



**DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA**  
**MESTRADO EM PSICOLOGIA CLÍNICA E DE ACONSELHAMENTO**  
**UNIVERSIDADE AUTÓNOMA DE LISBOA**  
**“LUÍS DE CAMÕES”**

**«COPARENTALIDADE PÓS-SEPARAÇÃO E REGULAÇÃO EMOCIONAL DE  
PAIS E FILHOS EM RESIDÊNCIA ALTERNADA VS EXCLUSIVA»**

Dissertação para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica e de  
Aconselhamento

Autora: Sara Moreira

Orientadora: Professora Doutora Mónica Taveira Pires

Número da candidata: 20160649

**Novembro de 2023**

**Lisboa**

## **Agradecimentos**

Em primeiro lugar, à minha família que esteve sempre presente em todo o meu percurso académico, e me deu motivação e carinho nos momentos em que me encontrava mais frágil e vulnerável.

Ao meu namorado, pelo apoio incondicional, por me dar força nos momentos mais frágeis e por acreditar sempre que sou capaz.

Aos meus amigos que estiveram sempre presentes, que me ouviram, divertiram e animaram nesta fase.

À minha orientadora, Professora Doutora Mónica Pires pela exigência que me tem imposto ao longo deste percurso, tornou-me mais resiliente e fez com que eu acreditasse mais nas minhas capacidades enquanto pessoa e profissional, e com isso adquiri capacidades como espírito de iniciativa, foco e exigência comigo própria.

Por fim, a todos os professores que fizeram parte do meu percurso académico e com quem tanto aprendi. Em particular, à Professora Doutora Rute Brites pelo apoio excepcional prestado durante as aulas, pelas estratégias, conhecimento, cuidado e apoio emocional dado; o que facilitou a minha organização e desenvolvimento pessoal e profissional. À Professora Doutora Iolanda Galinha pelo apoio e dedicação nas suas aulas e pela capacidade de reavivar memórias e conteúdos programáticos cruciais para a finalização da minha dissertação.

## Resumo

Em caso de separação ou divórcio em famílias com um ou mais filhos, a estrutura familiar modifica-se e este processo traz mudanças várias. Alteram-se dinâmicas familiares em função da regulação das responsabilidades parentais que implicam adaptação. Esta alteração define os contornos da coparentalidade dos progenitores e impacta emocionalmente pais e filhos. A literatura suporta que a coparentalidade e a regulação das responsabilidades parentais definidas pós divórcio ou separação impacta todos os elementos da família, sobretudo em caso de conflito. Assim, este estudo irá procurar analisar a coparentalidade e a regulação emocional de pais e filhos em casos de residência alternada ou residência exclusiva, os dois regimes de residência que podem ocorrer pós separação. Com esta análise procura-se responder às seguintes questões: Qual o impacto da coparentalidade na regulação emocional dos filhos em RA e RE?

O objetivo deste estudo de corte transversal é comparar e procurar correlacionar as variáveis: coparentalidade, regulação emocional, residência alternada e residência exclusiva; numa amostra com 100 participantes portugueses, 72 mães (72%) e 28 pais (28%) separados/divorciados com idade compreendidas entre 24 e 59 anos ( $M = 41.55$ ,  $DP = 8.10$ ) com regime de residência alternada vs exclusiva do ou dos filhos.

Os participantes responderam online aos seguintes instrumentos psicométricos: Questionário de Regulação Emocional, de Coparentalidade, e à Escala de Regulação Emocional.

Os resultados indicam que que em RA como em RE a coparentalidade está correlacionada com a regulação emocional de pais e filhos; que a regulação emocional dos pais está correlacionada com a dos filhos, e que a coparentalidade prediz a ERC das crianças. Foi identificada alguma diferenciação positiva em RA que a valoriza em detrimento da RE. A partir destes resultados podemos concluir que RA e RE apresentam maioritariamente resultados similares. Este estudo contribui para o conhecimento do impacto nos filhos da regulação emocional dos pais e da coparentalidade em caso de separação.

**Palavras-chave:** Divórcio; Conflito interparental; Residência Alternada e Exclusiva; Coparentalidade; Regulação Emocional

## Abstract

In case of separation or divorce in families with one or more children, the family structure changes and this process brings several changes. Family dynamics change due to the regulation of parental responsibilities that imply adaptation. This change defines the contours of the parents' co-parenting and emotionally impacts parents and children. The literature supports that co-parenting and the regulation of parental responsibilities defined after divorce or separation impacts all family members, especially in case of conflict. Thus, this study will seek to analyze the co-parenting and emotional regulation of parents and children in cases of alternate residence or exclusive residence, the two residence regimes that can occur after separation. With this analysis we seek to answer the following questions: What is the impact of co-parenting on children's emotional regulation in RA and RE?

The aim of this cross-sectional study is to compare and correlate the variables: co-parenting, emotional regulation, alternate residence and exclusive residence; in a sample of 100 Portuguese participants, 72 mothers (72%) and 28 fathers (28%) separated/divorced aged between 24 and 59 years ( $M = 41.55$ ,  $SD = 8.10$ ) with alternate vs. exclusive residence of the child or children.

Participants completed the following psychometric instruments online: Emotional Regulation Questionnaire, Coparenting Questionnaire, and Emotional Regulation Scale.

The results indicate that in AR as in ER, co-parenting is correlated with parents' and children's emotion regulation; that parents' emotion regulation is correlated with children's, and that co-parenting predicts children's ERC. Some positive differentiation was identified in AR that values it over ER. From these results we can conclude that AR and ER mostly present similar results. This study contributes to the knowledge of the impact on children of parental emotional regulation and co-parenting in case of separation.

**Keywords:** Divorce; Interparental conflict; Alternate and exclusive residence; Coparenting; Emotional regulation.

## Índice

Lista de Tabelas .....	VI
Lista de Figuras .....	VII
Lista de Siglas e Abreviaturas .....	VIII
Introdução .....	9
Parte I - Revisão da Literatura .....	15
1.1. Conceito de Família e o seu desenvolvimento ao longo do tempo .....	16
1.2. Separação ou divórcio .....	17
1.3. Parentalidade .....	21
1.4. Coparentalidade .....	25
1.5. Regulação Emocional (RGE) .....	29
1.5.1. Regulação emocional entre pais e filhos .....	30
1.6. Residência Alternada e Residência Exclusiva .....	34
Parte II- Estudo Empírico .....	38
2.1. Pertinência do estudo e definição do problema .....	39
2.2. Objetivos da investigação .....	40
2.3. Hipóteses .....	41
2.5. Metodologia .....	41
2.5.1. Participantes .....	41
2.5.2. Instrumentos .....	43
2.5.4 Procedimentos .....	48
2.5.4.1. Estratégia de Análise Estatística .....	48
Parte III - Resultados .....	50
3.1. Resultados Descritivos .....	51
3.2. Correlações entre as Variáveis .....	52
3.3. Comparação quanto à coparentalidade e regulação emocional entre grupos de pais e Residência Alternada vs Exclusiva .....	55
3.4. Regressões do modelo Estilos de Coparentalidade, Regulação Emocional dos filhos .....	56
Parte IV - Discussão .....	59
Parte V - Conclusão .....	64
5.1 Contributo, limitações e sugestões futuras .....	68

### **Lista de Tabelas**

**Tabela 1.** Características Sociodemográficas dos Pais e Filhos

**Tabela 2.** Valores da Consistência Interna dos Instrumentos

**Tabela 3.** Valores Centrais e de dispersão das variáveis em estudo

**Tabela 4.** Correlações entre as variáveis em estudo nos grupos de Residência Exclusiva e Residência Alternada

**Tabela 5.** Coparentalidade, Regulação emocional de pais e filhos na Residência Alternada vs Exclusiva

**Tabela 6.** Regressão Coparentalidade na Regulação Emocional da Criança em Residência Alternada

**Tabela 7.** Regressão – Regulação Emocional da criança em residência Exclusiva

## Lista de Figuras

**Figura 1-** *Modelo de Belsky acerca dos determinantes da parentalidade*

### **Lista de Siglas e Abreviaturas**

CIP - Comissão de Ética do Centro de Investigação da Universidade Autónoma de Lisboa

CQ - Questionário de Coparentalidade (*Coparenting Questionnaire*)

EP's - Estilos Parentais

ERE/ERC - Escala de Regulação Emocional (*Emotion Regulation Checklist*)

PP's - Práticas parentais

QRE/ERQ - Questionário de Regulação Emocional (*Emotion Regulation Questionnaire*)

RA - Residência Alternada

RE - Residência Exclusiva

RGE - Regulação Emocional

RP - Responsabilidade Parental

SMF - Sistema de Mediação Familiar



## Introdução

Pretende-se com este estudo observar e analisar os processos de regulação emocional de pais e filhos pós separação ou divórcio, com o propósito de contribuir para o estudo da coparentalidade, analisando o impacto da coparentalidade na regulação emocional da criança mediada pela regulação emocional dos pais separados, em regime de residência alternada e residência exclusiva.

A presente dissertação visa averiguar o possível impacto do tipo de regime de responsabilidades parentais, residência alterada (RA) ou exclusiva (RE), na regulação emocional de pais e de filhos, com base em dados recolhidos junto dos pais. O estudo é suportado apenas pela perspetiva parental.

Os divórcios e as separações de facto são acontecimentos recorrentes na sociedade portuguesa. Em 2018 foram efetuados 20.345 divórcios; em 2019, 20.421, em 2020, 17.295 e em 2021, 17.295. Em 2021 a percentagem de número de divórcios em cada 100 casamentos é de 59.5% (Pordata, 2021). Estes números não incluem separações de facto, mas são por si ilustrativos da frequência com que os divórcios ocorrem. A taxa de separação e divórcio em Portugal tem vindo a aumentar, paralelamente ao que acontece nos países da EU, nos EUA, Canadá ou Austrália, entre outros (Pires, & Gamboa, 2022).

À semelhança do que acontece em outros países, destes casamentos e uniões de facto, muitos incluirão filhos (Schramm & Becher, 2020) cuja vida será mais ou menos impactada pelo fim da relação dos seus pais.

Quando existem filhos, apesar das uniões de facto e casamentos poderem terminar, as relações de coparentalidade tendem a perdurar. A coparentalidade é um acordo de parentalidade em que os pais continuam a partilhar a responsabilidade de educar os filhos, apesar de a relação romântica ter terminado (Bailey et al., 2020).

A coparentalidade envolve a presença de ambas as figuras parentais que se coordenam e dão suporte mútuo, no que respeita ao desempenho das responsabilidades parentais, zelando pelo bem-estar, pela educação e pela estabilidade emocional da, ou das crianças (caso tenham mais do que um filho). Portanto, dois adultos (e.g., casados, união de facto, divorciados ou separados) que assumam responsabilidades parentais em conjunto salvaguardando todos os interesses e bem-estar de uma criança, possuem uma relação de coparentalidade (Feinberg, 2003; Van Egeren & Hawkins, 2004).

A coparentalidade é um conceito que surge decorrente do conceito de parentalidade. Procura compreender o modo como a parentalidade é experienciada pelo casal, tendo vindo a revelar-se um processo familiar determinante para o funcionamento da família e do bem-estar psicológico de cada um dos elementos da família (Feinberg et al., 2007).

Em situações de separação ou divórcio a coparentalidade e a forma como esta é vivida pelos pais, torna-se ainda mais relevante, para o bem-estar psicológico de todos os elementos da família, sobretudo dos filhos. As figuras parentais, e a forma como estão presentes na vida dos filhos e as impactam, são muito importantes, uma vez que o suporte emocional e educacional que proporcionam, contribui para a saúde física e mental durante todo o período de crescimento dos filhos e terá impacto na sua vida adulta (Feinberg, 2003; Van Egeren & Hawkins, 2004).

O processo de como ambos os progenitores criam a sua dinâmica familiar pós separação ou divórcio varia de acordo com as circunstâncias e a cultura únicas de cada família. No entanto, este processo reflete sempre uma alteração face à dinâmica familiar pré separação ou divórcio. O processo de cada um dos progenitores envolve um acordo, estabelecido com maior ou menor negociação e conflito, sobre o plano parental que define as novas dinâmicas familiares e consequentes responsabilidades (Brown, 2021).

Ficam assim definidos os termos de acesso e de responsabilidade que ambos os pais devem respeitar e dos quais as crianças aprenderão a depender (Brown, 2021).

A intenção fundamental da coparentalidade é proteger o direito das crianças de terem acesso a dois pais amorosos que continuarão presentes nas suas vidas, independentemente do estado da relação parental (Bailey et al., 2020; Rothman, 2000).

Embora a negociação dos planos parentais seja geralmente amigável, alguns pais não conseguem chegar a acordo sobre a guarda dos filhos e outras questões de coparentalidade. Nessas situações, as negociações podem incitar a uma amarga discórdia interpessoal entre os pais (Bailey et al., 2020). Estas situações têm, muito tendencialmente, impacto emocional nos filhos. Para mitigar discórdias e impactos menos positivos decorrentes das mesmas e zelar pelo superior interesse dos menores, a literatura sobre relações de coparentalidade e divórcio dos tribunais de família têm sido, ao longo do tempo, revista e atualizada.

Em Portugal, A Lei n.º61/2008, de 31 de Outubro veio trazer algumas alterações importantes, nomeadamente a possibilidade de existir divórcio sem consentimento de ambas as partes. Para além disso, houve modificações no termo “poder paternal” que se passou a denominar “responsabilidades parentais”. Para além disso, o exercício das responsabilidades parentais passou a realizar-se em conjunto. Quanto às questões de maior importância na vida da criança, mesmo depois da separação, passaram, de igual modo, a ser discutidas por ambos os pais (Anciães et al., 2018).

Atualmente, em Portugal, o Sistema de Mediação Familiar (SMF) tem competência para mediar conflitos, nomeadamente nas seguintes matérias: regulação, alteração e incumprimento do regime de exercício das responsabilidades parentais. A mediação familiar é uma modalidade extrajudicial de resolução de litígios, realizada por técnicos especializados, em que as partes (os pais) são auxiliados a encontrar uma solução amigável para o conflito que as opõe (Pires & Gamboa 2022).

A partir do momento em que há um divórcio ou uma separação de um casal com filho ou filhos, o processo da coparentalidade terá de definir com qual dos progenitores e em que moldes viverá o ou os filhos. Apesar da existência de casos particulares, as famílias e/ou os tribunais, optam tendencialmente por um de dois regimes: o regime de residência alternada (RA) em que o ou os filhos vivem de forma alternada com cada um dos progenitores, em tempos aproximados, mas não necessariamente iguais; ou o regime de residência exclusiva (RE) em que o(s) filho(s) residem maioritariamente com um dos progenitores apesar de ambos os pais partilharem responsabilidades parentais relativamente a questões e decisões importantes e impactantes da vida dos filhos.

Tentando sempre proteger e salvaguardar os superiores interesses das crianças, têm sido desenvolvidos ao longo do tempo vários estudos que procuram compreender qual o melhor regime a adotar no caso de separação ou divórcio. Existem estudos com posições favoráveis a ambos os regimes RA e RE e, observa-se que quando são inseridas variáveis de controlo, existem diferenças de se dissipam, revelando vantagens em ambos os regimes, dependendo das circunstâncias.

Steinbach (2018) defende que a residência alternada (RA) tem um impacto positivo nas crianças, mediante circunstâncias familiares específicas. Mas acrescenta

que existem consequências negativas no regime RA na presença de conflito interparental.

Kurk (2012) e Warshak (2014) verificaram que a RA é valorizada pois tem em conta os interesses da criança, no entanto, é prejudicial relativamente ao conflito parental. Por este motivo alguns autores referem que a RE seria o melhor regime a adotar (McIntosh et al., 2014; Pruett et al., 2014).

Na literatura, não há evidências de um regime ser mais benéfico que o outro, sendo necessário avaliar cada caso de forma individual, pois depende da dinâmica, das particularidades e necessidades da cada família e criança (Morais, 2007).

O presente estudo irá focar-se também na regulação emocional de pais e filhos em situação de pós divórcio ou separação nos dois regimes: RA e RE, procurando identificar onde se encontram situações de equilíbrio emocional, quer dos pais, quer dos filhos, mais saudáveis e positivas.

O equilíbrio emocional deve-se à capacidade de regular as emoções, independentemente de estas serem positivas ou negativas (Gross, 2007). Com base nos estudos citados é razoável aceitar a hipótese de que a regulação emocional dos filhos seja impactada pela regulação emocional dos pais e pela forma como ambos os progenitores vivem a coparentalidade.

Não há duas famílias iguais e, conseqüentemente, cada família vive a coparentalidade da sua forma, existindo um largo espectro na vivência da coparentalidade.

A coparentalidade cooperativa está numa das extremidades do continuum, enquanto a coparentalidade de alto conflito está na segunda (Anderson et al., 2010; Lamela et al., 2016).

Independentemente do formato de coparentalidade que cada família vive quando ocorre uma separação ou divórcio, existem provas substanciais que sustentam que a capacidade dos pais para estabelecerem uma relação de coparentalidade cooperativa prevê resultados de ajustamento tanto para os pais como para os filhos (Adamson & Pasley, 2006; Amato, 2000; Cox et al., 2021; Koppejan-Luitze, 2021; Whiteside, 1998). Mesmo em circunstâncias amigáveis, o processo de ajustamento pós-divórcio e separação pode provocar situações de fragilidade, sofrimento psicológico e declínios no

bem-estar no meio de numerosas transições, nomeadamente por existir uma perda de rotina e um período de luto (Brown, 2021; Lebow, 2003; Leopold & Kalmjin, 2016).

Um estudo nacional recente indica que a coparentalidade é um forte preditor de problemas internalizados e externalizados que a criança pode apresentar, nomeadamente a presença de conflito destrutivo e de triangulação. O equilíbrio emocional dos pais em situações de conflito destrutivo e de triangulação pode contaminar o dos seus filhos e a sua capacidade parental.

Ou seja, a forma como os pais se ajustam às mudanças ocorridas bem como a sua capacidade parental acarreta implicações para o desenvolvimento dos filhos, não apenas a curto-médio prazo, como a longo prazo, na vida (Sousa, 2012; Pires & Martins, 2021).

Com base nestas constatações, será relevante procurar investigar e compreender neste estudo a RGE dos pais separados ou divorciados, assim como o nível de conflito na coparentalidade entre ambos, e seu impacto na RGE dos filhos, tendo em consideração o tipo de regime de responsabilidades parentais (RA e RE).

Por este motivo o presente estudo envolve a compreensão da associação entre as variáveis: Coparentalidade e Regulação Emocional de pais e de filhos em dois grupos distintos de regulação de responsabilidades parentais: Residência Alternada e Residência Exclusiva.

A primeira parte do presente estudo envolve uma breve revisão da literatura. Inicialmente será abordada a definição de família e a evolução da sua perceção até aos dias de hoje. Seguidamente, será analisado o conceito de divórcio ou separação e os seus impactos. De seguida será aprofundado o conceito de parentalidade incluindo uma curta abordagem aos estilos parentais. Posteriormente, serão abordados os conceitos de coparentalidade e de regulação emocional por se considerar que a gestão das emoções é relevante para a compreensão do conflito interparental, assim como para o ajustamento da criança ao longo do desenvolvimento, que aprende com os pais e que interioriza no seio familiar a sua própria forma de gerir diferentes estados emocionais.

Por fim, será analisada a regulação das responsabilidades parentais nos regimes de residência alternada e residência exclusiva.

No último capítulo desta secção, apresentamos o estudo empírico, justificando a sua pertinência.

Ao procurar estudar a coparentalidade pós separação ou divórcio e a regulação emocional de pais e filhos em residência alternada vs exclusiva, tem-se por objetivo contribuir para o estudo da coparentalidade pós separação ou divórcio analisando a adaptação da criança e dos pais à separação dos progenitores. E, deste modo, contribuir para o estudo das diferenças na adaptação a diferentes residências.

Na segunda parte, apresentamos a metodologia seguida, descrevendo os dois grupos de participantes, os instrumentos de recolha de dados, procedimentos seguidos e estratégias de análise estatística.

No final, os resultados obtidos na investigação, serão detalhados e discutidos com base nas hipóteses propostas, sendo apresentada a discussão de resultados, as limitações da investigação e apresentando-se pistas para investigações futuras. O presente estudo cessa com a conclusão.

## **Parte I - Revisão da Literatura**

### **1.1. Conceito de Família e o seu desenvolvimento ao longo do tempo**

A definição de família tem sido modificada ao longo dos anos, segundo a conjuntura socioeconómica e cultural. Atualmente, a família caracteriza-se não só pelos laços parentescos, mas também por laços psicológicos e relacionais, que agregam o mesmo núcleo familiar, partilhando vínculos sociais, económicos, entre outros (Barnard, 2021; Pires & Gamboa, 2022).

Segundo Bayle (2008), existem grandes alterações no conceito de família ao longo da história. Numa perspetiva atualmente ultrapassada, o Homem era o responsável por sustentar a família e a mulher por cuidar da casa e dos filhos (Santos, 2013). Segundo Roudinesco, a estrutura familiar numa visão tradicional abrange duas pessoas adultas, nomeadamente, um homem e uma mulher e os seus filhos biológicos ou adotivos (Santos, 2013). Dentro desta visão tradicional, existe a função de hierarquia e das relações que se estabelecem no meio familiar. Em suma, o subsistema conjugal é constituído por dois adultos, que se juntam com o objetivo de formar uma família, trazendo com eles o seu desenvolvimento a nível de valores e experiências (Wagner et al., 2011).

Numa visão mais moderna, as famílias mantiveram a constituição acima, na sua maioria, porém, os papéis a desempenhar sofreram algumas alterações, a nível dos cuidados (e.g., casa e filhos) e responsabilidades financeiras, que ficaram responsáveis por ambos os membros do casal (Santos, 2013).

Atualmente, a estrutura familiar pode não incluir duas pessoas adultas, no caso das famílias monoparentais e existem famílias com características mais distantes das famílias tradicionais, compostas por casais homossexuais (Santos, 2013). Não obstante, estas famílias mantêm funções, relações e responsabilidades similares às das famílias mais tradicionais. Aportam também o seu desenvolvimento a nível de valores, experiências e perceções.

Apontam-se como fatores de alterações e diversidade de tipologias familiares que têm ocorrido nas últimas décadas: a diminuição da taxa de natalidade, o aumento da esperança média de vida, as uniões de facto, os casamentos, os divórcios, as famílias monoparentais e a família alargada multigeracional que engloba avós ou filhos maiores nas residências dos pais (Pires, 2022).



A família é um organismo vivo, no qual se observam mudanças e alterações ao nível dimensional, da estrutura, dos papéis e das suas atividades (Dias, 2001). Cada membro familiar tem as suas tarefas e age em conformidade com um ciclo vital (Alarcão, 2000).

Cada membro desenvolve um papel, uma série de funções e de tarefas que dão origem a um número elevado de expectativas que se desenvolvem no seio familiar (Gimano, 2003).

O sistema emocional de todos os elementos da família é algo intenso e contínuo (Leal, 2018). Cada sistema emocional individual, a par com as expectativas e experiências de cada indivíduo da família, impacta nos outros membros da família, provocando alterações a vários níveis e, em vários casos, a dissolução da família, normalmente designada por separação ou divórcio.

## **1.2. Separação ou divórcio**

A dissolução do casamento, designada em linguagem corrente por divórcio, é descrita por Price e McKerny (1988) como "a dissolução legal de uma relação conjugal social e legalmente reconhecida que altera as obrigações e privilégios das duas pessoas envolvidas".

A separação, nas culturas ocidentais, é o termo utilizado para descrever a dissolução de uma união romântica entre duas pessoas que coabitam na mesma residência, mas não são casadas (Rindfuss & VandenHeuvel, 1992). A separação é intrinsecamente semelhante ao divórcio. Os conceitos diferem essencialmente por decorrerem ou não de uma união do casal assumida publicamente, através do assento no registo civil, mas diferentes aos olhos da lei. Genericamente, o divórcio decorre de um casamento e a separação de uma união de facto, mas, no contexto familiar, sobretudo quando existem filhos ou crianças envolvidas, os impactos e desafios são muito similares.

As taxas de divórcio na Europa e nos Estados Unidos aumentaram acentuadamente durante o último meio século e estabilizaram a níveis elevados (Hogendoorn et. al., 2020).

Em Portugal, os dados estatísticos da pordata (2022) diz-nos que a evolução do número de divórcios e de famílias monoparentais é elevada. Relativamente ao divórcio

os dados apresentam que, em 2018, existiram 20.345, em 2019, 20.421, 2020 17.295 e em 2021 17.279, estes dados não refletem a verdadeira situação de parentalidade pós divórcio, ao incluírem casais sem filhos e ao não incluírem as dissoluções de uniões de fato, entre outras situações (Pires, 2022).

Relativamente ao número de famílias monoparentais verificou-se que, em 2018, houve um total de 460.315 que corresponde a 59.552 homens e 400.762 mulheres, em 2019, um total de 459.344 que corresponde a 67.776 homens e 391.568 mulheres e por fim, em 2020, houve um total de 470.654 que corresponde a 72.082 homens e 398.572 mulheres e em 2021 houve um total de 452.835 que corresponde a 82.075 homens e 370.761 mulheres. Verificando-se uma tendência crescente nas famílias monoparentais masculinas, porém, a discrepância acentuada face às famílias monoparentais femininas mantém-se.

Embora as estatísticas forneçam uma compreensão da frequência da separação e do divórcio na nossa sociedade, os fatores decisivos associados à previsão destes resultados não têm sido suficientemente claros para os investigadores (Apostolou, et al., 2018). No entanto, influências aparentemente comuns têm sido atribuídas a vulnerabilidades duradouras, eventos stressantes, violações de confiança, desacordos na educação dos filhos e conflitos contínuos (Karney & Bradbury, 1995; Clements, et al., 2004; Apostolou, et al., 2018). O stresse financeiro e as dificuldades económicas podem levar a problemas conjugais e, eventualmente, à dissolução de um casamento (Mortelmans, 2021).

Não obstante, é razoável inferir que estes fatores não são suficientes para descrever ou generalizar a complexidade do contexto mais amplo do divórcio e da separação.

Em última análise, o fim das relações românticas, independentemente do estado civil, é provavelmente atribuível a uma amálgama de preocupações e situações que são únicas para cada união (Karney & Bradbury, 1995).

Dado que as taxas de divórcio e separação têm aumentado de forma constante ao longo das últimas décadas (Raley & Sweeney, 2020), e as separações ou divórcios aportam consequências e mudanças nos núcleos familiares, revela-se cada vez mais relevante o aprofundamento desta área de estudo, nomeadamente nas questões de regulação emocional no âmbito da coparentalidade pós separação ou divórcio.

Em consequência da separação ou do divórcio, os indivíduos ficam tendencialmente mais vulneráveis face ao sofrimento psicológico, apresentam tendencialmente, durante um período inicial, um declínio do bem-estar; e no período de transição pré e pós divórcio ou separação, observa-se em muitos casos uma diminuição da satisfação com a vida. Estes fatores são mais evidentes acentuados quando existem filhos. (Leopold & Kalmjin, 2016). Embora a maioria dos pais possa ter a intenção de colaborar e gerir a transição de forma cooperativa, observa-se com frequência que a família recém desagregada tem tendência a viver um estado momentâneo de crise (Lebow, 2003; Brown, 2021).

A extensão da perda física e psicológica associada à separação e ao divórcio dos pais pode ser difícil de gerir. Assim, é comum que os membros dos sistemas familiares, sobretudo os filhos, sintam uma perda significativa e vivam um período de luto pela família tal como a conheciam (Dowling & Barnes, 2020).

Os sentimentos de perda são acompanhados pela perturbação da estabilidade, praticamente em todos os aspetos da vida quotidiana da família (Brown, 2021). Inúmeras transições são inevitáveis, e entre as mais significativas está o processo de desacoplamento dos pais e a redefinição da sua relação (Raley & Sweeney, 2020).

Embora se trate de um processo necessário, o facto é que, muitas vezes, este processo é difícil tanto para os pais como para os filhos (Hagestad & Smyer, 1982).

O divórcio é um ciclo que se fecha. É por si só um processo complexo porque envolve, para além do término de um conjunto de rotinas e conceções familiares, a definição de novas rotinas e definições familiares, sobretudo quando há filhos. (Sousa, 2012; Mortelmans, 2021).

O processo de divórcio ou separação pode originar vivências distintas, segundo cada caso, que poderão ir do alívio à mágoa, envolvem tristeza, zanga, raiva, vergonha, tristeza, solidão ou desamparo. Trata-se de uma mudança familiar que origina mudanças nos indivíduos (Almeida, 2010). Um processo onde poderá ocorrer conflito parental, afetando não apenas os pais, como os filhos, de uma forma profunda.

Nazareth (2004) divide o processo de separação em três fases: a fase aguda, a fase transitória e a fase de ajuste. A fase aguda corresponde ao momento anterior ao divórcio, onde acontece o sentimento profundo de insatisfação e saturação da relação, de um ou dos dois parceiros. Nesta fase, a família tem, tendencialmente presentes,

sentimentos de instabilidade e insegurança. Um ou ambos os parceiros, sentem-se descontentes com a relação e demonstram frustração com as expectativas que foram criando. Nesta fase, quando existem filhos, estes tendem a ser afetados, mais ou menos explicitamente, pelos sentimentos presentes na família. Mesmo que os progenitores os tentem proteger e não partilhem nem exteriorizem o que sentem, existe nos filhos um sentimento de que algo não está bem, podendo provocar impactos emocionais decorrentes do sentimento de insegurança e medo de algo desconhecido que comumente aporta instabilidade.

A fase transitória corresponde à separação real. Este período é conturbado, pois obriga a uma adaptação dos papéis familiares e a uma tomada de consciência de mudança. Ou seja, a família necessita de se reorganizar em relação aos papéis que irão desempenhar e de se adaptar de forma emocional e logística à nova realidade. É o momento em que os pais comunicam aos filhos a sua decisão. Este momento tem tendência a provocar vivências emocionais mais duras e dolorosas para os filhos. Por um lado, pelo que sentem, por outro, pela percepção que têm do que os pais sentem. Neste momento, a dimensão emocional dos pais pode condicionar positiva ou negativamente a vivência e integração emocional dos filhos.

A fase de ajuste envolve a aceitação da situação. Começa uma nova fase da vida, que traz a oportunidade para novos projetos. Esta nova fase pode incluir um novo relacionamento para um ou ambos os progenitores, o que implicará a entrada de um novo membro para a família, com as consequentes adaptações e ajustes que ocorrem cada vez que um sistema familiar é alterado. (Nazareth, 2004).

Segundo Sousa, geralmente, os pais não dão primazia aos sentimentos dos filhos no processo de divórcio. Não informam com antecedência como vão gerir a situação e tentam ao máximo afastar as crianças do acontecimento. Segundo Sousa, o ideal seria que a criança passasse tempo com ambos os progenitores. O conflito entre os pais e o afastamento do acontecimento é um fator relevantes para o sofrimento da criança para além da situação de separação ou divórcio propriamente dita. (Sousa, 2012).

A adaptação dos elementos da antiga estrutura familiar à fase de separação e pós separação pode ser facilitada pelas características de todos os elementos da família, pelas relações estabelecidas entre os diferentes elementos, pela saúde dos mesmos e pelo suporte social.

As características de personalidade, formas de adaptação e tempo desde a separação têm sido associadas a um melhor ajustamento e satisfação com a vida pós-divórcio (Pires & Gamboa, 2022).

### **1.3. Parentalidade**

A parentalidade é descrita como uma das tarefas mais complexas, desafiantes e exigentes para o ser humano, para além de requerer uma enorme responsabilidade (Holden, 2010; Kane, 2005).

A parentalidade é compreendida por um conjunto de funções internas e externas que dão resposta às necessidades afetivas, físicas, sociais e intelectuais da criança. Deste modo, a educação da criança é promovida, alcançando-se assim, os seus objetivos e tornando-se esta mesma criança cada vez mais autónoma e desenvolvida (Barroso & Machado, 2010; Bornstein, 2002; Bornstein & Bornstein, 2014; Cruz, 2005; Gouveia, et al., 2015; Leal 2005; Maccoby, 2000; Minuchin, 1988; Relvas, 1996; Santos, 2011).

Bornstein (2002) defende que a tarefa fundamental dos pais (1ª geração) é preparar os filhos (2ª geração) para as situações económicas, físicas e psicossociais que ocorreram ao longo do seu ciclo de desenvolvimento.

O pai e ou a mãe têm a responsabilidade de executar tarefas por mais complexas e difíceis que sejam (Barroso & Machado, 2010; Houghughi, 2004; Reader et al., 2005). Deste modo, o desenvolvimento dos filhos tem de ser assegurado pelos pais, que têm de auxiliar e proteger os seus filhos (Relvas, 2006; Relvas & Alarcão, 2002).

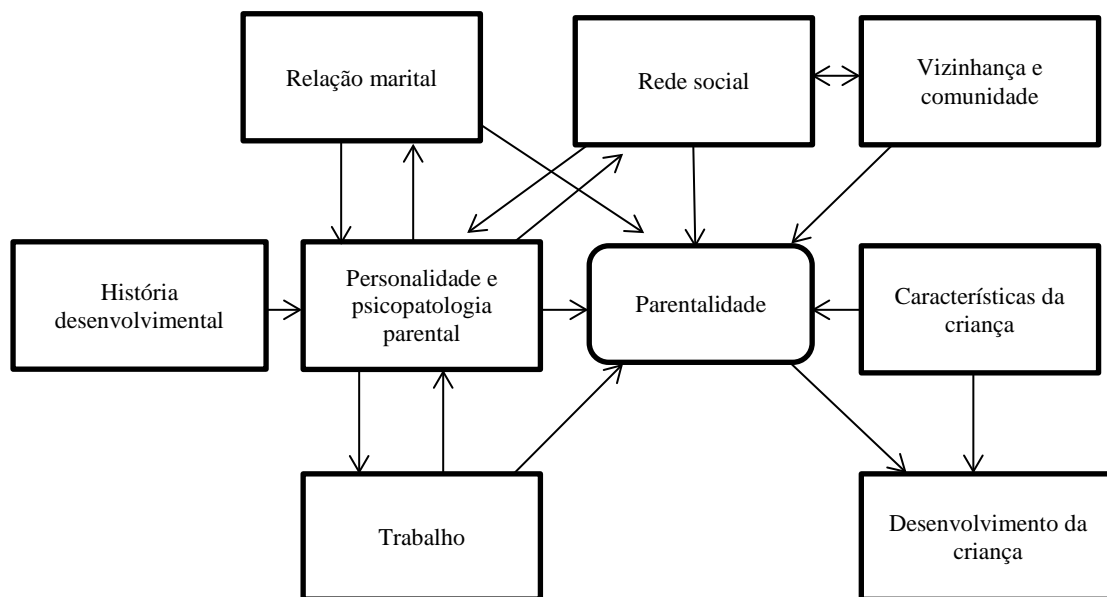
É espectável que os pais simplifiquem e apoiem todo o desenvolvimento da criança, a nível físico, psicológico e social, com o intuito de se certificarem da sobrevivência, segurança, conforto e do melhor desenvolvimento da mesma (Relvas & Alarcão, 2002).

Belsky, em 1984, expôs o modelo dos determinantes da parentalidade. Este modelo refere que a parentalidade age por três grandes determinantes: as características dos pais (e.g., personalidade), as características das crianças (e.g., temperamento) e o contexto social, onde é exercida a relação entre pais e filhos. Segundo o autor, não são apenas as características das crianças que influenciam a parentalidade, mas sim a correspondência inter-relacional de características tanto dos pais como das crianças.

Assim sendo, existem determinadas características que afetam a personalidade e o estado psicopatológico dos pais, que por sua vez têm implicações no desenvolvimento da criança e no processo de parentalidade, tais como a história de desenvolvimento dos pais, a posição profissional e a relação conjugal (Belsky, 1984).

### Figura 1

*Modelo de Belsky acerca dos determinantes da parentalidade*



*Nota:* A Figura 1 ilustra o Modelo adaptado de original de Belsky (1984), Belsky e Vondra (1989) e Belsky e Jafee (2006).” (Barroso & Machado, 2010, p.9)

Belsky e Jafee (2006) referem que mesmo que um dos determinantes esteja em risco, o funcionamento parental continuará a existir, desde que estejam presentes os recursos pessoais e psicológicos parentais.

Seguindo esta premissa, mesmo que a relação marital esteja em risco, o funcionamento parental continuará a existir, contando que se observem os recursos pessoais e psicológicos parentais necessários.

Em situações de separação ou divórcio o funcionamento parental assume novos contornos e dinâmicas. O conceito de coparentalidade ajuda-nos a descrever e a compreender melhor estas dinâmicas.

No entanto, antes de abordarmos o conceito de coparentalidade, importa referir que existem vários estilos parentais.

Baumrid, (1966,1971,1975) identifica três principais estilos parentais: o autoritativo ou democrático, o autoritário e o permissivo. Os pais autoritativos pretendem orientar as atividades dos filhos estimulando a comunicação entre ambos e fazendo com que sejam autónomos. Quando há uma discordância entre ideias entre pais e filhos, tanto dos pais como as crianças têm a oportunidade de apresentar o seu ponto de vista. Este estilo parental valoriza a obediência e a autonomia, existindo um controlo firme, mas ao mesmo tempo afetuoso, pois valorizam um ambiente saudável e estimulante, dando prioridade à educação dos filhos (Baumrind, 1966, 1971, 1991; Campos & Cruz, 2011; Darling, 1999; O'Connor & Scott, 2007; Weber et. al., 2003). Em suma, este estilo tem uma grande importância relativamente à eficácia da parentalidade, devido às alterações das características das crianças (Darling & Steinberg, 1993). Houve uma reorganização dos padrões de Baumrind e estes passaram a ser definidos por meio de dimensões, designadamente, a dimensão da “exigência” que está relacionada com a imposição de controlo, limites e supervisão e a dimensão “responsividade”, que é composta pelo envolvimento e aceitação, estando interligada ao apoio emocional e ao comportamento da criança (Weber et al., 2004).

No estilo autoritário, os pais orientam os filhos consoante os seus princípios pré-existentes, ou seja, o comportamento da criança é avaliado e controlado consoante as regras antecipadamente impostas pelos pais. (Baumrind, 1966, 1971, 1975). Estes pais são a favor da punição, usando-a quando consideram que, na sua perspetiva e segundo os seus princípios, a criança faz algo de errado (Baumrind, 1966). Contrariamente ao

estilo autoritativo, estes pais não dão valor à independência, sensibilidade e à individualidade da criança nem da sua perspectiva. Não consideram muito relevante ouvir a criança e, tendencialmente, não estimulam a sua comunicação, praticando um controlo psicológico sobre a mesma (Baumrind, 1966, 1971, 1991; O'Connor & Scott, 2007).

No estilo permissivo, contrariamente ao autoritário, os pais não são a favor das punições nem pretendem que as crianças se moldem aos seus ideais. Procuram ser facilitadores da realização dos desejos da criança. Pretendem que a criança possua os seus próprios pensamentos e são largamente recetivos aos seus desejos e comportamentos. Pais permissivos aprovam que a criança regule o seu comportamento, fazendo com que ela tome as suas decisões de acordo com um conjunto de diretrizes e rotinas, relativamente flexíveis, propostas pelos pais; evitando vivamente punições e controlo excessivo (Baumrind, 1966, 1971, 1991; O'Connor & Scott, 2007). Já o estilo permissivo negligente, ambas as dimensões exigência ou controlo e responsividade são pouco expressivas, deixando a criança pouco apoiada e acompanhada nas suas necessidades.

Mesmo empiricamente, é razoável colocar a hipótese de que, se os progenitores tiverem estilos parentais muito distantes ou antagónicos, é possível que tenham mais dificuldade em encontrar consistência nas suas responsabilidades parentais. Se viverem juntos, maritalmente ou em união de facto, é possível que enfrentem um conjunto de desafios decorrentes da discordância relativa aos estilos parentais que cada um defende, que tendencialmente aporta alguma tensão ou negociação numa vivência familiar conjunta. Mas, perante uma separação ou divórcio, poderão enfrentar outros desafios, decorrentes dos naturais ajustes que a transformação familiar acarreta. Regras e dinâmicas familiares diferentes na casa do pai e da mãe, antagonismo em decisões pertinentes e conflitos vários, mais ou menos acentuados por os progenitores estarem separados. Não sendo necessariamente pior para os filhos, é razoável intuir que a existência de diferentes estilos parentais em cada um dos progenitores pode ter impactos significativos nas questões de coparentalidade pós divórcio e na regulação emocional de pais e filhos nesta situação.



Ter presente a percepção, mesmo que pouco aprofundada, dos vários estilos parentais é profundamente relevante quando olhamos para o conceito de coparentalidade e para as diferentes formas que assume.

#### **1.4. Coparentalidade**

Segundo Frizzo et al (2005), o conceito de coparentalidade surgiu pela primeira vez por Galper em 1978. Já Mullett et al (1999) defendem que o conceito terá surgido com Rosenthal e Hansen em 1980. Apesar das fontes não serem exatamente coincidentes, podemos, com alguma segurança, afirmar que no início da década de 80 o conceito começava a desenhar-se. É pertinente perceber a forma dinâmica como o conceito se foi desenvolvendo e aprofundado ao longo dos anos. Uma fonte afirma que a coparentalidade só foi estudada de forma sólida na década de 90 nas famílias intactas (Belsky et al., 1995). Lamela et al. (2010) refere que o conceito de coparentalidade só adquire um estatuto universal e independente da configuração estrutural de família na última década.

Uma referência de 2003 afirma que a coparentalidade envolve a presença de ambos os pais/figuras parentais que dão suporte e coordenação, no que respeita ao desempenho das responsabilidades e emoções na educação das crianças (Feinberg, 2003) Van Egeren e Hawkins (2004) afirmam que dois adultos (e.g., casados, união de facto, divorciados ou separados) que assumam as responsabilidades em conjunto pelo bem-estar da criança possuem uma relação de coparentalidade.

Cerca de duas décadas depois, apesar do conceito manter a sua génese, uma parte significativa da bibliografia aplica-o, muitas vezes, no âmbito do divórcio ou separação. Para além disso, existe um desenvolvimento dos estudos da coparentalidade na diferenciação dos tipos de coparentalidade dirigida à realidade do divórcio ou separação.

Este ângulo da coparentalidade é particularmente relevante para o presente estudo, pelo que será nesta perspetiva que nos iremos focar.

Assim, assumimos nesta vertente que, a coparentalidade é a relação de colaboração entre pais divorciados ou separados, em que cada um partilha a responsabilidade de cuidar e educar uma criança (Bailey et al., 2020).

Observa-se um espectro alargado nos tipos de coparentalidade. A coparentalidade cooperativa refere-se aos pais que estabelecem uma relação com conflitos não muito relevantes e geríveis e uma comunicação eficaz. Ambos os progenitores incentivam o direito das crianças a manterem uma relação afetuosa com cada um dos progenitores após um divórcio ou separação. Os pais cooperativos apoiam-se mutuamente, são cordatos e dividem de forma equilibrada as responsabilidades parentais (Lamela et al., 2016).

O termo conflito elevado é regularmente utilizado na literatura sobre divórcio e coparentalidade, embora não exista exatamente uma definição única ou um conjunto definido de comportamentos para caracterizar integralmente e objetivamente o conceito de conflito elevado. (Anderson et al., 2010). A perceção de conflito é tendencialmente subjetiva porque o que se constitui em cada situação particular como conflito, é altamente variável e tem de ser observado com base no contexto e na cultura. Assim, o conceito de conflito elevado funciona principalmente como um termo genérico (Saini & Birnbaum, 2007) para situações de coparentalidade e padrões de comportamento que incluem desacordos contínuos, incapacidade de comunicar civilizadamente, raiva e hostilidade recíprocas, pensamento dualista, desconfiança, defensividade e utilização do litígio como argumento de ataque ou forma de manipulação (Mitcham-Smith & Henry, 2007; Saini & Birnbaum, 2007; Anderson et al., 2010).

A coparentalidade de alto conflito é a terminologia utilizada para se referir a situações de coparentalidade onde um ou ambos os pais não conseguem separar a discórdia interpessoal das responsabilidades que partilham como pais após um divórcio ou separação (Anderson et al., 2010). De uma forma mais corrente, quando não é possível encontrar consensos nem gerir o conflito de forma que seja possível um esforço de negociação que possa, de algum modo, derivar para um acordo em algum ponto fundamental, e por isso se torna essencial uma intervenção externa para chegar a uma tomada de decisão, estamos tendencialmente perante uma situação de conflito. Em caricatura, se ambos os progenitores nem conseguem concordar sobre o facto que evidencia que discordam um do outro, é muito provável que vivam uma situação de conflito elevado. Neste caso, é provável que precisem ou venham a precisar de intervenção externa para estabelecerem os contornos da forma como irão viver a coparentalidade.

Os progenitores denominados de conflito elevado têm relações marcadamente adversas, alimentadas por reatividade emocional e hostilidade (Oehme et al., 2016). A coparentalidade de alto conflito é frequentemente instigada por batalhas pela custódia dos filhos, má comunicação, animosidade interpessoal, falta de desejo dos pais de cooperar, acusações mútuas mais ou menos fundamentadas e desvalorização e auto desresponsabilização por comportamentos inadequados e impulsivos (Anderson et al., 2010; Bailey et al., 2020; Saini et al., 2019; Szepsenwol, 2020).

Quando ocorre o divórcio, a coparentalidade é influenciada pelo vínculo emocional criado entre pais e filhos. Para que se verifique um bom relacionamento entre pais e filhos é desejável uma relação colaborativa mínima entre os pais (Grzybowski & Wagner, 2010).

Num processo de separação ou divórcio a criança vai desenvolvendo, ao longo do tempo, a percepção do tipo de coparentalidade que existe entre os pais e, tendencialmente, vai sendo impactada pela mesma (Christopher et al., 2015). Observa-se que, muitas das vezes, em casos de alto conflito entre os progenitores, o impacto não é favorável à criança e pode provocar desequilíbrios emocionais, pois de uma forma mais ou menos explícita ou consciente a criança pode ser arrastada para o conflito no decorrer das vivências familiares. Porque lhe seja sugerido ou a criança se sinta motivada a assumir uma posição do conflito ou apenas porque a sua regulação emocional é influenciada ou condicionada pelo conflito.

Independentemente do tipo de coparentalidade assumida pelos pais, ao longo do desenvolvimento e crescimento da criança, a coparentalidade vai passando por algumas modificações, de modo a conseguir ajustar-se as alterações e exigências resultantes do crescimento dos filhos (Augustin & Frizzo, 2015).

Assim, para o presente estudo, para além de ser relevante o espectro da coparentalidade e os vários tipos de coparentalidade importa tentar perceber as diferentes dimensões que impactam a coparentalidade.

Margolin et al., (2001) descreveram a coparentalidade como uma composição de três fatores: o conflito, a cooperação e a triangulação (Pedro & Ribeiro, 2015).

O conflito é qualificado pela severidade, frequência e quantidade de discussões entre as figuras parentais que podem existir devido às práticas educativas, separação ou

até a ex relação do casal, existindo um padrão de conflito latente e eminentemente emergente na relação parental (Margolin, 2005).

A cooperação diz respeito à cooperação entre os pais, isto é, em que medida se respeitam e se valorizam no que toca às funções parentais. Margolin et al., (2001) afirmam que este ponto é crucial para uma aliança coparental eficaz, pois avalia o nível de esforço na divisão dos cuidados relativamente ao filho e a disponibilidade emocional entre ambos no que diz respeito aos temas parentais (Margolin et al., 2001, Pedro & Ribeiro, 2015).

A triangulação está relacionada com a quebra das fronteiras entre os subsistemas parentais. Ou seja, quando a criança é instigada ou sente a motivação para compactuar com um dos pais, tomando partidos ou condicionando o seu comportamento em função do relacionamento entre os pais, afetando o seu comportamento e relacionamento com cada um dos progenitores. Quando a criança é envolvida ou se envolve no conflito interparental estamos perante uma triangulação. Para além de vários desequilíbrios com consequências e impacto na regulação emocional da criança e dos pais, a figura parental que é minimizada e desvalorizada pelo efeito da triangulação tende a ter dificuldade em praticar os princípios educativos uma vez que o desequilíbrio provocado pela triangulação não se revela facilitador nesse processo (Pedro & Ribeiro, 2015).

As variáveis cooperação, triangulação e conflito do presente estudo foram definidas à luz do modelo de Margolin, Gordis e John (2001) acima descritas.

Qualquer destes três fatores descritos que constituem e por isso mesmo impactam a coparentalidade são condicionados pelas emoções de todos os agentes do sistema pelo que é relevante abordar o conceito de regulação emocional.

### **1.5. Regulação Emocional (RGE)**

A definição de RGE adotada no presente trabalho é a de Gross (1998), que refere que a RGE é a habilidade de compreendermos o que sentimos, quando sentimos, e como experienciamos e manifestamos as nossas emoções. Uma definição atual refere que a RGE é constituída por um conjunto de processos, intencionais, ou não, onde as percepções das vivências dos indivíduos influenciam as suas emoções e experiências (Edward et al., 2017).

Os sujeitos dão respostas comportamentais, fisiológicas e experienciais de acordo com o contexto social, pelo que, a regulação das emoções é utilizada para responder a situações significativas singulares (Gross & Thompson, 2007).

As emoções podem ser prejudiciais quando utilizadas de forma mal adaptativa pelos indivíduos (Gross, 2007; Koole, 2009). Nitidamente, o sucesso emocional de cada indivíduo depende da sua capacidade de regulação emocional (Gross, 2007).

Muitas vezes, o impacto emocional que vivemos com uma determinada situação não depende em absoluto daquilo que acontece, mas sim da forma como vivemos, experienciamos e integramos aquilo que nos acontece. Em caricatura, dizemos que podemos olhar para o copo com água como estando meio cheio ou meio vazio. Podemos olhar para um problema ou contrariedade como uma oportunidade de crescimento ou como uma tragédia, podemos vivenciar uma situação mais dolorosa de uma forma mais construtiva, considerando-a transitória mitigando o impacto da mesma, ou o inverso.

A RGE corresponde às respostas que o indivíduo consegue dar face às diferentes vivências emocionais, mesmo que estas desencadeiem experiências emocionais mais intensas, possibilitando que a pessoa interaja com o seu meio de forma mais adaptativa (Gross, 2013).

Segundo Gross (1999), a RGE é constituída por um conjunto de estratégias usadas pelo ser humano para diminuir, manter ou aumentar as experiências emocionais (negativas ou positivas). Desta forma, o ser humano regula as suas emoções fazendo com que evite sofrimentos e se ajuste às experiências e exigências sociais (Gondim & Borges-Andrade, 2009).

Segundo alguns autores, o nível da RGE no adulto tem-se focado em duas estratégias particulares: a reavaliação cognitiva e a supressão emocional (Gross & John, 2003).

A reavaliação cognitiva possibilita uma alteração da totalidade da sequência emocional, isto é, possibilita mais emoções positivas e menos emoções negativas (Gross & John, 2003). A supressão emocional consiste numa modificação da componente comportamental e emocional, i.e., nas tentativas de diminuir o comportamento da expressão emocional, sem reduzir a experiência emocional negativa experienciada (Srivastava et al., 2009).

O QRE, questionário da regulação emocional do presente estudo foi construído de forma a integrar para avaliação as subescalas reavaliação cognitiva e supressão emocional de Gross & John (2003) conforme descrito acima.

Em situações de separação ou divórcio, vários autores referem que a regulação emocional do ou dos filhos pode ser impactada pela regulação emocional dos pais pelo que, para o presente estudo, é relevante aprofundar esta perspectiva.

### **1.5.1. Regulação emocional entre pais e filhos**

É no meio familiar que ocorrem as primeiras aprendizagens emocionais. Aprendemos a interpretar as nossas emoções e as das pessoas que nos rodeiam, selecionando as melhores habilidades para reagir às situações inesperadas. A regulação das emoções numa primeira fase depende dos pais, por exemplo, através da qualidade da relação e dos laços afetivos estabelecidos na fase inicial da vida do bebé (Zimmermann, 1999).

Segundo Sroufe (1997), a RGE é da responsabilidade dos pais, pois têm a responsabilidade de regular de forma aceitável quando surgem as emoções (Denham, 1998; Sroufe, 1997).

Goleman (1995) salienta que as aprendizagens emocionais advêm não só dos ensinamentos que os pais transmitem aos filhos, mas também do modo como os próprios pais lidam com as suas emoções. O papel das emoções na relação entre pais e filhos e a ação humana é indiscutível.

Dix (1991), defende que os pais necessitam de possuir uma compreensão emocional e a capacidade de gerirem as suas próprias emoções para serem um agente de

socialização emocional para os seus filhos. Caso contrário, podem afetar o desenvolvimento da criança, tal como a relação parental que estabelecem com os seus filhos.

Esta compreensão emocional é profundamente relevante nos casos de separação ou divórcio onde, pelo já descrito no capítulo sobre a separação ou divórcio, se observa em muitos casos a necessidade e a consequente tendência para um esforço voluntário de autorregulação.

A autorregulação é o processo de mudança de pensamentos, sentimentos e ações para controlar impulsos, sentimentos e ações impulsivas (Baumeister et al.1994).

A autorregulação é ditada por uma conceitualização de padrões de comportamento desejáveis, automonitorização para reconhecer e ajustar o comportamento face a novas realidades, a força de vontade para exercer autocontrolo sobre os impulsos comportamentais e emocionais, e motivação para perseguir objetivos relativos à conformidade com padrões de comportamento considerados desejáveis pelo indivíduo face à situação (Baumeister et al.1994).

É importante que os pais interajam com os seus filhos no seu quotidiano, para que desenvolvam a capacidade de identificar, reconhecer e resolver problemas emocionais.

Por vezes pode ser uma tarefa difícil se a criança apresentar determinadas características como, temperamento difícil, doenças ou patologias entre outras (Barros, 2015).

A autoeficácia da coparentalidade é um domínio da autoeficácia que inclui as crenças dos pais na sua capacidade de executarem e serem bem-sucedidos em competências, comportamentos e tarefas associadas à coparentalidade cooperativa. As crenças de autoeficácia são influenciadas pela interpretação que os pais fazem das suas experiências pessoais de domínio, entre outras (Bandura, 1977).

Embora ainda não tenha sido estabelecido um conjunto definido de tarefas ou comportamentos associados a uma elevada autoeficácia da coparentalidade, a capacidade dos progenitores para se apoiarem mutuamente, comunicarem adequadamente, discordarem sem que as interações se tornem hostis, terem a capacidade de lidar com os desafios da coparentalidade e a capacidade de confiar e de se alinharem podem ser potencialmente relevantes (Caprara et al., 2004).

Segundo os estudos de Fosco e Grych (2007), as crianças entre os oito e os 12 anos, têm tendência a sentir culpa pelo conflito dos pais, quando os pais expressam com mais frequência emoções negativas do que positivas. Isto significa que o conflito foi relacionado com problemas de externalização e internalização da criança de acordo com um estado emocional menos positivo dos pais ou por ter sido exposta a expressões negativas.

Alguns estudos confirmam que quando os pais expressam emoções positivas, as crianças apresentam maior RGE e o inverso, ou seja, quando não são expressas emoções positivas e sim negativas, as crianças tendem a ter uma RGE mais pobre (Garner & Power 1996).

As pessoas com desregulação emocional demonstram padrões específicos (Bandura et al., 2003), tendem a deixar de regular emoções, demonstrando de forma muito intensiva e mais descontrolada os seus sentimentos de agressividade ou de frustração através, de estados de humor ou sentimentos como: a depressão, o desprezo, o desespero, a indisciplina ou a desilusão (Bugental & Happaney, 2004).

Barry e Kochanska (2010) esclarecem que as respostas emocionais dos pais às emoções manifestadas pelos filhos podem causar consequências ao nível do desenvolvimento emocional e social, estratégias de *coping*, compreensão emocional, regulação psicofisiológica, e da valorização das amizades que os filhos têm. À medida que o tempo vai passando a criança vai adquirindo capacidades de RGE. Começa a adquirir estas capacidades com o apoio dos pais e na interação com eles e aos poucos vai adquirindo alguma autonomia na sua capacidade de regular as suas emoções (Sroufe, 1997; Denham, 1998).

Segundo Fox e Calkins (2003) os pais que interagem com os seus filhos através do diálogo e lhes dão suporte emocional, possuem filhos com maior capacidade de expressão e regulação das emoções. Por oposição, pais que adotam esquemas mal adaptativos de RGE, sendo controladores ou negligentes, transmitem essa dificuldade de regulação e expressão emocional aos seus filhos.

Em situação de separação ou divórcio, a compreensão emocional, a capacidade de RGE e adaptação face a determinada situação facilita as relações de coparentalidade entre os dois progenitores e a interação de cada um dos progenitores com a criança.



Para que exista uma coparentalidade adaptativa e eficaz, é essencial que haja uma adaptação emocional de ambos os pais ao processo de divórcio (Adamsons & Pasley, 2006).

A forma como a criança irá viver a sua regulação emocional em situações de separação ou divórcio poderá estar muito dependente da forma como os pais vivem a sua regulação emocional. O exemplo que os pais dão na sua própria regulação emocional pode ser mais determinante para a regulação emocional da criança do que aquilo que dizem à criança sobre o que a criança deve fazer para a sua regulação emocional.

Um estudo de Qian, et al., (2020) demonstrou que a coparentalidade está positivamente relacionada com a RGE das crianças. Posto isto, os pais devem ser incentivados a ensinar aos seus filhos a melhor forma destes regular as suas emoções e adequem-nas tendo em conta as situações. Estudos recentes demonstraram que a coparentalidade e o envolvimento parental têm uma associação positiva com fatores protetores da saúde psicológica, tanto em pais como em filhos, especialmente após o divórcio. (Fiorini & Crepaldi, 2020).

É fundamental existir uma adaptação emocional, quando ocorre o divórcio, para que a função de coparentalidade seja exercida de forma mais eficaz e permanente (Adamsons & Pasley, 2006).

Em Portugal, quando ocorre um divórcio ou separação, existe um conjunto de procedimentos cíveis estipulados. Estes devem ser registados na conservatória do registo civil ou decretados pelo Tribunal de Família e Menores. Estes procedimentos incluem a regulação do exercício das responsabilidades parentais. A regulação deve definir o local de residência da criança ou jovem (residência única junto de um dos progenitores ou residência alternada com cada um deles, ou eventual confiança a terceira pessoa nos casos de perigo); a forma de se tomar decisões em favor do filho, o regime de contactos, a comparticipação nas despesas, entre outros (Pires & Gamboa, 2022).

O regime do exercício das responsabilidades parentais é praticado em tendo em conta as questões do superior interesse da criança, independentemente da união entre os progenitores (artigos 1901.º, 1906.º, n.º 1, 1911.º e 1912.º, Código Civil; Fialho, 2012).

Os progenitores podem definir estas responsabilidades em conjunto de forma amigável e cooperativa ou, caso não estejam de acordo, podem recorrer ao Tribunal de Família e Menores para que delibere.

Se não for em conjunto, devido ao superior interesse da criança, apenas o tribunal o decide, isto é, se existirem motivos para que o exercício não seja realizado em conjunto, nesse caso será entregue a exclusividade a um dos progenitores (artigo 1906.º, n.º 2 do Código Civil; Fialho, 2012) promovendo o convívio do filho com o outro progenitor (artigo 1906.º, n.º 2 do Código Civil; Fialho, 2012).

Assim, é relevante para o presente estudo analisar os dois regimes atuais em Portugal, relativamente à residência da criança: residência alternada (RA) e residência exclusiva (RE).

### **1.6. Residência Alternada e Residência Exclusiva**

No contexto da regulação do exercício das responsabilidades parentais, a fixação da residência do ou dos filhos menores integra o regime de responsabilidades parentais acordado ou estipulado.

O regime de residência alternada corresponde à fixação da residência do filho menor em casa de ambos os progenitores, isto é, reside de forma alternada ou rotativa, de partilha igualitária em relação aos progenitores (RJE-civil, 2018; Anciães et al., 2018). Na última revisão da lei, o regime indicado como preferencial em situação de parentalidade partilhada é o regime de residência alternada. O regime de residência exclusiva reserva-se apenas para situações ou circunstâncias onde se observe que a residência alternada não é adequada para o menor, em todos os outros casos opta-se pelo regime de residência alternada (Gamboa, 2022).

A parentalidade partilhada com residência alternada tende a ocorrer em semanas alternadas, no entanto pode não ocorrer dessa forma pois tudo dependerá das necessidades dos pais e do funcionamento familiar.

Estima-se que em situação de residência alternada as crianças possam passar aproximadamente 25% a 50% do tempo com cada figura parental (Marinho & Correia, 2017; Steinbach, 2019).

No regime de residência alternada, o exercício das responsabilidades parentais exige, por parte dos pais, uma responsabilidade perante o outro, ou seja, os dois

progenitores são responsáveis por comunicarem um ao outro todos os aspetos considerados de particular importância na vida da criança como: mudanças de escola, intervenções cirúrgicas, saídas para o estrangeiro entre outras, pois estas decisões têm de ser tomadas em conjunto por ambos os progenitores (RJE-civil, 2018; Anciães et al., 2018).

As decisões tomadas na gestão do quotidiano são da responsabilidade do pai ou da mãe, o progenitor com quem a criança estiver no momento em que se torne necessário tomar uma decisão considerada de gestão de quotidiano.

No regime de residência exclusiva (RE), apesar de ambos os pais serem responsáveis pela criança, a criança reside maioritariamente com um dos progenitores. A residência do menor é fixada com um dos pais, usufruindo o outro progenitor de dias estipulados ou acordados, de visitas e pernoitas.

O regime de visitas estipulado dependerá de cada caso familiar, da idade do menor e de outros fatores, mas tudo dependerá do superior interesse da criança e isso deverá ser assegurado (RJE-civil, 2018).

Conforme já citado anteriormente, o que se pretende com a regulação do exercício das responsabilidades parentais é salvaguardar e proteger os superiores interesses da criança.

Se, de uma forma empírica e descontextualizada, poderíamos ser levados a valorizar o regime RA em detrimento do regime RE, a particularidade de cada criança, dos seus progenitores e das dinâmicas que desenvolvem entre si bem como os contextos socioeconómicos, culturais, profissionais ou outros de cada família, terão de ser avaliados individualmente para que se possa salvaguardar os superiores interesses da criança no contexto familiar em que está inserida.

Em Portugal, devido à última alteração da lei, o número de famílias que adotam o regime de residência alternada tem vindo a aumentar.

Ao longo do tempo foram publicados diversos estudos que procuravam avaliar vantagens e desvantagens dos dois regimes. Faremos de seguida um pequeno apanhado de algumas conclusões que ajudam a observar genericamente vantagens e desvantagens dos dois regimes de uma forma lata, sem nunca perder a consciência de que cada caso deve ser avaliado individualmente com todos os seus fatores internos e externos.

Com base em 40 estudos, Nielsen constatou que, para o desenvolvimento da criança, é necessário que a residência seja alternada, pois foram verificados resultados significativos para o desenvolvimento a nível comportamental, bem-estar emocional e saúde física. O conflito parental evidenciou uma diminuição de 40% neste caso e apenas 1% verificou-se um aumento (Nielsen, 2017).

Estudos mostram que a RA, exerce um impacto neutro e positivo no ajustamento dos filhos. O impacto neutro significa que o bem-estar da criança é comparável relativamente à RE, ou seja, não é nem melhor nem pior. Por outro lado, assinalam que as crianças em RA expõem melhores *outcomes* que a RE (Steinbach, 2018).

Os *outcomes* positivos da RA estão associados a algumas características, como a qualidade da relação com cada um dos pais e o envolvimento e o investimento de ambos os pais na vida da criança, bem como a relação entre os pais. Ou seja, implica a interferência de diferentes fatores familiares e contextuais (Sottomayor, 2004).

A residência alternada poderá implicar alguns pontos negativos: a criança ao mudar constantemente de residência acaba por gerar uma inconstância na sua vida e, eventualmente, um desequilíbrio ao nível da sua educação (Sottomayor, 2004).

A RA é do interesse dos pais, porque nenhum fica particularmente sobrecarregado pelas responsabilidades e pela exigência natural decorrente da educação e salvaguarda de todas as necessidades da criança. Por sua vez criança é sacrificada porque é obrigada construir as suas rotinas em dois locais diferentes, com dinâmicas e espaços diferentes.

Segundo Kruk, existem diversas vantagens para o regime de residência alternadas, sendo elas: a possibilidade de se manter a ligação de quotidiano e a relação próxima da criança com os dois pais e vice-versa; a redução do conflito parental que tendencialmente existia no momento pré-divórcio e que, ao ser dissipada, protege a criança de situações de violência e turbulência no seio familiar. Os pais tendem a desenvolver uma melhor comunicação e a capacidade negociação no exercício das responsabilidades parentais; (Kruk, 2012).

Segundo Figueiredo (2017) os estudos têm apresentado que crianças que não coabitam frequentemente com um dos progenitores podem apresentar problemas a nível psicossomático, ao contrário de crianças que coabitam com a sua família nuclear. Em residência alternada, as crianças apresentam uma maior satisfação, um melhor

relacionamento com os dois progenitores, menos sintomas depressivos e melhor desempenho escolar.

Na mesma linha, estudos defendem que a causa do fraco ajustamento e adaptação é a falta de recursos consequentes da RE, pois a figura parental não residente poderá implicar menor suporte social, emocional ou até financeiro (considerando a existência de pensão de alimentos e o seu cumprimento), na educação do ou dos filhos. Por sua vez os pais podem sofrer com toda a situação da perda emocional e da sua função enquanto figura parental (Severino, 2012; Steinbach, 2018).

Por outro lado, a importância da residência exclusiva permite que ocorra rotinas, o que estabiliza a criança, criando assim hábitos diários (Sottomayor, 2004). E em situações de levado conflito, constitui por vezes a resolução possível.

No exercício da coparentalidade, os filhos que residem com um dos progenitores, o pai ou a mãe, são mais impactados pelas práticas educativas individuais do progenitor com quem residem, perdendo a oportunidade de vivenciarem as práticas educativas da outra figura parental com quem não residem. Naturalmente porque a figura parental presente, tem um envolvimento parental mais próximo do quotidiano e das tarefas diárias. Esta vivência pode não ser totalmente positiva, por poder originar um maior stress parental, decorrente do afastamento de um dos progenitores e da sobrecarga do outro na educação dos filhos (Grzybowski & Wagner, 2010).

Percebe-se nos vários estudos que existem vários fatores positivos na RA, quer para as crianças quer para os pais. No entanto também são apontados benefícios à RE.

Em Portugal, verifica-se que os dados relativos ao regime de residência exclusiva também têm vindo a sofrer modificações ao longo dos anos. Se até 2016 em cerca de 86% dos casos a criança ficava à responsabilidade da mãe em residência exclusiva (Cordeiro, 2016), com as alterações à lei e pela interpretação da mesma a atuação dos tribunais de família e de outras entidades competentes os casos de residência exclusiva em que a criança fica à responsabilidade do pai têm vindo a aumentar.

## **Parte II- Estudo Empírico**

## **2.1. Pertinência do estudo e definição do problema**

Atualmente, a família caracteriza-se não só pelos laços de parentesco, mas também por laços biológicos e psicológicos que incluem o agregado familiar, partilhando vínculos sociais, económicos e outros (Barnard, 2021; Pires & Gamboa, 2022). Nesta definição incluem-se as famílias que se reorganizam e redesenham depois de uma situação de separação ou divórcio.

Esta definição é representativa das famílias que temos por intenção incluir no presente estudo.

Belsky e Jafee (2006) defendem que o funcionamento parental continuará a existir, para além do divórcio, desde que haja os recursos pessoais e psicológicos parentais.

Naturalmente, que o funcionamento parental assume novos contornos e dinâmicas após o divórcio ou a separação e são estas dinâmicas que procuraremos observar no presente estudo.

Assumindo que a coparentalidade é a relação de colaboração entre pais divorciados ou separados, em que cada um partilha a responsabilidade de cuidar e educar uma criança (Bailey et al., 2020), vamos debruçar-nos sobre a divisão da coparentalidade no estudo de Margolin et al., (2001) onde é proposto que a coparentalidade seja observada à luz de três fatores: o conflito, a cooperação e a triangulação (Pedro & Ribeiro, 2015).

Parece-nos profundamente relevante acrescentar ainda ao estudo a perceção de regulação emocional.

Para que exista uma coparentalidade adaptativa e eficaz, é importante que exista uma adaptação emocional de ambos os pais ao processo de divórcio (Adamsons & Pasley, 2006). Para além disso, sabemos que a coparentalidade e o envolvimento parental têm uma associação positiva com fatores protetores da saúde psicológica, tanto em pais como em filhos, em situações de separação ou divórcio. (Fiorini & Crepaldi, 2020).

Uma vez que a estrutura familiar, a forma de ajustamento às mudanças ocorridas e a coparentalidade têm um papel importante na educação e desenvolvimento da criança a diversos níveis, por exemplo, ao nível da RGE (Qian et al., 2020), consideramos relevante estudar em que medida a RGE, o nível de conflito entre os pais e

coparentalidade se reflete no comportamento/educação dos seus filhos, no caso de pais divorciados ou separados (Fauber et al., 1990).

Em coerência com a revisão da literatura efetuada, consideramos que o estudo deve abranger casos de RA e de RE, tentando averiguar padrões de impacto numa e noutra circunstância com a expectativa de poder inferir algumas conclusões elucidativas e pertinentes.

Pretendemos com o presente estudo compreender os processos de regulação emocional de pais e filhos pós separação ou divórcio, e contribuir para o estudo da coparentalidade analisando o impacto da coparentalidade e regulação emocional da criança mediada pela regulação emocional dos pais separados com regimes de regulação de responsabilidades parentais com residência alternada ou residência exclusiva. Trata-se de um estudo quantitativo, comparativo de corte transversal, recolhendo dados de dois grupos de participantes num único momento. O foco deste modelo é a descrição, isto é, relatam as particularidades de uma população ou as distinções entre duas ou mais populações em um definido momento (Shaughnessy, Zechmeister & Zechmeister, 2012).

## **2.2. Objetivos da investigação**

De acordo com o objetivo geral restringimos os seguintes objetivos específicos: Estudar e comparar a regulação emocional dos filhos menores nos dois regimes de fixação de residência, alternada (RA) e exclusiva (RE) pós separação ou divórcio; Estudar e comparar a regulação emocional dos pais dos dois regimes RA e RE; Compreender a relação entre a regulação emocional de pais e filhos em RA e RE; Estudar e comparar a coparentalidade pais com RA e RE; Estudar a relação entre coparentalidade e regulação emocional.



## **2.3. Hipóteses**

Partindo dos objetivos descritos foram delineadas as seguintes hipóteses:

H1: A Coparentalidade correlaciona-se com a regulação emocional de pais e de filhos no grupo em residência alternada.

H2: A Coparentalidade correlaciona-se com a regulação emocional de pais e de filhos no grupo em residência exclusiva.

H3: A Regulação Emocional dos pais correlaciona-se com Regulação emocional dos filhos na residência alternada.

H4: A Regulação Emocional dos pais correlaciona-se com Regulação Emocional dos filhos na residência exclusiva.

H5: Há diferenças na Coparentalidade entre os grupos de residência alternada e exclusiva.

H6: Há diferenças nas estratégias de regulação emocional dos pais percebidas pelos pais em residência alternada e exclusiva.

H7: Há diferenças nas estratégias de regulação emocional dos filhos percebidas pelos pais em residência alternada e exclusiva.

H8: A coparentalidade prediz a ERC crianças na residência alternada.

H9: A coparentalidade prediz a ERC crianças na residência exclusiva.

## **2.5. Metodologia**

### **2.5.1. Participantes**

A população em estudo é constituída por pais portugueses separados ou divorciados, com filhos menores, de um universo superior a 17.279 divórcios indicados no contexto português no Censos de 2021 (Pordata, 2022).

Os participantes foram selecionados de forma não probabilística, em bola de neve, através da divulgação do estudo com convite para participar no mesmo em diversas redes sociais, tais como o Facebook e Instagram, com o link para participação partilhado online (Meta ©).

Foram estipulados como critérios de inclusão: possuir nacionalidade portuguesa, ser separado com pelo menos um filho menor, saber ler e escrever e ter possibilidade de responder ao questionário online.

A amostra deste estudo integra 100 participantes portugueses, dos quais 98 foram considerados válidos. Numa primeira análise da amostra constata-se que os participantes são maioritariamente mães ( $n = 70$ ; 71%); tendo os pais menor representatividade ( $n = 28$ ; 28%). Observa-se que a amostra é constituída por indivíduos com idades compreendidas entre os 24 e os 59 anos ( $M = 41.40$ ;  $DP = 8.010$ ) com filhos com idades compreendidas entre os dois e os 18 anos ( $M = 10.60$ ;  $DP = 4.701$ ), dos quais 48% são do sexo feminino ( $n = 47$ ) e 52% do sexo masculino ( $n = 51$ ) encontrando-se 17.3% a frequentar o jardim-de-infância ou o 1º ciclo do ensino básico (27.5%). Acrescenta-se ainda que a maioria das crianças tem irmãos ( $n=61$ , 62.2%), ( $M = 0.91$ ;  $DP = 0.93$ ). Através do questionário conseguimos aferir que a maior parte dos participantes possuem formação académica superior ( $n = 62$ ; 63.3%), ou o ensino secundário completo ( $n = 30$ ; 30.6%).

Todos os participantes vivenciaram um processo de separação ou divórcio, 8.2% encontram-se novamente casados, 17.3% em novas uniões de união de facto e 74.5% mantêm-se separados ou divorciados em famílias monoparentais. Da amostra total ( $N = 98$ ), 51 participantes encontram-se em regime RA (Residência Alternada) e 47 dos participantes em RE (Residência Exclusiva). Relativamente ao processo de regulação de responsabilidades parentais a maioria ocorreu por mútuo acordo ( $n = 86$ ), e apenas 12 por litígio judicial. No que se refere à forma de comunicação entre os dois progenitores sobre os assuntos que dizem respeito aos seus filhos, a mais frequente é face a face ( $n = 37$ ) e diversas vezes por semana com ( $n = 49$ ). Todos os dados anteriormente referidos estão sistematizados na tabela 1.

**Tabela 1**

*Características Sociodemográficas dos Pais e Filhos (N=98)*

		n	%
Escolaridade dos Pais	Ensino Básico (5º ao 6º ano)	2	2
	Ensino Básico (7º ao 9º ano)	4	4.1
	Secundário (10º ao 12 ano)	30	30.6
	Bacharelado	5	5.1
	Licenciatura	42	42.9
	Mestrado	14	14.3
Estado Civil	Doutoramento	1	1
	Casado	8	8.2
	União de Facto	17	17.3
	Separado/Divorciado	73	74.5
Regime de Responsabilidade	Residência Alternada	51	52

Parental			
	Residência Exclusiva	47	48
Processo de Responsabilidade Parental	Por Mútuo Acordo	86	87.8
	Por Litígio	12	12.2
Comunicação entre os pais	Face a face	37	37.8
	Por telemóvel	34	34.7
	Por SMS, email	27	27.6
Quantas vezes comunicam entre si	Diversas vezes por semana	49	50
	1x por semana	19	19.4
	1-3x por mês	16	16.3
	2-5 em 6 meses	7	7.1
	1-2 por ano	6	6.1
	Menos de 1x por ano	1	1
Escolaridade dos Filhos	Creche (0-2 anos)	4	4.1
	Jardim de Infância (3-5)	17	17.3
	1º Ciclo do ensino básico (1º-4º ano)	27	27.5
	2º Ciclo do ensino básico (5º-6º ano)	6	6.1
	3º Ciclo do ensino básico (7º-9º ano)	19	19.4
	Secundário (10º-11º ano)	25	25

### 2.5.2. Instrumentos

Os instrumentos psicométricos utilizados na recolha de dados são de autorrelato no que se refere às respostas dos pais no Questionário de Regulação Emocional (QRE), e de hétero-relato no Questionário de Coparentalidade (QC). Os dados obtidos sobre a regulação emocional dos filhos são aferidos também através de instrumento de hétero-relato (através dos pais) com base na Escala de Regulação Emocional (ERE). As versões portuguesas dos diversos instrumentos de medida, apresentam valores psicométricos adequados, permitindo assim a sua utilização em estudos equivalentes.

Os pais responderam igualmente a um questionário sociodemográfico construído para o efeito.

#### 2.5.2.1. Questionário sociodemográfico

O questionário inclui os dados sociodemográficos necessários para a caracterização da população (sexo, género, idade, escolaridade, estado civil e número de

filhos do próprio; e ainda sexo, idade e escolaridade do filho relativo ao qual responde ao questionário). Foram ainda integradas no questionário variáveis como o regime de responsabilidade parental, por terem sido identificadas em estudos anteriores como relevantes para o estudo da coparentalidade pós-separação ou divórcio.

### **2.5.2.2. Questionário de Coparentalidade (CQ)**

O questionário original *Coparenting Questionnaire (CQ)* de Margolin, et al., (2001), traduzido e adaptado para a população portuguesa por Pedro e Ribeiro (2015) tem por objetivo avaliar as perceções que os cônjuges possuem um do outro, no desempenho das suas funções parentais.

Este instrumento foi criado para colmatar algumas lacunas e limitações de instrumentos já existentes. Observou-se que instrumentos anteriores tendiam a focar-se unicamente em aspetos positivos da coparentalidade (e.g., apoio inter-parental) ou, se avaliavam os dois aspetos (conflito inter-parental), não avaliavam a triangulação. Estas, entre outras limitações, motivaram o desenvolvimento e a adaptação do CQ. O CQ é um instrumento de hétero-relato, onde a coparentalidade é avaliada pelo parceiro (visto como conotação parental e não conjugal) e não pelo próprio.

A versão original do CQ foi aprovada com recurso a três amostras independentes: uma amostra piloto de mães de crianças com idade escolar, outra de pais com filhos em idade pré-escolar e outra ainda com pais de pré-adolescentes. O CQ avalia o desempenho das funções parentais, através da resposta a 14 itens numa escala de Likert de cinco pontos [Nunca, (1), Raramente (2), Às vezes (3), Normalmente (4) e Sempre (5)] (Margolin, et al., 2001; Pedro & Ribeiro, 2005) distribuídos por três subescalas: a cooperação; a triangulação e o conflito.

A subescala Cooperação apresenta cinco itens de 1-5, onde se avalia o nível de apoio e o respeito entre os pais (e.g., “põe-me a par de tudo o que acontece durante o dia-a-dia no do nosso filho”; “fala muito bem de mim ao nosso filho”). A subescala Triangulação apresenta quatro itens de 6-9, onde se avaliam as tentativas de manipulação verbal e chantagem emocional dos pais relativamente à criança, pondo em causa a outra figura parental ou mesmo excluindo-a (e.g., “quando discutimos, tenta manipular o nosso filho para que este tome o partido de um de nós”; “envia-me mensagens pelo nosso filho em vez de falar diretamente comigo”). A subescala Conflito

apresenta cinco itens de 10-14, onde se avalia o conflito interparental relativamente aos assuntos da educação dos filhos, sendo o item 13 invertido (e.g., “temos regras diferentes no que diz respeito à alimentação, rotinas diárias, hora de deitar ou trabalhos de casa do nosso filho”; “temos níveis diferentes de exigência relativamente ao comportamento do nosso filho”).

A medida original, ( $\alpha$  cooperação mães =.85,  $\alpha$  cooperação pais =.81,  $\alpha$  conflito mães =.74,  $\alpha$  conflito pais =.70, e  $\alpha$  triangulação pais =.76,  $\alpha$  triangulação mães =.75) assim como a versão portuguesa apresentam níveis adequados de consistência interna ( $\alpha$  cooperação mães =.88,  $\alpha$  cooperação pais =.83,  $\alpha$  conflito mães =.76,  $\alpha$  conflito pais =.71,  $\alpha$  triangulação pais =.77,  $\alpha$  triangulação mães =.85) (Pedro & Ribeiro, 2005). No presente estudo os valores de Alfa de Cronbach são igualmente adequados atendendo a consciência interna e adequação da escala à amostra em estudo cooperação =.94, triangulação =.91 e o conflito =.79 (Tabela 4).

### **2.5.2.3. Questionário de Regulação Emocional (QRE)**

O questionário original *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) de Gross e John (2003) foi traduzido e adaptado para a população portuguesa por Machado Vaz, et al. (2008) e deu origem ao Questionário de Regulação Emocional (QRE).

O objetivo principal deste questionário de autorrelato é avaliar as perceções e as estratégias usadas na regulação emocional. O ERQ é composto por 10 itens, que abrangem duas subescalas: a Supressão Emocional e a Reavaliação Cognitiva. Cada um dos itens direciona as alternativas de resposta para uma escala de Likert de 7 pontos (1- Discordo totalmente até 7- Concordo totalmente) (Vaz, et al., 2008). A Subescala Supressão Emocional integra quatro itens (2, 4, 6, 9). É caracterizada por não restringir emoções negativas, abrindo espaço para que possam ser expressas. (e.g., “Quando estou a experienciar emoções negativas, faço tudo para não as expressar”). A subescala Reavaliação Cognitiva integra seis itens (1, 3, 5, 7, 8, 10). É caracterizada por se focar em emoções mais positivas (e.g., Eu controlo as minhas emoções modificando a forma de pensar acerca da situação em que me encontro”).

A medida original (Reavaliação cognitiva  $\alpha$  =.79 e Supressão emocional  $\alpha$  =.73), assim como a versão portuguesa, (Reavaliação cognitiva  $\alpha$  =.76 e Supressão emocional  $\alpha$  =.65) apresentam valores adequados de Alpha de Cronbach, atentando a

consistência interna. No presente estudo os valores de consistência encontrados são mais elevados (Reavaliação cognitiva  $\alpha=.83$  e Supressão emocional  $\alpha=.73$ ) revelando a sua adequação para a mensuração do constructo nos grupos de participantes em estudo (Tabela 4).

#### **2.5.2.4 Escala de Regulação Emocional (ERC)**

O questionário original “Emotion Regulation Checklist” (ERC) de Shields e Cicchetti (1997) foi traduzido e adaptado para a população portuguesa por Mourão e Pires (2023) e deu origem à Escala de Regulação Emocional (ERE). O objetivo do ERC é avaliar a falta de flexibilidade, a ativação emocional, a reatividade, a desregulação de raiva e a labilidade do humor da criança num determinado contexto. Trata-se de um instrumento de hétero-relato, pois esta escala foi construída para ser respondida por um adulto, com base na sua percepção das vivências da criança. Este instrumento pode ser aplicado a um adulto com relação próxima com a criança a que se refere, independentemente de ser ou não seu familiar direto (e.g., pai, mãe, professor, cuidador).

O ERC é composto por 24 itens respondidos numa escala do tipo Likert de 4 pontos (1- nunca; 4- sempre). Os 24 itens abrangem duas subescalas: Labilidade/Negatividade e Regulação Emocional. A subescala de Labilidade/negatividade apresenta 15 itens (2, 6, 8, 10, 13, 14, 17, 19, 20, 22, 23) (4, 5, 9, 11 invertidos), e avalia a falta de controlo de raiva, de flexibilidade e de oscilação de humor. A subescala Regulação Emocional apresenta 8 itens (1, 3, 7, 15, 21, 23) (16, 18 invertidos) e procura identificar a manifestação de emoções, autoconsciência emocional e empatia.

O ERC original, apresentou níveis adequados de consistência interna (Labilidade/Negatividade  $\alpha=.96$  e Regulação Emocional  $\alpha=.83$ ). Na versão portuguesa o ERC apresentou níveis adequados de consistência interna (Labilidade/Negatividade  $\alpha=.77 / .91$ ) e Regulação Emocional  $\alpha=.73$ ). No presente estudo foram obtidos valores de consistência interna adequados (Labilidade/Negatividade  $\alpha=.73$  e Regulação Emocional  $\alpha=.76$ ). Na tabela 2 sintetizamos os dados psicométricos dos instrumentos utilizados.

**Tabela 2***Valores da Consistência Interna dos Instrumentos (Alpha de Cronbach)*

Instrumentos	Original	Versão portuguesa	Presente estudo
QC	(Margolin et al., 2001)	(Pedro e Ribeiro, 2005)	
Cooperação	.85 Mães .81 Pais	.88 Mães .83 Pais	.94
Triangulação	.75 Mães .76 Pais	.85 Mães .77 Pais	.91
Conflito	.74 Mães .70 Pais	.76 Mães .71 Pais	.79
QRE	(Gross & John, 2003)	(Machado Vaz, et al, 2008)	
Reavaliação Cognitiva	.79	.76	.83
Supressão Emocional	.73	.65	.73
ERE	(Shirlids & Cicchetti, 1997)	(Mourão & Pires, 2023)	
Labilidade/Negatividade	.96	.77 / .91	.73
Regulação Emocional	.83	.73	.76

*Nota:* CQ- Coparenting Questionnaire QRE- Emotion Regulation Questionnaire ERC- Emotion Regulation Checklist

#### **2.5.4 Procedimentos**

Este projeto obteve a aprovação da Comissão de Ética do Centro de Investigação da Universidade Autónoma de Lisboa (CIP) e está integrado no projeto de investigação em curso no CIP intitulado “Funcionamento Familiar, Coparentalidade e Ajustamento da Criança: Estudo comparativo intercultural” do qual a Prof<sup>a</sup> Doutora Mónica Taveira Pires é a investigadora responsável.

Os participantes que constituem a amostra do presente estudo tiveram acesso a um consentimento informado via online e cada um deles tomou conhecimento dos termos do consentimento informado e aceitou participar na investigação de forma anónima, confidencial e voluntária. Foi dada a possibilidade de desistir a qualquer momento, assim como o acesso à publicação posterior dos resultados do estudo.

O protocolo de investigação foi inserido na plataforma Google Forms® garantindo o anonimato dos dados e salvaguardando a ausência de registo de dados sensíveis como o IP do participante. Os dados recolhidos online, por email e por outros meios como as redes sociais foram extraídos e transpostos para uma base de dados SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 28.0 para Windows (IBM, Inc.).

##### **2.5.4.1. Estratégia de Análise Estatística**

Após a limpeza e verificação de dados foi feita a análise de dados em falta e a identificação de eventuais outliers. Aquando da limpeza e verificação dos dados do presente estudo foi verificado que existiam dois participantes com dados em falta. Com o objetivo de diminuir o enviesamento dos resultados, os dados dos referidos participantes foram excluídos e a amostra passou a integrar apenas 98 participantes válidos dos 100 inquiridos. Os resultados encontrados foram descritos, analisados e sistematizados em forma de texto e tabelas a fim de concretizar os objetivos da pesquisa e de testar as respetivas hipóteses. Relativamente à distribuição, uma vez que não foram feitos testes de normalidade, assume-se o critério do limite central, em que com uma amostra >30 sujeitos, se assume a normalidade da mesma na utilização de testes paramétricos.

Posteriormente foi realizada a estatística descritiva e correlacional com os coeficientes de Pearson e Spearman. A comparação de médias entre grupos de



residência foi realizada mediante o *t* de *student* para amostras independentes. A fim de testar o modelo de relação em estudo procedemos à regressão linear, método inserir analisando os pressupostos. Para evitar efeitos de multicolinearidade, as regressões foram efetuadas com base nos valores centrados das variáveis. Foi utilizado um intervalo de confiança de 95% com uma margem de erro de 5% assumindo a rejeição da H0 mediante um nível de significância  $< .05$ , comumente utilizado em estudos na área da psicologia.

### **Parte III - Resultados**

### 3.1. Resultados Descritivos

Através da análise estatística descritiva das variáveis em estudo, numa amostra de 98 participantes, podemos constatar que a variável Regulação emocional dos pais na subescala Reavaliação cognitiva é a estratégia que mais se destaca em termos de valores médios ( $M = 5.13$ ;  $DP = 1.19$ ). A coparentalidade de triangulação é a subescala de coparentalidade com os valores menos expressivos ( $M = 1.93$ ;  $DP = 1.15$ ).

Nos regimes de residência Alternada e Exclusiva, os valores estão de acordo com a norma, não obstante, os pais em regime de Residência Alternada apresentam globalmente valores médios mais expressivos na subescala Reavaliação cognitiva ( $M = 4.95$ ,  $DP = 1.15$ ) e menos na Triangulação ( $M = 1.74$ ,  $DP = 1.12$ ). Os valores descritos dos pais com Residência Exclusiva destacam-se com valores médios elevados na estratégia de Reavaliação cognitiva ( $M = 5.32$ ,  $DP = 1.2$ ) e menos elevados no que refere à Labilidade Emocional ( $M = 1.95$ ,  $DP = .39$ ). Na *Tabela 3* estão expressos os dados acima explicados.

**Tabela 3**

*Valores Centrais e de dispersão das variáveis em estudo*

	Total (N = 98)	RA (n =51)	RE (n =47)
	M (DP)	M (DP)	M (DP)
CQ Cooperação	3.24 (1.27)	3.80 (1.07)	2.63(1.2)
CQ Triangulação	1.93 (1.15)	1.74 (1.12)	2.13 (1.15)
CQ Conflito	2.64 (.88)	2.63 (.87)	2.65 (.89)
QRE Reavaliação Cognitiva	5.13 (1.19)	4.95 (1.15)	5.32 (1.2)
QRE Supressão Emocional	3.48 (1.31)	3.43 (1.36)	3.54 (1.26)
ERC Labilidade	2.01 (.37)	2.06 (.341)	1.95 (.39)
ERC Regulação Emocional	2.82 (.32)	2.88 (.244)	2.75 (.379)

*Nota:* CQ- Coparenting Questionnaire QRE- Emotion Regulation Questionnaire ERC- Emotion Regulation Checklist

### 3.2. Correlações entre as Variáveis

Para testarmos a primeira hipótese (**H1**: A Coparentalidade correlaciona-se com a regulação emocional de pais e de filhos no grupo em residência alternada) recorreremos à correlação paramétrica de Pearson. A hipótese foi confirmada ao verificarmos coeficientes de correlação estatisticamente significativos, positivos entre coparentalidade de triangulação e a regulação emocional total ( $r = .291, p < .05$ ) e a supressão emocional dos pais ( $r = .314, p < .05$ ) e labilidade emocional da criança ( $r = .301, p < .05$ ) Ou seja, à medida que a triangulação aumenta, aumenta também a supressão emocional dos pais e a labilidade emocional dos filhos. A triangulação surge fortemente associada ao conflito interparental ( $r = .770, p < .01$ ). Confirmamos a hipótese de que para a RA a coparentalidade de triangulação e de conflito se correlaciona positivamente com a labilidade emocional dos filhos, ou seja, quanto mais conflito e envolvimento dos filhos na relação de coparentalidade conflituoso, maior a estratégia de supressão emocional dos pais e a labilidade emocional dos filhos (tabela 4).

A fim de testarmos a segunda hipótese (**H2**: A Coparentalidade correlaciona-se com a regulação emocional de pais e de filhos no grupo em residência exclusiva) recorreremos igualmente à correlação paramétrica de Pearson. Encontramos resultados estatisticamente significativos negativo entre coparentalidade Cooperação e a triangulação ( $r = -.504, p < .01$ ) assim como com a labilidade emocional dos filhos ( $r = -.448, p < .01$ ) e positivamente com a supressão emocional dos pais ( $r = .295, p < .05$ ) na amostra de sujeitos com residência alternada. Ou seja, à medida que os pais são mais cooperantes na educação dos filhos, tendem a suprimir mais as emoções, e os filhos tendem a apresentar menor labilidade emocional.

A coparentalidade de triangulação encontra-se correlacionada de forma significativa positiva com o conflito interparental ( $r = .749, p < .01$ ) e a labilidade dos filhos ( $r = .371, p < .05$ ). Ou seja, à medida que aumentam as dimensões da coparentalidade triangulação, aumenta também a instabilidade e labilidade emocional dos filhos. O coeficiente entre a coparentalidade conflito e ERC Lab é significativo positivo ( $r = .307, p < .05$ ). Ou seja, à medida que aumentam as dimensões da coparentalidade conflito aumenta também a ERC Lab (tabela 6). Os resultados relativos confirmaram esta hipótese, estando associados de forma positiva a Coparentalidade

Cooperação e a Supressão Emocional; Coparentalidade triangulação e conflito com ERC Lab e de forma negativa a Coparentalidade cooperação e ERC Lab.

Para testarmos a terceira hipótese (**H3**: A Regulação Emocional dos pais correlaciona-se com Regulação emocional dos filhos na residência alternada) verificamos resultados estatisticamente significativos, positivos entre Reavaliação cognitiva dos pais e a regulação emocional dos filhos ( $r = .309, p < .05$ ) na amostra de sujeitos com residência alternada. À medida que os pais utilizam a estratégia de reavaliação cognitiva os filhos tendem a ser percebidos pelos pais como tendo maior regulação emocional (tabela 4). A Hipótese três é assim confirmada, ainda que apenas relativamente à Reavaliação cognitiva dos pais.

Quanto à quarta hipótese (**H4**: A Regulação Emocional dos pais correlaciona-se com Regulação Emocional dos filhos na residência exclusiva), encontramos resultados semelhantes. Podemos observar na tabela 6 uma correlação estatisticamente significativa positiva entre Reavaliação cognitiva dos pais e a regulação emocional ( $r = .340, p < .05$ ) e com a regulação emocional total dos filhos ( $r = .388, p < .01$ ) na amostra de sujeitos com residência exclusiva, ou seja, à medida que os pais consideram utilizar mais a estratégia de reavaliação cognitiva, percebem maior regulação emocional nos seus filhos. Os resultados confirmam a hipótese quatro ainda que apenas relativamente à Reavaliação Cognitiva dos pais e à regulação emocional dos filhos.

Na tabela 4 podemos observar os coeficientes de correlação entre a coparentalidade e a regulação emocional dos pais e filhos. Na diagonal superior encontram-se os coeficientes de correlação da residência exclusiva e na diagonal inferior a residência alternada.

**Tabela 4**

Correlações entre as variáveis em estudo nos grupos de Residência Exclusiva (RE) (n =47) e Residência Alternada (RA) (n =51)

RA \ RE	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1. Idade pais	-	<b>.607**</b>	-.182	-.018	.009	.022	-.036	.091	.149	<b>.372*</b>	-.074
2. Idade filhos	<b>.863**</b>	-	<b>-.327*</b>	.019	.033	-.139	-.176	-.004	.055	<b>.299*</b>	-.131
3.CQ Coop.	.019	.028	-	<b>-.504**</b>	-.248	.211	.065	<b>.295*</b>	-.247	<b>-.448**</b>	.109
4. CQ Triang.	-.043	-.091	<b>-.790**</b>	-	<b>.749**</b>	.142	1.20	.089	.274	<b>.371*</b>	-.016
5. CQ Conf.	.102	.080	<b>-.705**</b>	<b>.770**</b>	-	.203	.140	.173	.286	<b>.307*</b>	.106
6. QRE Total	<b>-.512**</b>	<b>-.369**</b>	-.173	<b>.291*</b>	.222		<b>.841**</b>	<b>.634**</b>	.280	.206	.237
7.QRE RC	<b>-.388**</b>	-.233	-.151	.154	.233	<b>.828**</b>	-	.115	<b>.388**</b>	.215	<b>.340*</b>
8.QRE SE	<b>-.404**</b>	<b>-.350*</b>	-.111	<b>.314*</b>	.093	<b>.700**</b>	.179	-	-.039	.072	.050
9.ERC Total	-.202	<b>-.283*</b>	-.267	.225	<b>.392**</b>	.016	.063	-.052	-	<b>.736**</b>	<b>.484**</b>
10.ERC Lab.	.091	.144	-.224	<b>.301*</b>	<b>.450**</b>	-.047	-.097	.041	<b>.832**</b>	-	-.061
11.ERC RE	-.032	-.025	-.059	.143	.243	.268	<b>.309*</b>	.076	.274	-.071	-

**Nota:** Correlação Pearson bicaudal \*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$ ; RA – Residência Alternada; RE – Residência Exclusiva; Fonte: *Idem*

### 3.3. Comparação quanto à coparentalidade e regulação emocional entre grupos de pais e Residência Alternada vs Exclusiva

Após verificação da homogeneidade de variâncias em todas as subescalas menos nas da coparentalidade (Levene  $p < .05$ ) procedemos ao teste  $t$  de Student para comparação de médias entre os grupos independentes, nomeadamente RA e RE, a fim de verificar a hipótese cinco (**H5**: Há diferenças na Coparentalidade entre os grupos de residência alternada e exclusiva).

A comparação dos valores de coparentalidade obtidos em função do tipo de regime indica que os pais com regime de residência alternada ( $M = 3.8$ ,  $DP = 1.07$ ) obtêm valores quase significativos, mais elevados na coparentalidade de cooperação, comparativamente com os pais com residência exclusiva dos filhos ( $M = 2.63$ ,  $DP = 1.20$ ;  $t_{(96)} = 5.08$ ,  $p < .05$ )

Quanto à hipótese (**H6**: Há diferenças nas estratégias de regulação emocional dos pais percebidas pelos pais em residência alternada e exclusiva), os resultados do teste  $t$  de Student não indicam diferenças estatisticamente significativas quanto à regulação emocional dos pais relativamente à Regulação emocional de reavaliação cognitiva na residência alternada ( $M = 4.9$ ,  $DP = 1.15$ ) e residência exclusiva ( $M = 5.3$ ,  $DP = 1.20$ ).  $t_{(96)} = -1.54$   $p > .05$ ). assim como na regulação emocional na Supressão emocional com o regime de Residência alternada ( $M = 3.43$ ,  $DP = 1.36$ ) e na Residência exclusiva ( $M = 3.5$ ,  $DP = 1.26$ ).  $t_{(96)} = -.417$ ,  $p > .05$ )

Relativamente à hipótese (**H7**: Há diferenças nas estratégias de regulação emocional dos filhos percebidas pelos pais em residência alternada e exclusiva) os resultados do teste  $t$  de Student para amostras independentes são igualmente não significativos, não confirmando a hipótese em estudo. Relativamente à Regulação emocional de labilidade na residência alternada ( $M = 2.06$ ,  $DP = 0.34$ ) e residência exclusiva ( $M = 1.95$ ,  $DP = 0.39$ ).).  $t_{(96)} = 144$   $p > .05$ )

Na regulação emocional da criança com o regime de Residência alternada ( $M = 2.88$ ,  $DP = 0.24$ ) e na Residência exclusiva ( $M = 2.75$ ,  $DP = 0.37$ ).  $t_{(96)} = -1.94$   $p > .05$ ).

Decorrente da análise da **H5**, da **H6** e da **H7**, podemos aferir também as diferenças entre os grupos quanto à coparentalidade e quanto à RE das crianças. Uma vez que A comparação dos valores de coparentalidade obtidos em função do tipo de regime indica que os pais com regime de residência alternada ( $M = 3.8$ ,  $DP = 1.07$ )

obtêm valores mais elevados na coparentalidade de cooperação, comparativamente com os pais com residência exclusiva dos filhos ( $M = 2.63$ ,  $DP = 1.20$ ;  $t_{(96)} = 5.08$ ,  $p < .05$ ) e uma vez que não se observam valores significativos na regulação emocional dos pais percebida pelos próprios (**H6**) e o mesmo acontece na regulação emocional dos filhos percebida pelos pais (**H7**), as diferenças significativas observam-se no tipo de coparentalidade pois, segundo a análise dos dados, a RE das crianças não está diretamente relacionada com o tipo de coparentalidade familiar.

**Tabela 5**

*Coparentalidade, Regulação emocional de pais e filhos na RA vs RE*

	Residência Alternada ( $n=51$ )	Residência exclusiva ( $n=47$ )		
	$M (DP)$	$M (DP)$	$t$	$p$
Coparentalidade (CQ)				
Cooperação	3.8 (1.07)	2.63 (1.20)	5.08	.001
Triangulação	1.75(1.13)	2.13 (1.15)	-1.68	.095
Conflito	2.64(.87)	2.65 (.89)	-.089	.930
Regulação Emocional (ERQ)				
Reavaliação Cognitivo	4.9 (1.16)	5.3 (1.21)	-1.54	.678
Supressão Emocional	3.43 (1.37)	3.54 (1.27)	-.417	.126
Regulação Emocional (ERC)				
Labilidade/Negatividade	2.06 (.341)	1.95 (.39)	1.44	.152
Regulação Emocional	2.88 (.244)	2.76 (.38)	1.94	.055

Nota. \*  $p < .05$ ; Fonte: *Idem*

### 3.4. Regressões do modelo Estilos de Coparentalidade, Regulação Emocional dos filhos

A fim de testarmos a (**H8**: A coparentalidade prediz a ERC crianças na residência alternada), recorreremos à regressão linear múltipla com o método enter/inserir, incluindo apenas nos modelos testados as variáveis com correlações estatisticamente significativas. Verificamos que a coparentalidade tem impacto na regulação emocional



dos filhos relativamente no grupo de pais com Residência Alternada dos filhos (Tabela 6). No modelo 1 a coparentalidade de triangulação explica 7.2 % da variância da regulação emocional da criança ( $F(1.49) = 4.864$ ;  $p < .03$ ;  $R = .301^*$ ;  $R^2 = .09$ ;  $R^2$  ajustado = .07). No entanto, o modelo 2 que inclui a coparentalidade conflituosa e a triangulação explica 17 % da variância da regulação emocional da criança ( $F(2.48) = 7.097$ ;  $p < .01$ ;  $R = .455$ ;  $R^2 = .207$ ;  $R^2$  ajustado = .17;  $DW = 1.51$ ). O segundo modelo que conjunto do conflito junto com a triangulação revela ser um preditor significativo da regulação emocional das crianças, mas com a triangulação a apresentar-se como o preditor mais forte.

**Tabela 6**

*Regressão Coparentalidade na Regulação Emocional da Criança em Residência Alternada (n= 51)*

Modelo	B	SE	$\beta$	t	Sig.
1 (Constante)	1.902	.086		22.185	.001
Triangulação	.091	.041	.301	2.205	<b>.032*</b>
2 (Constante)	1.56	.150		10.46	.001
Triangulação	-.034	.061	-.113	-.559	.579
Conflito	.211	.079	.537	2.66	<b>.01*</b>

Nota. \*  $p < .05$ ; Fonte: *Idem* 1. CQ\_Triangulação 2. CQ\_Triangulação, CQ Conflito

Os resultados da regressão linear para testarmos a (**H9**: A coparentalidade prediz a ERC Crianças na residência exclusiva) evidenciam que a coparentalidade exerce impacto na regulação emocional relativamente à residência exclusiva (Tabela 7). No grupo dos sujeitos em regime de residência exclusiva o modelo de regressão linear com a coparentalidade de triangulação, é significativo, explicando 12% da regulação emocional da criança ( $F(1,45) = 7.191; p < .010; R = .371; R^2 = .138; R^2 \text{ ajustado} = .119$ ). Já o modelo 2 que inclui a coparentalidade conflituosa para além da triangulação, é não significativo, ( $F(1,44) = .099; p < .75; R = .374; R^2 = .140; R^2 \text{ ajustado} = .101; DW = 2.085$ ). Ou seja, envolver a criança no conflito na coparentalidade de triangulação (modelo1) prediz da regulação emocional da criança, exercendo um impacto maior na estabilidade emocional da criança, confirmando a H9).

**Tabela 7**

*Regressão – Regulação Emocional da criança em residência Exclusiva (N= 47)*

Modelo	B	SE	$\beta$	t	Sig.
1	1.68	.113		14.87**	.001
(Constante)					
Triangulação	.126	.047	.37**	2.68**	0.10**
2	1.64	.174		9.46	.001
(Constante)					
Triangulação	.109	.071	.321	1.52	.135
Conflito	.029	.092	.066	.315	.754

Nota. \*  $p < .05$  \*\*  $p < .01$  \*\*\*  $p < .001$ ; Fonte: Idem 1. CQ\_Triangulação 2. CQ\_Triangulação, CQ Conflito

## **Parte IV - Discussão**

O presente estudo foi construído com o objetivo de compreender os processos de regulação emocional de pais e filhos pós separação ou divórcio, e contribuir para o estudo da coparentalidade analisando o impacto da coparentalidade e regulação emocional da criança mediada pela regulação emocional dos pais separados nos regimes parentais RA e RE, procurando perceber em que medida a RGE, o nível de conflito entre os pais e coparentalidade se reflete no comportamento e na educação dos filhos.

Na revisão da literatura, constatou-se que, apesar de existirem investigações sobre a temática, estes não são ainda muito vastos, relativamente às variáveis em estudo, particularmente no que se refere às residências em termos de responsabilidades parentais pós divórcio ou separação.

Uma vez que os resultados obtidos através de instrumentos psicométricos de autorrelato na perspetiva dos pais, a presente discussão de resultados irá procurar analisar os resultados obtidos à luz da revisão da literatura.

Assim, e salvaguardando todas as limitações decorrentes da fragilidade da robustez de dados obtidos através de autorrelato, passaremos à discussão das hipóteses que pretendem alcançar os objetivos gerais e específicos do presente estudo, ou seja, compreender se os resultados obtidos corroboram a literatura revista ou se sugerem outras interpretações.

**H1: A Coparentalidade correlaciona-se com a regulação emocional de pais e de filhos no grupo em residência alternada.**

**H2: A Coparentalidade correlaciona-se com a regulação emocional de pais e de filhos no grupo em residência exclusiva.**

Confirmam-se a primeira e a segunda hipóteses do estudo, ao observarmos correlações entre a coparentalidade de triangulação e a regulação emocional, nomeadamente, a supressão emocional dos pais e a labilidade da criança. Ou seja, parece observar-se que em ambos os grupos, com acordo de RP em residência alternada e exclusiva, quanto maior o envolvimento dos filhos na contenda dos pais, mais os pais tendem adotar estratégias de supressão emocional dos pais e aumentando a instabilidade emocional dos filhos.

Na H1 que se refere ao grupo de residência alternada os dados indicam que quanto mais conflito e envolvimento dos filhos na relação de coparentalidade conflituosa maior é a supressão emocional dos pais e a labilidade emocional dos filhos. Na H2 que se refere ao grupo de residência exclusiva, os dados indicam que à medida

que aumentam as dimensões da coparentalidade e da triangulação, aumenta também a instabilidade e labilidade emocional dos filhos. Em ambos os casos os resultados são similares. Quando aumenta o conflito coparental e a triangulação aumenta a instabilidade e labilidade emocional da criança.

De acordo com a literatura revista, a forma de ajustamento às mudanças ocorridas pós separação ou divórcio e a coparentalidade têm um papel importante ao nível da RGE da criança (Qian et al., 2020), o nível de conflito entre os pais reflete-se na menor capacidade de ajustamento e RGE dos seus filhos em situação de separação ou divórcio (Fauber et al., 1990).

O bem-estar da criança em RA é comparável relativamente à RE, ou seja, não é nem melhor nem pior (Steinbach, 2018).

**H3: A Regulação Emocional dos pais correlaciona-se com Regulação emocional dos filhos na residência alternada.**

**H4: A Regulação Emocional dos pais correlaciona-se com Regulação Emocional dos filhos na residência exclusiva.**

Na terceira hipótese e na quarta hipótese os resultados confirmam-se. Os resultados apontam para a ideia de que a RGE dos pais correlaciona-se com a RGE dos filhos quer nos casos de residência alternada quer nos casos de residência exclusiva. Esta ideia vai ao encontro de toda a compreensão da família numa perspetiva sistémica, com implicações para o desenvolvimento. Seja em situação de residência alternada ou em situação de residência exclusiva, pais e filhos constituem-se como um subsistema com dinâmicas próprias, com impacto através das interações e do aumento global da família. As estratégias de regulação emocional, têm impacto nos valores e crenças dos pais relativamente às emoções, e como elas se orientam (Meyer et al., 2014). O desenvolvimento das capacidades regulatórias da criança espelha a maneira como os pais reagem as emoções dos filhos.

O impacto dos sistemas de proximidade, nomeadamente do ambiente e funcionamento familiar associa-se à regulação emocional de pais e filhos, exercendo um efeito mutuamente, tanto em famílias em residência alternada como em residência exclusiva. Efeito corroborado pela literatura revista.

**H5: Há diferenças na Coparentalidade entre os grupos de residência alternada e exclusiva**

Verificaram-se parcialmente as diferenças entre os grupos com a fixação da residência dos filhos alternada vs exclusiva. Observaram-se valores mais elevados no

primeiro grupo face ao segundo grupo. Empiricamente tende a ser compreensível que exista maior cooperação em casos de residência alternada porque ambos os progenitores estão envolvidos no quotidiano dos seus filhos e, pelo menos, as tarefas que se estendem no tempo acabam por ser partilhadas, bem como a informação sobre as mesmas. O facto da hipótese três corroborar a hipótese cinco contribui também para tornar mais robusta a ideia da pertinência desta variável.

A confirmação desta hipótese coincide com a revisão de literatura que afirma que na residência alternada, a cooperação está presente na relação dos pais, o que leva a uma boa comunicação entre eles (Maccoby, et al., 1990).

Outros autores defendem que na residência alternada realmente acontece uma comunicação diária, não obstante informam que na residência exclusiva também existe uma comunicação semanal entre os pais (Marinho & Correia, 2017).

O ajustamento dos pais às mudanças ocorridas pós divórcio e a sua capacidade de comunicação são fatores facilitadores da sua capacidade parental e da sua capacidade de cooperação. (Sousa, 2012, Pires & Martins, 2021).

**H6: Há diferenças nas estratégias de regulação emocional dos pais percecionadas pelos pais em residência alternada e exclusiva**

**H7: Há diferenças nas estratégias de regulação emocional dos filhos percecionadas pelos pais em residência alternada e exclusiva**

Não foram confirmadas as hipóteses 6 e 7, ou seja, não foram observadas diferenças nas estratégias de regulação emocional dos pais percecionadas pelos dois grupos de pais. Estes resultados apontam para uma interdependência das variáveis o que, segundo a literatura, também se confirmam, pois, seja qual for o regime de responsabilidades parentais, implica um ajustamento e possíveis dificuldades em controlar as emoções (Anciães, et al., 2018).

O leque de estratégias de regulação emocional depende de muitos fatores que tendem para a dispersão dos dados e dificultam inferir alguma conclusão mais consistente. As responsabilidades parentais e o tipo de acordo relativo à residência da criança pode ser indicado pelo tribunal, porém o tipo de coparentalidade já não pois dependerá sobretudo das características dos pais, da sua relação, assim como do contexto familiar (Pires, 2022). A coparentalidade não pode ser regulada pois cada família, dependente das suas características individuais, relacionais e contextuais, e perceções cria as suas estratégias próprias de regulação emocional decorrentes das suas perceções.

### **H8: A coparentalidade prediz a ERC crianças na residência alternada**

### **H9: A coparentalidade prediz a ERC crianças na residência exclusiva**

Através da observação da análise de dados é possível confirmar as hipóteses 8 e 9, em ambos os grupos, ao verificarmos que a coparentalidade tem impacto na regulação emocional dos filhos. Nomeadamente, o conflito conjuntamente com a triangulação revelam ser preditores conjuntos significativos da regulação emocional dos filhos. Estes resultados não vão de acordo com a literatura estudada que salienta que o conflito parental ocorre normalmente na residência Exclusiva e que normalmente diminui quando se fala na residência alternada, isto porque os pais não se sentem ameaçados relativamente à ausência dos seus filhos, pois o tempo é partilhado com ambos os progenitores (Kruk, 2012). Este autor afirma que uma das vantagens do regime de residência alternada é a redução do conflito parental pois no regime de residência alternada os pais tendem a desenvolver uma melhor comunicação e a capacidade negociação no exercício das responsabilidades parentais.

No entanto, quando existe conflito é mais difícil para os pais adotarem o regime de residência alternada, ou seja, a situação de conflito interparental, com ou sem envolvimento da criança no mesmo, poderá ocorrer em ambos os regimes de responsabilidades parental.

Embora a maioria dos pais possa ter a intensão de colaborar e gerir o processo pós divórcio de forma cooperativa, observa-se com frequência que a família recém desagregada tem tendência a viver um estado momentâneo de crise que pode perpetuar-se quando o conflito não é ultrapassado. (Lebow, 2003; Brown, 2021).

Segundo Barry e Kochanska (2010), as respostas emocionais dos pais podem causar consequências ao nível do desenvolvimento emocional dos filhos.

A presença dos dois progenitores na vida da criança e os laços afetivos que daí decorrem impactam a vida da criança. Estas conclusões são coincidentes com a revisão bibliográfica que afirma que nos dias de hoje, a coparentalidade tanto sendo positiva ou negativa tem impacto no desenvolvimento da criança e no exercício da parentalidade (Mosmann, et al., 2017).

## **Parte V - Conclusão**



A família é um sistema dinâmico e em constante mutação. Em casos de separação ou divórcio, sobretudo quando existem filhos, apesar das uniões de facto ou casamentos poderem terminar, as relações de coparentalidade tendem a perdurar e é importante para o ou os filhos que assim seja. Não obstante, a dissolução da relação dos pais impacta em maior ou menor grau no ou nos filhos menores do casal que se separa e obriga a alterações de rotinas e dinâmicas familiares que terão de ser, de acordo com a lei, reguladas por um plano parental que define as novas dinâmicas familiares e consequentes responsabilidades (Brown, 2021).

Com o propósito de contribuir para a compreensão e impacto destas alterações de forma que possamos salvaguardar mais e melhor o superior interesse das crianças, procurámos neste estudo correlacionar algumas variáveis identificadas pela revisão da literatura com relevância e pertinência de observação.

Assim, concluímos que a coparentalidade correlaciona-se com a regulação emocional de pais e filhos, independentemente do tipo de regime de plano parental.

A forma como ambos os progenitores criam a sua dinâmica familiar pós separação ou divórcio varia de acordo com as circunstâncias e a cultura únicas de cada família. No entanto, sejam quais forem as dinâmicas familiares ou o tipo de regime parental, a coparentalidade revela-se correlacionada com a regulação emocional de pais e filhos. A coparentalidade cooperativa está numa das extremidades do continuum, enquanto a coparentalidade de alto conflito está na segunda (Anderson et al., 2010; Lamela et al., 2016). Quer numa das extremidades quer na outra o citado impacto é verificado.

O equilíbrio emocional deve-se à capacidade de regular as emoções, independentemente de estas serem positivas ou negativas (Gross, 2007).

Conclui-se também que a regulação emocional dos pais correlaciona-se com a regulação emocional dos filhos em ambos os tipos de plano parental RA ou RE.

Steinbach defende que a RA tem um impacto positivo nas crianças, mediante circunstâncias familiares específicas (Steinbach, 2018). Mas acrescenta que existem consequências negativas no regime RA na presença de conflito interparental (Steinbach, 2018). Ou seja, não há evidências de um regime ser mais benéfico do que o outro. É necessária uma avaliação caso a caso. (Morais, 2007). Uma vez que a regulação emocional dos pais é observada em correlação com a dos filhos, independentemente do

tipo de residência é mais importante observar caso a caso a regulação emocional dos pais de modo a salvaguardar a regulação emocional dos filhos.

A coparentalidade é um forte preditor de problemas internalizados e externalizados que a criança pode apresentar, nomeadamente a presença de conflito destrutivo e de triangulação. O equilíbrio emocional dos pais em situações de conflito destrutivo e de triangulação pode contaminar o dos seus filhos e a sua capacidade parental (Sousa, 2012, Pires & Martins, 2021).

Quanto às diferenças na coparentalidade entre os grupos de residência alternada e exclusiva, verificou-se que existem algumas diferenças e tendem a valorizar o grupo de residência alternada.

Com base em 40 estudos, Nielsen constatou que, para o desenvolvimento da criança, é necessário que a residência seja alternada, pois foram verificados resultados significativos para o desenvolvimento a nível comportamental, bem-estar emocional e saúde física. (Nielsen, 2017).

Podemos também concluir com este estudo que não são reconhecidas diferenças nas estratégias de regulação emocional dos pais ou na regulação emocional dos filhos percebidas pelos pais quer em residência alternada quer em residência exclusiva.

O conjunto de estratégias de regulação emocional depende de muitos fatores pois o tipo de coparentalidade depende, sobretudo, das características dos pais, da sua relação, e do contexto familiar (Pires, 2022).

Por último, também podemos concluir a partir deste estudo que a coparentalidade perdiz a ERC das crianças quer em casos de residência alternada quer em casos de residência exclusiva.

Esta conclusão é particularmente importante pois não corrobora a literatura revista que defende que tende a existir menos conflito quando se opta pelo regime RA pais (Kruk, 2012). O que se conclui, é que independentemente do regime parental a coparentalidade perdiz a ERC das crianças e por isso, em caso de conflito parental, as crianças são impactadas pelo conflito que não é minimizado pelo tipo de regime parental RA. Por este motivo (Pires 2022) defende que em caso de conflito os pais tendem a optar por um regime RE de forma a mitigar o conflito na relação coparental, mitigando consequentemente o impacto desse mesmo conflito no filho ou filhos.

Em síntese, o estudo confirma que para qualquer um dos regimes de residência a coparentalidade está correlacionada com a regulação emocional de pais e filhos, que a regulação emocional dos pais está correlacionada com a dos filhos, e que a

coparentalidade prediz a ERC das crianças. Foram identificadas algumas diferenças positivas no regime de coparentalidade em residência alternada que a valorizam em detrimento da residência exclusiva.

Como contributo pessoal, da minha observação e análise dos dados para o presente estudo, destaco o facto das mudanças significativas que os estudos dos últimos cinco anos aportaram aos estudos mais anteriores. Eles acompanham alterações de paradigmas importantes que ocorrem com as naturais transformações sociais que vamos vivendo enquanto sociedade. As leis vão-se ajustando a essas mesmas alterações e aos novos paradigmas criando novas circunstâncias. Ou seja, a forma como o papel da mulher no mercado de trabalho se foi alterando impactou também na disponibilidade das mulheres para serem mães a tempo inteiro; da mesma forma as recentes leis sobre a importância da presença do pai na vida das crianças que se traduzem, por exemplo, no novo olhar sobre a licença de paternidade, também trazem mudanças de paradigmas que refletem maior equidade e reconhecimento de responsabilidade e competência a ambos os progenitores para cuidarem dos filhos. Todas estas transformações sociais acrescidas dos desenvolvimentos pedagógicos que hoje estão cada vez mais focados na salvaguarda dos superiores interesses das crianças aportam sistematicamente novos dados que nos conduzem a novas soluções. É do superior interesse da criança ter contacto direto e estreito com cada um dos progenitores. Se não é possível por motivo de separação ou divórcio partilharem o mesmo quotidiano, é relevante que, caso seja possível, possam privar no seu quotidiano com ambos os progenitores pelo que, na minha visão pessoal, a residência alternada seja a solução mais adequada conquanto por algum motivo particular não seja penalizadora para a criança. Não obstante o tipo de residência garantir a cooperação e o entendimento de ambos os progenitores nos assuntos relacionados com os filhos é fundamental pelo que todas as estratégias de apoio que possam ser criadas nesse sentido são altamente benéficas.

Este estudo contribui para o conhecimento do impacto nos filhos da regulação emocional dos pais e da coparentalidade em caso de separação, mas muito ainda mais há a fazer e, todos os dias, surgem novos caminhos que carecem de estudo e validação. Recentemente têm sido registados vários casos em que as crianças se mantêm na residência familiar e são os progenitores que alternam a sua presença à semana. Esta escolha pretende salvaguardar a estabilidade das crianças no seu quotidiano e ambiente e garantir a presença de ambos os progenitores. É um caminho que carece de estudo e avaliação. É outro caminho que pode ser explorado. Implica eventualmente que ambos

os progenitores consigam garantir financeira e logisticamente a casa de família, onde vivem as crianças e também as suas próprias casas.

Para além das conclusões objetivas já apresentadas decorrentes do estudo proposto neste trabalho, gostaria de deixar também como conclusão a importância e relevância da continuidade dos estudos nesta matéria. Além de estudos que possam medir e comparar realidades pós divórcio é necessário estudar o impacto de opções tomadas a longo prazo. Analisar como jovens adultos viveram experiências de residência alternada ou de residência exclusiva e que impacto teve nas suas vidas e no seu desenvolvimento.

Com a consciência do ínfimo contributo deste estudo para a compreensão geral e alargada do tema, constato também a pertinência do mesmo, no universo português, para o contributo neste longo caminho no âmbito da psicologia.

### **5.1 Contributo, limitações e sugestões futuras**

O presente estudo teve o propósito de verificar e analisar o efeito da Coparentalidade, Regulação Emocional e as residências Alternada *vs.* Exclusiva em casais divorciados e respetivos filhos.

Acreditamos que o contributo mais relevante deste estudo é o facto de estudar estas variáveis no contexto português, na comparação de ambos os regimes pois, apesar de o regime regra ser a parentalidade partilhada tendencialmente com RA, existem poucos estudos sobre a temática no contexto nacional.

Por este motivo temos a convicção de ser um contributo útil e positivo para corroborar e contribuir para os diversos estudos que têm sido desenvolvidos sobre a coparentalidade e todas as questões que a impactam e implicam. Esta área de estudo tem ainda grande amplitude de pesquisa das a pertinência do tema e as constantes inovações que têm sido desenvolvidas e acrescentadas.

Nos dias de hoje o divórcio é uma realidade muito presente nas famílias portuguesas, este estudo pretende contribuir para esse conhecimento de realidade de famílias divorciadas que executam regimes de residência Alternada *vs.* Exclusiva.

A contribuição que nos parece mais relevante neste estudo prende-se com as questões relacionadas com as observações nos dois tipos de residências, por um lado porque foram obtidos dados que não estão em linha com a literatura estudada, podendo estes acrescentar novos elementos e interesses de estudo; por outro lado porque no decorrer da revisão da literatura não foram encontrados muitos estudos comparativos

entre os dois tipos de residência pelo que as conclusões obtidas possam vir a ser consideradas relevantes.

Quanto às limitações do estudo, podemos salientar que a amostra e a dimensão dos grupos não foram as esperadas, pois era esperado uma amostra muito superior, relativamente à dimensão dos grupos houve uma grande discrepância. Teria sido interessante uma maior realidade da população portuguesa e era uma mais-valia para o estudo.

Outra limitação relevante é o facto de os elementos do estudo terem sido recolhidos através de instrumentos psicométricos preenchidos apenas pelos pais. Este facto, cinge os resultados relacionados com as crianças à percepção dos pais o que é naturalmente uma limitação da fonte. Os dados não foram recolhidos através de observação direta no meio e sim por testemunho dos envolvidos o que aumenta a margem de erro dos mesmo e o enviesamento que pode decorrer da interpretação ou da segregação de parte da informação.

Tendo em conta as limitações anteriormente mencionadas, evidenciamos a importância do seguimento deste estudo, propondo o prolongamento do mesmo. Comparar resultados em uma amostra maior e estudo longitudinal, bem como utilizar dados mais próximos da fonte, quer dos pais quer das crianças, idealmente de forma presencial, a fim de verificar a congruência dos resultados obtidos.

## Referências

- Adamson, K., & Pasley, K. (2006). *Coparenting following divorce and relationship dissolution*. In M. A. Fine & J. H. Harvey (Eds.), *Handbook of divorce and relationship dissolution*. Lawrence Erlbaum
- Ahmetoglu, G. Swami, V. & Chamorro-Premuzic, T. (2010). *The relationship between dimensions of love, personality, and relationship length*. *Archives of Sexual Behavior*, 39(5), 1181-1190. <https://doi.org/10.1007/s10508-009-9515-5>
- Akpan, I. J., & Ezeume, I. C. (2020). *The challenges faced by parents and children from divorce*. *Challenge*, 63(6), 365-377. <https://doi.org/10.1080/05775132.2020.1842025>
- Alarcão, M. (2000). *(Des)Equilíbrios familiares*. Quarteto.
- Alexandre, D. T. & Vieira, M. L. (2009). *A influência da guarda exclusiva e compartilhada no relacionamento entre pais e filhos*. *Revista Psicologia em Pesquisa*, 3(2), <https://doi.org/10.24879/200900300200383>
- Almeida, L. E. S. (2010). *A criança frente à separação dos pais*. Recife.
- Alvarenga, P. A., Weber, L. N. D., & Bolsoni-Silva, A. T. (2016). *Cuidados parentais e desenvolvimento socioemocional na infância e na adolescência: Uma perspectiva analíticocomportamental*. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 18(1), 4-21. <https://doi.org/10.31505/rbtcc.v18i1.827>
- Amato, P. R. (2000). *The consequences of divorce for adults and children*. *Journal of Marriage and the Family*, 62(4), 1269-1287. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269>
- Amato, P. R., & Keith, B. (1991). *Parental divorce and the well-being of children: A metaanalysis*. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.1.26>
- Anciães, A., Agulhas, R., & Carvalho, R. (2018). *Divórcio e parentalidade. Diferentes olhares: Do direito à psicologia*. Edições Sílabo
- Anderson, S. R., Anderson S. A., Palmer, K. L., Mutchler, M. S., Baker L. K. (2010) *Defining high conflict*, *The American Journal of Family Therapy*, 39(1), 11-27. <https://doi.org/10.1080/01926187.2010.530194>
- Apostolou, M., Constantinou, C., & Anagnostopoulos, S. (2019). *Reasons that could lead people to divorce in an evolutionary perspective: Evidence from Cyprus*.

- Journal of Divorce & Remarriage*, 60(1), 27-46.  
<https://doi.org/10.1080/10502556.2018.1469333>
- Augustin, D., & Frizzo, G. B. (2015). *A coparentalidade ao longo do desenvolvimento dos filhos: estabilidade e mudança no 1º e 6º Ano de Vida. Interação em Psicologia*, 19(1). <https://doi.org/10.5380/psi.v19i1.29239>
- Averdijk, M., Malti, T., Eisner, M., & Ribeaud, D. (2011). *Parental separation and child aggressive and internalizing behavior: An event history calendar analysis. Child Psychiatry & Human Development*, 43(2), 184–200.  
<https://doi.org/10.1007/s10578-011-0259-9>
- Bailey, R., Dana, D., Bailey, E., & Davis, F. (2020). *The application of the Polyvagal theory to high conflict co-parenting cases. Family Court Review*, 58(2), 525–543. <https://doi.org/10.1111/fcre.12485>
- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Gerbino, M., & Pastorelli, C. (2003). *Role of affective self-regulatory efficacy in diverse spheres of psychosocial functioning. Child Development*, 74(3), 769-782. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00567>
- Barnard, A. J. (n.d.). *Family In Encyclopædia Britannica, Inc.* Retrieved November 15, 2023, from <https://www.britannica.com/topic/family-kinship>
- Barros, L. (2015). *Intervenção com pais: Processo e fases de mudança. In A. I. Pereira, A. R. Goes, & L. Barros (Eds.). Promoção da parentalidade positiva: Intervenções psicológicas com pais de crianças e adolescentes. Coisas de Ler*
- Barroso, R. G., & Machado, C. (2010). *Definições, dimensões e determinantes da parentalidade. Psychologica*, (52-I), 211-229. [https://doi.org/10.14195/1647-8606\\_52-1\\_10](https://doi.org/10.14195/1647-8606_52-1_10)
- Barry, R. A., & Kochanska, G. (2010). *A longitudinal investigation of the affective environment in families with young children: From infancy to early school age. Emotion*, 10(2), 237–249. <https://doi.org/10.1037/a0018485>
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at self-regulation.* Academic Press.
- Baumrind, D. (1966). *Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. Child Development*, 37(4), 887-307. <https://doi.org/10.2307/1126611>

- Baumrind. D. (1971). *Current patterns of parental authority*. *Developmental Psychology*, 4(1. Pt.2), 1–103. <https://doi.org/10.1037/h0030372>
- Baumrind. D. (1991). *The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use*. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95. <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>
- Bayle. F. (2008). *Família e Parentalidade*. In F. Bayle & Martinet. S. (Eds.) *Perturbações da parentalidade* (pp.25-65). Climepsi.
- Belsky, J., Crnic, K., & Gable, S. (1995). *The determinants of coparenting in families with toddler boys: Spousal differences and daily hassles*. *Child development*, 66(3), 629-642. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1995.tb00894.x>
- Belsky. J. & Jaffee. S. (2006). *The multiple determinants of parenting*. In D. Cicchetti & D. Cohen (Eds). *Developmental psychopathology* (2nd ed.) (pp.38-77). Wiley.
- Belsky. J. (1984). *The Determinants of Parenting: A Process Model*. *Child Development*, 55(1), 83-96. <https://doi.org/10.2307/1129836>
- Bornstein, M. H. (2002). *Handbook of parenting: Practical issues in parenting* (Vol. 5). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Brand, J. E., Moore, R., Song, X., & Xie, Y. (2019). *Parental divorce is not uniformly disruptive to children’s educational attainment*. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 116(15), 7266-7271. <https://doi.org/10.1073/pnas.1813049116>
- Brown, M. L. (2021). *The many looks of physical custody: A parenting plan for every situation*. *Family Advocate*, 43(4), 13. [https://www.americanbar.org/groups/family\\_law/publications/family-advocate/2021/spring/the-many-looks-physical-custody-parenting-plan-every-situation/](https://www.americanbar.org/groups/family_law/publications/family-advocate/2021/spring/the-many-looks-physical-custody-parenting-plan-every-situation/)
- Bugental. D. B. & Happaney. K. (2004). *Predicting infant maltreatment in low-income families: The interactive effects of maternal attributions and child status at birth*. *Developmental Psychology*, 40(2), 234-243. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.40.2.234>
- Caprara, G. V., Regalia, C., Scabini, E., Barbaranelli, C., & Bandura, A. (2004). *Assessment of filial, parental, marital, and collective family efficacy beliefs*. *Journal of Psychological Assessment*, 20(4), 247-261. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.20.4.247>



- Chang, L., Schwartz, D., Dodge, K. A. & McBride-Chang, C. (2003). *Harsh parenting in relation to child emotion regulation and aggression. Journal of family psychology. (Division 43), 17(4), 598–606.* <https://doi.org/10.1037/0893-3200.17.4.598>
- Christopher, C., Umemura, T., Mann, T., Jacobvitz, D., & Hazen, N. (2015). *Marital quality over the transition to parenthood as a predictor of Coparenting. Journal of Child and Family Studies, 24(12), 3636-3651.* <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0172-0>
- Clements, M. L., Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2004). *Before they said "I Do": Discriminating among marital outcomes over 13 years. Journal of Marriage and Family, 66(3), 613–626.* <https://doi.org/10.1111/j.0022-2445.2004.00041.x>
- Cordeiro, M. (2016). *Crianças e famílias num Portugal em mudança.* Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Cox, R. B., Brosi, M., Spencer, T., & Masri, K. (2021). *Hope, stress, and post-divorce child adjustment: Development and evaluation of the Co-Parenting for Resilience Program. Journal of Divorce & Remarriage, 62(2), 144-163.* <https://doi.org/10.1080/10502556.2021.1871831>
- Cruz, O. (2005). *Parentalidade.* Quarteto.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). *Parenting style as context: An integrative model. Psychological Bulletin, 113(3), 487-496.* <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Denham, S. (1998). *Emotional development in young children.* New York: The Guilford Press.
- Dias, F.N. (2001). *Padrões de comunicação na família. Uma análise sociológica.* Instituto Piaget.
- Dix, T. (1991). *The affective organization of parenting: Adaptive and maladaptive processes. Psychological Bulletin, 110, 3-25.* <https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.1.3>
- Dowling, E., & Barnes, G. G. (2020). *Working with children and parents through separation and divorce: the changing lives of children.* Bloomsbury Publishing.
- Edwards, E. S., Holzman, J. B., Burt, N. M., Rutherford, H. J. V., Mayes, L. C., & Bridgett, D. J. (2017). *Maternal Emotion Regulation Strategies, Internalizing*

- Problems and Infant Negative Affect. Journal of applied developmental psychology*, 48, 59–68. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2016.12.001>
- Feinberg, M. (2003). *The Internal structure and Ecological Context of Coparenting: a Framework for Research and Intervention. Parenting: Science and Practice*, 3(2), 95- 131. [https://doi.org/10.1207/S15327922PAR0302\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327922PAR0302_01)
- Figueiredo, P. (2017). *A Residência Alternada no Quadro do Atual Regime de Exercício das Responsabilidades Parentais – A Questão (Pendente) do Acordo dos Progenitores. Julgar*, 33, 89-190. <https://julgar.pt/a-residencia-alternada-no-quadro-do-atual-regime-de-exercicio-das-responsabilidades-parentais-a-questao-pendente-do-acordo-dos-progenitores/>
- Fosco, G. M., & Grych, J. H. (2007). *Emotional expression in the family as a context for children's appraisals of interparental conflict. Journal of Family Psychology*, 21, 248–258 <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.2.248>
- Fox, N. A. & Calkins, S. D. (2003). *The development of self-control of emotion: Intrinsic and extrinsic influences. Motivation and emotion*, 27, 7-26. <https://doi.org/10.1023/A:1023622324898>
- Frizzo, G. B., Kreutz, C. M., Schmidt, C., Piccinini, C. A., & Bosa, C. (2005). *O conceito de coparentalidade e suas implicações para a pesquisa e para a clínica: implication for research and clinical practice. Journal of Human Growth and Development*, 15(3), 84-93. <https://doi.org/10.7322/jhgd.19774>
- Garner, P. W., & Power, T. G. (1996). *Preschoolers' emotional control in the disappointment paradigm and its relation to temperament, emotional knowledge, and family expressiveness. Child Development*, 67, 1406–1419 <https://doi.org/10.2307/1131708>
- Gimeno, A. (2003). *A família – O desafio da diversidade*. Instituto Piaget.
- Goleman, D. P. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ for character, health and lifelong achievement*. Bantam Books.
- Gondim, S. M. G. & Borges-Andrade, J. E. (2009). *Regulação emocional no trabalho: um estudo de caso após desastre aéreo. Psicologia: ciência e profissão*, 29(3), 512-533. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-98932009000300007&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932009000300007&lng=pt&tlng=pt).
- Gottman, J. M., Katz, L. F., & Hooven, C. (1996). *Parental meta-emotion philosophy and the emotional life of families: Theoretical models and preliminary data*.

- Journal of Family Psychology*, 10(3), 243-68. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.10.3.243>
- Gouveia, P. R. R., Pires, M., & Hipólito, J. (2015). *O novo ciclo familiar após o nascimento do primeiro filho. Psique*, 135-160. <http://hdl.handle.net/11144/2731>
- Gross, J. J. (2013). *Emotion regulation: taking stock and moving forward. Emotion*, 13(3), 359-365. <https://doi.org/10.1037/a0032135>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). *Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J. (1998). *The emerging field of emotion regulation: An integrative review. Review of general psychology*, 2(3), 271. <https://doi.org/10.1037/a0032135>
- Gross, J. J. (2007). *Handbook of emotion regulation*. Guilford Press.
- Gross, J.J., & Thompson, R. (2007). *Emotion Regulation: conceptual foundations*. In J.J. Gross (Eds.). *Handbook of emotion regulation*. The Guildford Press.
- Grzybowski, L. S., & Wagner, A. (2010). *Casa do pai, casa da mãe: a coparentalidade após o divórcio. Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26(1), 77-87. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000100010>
- Hagestad, G. O., & Smyer, M. A. (1982). *Dissolving long-term relationships: Patterns of divorcing in middle age. Personal relationships*, 4, 155-188. [https://doi.org/10.1007/978-1-4757-9865-4\\_8](https://doi.org/10.1007/978-1-4757-9865-4_8)
- Härkönen, J., Bernardi, F., & Boertien, D. (2017). *Family dynamics and child outcomes: An overview of research and open questions. European Journal of Population*, 33, 1-22. <https://doi.org/10.1007/s10680-017-9424-6>.
- Hoffman, M. L. (1994). *Discipline and internalization. Developmental Psychology*, 30(1), 26- 28. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.30.1.26>
- Hogendoorn, B., Leopold, T., & Bol, T. (2020). *Divorce and diverging poverty rates: A risk-and-vulnerability approach. Journal of Marriage and Family*, 82(3), 1089-1109. <https://doi.org/10.1111/jomf.12629>
- Holden, G. W. (2010). *Parenting: A dynamic perspective*. Sage Publications, Inc.
- Hopcroft, R. L. (2021). *High income men have high value as long-term mates in the US: personal income and the probability of marriage, divorce, and childbearing in*

- the US. Evolution and Human Behavior*, 42(5), 409-417.  
<https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2021.03.004>
- Houghghi, M. (eds.) (2004). *Parenting – an introduction*. In M. Houghghi. & N. Long (Eds.). *Handbook of parenting: theory and research for practice*. SAGE.  
<https://www.pordata.pt/Portugal/Div%c3%b3rcios-323>
- Justo, A. P., & Novaes Lipp, M. E. (2010). *A influência do estilo parental no stress do adolescente. Boletim Academia Paulista de Psicologia*. 30(79). <https://www.semanticscholar.org/paper/A-influ%C3%Aancia-do-estilo-parental-no-stress-do-Justo-Lipp/631eca43fe86c0e79b7b030cae7043b087cb1410>
- Kane, M. (2005). *Contemporary issues in parenting*. Nova Science
- Karney, & Bradbury, T. N. (1995). *The longitudinal course of marital quality and stability. Psychological Bulletin*, 118(1), 3–34. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.118.1.3>
- Koole, S. L. (2009). *The psychology of emotion regulation: An integrative review. Cognition and Emotion*, 23(1), 4–41. <https://doi.org/10.1080/02699930802619031>
- Koppejan-Luitze, H. S., van der Wal, R. C., Kluwer, E. S., Visser, M. M., & Finkenauer, C. (2021). *Are intense negative emotions a risk for complex divorces? An examination of the role of emotions in divorced parents and co-parenting concerns. Journal of Social and Personal Relationships*, 38(2), 765–782. [doi.org/10.1177/0265407520972189](https://doi.org/10.1177/0265407520972189)
- Kruk, E. (2012). *Arguments for an Equal Parental Responsibility Presumption in Contested Child Custody. The American Journal of Family Therapy*, 40(1), 33–35. <https://doi.org/10.1080/01926187.2011.575344>
- Kruk, E. (2012). *Arguments for an Equal Parental Responsibility Presumption in Contested Child Custody. The American Journal of Family Therapy*, 40(1). 33–35. <https://doi.org/10.1080/01926187.2011.575344>
- Lamela, D., Figueiredo, B., Bastos, A., & Feinberg, M. (2016). *Typologies of post-divorce coparenting and parental well-being, parenting quality and children's psychological adjustment. Child Psychiatry and Human Development*, 47(5), 716-728. <https://doi.org/10.1007/s10578-015-0604-5>

- Lamela, D., Nunes-Costa, R., & Figueiredo, B. (2010). *Modelos teóricos das relações coparentais: revisão crítica*. *Psicologia em Estudo*, 15(1), 205-216. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722010000100022>
- Lamela, D., Figueiredo, B., & Bastos, A. (2010). *Adaptação ao divórcio e relações coparentais: Contributos da teoria da vinculação*. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 23(3), 562-574. <https://doi.org/10.1590/s0102-79722010000300017>
- Leal, I. (2005). *Psicologia da Gravidez e da Parentalidade*. Fim de Século Edições.
- Leal, I. (2018). *Psicoterapias*. Lidel.
- Lebow, J. (2003). *Integrative family therapy for disputes involving child custody and visitation*. *Journal of Family Psychology*, 17(2), 181–192. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.17.2.181>
- Lei n.º 61/2008 31 de Outubro da Assembleia da República (2008). Diário da República: I série. n.º 212/2008 <https://dre.pt/pesquisa/-/search/439097/details/maximized>
- Leopold, T., & Kalmijn, M. (2016). *Is divorce more painful when couples have children? Evidence from long-term panel data on multiple domains of wellbeing*. *Demography*, 53(6), 1717-1742. <https://doi.org/10.1007/s13524-016-0518-2>
- Maccoby, E., Depnder, C., & Mnookin, R. (1990). *Coparenting in the second year after the divorce*. *Journal of Marriage and Family*, 52, 141-155. <https://doi.org/10.2307/352846>
- Maccoby, E. (2000). *Parenting and its effects on children: on reading and misreading behavior genetics*. *Annual Review of Psychology*, 51, 1-27. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.11>
- Margolin, G., Gordis, E. B., & John, R. S. (2001). *Coparenting: a link between marital conflict and parenting in two-parent families*. *Journal of Family Psychology*, 15(1), 3. <https://doi.org/10.1037//0893-3200.15.1.3>
- Margolin, G., Gordis, E. B., & Oliver, P. H. (2004). *Links between marital and parent-child interactions: Moderating role of husband-to-wife aggression*. *Development and psychopathology*, 16(3), 753-771. <https://doi.org/10.1017/S0954579404004766>
- Marinho, S., & Correia, S. V. (2017). *Uma família parental. duas casas*. Edições Sílabo.

- Meyer, S., Raikes, H. A., Virmani, E. A., Waters, S., & Thompson, R. A. (2014). *Parent emotion representations and the socialization of emotion regulation in the family. International Journal of Behavioral Development, 38*(2), 164-173. <https://doi.org/10.1177/0165025413519014>
- Miguel. I., Valentim, J. P., e Carugati, F. (2009). *Questionário de estilos e dimensões parentais-versão reduzida: adaptação portuguesa do Parenting Styles and Dimensions Questionnaire-short form. Psychologica, (51)*, 169-188. [https://doi.org/10.14195/1647-8606\\_51\\_11](https://doi.org/10.14195/1647-8606_51_11)
- Minuchin, S. (1982). *Famílias: funcionamento e tratamento*. Artmed
- Mitcham-Smith, M., & Henry, W. J. (2007). *High-Conflict Divorce Solutions: Parenting Coordination as an Innovative Co-Parenting Intervention. The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families, 15*(4), 368-373. <https://doi.org/10.1177/1066480707303751>
- Mortelmans, D. (2021). *Causes and consequences of family dissolution in Europe and post-divorce families. In Research Handbook on the Sociology of the Family. Edward Elgar Publishing.* <https://doi.org/10.4337/9781788975544.00024>
- Mosmann, C. P., Batista, C., Einsfeld, P., Silva, A. G. M. da, & Koch, C. (2017). *Conjugalidade, parentalidade e coparentalidade: Associações com sintomas externalizantes e internalizantes em crianças e adolescentes. Estudos de Psicologia, 34*(4), 5-14 <https://doi.org/10.1590/1982-02752017000400005>
- Mourão, S. & Pires, M. (2023). Emotion Regulation Checklist (ERC): *Estudos preliminares de validação para a população portuguesa. Proceedings do XI Congresso Ibero-americano de Avaliação Psicológica: Modelos, metodologias e aplicações*. CinTurs – Research Centre for Tourism, Sustainability and Well-being Universidade do Algarve <https://doi.org/10.34623/xgsb-p253>
- Mourão, S. & Pires, M. (submitted). *Emotion Regulation Checklist (ERC): Estudos preliminares de validação para a população portuguesa*. Psique.
- Mullett, E. K., & Stolberg, A. (1999). *The development of the Co-parenting Behaviors Questionnaire: An instrument for children of divorce. Journal of Divorce & Remarriage, 31*(3-4), 115-137. [https://doi.org/10.1300/J087v31n03\\_07](https://doi.org/10.1300/J087v31n03_07)
- Myruski, S., Bagrodia, R., & Dennis-Tiway, T. (2022). *Delta-beta correlation predicts adaptive child emotion regulation concurrently and two years later. Biological Psychology, 167*, 108225. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2021.108225>

- Nazareth, E. R., Silva Vicente, R., Soares de Souza, M., Almeida Prado, A., Marques da Silva, E., Furlan Gomes, J., Baldin Baleiro, C., Oliveira Cerveny, C., Bruscin, C., & Rocha Brasil, V. (2004). *Família e...: Comunicação, Divórcio, Mudança, Resiliência, Deficiência, Lei, Bioética, Doença, Religião e Drogadição*. Casa do Psicólogo.
- Nielsen, L. (2017). *Custódia física partilhada. 40 estudos sobre os seus efeitos nas crianças*. Em S. Marinho. & S. V. Correia. *Uma família parental. Duas casas*. Edições Sílabo.
- Oehme, K., Ferraro, A. J., Stern, N., Panisch, L. S., & Lucier-Greer, M. (2016). *Trauma-informed co-parenting: How a shift in compulsory divorce education to reflect new brain development research can promote both parents' and children's best interests*. *University of Hawai'i Law Review*, 39(1), 37-74. <https://ir.law.fsu.edu/articles/440>
- Oldehinkel, A. J., Ormel, J., Veenstra, R., De Winter, A. F., & Verhulst, F. C. (2008). Parental divorce and offspring depressive symptoms: *Dutch developmental trends during early adolescence*. *Journal of Marriage and Family*, 70(2), 284-293. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2008.00481.x>.
- Pacheco, J.T.B., Braga Silveira, L.M., & Almeida Schneider, A.M. (2008). *Estilos e práticas educativas parentais: Análise da relação desses construtos sob a perspectiva dos adolescentes*. *PSICO*, 39(1), 66-73. <https://psycnet.apa.org/record/2010-01855-009>
- Pacheco, J. T. B., Silveira, L. M. D. O. B., & Schneider, A. M. D. A. (2008). *Estilos e práticas educativas parentais: Análise da relação desses construtos sob a perspectiva dos adolescentes*. *Psico*, 39(1), 66-73. <https://psycnet.apa.org/record/2010-01855-009>
- Pedro, M.F. & Ribeiro, M.T. (2015). *Adaptação Portuguesa do Questionário de Coparentalidade: Análise fatorial confirmatória e estudos de validade e fiabilidade*. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 28(1), 116-125. <https://doi.org/10.1590/1678-7153.201528113>
- Pires, M. & Gamboa, L. (2022). *Parentalidade Partilhada*. Factor.
- Pires, M., & Martins, M. (2021). *Parenting Styles, Coparenting, and Early Child Adjustment in Separated Families with Child Physical Custody Processes Ongoing in Family Court*. *Children*, 8(8), 629. <https://doi.org/10.3390/children8080629>

- Pires, M., Jesus, S. N. & Hipólito, H. (2011). Questionário de Estilos Parentais para Pais (PAQ-P) - Estudos de validação. Ferreira, A. S., Verhaeghe, A., Silva, D. R., Almeida, L. S., Lima, R. & Fraga, S. (2011). Actas do VIII Congresso Iberoamericano de avaliação – XV Conferência Internacional de Avaliação Psicológica: Formas e Contextos. (pp. 760-770). Lisboa: Sociedade Portuguesa de Psicologia
- Pires, M., Silva, G., (2019). *Estilos de Autoridade Parental, Práticas Parentais e Autoeficácia*. Universidade do Algarve.
- Pires, M. (2011). Valores. *Estilos parentais, stresse infantil e vivência emocional dos filhos*. Universidade do Algarve.
- Pordata (2021). *Qual o número de divórcios*.
- Potter, D. (2010). *Psychosocial well-being and the relationship between divorce and children's academic achievement*. *Journal of Marriage and Family*, 72(4), 933– 946. <https://doi.org/10.1111/jomf.12651>
- Price, S. J., & McKenry, P. C. (1988). *Divorce*. Sage Publications, Inc.
- Qian, Y., Chen, F., & Yuan, C. (2020). *The effect of co-parenting on children's emotionregulation under fathers' perception: A moderated mediation model of familyfunctioning and marital satisfaction*. *Children and Youth Services Review*, 119(105501). <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105501>
- Raley, R. K., & Sweeney, M. M. (2020). *Divorce, repartnering, and stepfamilies: A decade in review*. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 81-99. <https://doi.org/10.1111/jomf.12651>
- Reader, P., Duncan, S., & Lucey, C. (2005). *Studies in the assessment of parenting*. Routledge.
- Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da família: Perspectiva sistémica*. Edições Afrontamento.
- Relvas, A. P. (2006). *O ciclo vital da família: Perspectiva sistémica*. Edições Afrontamento.
- Relvas, A. P., & Alarcão, M. (2002). *Novas formas de família*. Quarteto.
- Rindfuss, R. R., & VandenHeuvel, A. (1990). *Cohabitation: A Precursor to Marriage or an Alternative to Being Single?* *Population and Development Review*, 16(4), 703–726. <https://doi.org/10.2307/1972963>
- Robbers, S., van Oort, F., Huizink, A., Verhulst, F., van Beijsterveldt, C., Boomsma, D., & Bartels, M. (2012). *Childhood problem behavior and parental divorce:*



- evidence for gene– environment interaction. Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 47(10), 1539– 1548. <https://doi.org/10.1007/s00127-011-0470-9>*
- Saini, M., Pruett, M. K., Alschech, J., & Sushchik, A. R. (2019). *A pilot study to assess coparenting across family structures (CoPAFS). Journal of Child and Family Studies, 28(5), 1392-1401. <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01370-3>*
- Santos. A. (2011). *Mães de Criança em idade escolar: Stress Parental e Estilos de Vinculação da mãe e da criança. Dissertação de Mestrado em Psicologia. Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/ Núcleo de Psicologia Clínica Dinâmica. Universidade de Lisboa. Lisboa. 85 pp.*
- Santos. M. M. S. (2013-12-09). *Os efeitos do divórcio na família com filhos pequenos. [https://www.psicologia.pt/artigos/ver\\_artigo\\_licenciatura.php?codigo=TL034](https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo_licenciatura.php?codigo=TL034)*
- Schramm, D. G., & Becher, E. H. (2020). *Common practices for divorce education. Family Relations, 69(3), 543-558. <http://dx.doi.org/10.1111/fare.12444>*
- Sentse, M., Ormel, J., Veenstra, R., Verhulst, F. C., & Oldehinkel, A. J. (2011). *Child temperament moderates the impact of parental separation on adolescent mental health: The trails study. Journal of Family Psychology, 25(1), 97– 106. <https://doi.org/10.1037/a0022446>.*
- Shaughnessy. J. J., Zechmeister. E. B., & Zechmeister. J. S. (2012). *Metodologia de pesquisa em psicologia. AMGH Editora*
- Shienvold. A. T. (2011). *The high-conflict divorce & your children's adjustment. Family Advocate, 34(3), 32-34. <https://doi.org/10.2307/1602483>.*
- Sigal, A., Sandler, I., Wolchik, S., & Braver, S. (2011). *Do parent education programs promote healthy post-divorce parenting? Critical distinctions and a review of the evidence. Family Court Review, 49(1), 120–139. <https://doi.org/10.1111/j.1744-1617.2010.01357.x>.*
- Silva. J. M. (2016). *A família das crianças na separação dos pais: A guarda compartilhada. Petrony.*
- Silva. J. M. (2017). *A residência alternada. O direito das crianças à sua família no processo de regulação das responsabilidades parentais. Edições Síla.*
- Smetana J. G. (2017). *Current research on parenting styles, dimensions, and beliefs. Current opinion in psychology, 15, 19–25. <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2017.02.012>*

- Smetana, J. G., & Ahmad, I. (2018). *Heterogeneity in Perceptions of Parenting Among Arab Refugee Adolescents in Jordan*. *Child development*, 89(5), 1786–1802. <https://doi.org/10.1111/cdev.12844>.
- Sottomayor, M. C. (2004). *Regulação do exercício do Poder paternal em casos de divórcio* (4ª Ed). Almedina.
- Sousa, A. B. (2012). *Problemas da Família e da Criança*. Almedina.
- Sousa, A. M. (2010). *Síndrome da alienação parental: Análise de um tema em evidência*. Cortez.
- Souza, F. M. de, Fiorini, M. C., & Crepaldi, M. A. (2020). *Relações entre Coparentalidade, Envolvimento Parental e Práticas Parentais de Pais e Mães de Famílias Binucleares*. *Estudos E Pesquisas Em Psicologia*, 20(2), 519–539. <https://doi.org/10.12957/epp.2020.52584>
- Souza, F. M., Fiorini, M. C., & Crepaldi, M. A. (2020). *Coparentalidade e envolvimento parental em famílias binucleares: Revisão sistemática*. *Actualidades en Psicología*, 34(129), 119-140. <https://doi.org/10.15517/ap.v34i129.35334>
- Srivastava, S., Tamir, M., McGonigal, K. M., John, O. P., & Gross, J. J. (2009). *The social costs of emotional suppression: a prospective study of the transition to college*. *Journal of personality and social psychology*, 96(4), 883–897. <https://doi.org/10.1037/a0014755>
- Sroufe, L. A. (1997). *Emotional development. The organization of emotional life in the early years*. University Press.
- Steinbach, A. (2019). *Children's and parents' well-being in joint physical custody: A literature review*. *Family Process*, 58(2), 353-369 <https://doi.org/10.1111/famp.12372>
- Sternberg, R. J. (1986). *A triangular theory of love*. *Psychological Review*, 93, 119-135. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Sternberg, R. J. (1997). *Construct validation of a Triangular Love Scale*. *European Journal of Psychology*, 27, 313-335. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0992\(199705\)27:3<313::AID-EJSP824>3.0.CO;2-4](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0992(199705)27:3<313::AID-EJSP824>3.0.CO;2-4)
- Szepeswol, O. (2020). *The effect of childhood unpredictability on co-parenting relationships during the transition to parenthood: A life history approach*. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(8-9), 2438-2458. <https://doi.org/10.1177/0265407520918670>

- Thomas, J. C.; Letourneau, N.; Campbell, T. S.; Tomfohr-Madsen, L.; Giesbrecht, G. F. (2017). *Developmental origins of infant emotion regulation: Mediation by temperamental negativity and moderation by maternal sensitivity*. *Developmental Psychology*, 53(4), 611-628. <https://doi.org/10.1037/dev0000279>
- Thompson R. A. (1994). *Emotion regulation: a theme in search of definition*. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 25–52. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7984164/>
- Van Egeren, L. A., & Hawkins, D. P. (2004). *Coming to Terms With Coparenting: Implications of Definition and Measurement*. *Journal of Adult Development*, 11(3), 165–178. <https://doi.org/10.1023/B:JADE.0000035625.74672.0b>
- Vaz. F. M., Martins. C., & Martins. E. C. (2008). *Diferenciação emocional e regulação emocional em adultos Portugueses*. *Psicologia*, 22(2), 123–135. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v22i2.350>
- Wagner. A., Tronco. C. & Armani. A. (2011). *Os desafios da família contemporânea: Revisitando conceitos. Desafios psicossociais da família contemporânea: Pesquisas e reflexões*. Artmed.
- Warshak. R. A. (2014). *Social science and parenting plans for young children: A consensus report*. *Psychology, Public Policy, and Law*, 20(1), 46–67. <https://doi.org/10.1037/law0000005>.
- Weber. L. N. D., Prado. P. M., Viezzer. A. P., e Brandenburg. O. J. (2004). *Identificação de estilos parentais: O ponto de vista dos pais e dos filhos*. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17(3), 323-331. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722004000300005>
- Wegscheider-Crusé. S. (1999) *A vida depois do divórcio*. Publicações Europa-América.
- Whiteside, M. F. (1998). *The parental alliance following divorce: An overview*. *Journal of Marital and Family Therapy*, 24(1), 3-24. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1998.tb01060.x>
- Yusuf. M. S.. & Sim. C. C. (2016). *Relationship between parenting satisfaction and parenting styles of working mothers in a university in Malaysia*. *Journal Psikoislamedia*, 1, 279-289. <http://dx.doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i2.915>

Zimmermann P. (1999). Structure and functions of internal working models of attachment and their role for emotion regulation. *Attachment & human development*, 1(3), 291–306. <https://doi.org/10.1080/14616739900134161>