & Mendes, F. M. (2023). A perspectiva de futuro no contexto da adolescência em acolhimento institucional. *Psicologia & Sociedade*, 32(2), 45-60. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1517-24302020000200013&script=sci\\_arttext](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1517-24302020000200013&script=sci_arttext)
- Carrera, P., Román, M., & Jiménez-Morago, J. M. (2024). Resilience among children in foster care: Variability in adaptive functioning and associated factors. *Children and Youth Services Review*, 156, 107363. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2023.107363>

Carr, A., Dooley, B., Fitzpatrick, M., Flanagan, E., Flanagan-Howard, R., Tierney, K., White, M., Daly, M., & Egan, J. (2010). Adult adjustment of survivors of institutional child abuse in Ireland. *Child Abuse & Neglect*, 34, 477-489.

Connell, C. M., Bergeron, N., Katz, K. H., Saunders, L., & Tebes, J. K. (2007). Re-referral to child protective services: The influence of child, family, and case characteristics on risk status. *Child Abuse & Neglect*, 31(5), 573-588. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2006.12.004>

Combs, K. M., Begun, S., Rinehart, D. J., & Taussig, H. (2017). Pregnancy and Childbearing Among Young Adults Who Experienced Foster Care. *Child Maltreatment*, 23(2), 166-174. <https://doi.org/10.1177/1077559517733816>

Combs, K. M., Aparicio, E. M., Prince, D. M., Grinnell-Davis, C., Marra, L., & Faulkner, M. (2019). Evidence-based sexual health programs for youth involved with juvenile justice and child welfare systems: Outcomes across settings. *Children and Youth Services Review*, 100, 64-69. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.02.032>

Costa, M., Tagliabue, S., Melim, B., Mota, C. P., & Matos, P. M. (2022). Adolescents' attachment, quality of relationships with residential caregivers, and emotion regulation. *Journal of Adolescence*, 94, 703-717. Doi: <https://doi.org/10.1002/jad.12057>

Costa, M., Melim, B., Tagliabue, S., Mota, C. P., & Matos, P. M. (2020). Predictors of the quality of the relationship with caregivers in residential care. *Children and Youth Services Review*, 108. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104579>

Deborah E. Sellers, Elliott G. Smith, Charles V. Izzo, Lisa A. McCabe & Michael A. Nunno (2020) Child Feelings of Safety in Residential Care: The Supporting Role of Adult-Child Relationships, *Residential Treatment for Children & Youth*, 37:2, 136-155, Doi: <https://doi.org/10.1080/0886571X.2020.1712576>

Diário da República. (2019). *Decreto-Lei n.º 164/2019, de 14 de outubro*. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/decreto-lei/164-2019-125692191>

Diário da República. (2023). *Portaria n.º 450/2023, de 22 de julho*. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/portaria/450-2023-812826259>

Doistua, J., Lazcano, I., & Madariaga, A. (2020). Self-Managed Leisure, Satisfaction, and Benefits Perceived by Disabled Youth in Northern Spain. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00716>

Dryzek, J. S., & Pickering, J. (2017). Deliberation as a catalyst for reflexive environmental governance. *Ecological Economics*, 131, 353–360. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2016.09.011>

Engels, R. C. M. E., Scholte, R. H. J., van Lieshout, C. F. M., de Kemp, R., & Overbeek, G. (2006). Peer group reputation and smoking and alcohol consumption in early adolescence. *Addictive Behaviors*, 31(3), 440-449. doi:10.1016/j.addbeh.2005.05.026

Erol, N., Simsek, Z., & Münir, K. (2010). Mental health of adolescents reared in institutional care in Turkey: challenges and hope in the twenty-first century. *European child & adolescent psychiatry*, 19(2), 113–124. <https://doi.org/10.1007/s00787-009-0047-2>.

Erwin, J., Burns, L., Urshla Devalia, Witton, R., Shawe, J., Wheat, H., Axford, N., Doughty, J., Kaddour, S., Nelder, A., Brocklehurst, P., Boswell, S., & Paisi, M. (2024). Co-production of health and social science research with vulnerable children and young people: A rapid review. *Health Expectations*, 27(2). <https://doi.org/10.1111/hex.13991>

Feijó, R. B., & Oliveira, É. A. D. (2001). Comportamento de risco na adolescência. *Jornal de Pediatria*, 77(2), S125-S134.

Ferreira, L. C., & Ribeiro, A. P. (2019). *O impacto do acolhimento institucional na vida de adolescentes*. Disponível em: [https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0103-84862017000300006&script=sci\\_arttext](https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0103-84862017000300006&script=sci_arttext)

Ferreira, S., Magalhães, E., & Prioste, A. (2020). Social support and mental health of young people in residential care: A qualitative study. *Anuario de Psicologia Juridica*, 30(1), 29–34. Doi: <https://doi.org/10.5093/apj2019a12>

Fettes, D. L., Aarons, G. A., & Green, A. E. (2013). Higher rates of adolescent substance use in child welfare versus community populations in the United States. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 74(6), 825-834. doi:10.15288/jsad.2013.74.825

Fujita, T. (2012). The good staff are those who learn from those who have a life experience in a children's home: The result of the questionnaire given to the children [In Japanese]. *Kinjo*

*Gakuin Daigaku Ronshu*, 8(2), 180–192.

Ghafar, Z. (2023). Positive Reinforcement: An Approach to Enhancing Accountability and Drive among Students [Review of Positive Reinforcement: An Approach to Enhancing Accountability and Drive among Students]. *International Journal of Applied Educational Research*, Vol. 1 No. 1, 11–20. <https://doi.org/10.59890/ijaer.v1i1.442>

Gallardo-Masa, C., Sitjes-Figueras, R., Iglesias, E., & Carme Montserrat. (2023). How Adolescents in Residential Care Perceive their Skills and Satisfaction with Life: Do Adolescents and Youth Workers Agree? *Child Indicators Research*. <https://doi.org/10.1007/s12187-023-10090-6>

Galvan, A., Hare, T., Voss, H., Glover, G., & Casey, B. J. (2007). Risk-taking and the adolescent brain: Who is at risk? *Developmental Science*, 10(2), F8-F14. Doi: 10.1111/j.1467-7687.2006.00579.x

Garrido, E. F., Weiler, L. M., & Taussig, H. N. (2018). Adverse childhood experiences and health-risk behaviors in vulnerable early adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 38(5), 661-680. doi:10.1177/02724316166687671

Gearing, R., Schwalbe, C., MacKenzie, M., & Ibrahim, R. (2014). Assessment of adolescent mental health and behavioral problems in institutional care: Discrepancies between

staff-reported CBCL scores and adolescent-reported YSR scores. *Administration and Policy in Mental Health and Mental Health Services Research*, 42(3), 279–287. Doi: <https://doi.org/10.1007/s10488-014-0566-1>

Goodkind, S., Schelbe, L. e Shook, J. (2011). Why youth leave care: Understandings of adulthood and transition successes and challenges among youth aging out of child welfare. *Children and Youth Services Review*, 33, pp. 1039-1048.

Gomes, L. B., & Crepaldi, M. A. (2012). *A teoria do apego no contexto da produção científica contemporânea*. Universidade Estadual Paulista (UNESP). Repositório UNESP. <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/0997455f-d9ee-4596-aeca-0398a7951459/content>

Graham, K. E., Schellinger, A. R., e Vaughn, L. M. (2015). Developing strategies for positive change: Transitioning foster youth to adulthood. *Children And Youth Services Review*, 54, pp. 71-79.

Greeson, J. K. P., Gzesh, S. E., Wasch, S., Jaffee, S. R., & Ciluffo, K. L. (2022). “Just being there, like a shoulder to lean on”: Resilience and Mental Health among Older Youth in and Aged out of Foster Care during COVID-19. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 17. <https://doi.org/10.1007/s40653-022-00498-7>

Grogan-Kaylor, A., Ruffolo, M. C., Ortega, R. M., & Clarke, J. (2008). Behaviors of youth involved in the child welfare system. *Child Abuse & Neglect*, 32(1), 35-49. doi:10.1016/j.chiabu.2007.09.004

Gutterswijk, R. V., Kuiper, C. H., van der Horst, F. C., Jongerling, J., Harder, A. T., & Prinzie, P. (2022). Behavioural problems of adolescents in secure residential youth care: gender differences and risk factors. *Child & Family Social Work*, 1–15. <http://dx.doi.org/10.1111/cfs.12976>

Hackett, C. L., Mulvale, G., & Miatello, A. (2018). Co-designing for quality: Creating a user-driven tool to improve quality in youth mental health services. *Health Expectations*, 21(6), 1013–1023. <https://doi.org/10.1111/hex.12694>

Harder, A. T., Knorth, E. J., & Kalverboer, M. E. (2013). A secure base? The adolescent-staff relationship in secure residential youth care. *Child and Family Social Work*, 18(3), 305–317. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2012.00846.x>

Heerings, M., van de Bovenkamp, H., Cardol, M., & Bal, R. (2022). Ask us! Adjusting experience-based codesign to be responsive to people with intellectual disabilities, serious mental illness or older persons receiving support with independent living. *Health Expectations*, 25(5), 2246–2254. <https://doi.org/10.1111/hex.13436>

Hoffnung Assouline, A. A., & Attar-Schwartz, S. (2020). Staff support and adolescent adjustment difficulties: The moderating role of length of stay in the residential care setting. *Children and Youth Services Review*, 110. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.104761>

Homma, Y., Wang, N., Saewyc, E., & Kishor, N. (2012). The Relationship Between Sexual Abuse and Risky Sexual Behavior Among Adolescent Boys: A Meta-Analysis. *Journal of Adolescent Health*, 51(1), 18–24. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2011.12.032>

Hopper, T. D., & Iwasaki, Y. (2017). Engagement of “At-Risk” Youth Through Meaningful Leisure. *Journal of Park and Recreation Administration*, 35(1), 20–33. <https://doi.org/10.18666/jpra-2017-v35-i1-7289>

Hussey, D., & Guo, S. (2002). Profile characteristics and behavioral change trajectories of young residential children. *Journal of Child and Family Studies*, 11 (4), 401–410.

Instituto da Segurança Social, I.P. (2024). *Relatório CASA 2023: Caracterização anual da situação de acolhimento das crianças e jovens em Portugal*. Segurança Social. Disponível em <https://www.seg->

[social.pt/documents/10152/13326/Relat%C3%B3rio\\_CASA\\_2023/da8913ce-97e0-4b5d-ae10-bf16c7a88901](https://social.pt/documents/10152/13326/Relat%C3%B3rio_CASA_2023/da8913ce-97e0-4b5d-ae10-bf16c7a88901)

James, S., Montgomery, S. B., Leslie, L. K., & Zhang, J. (2009). Sexual risk behaviors among youth in the child welfare system. *Children and Youth Services Review*, 31(9), 990–1000. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2009.04.014>

Kinard, B. R., & Webster, C. (2010). The Effects of Advertising, Social Influences, and Self-Efficacy on Adolescent Tobacco Use and Alcohol Consumption. *Journal of Consumer Affairs*, 44(1), 24-43. doi:10.1111/j.1745-6606.2010.01156.x

Lambert, G., Haley, N., Jean, S., Tremblay, C., Frappier, J.-Y., Otis, J., & Roy, É. (2013). Sexual Health of Adolescents in Quebec Residential Youth Protection Centres. *Can J Public Health*, 104(3), e216–e221. <https://doi.org/10.17269/cjph.104.3577>

Lei n.º 147/99, de 1 de setembro. Regime jurídico de proteção das crianças e jovens em perigo. Disponível em: [https://www.pgdlisboa.pt/leis/lei\\_mostra\\_articulado.php?nid=545&tabela=leis](https://www.pgdlisboa.pt/leis/lei_mostra_articulado.php?nid=545&tabela=leis) (consultado em: 24 de fevereiro de 2025).

Liabo, K. (2017). Leaving foster or residential care: a participatory study of care leavers' experiences of health and social care transitions. *Child: Care, Health & Development*, 43(2), pp. 182-191.

Lightfoot, C., Cole, M., & Cole, S. R. (2018). *The Development of Children*. Macmillan Higher Education.

Lionetti, F., Pastore, M., & Barone, L. (2015). Attachment in institutionalized children: a review and meta-analysis. *Child Abuse & Neglect*, 42, 135–145. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.02.013>

Maclean, M. J., Sims, S., O'Donnell, M., & Gilbert, R. (2016). Out-of-home care versus in-home care for children who have been maltreated: A systematic review of health and wellbeing outcomes. *Child Abuse Review*, 25(4), 251-272. doi:10.1002/car.2437

Magalhães, E., & Calheiros, M. M. (2017). A dual-factor model of mental health and social support: Evidence with adolescents in residential care. *Children and Youth Services Review*, 79, 442–449. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.06.041>

Marques, I., Esteves, F., & Fuertes, M. (2021). *A representação da vinculação em crianças em acolhimento residencial: Um estudo de caso*. ESELx - Escola Superior de Educação de Lisboa. Doi: <https://doi.org/10.34629/ipl.eselx.cap.livros.118>

Marsh, H. W., & Hattie, J. (1996). Theoretical perspectives on the structure of self- -concept. In B. A. Bracken (Ed), *Handbook of self-concept: Developmental, social and clinical considerations* (pp. 38-90). New York: John Wiley & Sons, Inc

McCormick, E. M., Qu, Y., & Telzer, E. H. (2016). Adolescent neurodevelopment of cognitive control and risk-taking in negative family doi:10.1016/j.neuroimage.2015.09.063

McCrory, E., De Brito, S. A., & Viding, E. (2010). Research review: The neurobiology and genetics of maltreatment and adversity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 51(10), 1079–1095. Doi: <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2010.02271.x>

McGuinness, T. M., & Schneider, K. (2007). Poverty, Child Maltreatment, and Foster Care. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 13(5), 296–303. <https://doi.org/10.1177/1078390307308421>

Morais, F., Santos, B., Mota, C. P., Matos, P. M., Costa, M., & Carvalho, H. M. (2022). Adolescência e saúde mental no acolhimento residencial: Retrato de uma década em Portugal. *Psicoperspectivas*, 21(1). Doi: <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol21-issue1-fulltext-2286>

Moore, T., McArthur, M., Death, J., Tilbury, C., & Roche, S. (2018). Sticking with us through it all: the importance of trustworthy relationships for children and young people in residential care. *Children and Youth Services Review*, 84, 68–75. <http://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.10.043>

Mota, C. P., Costa, M., & Matos, P. M. (2018). A escola e a instituição: relações significativas e o autoconceito de adolescentes em acolhimento residencial.[School and institution: meaningful relationships and the self-concept of adolescents in residential care]. *Revista PSICOLOGIA*, 32(1), 87–100. <http://dx.doi.org/10.17575/rpsicol.v32i1.1277>

Muzi, S., & Pace, C. S. (2021). Multiple facets of attachment in residential-care, late adopted, and community adolescents: An interview-based comparative study. *Attachment & Human Development*, 24(2), 169–188. Doi: <https://doi.org/10.1080/14616734.2021.1899386>

Nagase, M., & Karino, H. (2012). Residential care institutions and social exclusion [In Japanese]. *Buraku Kaiho*, 656, 235–248.

O'Donnell, L., O'Donnell, C. R., & Stueve, A. (2001). Early Sexual Initiation and Subsequent Sex-Related Risks among Urban Minority Youth: The Reach for Health Study. *Family Planning Perspectives*, 33(6), 268. <https://doi.org/10.2307/3030194>

Oman, R. F., Vesely, S. K., Green, J., Clements-Nolle, K., & Lu, M. (2018). Adolescent Pregnancy Prevention Among Youths Living in Group Care Homes: A Cluster Randomized Controlled Trial. *American Journal of Public Health*, 108(S1), S38–S44. <https://doi.org/10.2105/ajph.2017.304126>

Olson, A., Scherer, D. G., e Cohen, A. L. (2017). Decision-making skills of emerging adults aging out of foster care. *Children & Youth Services Review*, 82, pp. 81-86.

Organização das Nações Unidas. (1989). *Convenção sobre os direitos da criança*. Disponível em: [https://www.unicef.pt/media/2766/unicef\\_convenc-o\\_dos\\_direitos\\_da\\_crianca.pdf](https://www.unicef.pt/media/2766/unicef_convenc-o_dos_direitos_da_crianca.pdf)

Peel, N., & Davison, G. (2022). Using leisure in foster care to generate advantage. *Journal of Public Child Welfare*, 1–28. <https://doi.org/10.1080/15548732.2022.2137271>

Pinheiro, M., Magalhães, E., & Baptista, J. (2021). Adolescents' resilience in residential care: a systematic review of factors related to healthy adaptation. *Child Indicators Research*, 15, 1–19. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09883-4>

Pols, J. (2005). Enacting Appreciations: Beyond the Patient Perspective. *Health Care Analysis*, 13(3), 203–221. <https://doi.org/10.1007/s10728-005-6448-6>

Pot, A. M., Kok, J., Schoonmade, L. J., & Bal, R. A. (2023). Regulation of long-term care for older persons: a scoping review of empirical research. *International Psychogeriatrics*, 1–17. <https://doi.org/10.1017/S1041610223000704>

Quiroga, G., M., & Hamilton-Giachritsis, C. (2016). “Getting involved” a thematic analysis of caregivers' perspectives in Chilean residential children's homes. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(3), 356–375. <https://doi.org/10.1177/0265407516637838>.

Ramseyer Winter, V., Brandon-Friedman, R. A., & Ely, G. E. (2016). Sexual health behaviors and outcomes among current and former foster youth: A review of the literature. *Children and Youth Services Review*, 64, 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2016.02.023>

Rodrigues, S., Barbosa-Ducharne, M., & Del Valle, J. F. (2013). The quality of residential child care in Portugal and the example of its development in Spain. *Papeles del Psicólogo*, 34(1), 11–22.

Rodrigues, S. (2018). A qualidade do acolhimento residencial em Portugal: Avaliação da adequação dos serviços às necessidades das crianças e jovens institucionalizados (tese de pós-graduação). Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade do Porto, Porto, Portugal.

Roy, P., Rutter, M., & Pickles, A. (2000). Institutional care: risk from family background or pattern of rearing? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41(2), 139-149.

Rutter, M. (2000). Children in substitute care: Some conceptual considerations and research implications. *Children and Youth Services*, 22(9), 685-703.

Sá, A. C., Grilo, I., & Trigo, L. R. (2008). *As instituições de acolhimento sob o olhar dos profissionais que nelas trabalham: Percepções em torno da institucionalização de crianças e jovens em risco*. Atas eletrónicas do Congresso Internacional em Estudos da Criança. Disponível em: <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/12926/1/12926.pdf>

Santos, M. S., & Andrade, M. A. (2011). *O papel das instituições no desenvolvimento: uma abordagem sobre inovações*. Disponível em: <https://www.apec.org.br/anais/v-eec/anais/49-EEC%202011.PDF>

Silva, C. S., Calheiros, M. M., Carvalho, H., & Magalhães, E. (2021). Organizational social context and psychopathology of youth in residential care: the intervening role of youth-caregiver relationship quality. *Applied Psychology*, 71, 1–23. <http://dx.doi.org/10.1111/apps.12339>

Silva, C. S., Calheiros, M. M., Carvalho, H., & Magalhães, E. (2022). Organizational social context and psychopathology of youth in residential care: The intervening role of youth caregiver relationship quality. *Applied Psychology*, 71(2), 564–586. <https://doi.org/10.1111/apps.12339>

Singstad, M. T., Wallander, J. L., Greger, H. K., Lydersen, S., & Kayed, N. S. (2021). Perceived social support and quality of life among adolescents in residential youth care: a cross-sectional study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12955-021-01676-1>

Spijkerman, R., Van den Eijnden, R. J. J. M., Overbeek, G., & Engels, R. C. M. E. (2007). The impact of peer and parental norms and behavior on adolescent drinking: The role of drinker prototypes. *Psychology and Health*, 22(1), 7-29. doi:10.1080/14768320500537688

Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 83–110.

Sulimani-Aidan, Y. (2016). In between formal and informal: Staff and youth relationships in 35 care and after leaving care. *Children and Youth Services Review*, 67, 43–49 <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2016.05.025>

Sullivan, C., & Forrester, M. A. (2018). *Doing Qualitative Research in Psychology*. SAGE.

Sullivan, M., Jones, L., & Mathiesen, S (2010). School change, academic progress, and behavior problems in a sample of foster youth. *Children and Youth Ser*

Taniguchi, S. (2018). Originality and ingenuity of livelihood support in residential child care [In Japanese]. *Bulletin of Aichi Shukutoku University*, 8, 63–77.

Tarren-Sweeney, M. (2008). The mental health of children in out-of-home care. *Current Opinion in Psychiatry*, 21(4), 345–349. <https://doi.org/10.1097/YCO.0b013e32830321fa>

Teixeira, C. B., Queiroz, C., & Menezes, I. (2020). *Cidadania, participação e empoderamento em jovens institucionalizados*. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/126217/2/386055.pdf>

Telzer, E. H., Gonzales, N., & Fuligni, A. J. (2014). Family obligation values and family assistance behaviors: Protective and risk factors for Mexican–American adolescents’ substance use. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(2), 270–283. doi:10.1007/s10964-013-9941-5

Thomas, C., Reeve, J., Bingley, A., Brown, J., Payne, S., & Lynch, T. (2009). Narrative Research Methods in Palliative Care Contexts: Two Case Studies. *Journal of Pain and Symptom Management*, 37(5), 788–796. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2008.05.006>

Tulviste, T. (2010). Autonomy, Educational Plans, and Self-Esteem in Institution-Reared and Home-Reared Teenagers in Estonia. *Youth & Society*, 43(4), 1335–1354. <https://doi.org/10.1177/0044118x10384497>

Trout, A., Hagaman, J., Casey, K., Reid, R., & Epstein, M. (2008). The academic status of children and youth in out-of-home care: A review of the literature. *Children and Youth Services Review*, 30, 979-994.

Van de Bovenkamp, H. M., & Zuiderent-Jerak, T. (2013). An empirical study of patient participation in guideline development: exploring the potential for articulating patient knowledge in evidence-based epistemic settings. *Health Expectations*, 18(5), 942–955. <https://doi.org/10.1111/hex.12067>

Van De Bovenkamp, H. M., Trappenburg, M. J., & Grit, K. J. (2010). Patient participation in collective healthcare decision making: the Dutch model. *Health Expectations*, 13(1), 73–85. <https://doi.org/10.1111/j.1369-7625.2009.00567.x>

Van den Dries, L., Juffer, F., van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (2009). Fostering security? A meta-analysis of attachment in adopted children. *Children and Youth Services Review*, 31, 410–421. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2008.09.008>

Wilson, E., Casanueva, C., Smith, K. R., Koo, H., Tueller, S. J., & Mary. (2014). Risk of early sexual initiation and pregnancy among youth reported to the child welfare system. *PubMed*, 93(1), 127–147.

Wright, A. W., Richard, S., Sosnowski, D. W., & Kliewer, W. (2019). Predictors of Better Functioning among Institutionalized Youth: A Systematic Review. *Journal of Child and Family Studies*, 28(12), 3245–3267. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01527-0>

Zeanah, C., Egger, H., Smyke, A., Nelson, C., Fox, N., Marshall, P., & Guthrie, D. (2009). Institutional rearing and psychiatric disorders in Romanian preschool children. *American Journal of Psychiatry*, 166, 777-785

Zegers, M. A., Schuengel, C., van Ijzendoorn, M. H., & Janssens, J. M. (2006). Attachment representations of institutionalized adolescents and their professional caregivers: Predicting the development of therapeutic relationships. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(3), 325–334. <http://dx.doi.org/10.1037/0002-9432.76.3.325>

Zem-Mascarenhas, S., & Dupas, G. (2001). Conhecendo a experiência de crianças institucionalizadas. *Revista da Escola de Enfermagem USP*, 35(4), 413-9.

Zuckerman, M. (2007). *Sensation seeking and risky behavior*. Washington, DC: American Psychological Association.

## **Anexo A**

### *Consentimento Informado*

#### **Consentimento informado**

Convidamo-lo/a a participar nesta entrevista, que se enquadra na dissertação sobre a percepção da experiência dos jovens que viveram acolhimento residencial, sob a orientação da professora Maria João Vargas Moniz, do Mestrado em Psicologia Clínica, que decorre no ISPA- Instituto Universitário.

#### **Propósito do Estudo**

Este estudo destina-se a compreender a percepção da experiência dos jovens que viveram acolhimento residencial, considerando os impactos nas suas relações interpessoais, no desenvolvimento e na trajetória de vida após a saída.

#### **Procedimento**

Ao aceitar participar neste estudo, solicitamos que preencha um pequeno questionário com algumas informações demográficas. A confidencialidade e o anonimato da informação transmitida será sempre uma prioridade e por isso garantimos que não será revelado nem o seu nome, nem outros dados que poderão levar à sua identificação.

A entrevista será gravada e posteriormente transcrita, após a verificação e respetiva confirmação de todos/as participantes.

#### **Riscos e desconfortos potenciais**

A participação nesta entrevista pode conduzir ao despertar de algumas emoções e memórias negativas associadas à experiência residencial e pós residencial. Caso sinta a necessidade de discutir alguma das questões apresentadas ao longo da entrevista, pode contactar

28589@alunos.ispa.pt ou maria\_moniz/@ispa.pt

#### **Benefícios**

Com a participação nesta entrevista não existem benefícios diretos para si, no entanto, com o relato da sua história, esperamos contribuir para uma melhor a experiência do acolhimento residencial.

#### **Anonimato e confidencialidade**

Todas as informações que forem partilhadas ao longo da entrevista serão mantidas em sigilo.

A participação neste estudo é voluntária. Tem o direito de desistir da entrevista a qualquer momento, assim como abster-se de responder a qualquer questão trazida na presente entrevista, sem qualquer tipo de penalização. Em caso de desistência os dados fornecidos pelo/a participante serão imediatamente eliminados.

Ao assinar abaixo, indica que leu e compreendeu este termo de consentimento livre e informado e que concorda em participar neste estudo.

Assinatura, \_\_\_\_\_ Data \_\_/\_\_/20\_\_

#### **Informações de contacto**

Se tiver alguma dúvida sobre este estudo, entre em contacto com o Investigador principal:

**Contacto:** Maria João Vargas Moniz/ Ângela Sofia Fernandes de Sousa

**E-mail:** maria\_moniz/@ispa.pt. ou 28589@alunos.ispa.pt

**Endereço:** Rua Jardim do Tabaco, 34 1149-041 Lisboa

## **Anexo B**

### *Guião da Entrevista*

#### **Guião de Entrevista**

##### **1. Introdução Geral**

- Podes me contar um pouco sobre a tua situação atual?
  - Nome, idade, a tua ocupação e com quem vives?
- Em quantas casas de AR viveste?
- Estiveste institucionalizado/a durante quanto tempo?

##### **2. Relações Interpessoais no Acolhimento**

- Como era tua relação com os educadores, a equipa técnica e outros profissionais?
- E com os outros jovens com quem vivias?
- Há alguém do acolhimento com quem ainda manténs contato?
  - Se sim, esse contacto é benéfico para ti?
    - De que maneira?
- Sentes que os vínculos/relações criadas no acolhimento te ajudaram de alguma forma após a tua saída?
  - De que maneira?

##### **3. Identidade**

- De que forma a tua experiência no acolhimento influenciou a tua forma de te veres a ti mesmo/a?
- Como avalias a tua autoestima atualmente?
  - Achas que foi impactada pela tua experiência no acolhimento?
- Sentiste que tinhas espaço para expressar a tua individualidade e descobrir quem és enquanto estavas no acolhimento?

##### **4. Comportamentos de risco**

- Durante o acolhimento, sentiste que havia um ambiente seguro para falar sobre temas como consumo de substâncias, violência, fugas, relações sexuais desprotegidas, comportamentos ilegais e comportamentos autodestrutivos?
- Conheceste outros jovens que tiveram experiências com estes comportamentos de risco?
  - Se sim, sentiste-te influenciado/a por isso?
- Alguma vez tiveste problemas com estes comportamentos de risco mencionados, durante o acolhimento?
  - Se sim, como lidaste com isso?
- Conheceste outros jovens que tiveram experiências com estes comportamentos de risco?
  - Se sim, sentiste-te influenciado/a por isso?

- O que te levou ou achas que levou esses jovens a recorrerem a esses comportamentos?
- Sentes que a instituição estava preparada para lidar com estas questões?
- O que consideras que poderia ter sido feito para ajudar-te a ti ou aos jovens do acolhimento a lidarem melhor com essas questões?

#### **5. Relações Familiares e Redes de Apoio.**

- Manténs contato com a tua família biológica?
  - Como é essa relação agora?
- Existem outras pessoas que te apoiam atualmente?
  - Quem são elas?
- Como te sentes em relação às redes de apoio que possuis hoje?

#### **6. Transição para a Vida Fora do Acolhimento**

- Como foi o processo de saída do acolhimento para ti?
- Sentias que tinhas desenvolvido as tuas competências de autonomia? (Cozinhar, gestão de tempo, gestão financeira, etc.)
- Quais foram os principais desafios que enfrentaste ao começar a viver de forma independente?
- Recebeste algum tipo de apoio (emocional, financeiro ou prático) após a transição?
  - Se não, era algo de que necessitavas na altura?

#### **7. Aspetos Positivos, Negativos e Sugestões de Melhoria**

- Como descreverias a tua experiência de viver em acolhimento?
- Quais foram os momentos ou aspectos mais positivos durante esse período?
- Houve alguma dificuldade ou desafio que te lembras com frequência?
- Se pudesses mudar algo sobre a experiência no acolhimento, o que seria?

#### **8. Reflexões Finais e Recomendações**

- O que gostarias de dizer aos jovens que atualmente ou no futuro irão entrar no acolhimento residencial?
- Existe algo que gostarias de partilhar sobre a tua história e que não foi perguntado?