

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO



SÓS OU AMPARADOS?

**A PERCEÇÃO DE SUPORTE SOCIAL NUMA
AMOSTRA DE IMIGRANTES EM PORTUGAL**

Cátia Milene Duarte da Fonseca Graça

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

**(Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/Núcleo de Psicologia
Sistémica)**

2008

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO



SÓS OU AMPARADOS?

**A PERCEÇÃO DE SUPORTE SOCIAL NUMA
AMOSTRA DE IMIGRANTES EM PORTUGAL**

Cátia Milene Duarte da Fonseca Graça

Tese Orientada pelo Prof. Doutor Wolfgang Rüdiger Lind

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

**(Secção de Psicologia Clínica e da Saúde/Núcleo de Psicologia
Sistémica)**

2008

Agradecimentos

É quando escrevemos a última palavra, e finalmente suspiramos, com o alívio de mais uma meta cumprida, que temos uma imensa vontade de agradecer a todos aqueles que nos acompanharam nesse percurso e contribuíram positivamente para que ele chegasse ao fim.

Em primeiro lugar, à pessoa que mais de perto acompanhou esta investigação, ao meu Orientador Professor Doutor Wolfgang Lind, pela sua crença nesta investigação, pelo seu grande interesse no tema, mas sobretudo pela sua imensa capacidade de me motivar e fazer acreditar no meu trabalho, pela sua frontalidade, sentido de humor, dicas e apoio prático.

Ao Professor Doutor João Moreira, agradeço as ideias, a cedência de material de avaliação e bibliográfico e a ajuda estatística. Certamente que o seu apoio tornou este percurso mais fácil.

Agradeço também, aos meus colegas de trabalho e superiores hierárquicos pela compreensão manifestada face às exigências que uma tese à distância implica.

A todos os meus amigos e pessoas especiais na minha vida, agradeço todo o apoio emocional que me deram, toda a força, energia e positivismo que me transmitiram, toda a paciência para os momentos mais desesperantes e toda a tolerância perante as minhas ausências. Não posso deixar de agradecer particularmente à Catarina Joana, pela sua incansável disponibilidade e ajuda nos aspectos mais práticos da tese.

Finalmente, à minha família, muito em especial ao meu pai, que tão bem me soube ensinar a trabalhar e a ser perseverante e que acima de tudo, sempre me motivou para chegar mais longe.

Índice

Introdução.....	9
1. Revisão de Literatura.....	12
1.1. Pilares que Amparam: Suporte Social, Suporte Social Percebido e Rede Social.....	12
1.2. Imigração: Motivações e Factores de <i>Stress</i> ... Em Busca do Sonho “Português”...	14
1.3. O Entrosamento Cultural: Aculturação e Suporte Social.....	16
1.4. Sós ou Amparados? Imigração e Suporte Social.....	17
2. Estudo Empírico.....	21
3. Metodologia.....	23
3.1. Amostra.....	23
3.2. Instrumentos.....	24
3.3. Procedimento.....	27
4. Resultados.....	29
5. Discussão e Conclusões.....	35
5.1. Integração e discussão dos resultados empíricos.....	35
5.2. Conclusões gerais, limitações e pistas para futuras investigações.....	38
6. Bibliografia.....	42
Anexos.....	48
Apêndices.....	53

Índice de Tabelas

Tabela 1. Alfas de Cronbach da EPS pré-imigração e pós-imigração.....	29
Tabela 2. Médias da EPS na situação pré-imigração e pós-imigração.....	32
Tabela 3. Correlações entre os valores da EPS, sexo e tempo de imigração (em meses)	33
Tabela 4. Médias da EPS na situação pré-imigração e pós-imigração (população de Leste)	34
Tabela 5. Correlações entre os valores da EPS, sexo e tempo de imigração em meses (população de Leste)	34

Índice de Gráficos

Gráfico 1. Distribuição das Nacionalidades (%).....	30
--	----

Resumo

A presente investigação tem como principal objectivo averiguar o impacto da imigração sobre a percepção de suporte social. A amostra de imigrantes é constituída por 48 participantes, oriundos de países como a Ucrânia, Geórgia, Moldávia, Rússia, Brasil, China e Cabo-Verde. A média das idades é 34,67 anos e a média do tempo de permanência em Portugal é 50,38 meses. Dos participantes, 21 são do sexo feminino e 27 do sexo masculino. A percepção de suporte social foi avaliada através da EPS (Escala de Provisões Sociais, Cutrona e Russel, 1990). Avaliou-se a percepção de suporte social antes da imigração, retrospectivamente, através de uma adaptação da EPS, assim como depois da imigração. Os resultados indicam que a percepção de suporte social difere significativamente antes e depois da imigração, sendo maior na última situação. Os resultados indicam ainda, que a percepção de suporte social é independente dos anos de permanência em Portugal. Quando analisada isoladamente, a amostra de Leste não apresenta uma diferença significativa na percepção de suporte social global, antes e depois da imigração.

Palavras-chave: Imigração; Suporte Social.

Abstract

The principal objective of the present investigation is to study the impact of immigration in social support perception. The sample of immigrants is composed by 48 participants from countries such as Ukraine, Georgia, Moldavia, Russia, Brazil, China and Cabo-Verde. The average age is 34,67 years and the average time of residence in Portugal is 50,38 months. From participant, 21 are females and 27 are males. Perception of social support was assessed by SPE (Social Provisions Scale, Cutrona & Russel, 1990). The perception of social support was assessed before immigration, retrospectively, through an adaptation of SPE, and also after immigration. Results show that social support perception is significantly different before and after immigration, and is higher after immigration. Results show also, that the perception of social support is independent of the number of the time residence. However, for the Eastern population alone, no differences appear between social support perceptions before and after immigration.

Key-words: Immigration; Social Support.

Introdução

Dealing with the subject of cultural diversity is therefore a matter of balance between validating the differences among us and appreciating the forces of our common humanity.

McGoldrick (1998, p.8)

Os movimentos migratórios em Portugal contam-nos uma longa história. Durante o século XIV, os Portugueses, cansados de apenas, *plantados à beira mar* permanecer, iniciaram, com vontade de descobrir mais além, o movimento das migrações Portuguesas. De facto, durante muitos anos, Portugal foi essencialmente um país de emigrantes, movimento esse que se iniciou com os descobrimentos e que perdurou muito depois disso. Hoje, ainda é um país de emigrantes, mas é cada vez mais um país de imigrantes. A imigração em Portugal é representada, maioritariamente, por quatro grupos étnicos: os imigrantes de Leste, oriundos essencialmente da Ucrânia, Moldávia, Rússia, Croácia e Roménia; os imigrantes provenientes das antigas colónias Portuguesas em África, vindos de países como Angola, Guiné-Bissau, Cabo-Verde, Moçambique e São Tomé e Príncipe; os imigrantes da América do Sul, vindos do Brasil e Venezuela, particularmente do primeiro país (Vieira & Trindade, 2008) e por fim, o último e mais recente grupo, composto pelos Asiáticos, principalmente Chineses.

A imigração é actualmente um fenómeno mundial, consequência, em parte, da globalização que tem transcendido diversas fronteiras físicas e culturais (Greeff & Holtkamp, 2007). Dado este carácter mundial da imigração e de todas as questões que o fenómeno levanta (inclusão/exclusão social, multiculturalidade, discriminação, etc.) o debate tem-se acendido nas mais diversas esferas do conhecimento, sobretudo nas áreas da economia, análises políticas e sociais. Só mais recentemente, os aspectos psicológicos da imigração e o impacto do deslocamento e contacto com uma nova cultura, nos indivíduos e famílias, “subiram ao palco do conhecimento” (Kagitçibasi, 2003). Em Portugal, a investigação na área da Psicologia e Imigração é ainda mais escassa. Assim, surgiu a motivação básica na origem deste estudo, não só pela actualidade do tema, que merece toda a consideração e atenção, mas também pela vontade de compreender melhor alguns dos factores envolvidos neste fenómeno,

contribuindo para a evolução do conhecimento e aperfeiçoamento da intervenção psicológica com estas populações.

Segundo a teoria ecológica do desenvolvimento humano (Bronfenbrenner citado por Aksel, Gün, Irmak & Çengelci, 2007), a migração é uma transição ecológica que envolve uma mudança abrupta no contexto social, psicológico, cultural e físico. São inúmeros os autores (Aksel et al., 2007; Bennet & Boshoff, 1997; Shamai & Lev, 1999 citado por Greeff & Holtzkamp, 2007; McGuire & Martin, 2007; Rogler, 1994; Sluzki, 1992, 1998) a salientar o efeito *stressante*, daquela que poderá ser considerada uma das transições e mudanças mais radicais na vida de uma família ou de um indivíduo. Para Sluzki (1998), tal efeito adverso deve-se, em grande parte, à perda abrupta do nicho social pessoal. Por esse motivo, Rogler (1994) considera que o estudo psicológico das migrações deve ser, em primeira instância, o estudo da quebra e reconstrução das redes sociais, durante o processo de integração numa nova cultura. A perda do círculo, composto pelas relações íntimas com a família, amigos e vizinhos é fortemente angustiante.

Dada a pertinência do tema, o Suporte Social é efectivamente um dos assuntos mais abordados dentro da temática da imigração. O presente estudo, de carácter exploratório, pretende verificar essa questão, contudo abordando-a de forma diferente, do que tem sido feito até aqui. A revisão de literatura mostra que tal afirmação tem sido validada, usualmente, comparando grupos de imigrantes com grupos de não imigrantes (Aksel et al., 2007; May 1992; Oppedal e Røysamb 2004a; Yeh, Kim, Pituc & Atkins, 2008). Com este estudo pretende-se averiguar a percepção de suporte social dos próprios imigrantes, antes e depois de concretizada a imigração, verificando se realmente existem diferenças significativas na situação pré e pós-imigração. Levantam-se, então, as seguintes questões: Haverá diferenças significativas entre o Apoio Social percebido anterior à Imigração e posterior à Imigração? O Apoio Social percebido é inferior na situação pós-imigração? O Apoio Social percebido aumenta com os anos de permanência em Portugal?

Este estudo insere-se no âmbito da Psicologia Comunitária. Dada a natureza das nossas comunidades cada vez mais multiculturais, este campo da psicologia tem-se dedicado à investigação na área da cultura, mormente procurando actualizar e aprimorar a intervenção comunitária. Formar técnicos comunitários, com conhecimentos

multiétnicos e multiculturais, que compreendam e integrem a importância das noções de diversidade cultural e identidade pessoal é um importante foco da Psicologia Comunitária (Bankhead & Erlich, 2005; Gutiérrez et al., 2005). De igual forma, falar de Suporte Social é falar de Psicologia Comunitária, tal a centralidade que o conceito assume no campo (Barrera, 2000; Gottlieb, 1988; Gracia, 1997; Cohen et al., 2000; Gracia, Herrero, & Musito, 2002; Llitrá, 2002; Reboloso, Hernández, Fernández & Cantón, 2003; Sarason & Duck, 2000, citado por Hernández-plaza & Alonso-Morillejo, 2004;).

A tese está organizada em 3 partes. A primeira corresponde à revisão de literatura sobre o tema em estudo. São focados os fundamentos teóricos do suporte social, as suas relações com a imigração e estabelecidos os objectivos do estudo.

A segunda parte corresponde à área mais prática da tese, que se divide em metodologia e resultados. É descrita, pormenorizadamente, a forma como decorreu a investigação, os instrumentos utilizados e os resultados estatísticos obtidos.

Por fim, a última parte, concernente à discussão e conclusões gerais, aborda os resultados obtidos, integrando-os com a literatura revista, propõe hipóteses para resultados divergentes dos anteriormente encontrados, aborda as limitações da presente investigação e apresenta pistas para futuras investigações.

1. Revisão de Literatura

1.1. Pilares que Amparam: Suporte Social, Suporte Social Percebido e Rede Social

Antes de prosseguir, será útil clarificar as diferenças entre os três conceitos supramencionados, que serão referidos várias vezes ao longo do trabalho, e que por vezes parecem imiscuir-se uns nos outros, gerando confusões relativas aos seus significados.

O *Suporte Social* tem sido diferentemente definido na literatura ao longo dos anos, de acordo com os seus autores. A título de exemplo, Cobb (1976, citado por Sarason, Sarason & Pierce, 1990) definiu-o como a informação que conduz a três sentimentos possíveis: (a) o sentimento de ser desejado e cuidado; (b) o sentimento de ser amado, estimado e valorizado; (c) e por último, o sentimento de pertencer a uma rede recíproca. Barrera (2000) afirma que o suporte social é o conceito que tenta capturar as transacções de ajuda, que ocorrem entre pessoas que partilham a mesma casa, a mesma escola, a mesma vizinhança, o mesmo posto de trabalho, organização ou outros contextos comunitários. Por sua vez Cohen et al. (2000, citado por Wong, Yoo & Stewart, 2007) definem-no como os recursos sociais que os indivíduos percebem ter disponíveis, ou que lhes são efectivamente fornecidos por não profissionais, tanto no contexto de grupos de suporte formais, como no contexto de relações de ajuda informais. Muito frequente e mais concordantemente, o suporte social tem sido definido com base nas funções que desempenha. As funções mais citadas são: (a) *Suporte Emocional* (ter alguém que expressa simpatia, cuidado e aceitação pelo indivíduo, alguém que oferece conforto e segurança durante alturas de *stress*, levando o indivíduo a sentir-se acarinhado e desejado); (b) *Ajuda Instrumental ou Tangível* (fornecimento de recurso financeiros, ajudas domésticas, transporte e assistência física); (c) *Validação* (reforço das competências pessoais e auto-estima); (d) *Suporte Informal* (fornecimento de conselhos, informação ou guias relevantes, para solucionar problemas); (e) *Integração Social/Companheirismo* (sentir-se parte integrante de um grupo que partilha os mesmo interesses e preocupações/ter alguém com quem partilhar actividades recreativas e sociais) (Cutrona & Russel, 1990; Cohen et al., 2000 cit. pot Wong et al.,

2007); (f) uma última função do suporte social, definida por Weiss (1974, citado por Cutrona e Russel, 1990) é a *Oportunidade de Prestação de Suporte*. Weiss defende que para o bem-estar dos indivíduos é importante que estes se sintam úteis aos outros.

A literatura tem, unanimemente, afirmado que o suporte social tem efeitos benéficos na vida de cada um de nós. Os efeitos positivos do suporte social parecem estar relacionados directamente com a saúde. Este exerce um efeito moderador sobre o impacto negativo, para a saúde mental, de eventos de vida adversos, e contribui positivamente para o bem-estar geral e psicológico (Shen & Takeuchi, 2001 citado por Jasinskaja-Lathi & Liebkind, 2007; Cohen, Underwood & Gottlieb, 2000; House, Umberson & Landis, 1988; Lin, Dean & Ensel, 1986 citado por Hernández-plaza & Alonso-Morillejo, 2004; Cutrona, 1989, 1986; Cohen & Wills, 1985).

Existem essencialmente três formas de avaliar o suporte social. A primeira delas faz-se pela avaliação da *rede social*, a segunda pela avaliação do *suporte recebido*, ou seja o suporte que as pessoas realmente recebem ou afirmam ter recebido. A terceira forma avalia o *suporte social percebido*, portanto é avaliada a percepção que cada um detém, do suporte que possui disponível, se precisar dele (Sarason et al., 1990). Daqui se subentende, que o *Suporte Social Percebido* diz respeito à avaliação, ou apreciação cognitiva que o indivíduo faz dos recursos e relações que tem disponíveis, em caso de necessidade, mais do que a avaliação concreta ou objectiva do suporte que lhe é facultado. De facto, quando se realizam investigações, em que se avaliam as redes sociais e o suporte social recebido, as respostas dos receptores de suporte, não são necessariamente concordantes com as respostas dos “fornecedores” (Sarason, et al., 1990). As pesquisas na área do suporte social sugerem que, são os aspectos percebidos, mais do que, o que é realmente recebido, que estão relacionados com os meios, pelos quais os indivíduos lidam com as situações *stressantes*, e optimizam a saúde psicológica e física (Cohen & Wills, 1985; Cutrona, 1989; Jacobson, 1990; Blazer, 1982; Kessler & McLeod, 1984 cit. por Sarason et al., 1990).

A *Rede Social*, por sua vez, tem sido definida como a soma de todas as relações, que um indivíduo percebe como pessoalmente relevantes, e que contribuem para a formação de uma identidade pessoal, para o bem-estar individual, para gerarem sentimentos de competência e mestria e práticas relacionadas com a saúde e adaptação a

situações de crise (Sluzki, 1992). O conceito de rede social pode ser melhor entendido como uma materialização, ou uma abordagem estrutural de avaliação do suporte social, pois permite quantificar determinadas características, como o tamanho da rede, a densidade, reciprocidade, etc. (Barrera, 2000).

Para terminar as considerações relativas a estes conceitos, resta apenas enunciar dois modelos, que conceptualizam duas formas distintas, pelas quais o suporte social exerce o seu efeito positivo – o Modelo do Efeito Protector Contra o *Stress*¹ (*Support as a Stress Buffer*) e o Modelo do Efeito Principal (*Support as a Main Factor*). O primeiro preconiza que o suporte social apenas está relacionado com o bem-estar dos indivíduos, quando estes se encontram sobre grande *stress*. Assim, o suporte social teria a função de eliminar esse *stress*, protegendo os indivíduos dos efeitos nocivos dos eventos negativos. O segundo modelo considera que o suporte social exerce um efeito permanentemente positivo, independentemente de existir ou não uma situação de *stress*. O suporte social visto por este modelo está relacionado com um bem-estar generalizado, devido ao efeito positivo, ao sentimento de previsibilidade, estabilidade e valorização pessoal, que o suporte proporciona (Cohen & Wills, 1985).

1.2. Imigração: Motivações e Factores de *Stress*... Em Busca do Sonho “Português”

I have a dream.

(Martin Luther King, 1963)

¹ O termo *stress* será várias vezes citado ao longo deste trabalho, pela sua intrínseca relação com o tema da imigração e suporte social. Desta forma, fica apenas uma breve definição do termo, para que possa ser melhor entendido. Segundo Lazarus e DeLongis (1983) o *stress* é definido como um evento de vida que gera mudança e requer adaptação. Nesse processo de mudança e adaptação cada pessoa avalia os recursos, pessoais e ambientais, que tem para lidar com a situação. Se o indivíduo avalia que tem recursos suficientes para enfrentar a situação, sem qualquer ameaça, então ela não é definida como *stressante*. Se em vez disso, o indivíduo sente que não consegue resolver a situação, qualquer mínima perda poderá ser vivida como bastante ameaçadora (Coyne & Lazarus, 1980; Folkman & Lazarus, 1984; Lazarus, 1966, 1981 cit. por Cutrona e Russel, 1990).

Numa primeira análise aos motivos subjacentes à imigração, o senso comum parece conduzir-nos a uma visão redutora, mistificada no tão conhecido “Sonho Americano”. Contudo, o processo de imigração revela motivos e formas bastantes mais heterogéneas. Este pode envolver apenas um indivíduo, uma família, um grupo de indivíduos, ou um grupo de famílias. Os motivos mais comuns englobam: movimentações para estudar ou para procurar um emprego melhor, movimentações em busca de um futuro melhor, evitamento de perseguições políticas ou religiosas, casamentos ou reunificação a outros membros da família, já previamente deslocados. Pode ser um modo de vida intrínseco a um grupo de pessoas, como por exemplo os nómadas ou os ciganos, e por último, alguns grupos de pessoas, como por exemplo estudantes, antropólogos, diplomatas, estrelas de cinema ou música, ou trabalhadores caritativos podem ter que se deslocar internacionalmente, por curtos ou longos períodos de tempo (Bhugra, 2004). Kanaiaupuni (2000) sintetiza os principais motivos na origem da imigração em cinco grupos: investimentos de capital humano; estatuto sócio-económico; considerações familiares; redes sociais e oportunidades no estrangeiro.

Independentemente dos motivos que impelem a partida, a experiência de imigração acarreta sempre três transições fundamentais: a alteração e reconstrução das redes de suporte social; a extracção de um sistema sócio-económico para outro e a movimentação de um sistema cultural para outro (Rogler, 1994). Estas transições, embora, possam trazer novas oportunidades e esperanças, acarretam, inevitavelmente, inúmeras perdas e possíveis sentimentos de angústia e desorientação.

Yeh, Kim, Pituc & Atkins (2008), num estudo com estudantes chineses, revelam uma história de perdas, que vão desde o estatuto sócio-económico, aos papéis familiares, à perda de segurança nas interacções diárias e à perda da língua e cultura. Além destas perdas, uma das mais citadas na literatura e com consequências mais negativas, é a perda das redes de suporte social (Aksel et al., 2007; Oppedal & Røysamb, 2004a; Rogler, 1994; Safdar, Lay & Struthers, 2003; Sluzki 1992, 1998; Yeh et al., 2008). Muitas famílias de imigrantes experimentam, também, perdas nas suas carreiras e profissões anteriores, passando a trabalhar em posições inferiores, com ordenados inferiores (Espiritu, 1999 citado por Yeh et al., 2008). Contudo, as perdas são apenas uma face da moeda. Existem, ainda, uma série de factores de *stress* associados à imigração, mais particularmente à necessidade de adaptação a uma nova cultura. Entre os factores de *stress*, mais citados pela literatura, estão: as alterações no estatuto sócio-

económico, a perda das relações próximas, associada à necessidade de construir novas, diferentes formas de educação das crianças, pressão para o sucesso nas novas ocupações, estabelecimento de novas relações de trabalho, problemas familiares, envolvimento na comunidade, medo do desconhecido, sentimentos de solidão (Lev-Wiesel, 1999; Bennet & Boshoff, 1997; Munton & Forster, 1990, cit. por Greeff & Holtzkamp, 2007) e estabelecimento de novas relações secundárias (ex. médicos, igreja, etc.) (Greeff & Holtzkamp, 2007). As dificuldades de comunicação, especificamente as ligadas à língua, são outro dos desafios mais citados pelos imigrantes (Cheng, 1994; McDonnell & Hill, 1993; Yeh, Chang, Arora, Kim, & Xin, 2003, citado por Yeh et al., 2008). Como consequência, muitos imigrantes e refugiados estão associados a elevados níveis de somatização e problemas de humor (Berry, Kim, Minde, & Mok, 1987 cit. por Rogler, 1994).

1.3. O Entrosamento Cultural: Aculturação e Suporte Social

Intimamente ligado ao tema da imigração está o conceito de *aculturação*. Segundo Gibson (2001) a aculturação é o processo de adaptação e mudança cultural, que ocorre quando indivíduos de diferentes culturas entram em contacto. Este processo envolve mudanças e novas experiências na vida diária dos imigrantes, resultado do contacto com novos grupos culturais, formação de novas relações, e perda das anteriores (Redfield, Linton & Herskovits, 1936 citado por Safdar, Lay & Struthers, 2003). Essas experiências envolvem questões de identidade, valores, atitudes e comportamentos; os imigrantes necessitam adaptar-se a novos modelos comunicacionais e novas estruturas sociais (Pliskin, 1987 cit. por Safdar et al., 2003). Em todo este processo os indivíduos, as famílias e os grupos, experimentam níveis substanciais de *stress*, como já foi referido, ao que os investigadores chamam de *stress de aculturação*. Elevados níveis de *stress* de aculturação, estão altamente correlacionados com falta de suporte social (Thomas & Choi, 2006; Shen & Takeuchi, 2001 citado por Oppedal, Røysamb & Sam, 2004b). Através do processo de imigração, as necessidades emocionais dos indivíduos aumentam marcadamente, enquanto as suas redes de suporte social são severamente perturbadas. Ligações cruciais são deixadas para trás e as necessidades individuais são fracamente preenchidas, seja pelas novas relações, seja pelos membros da família, se a família se movimenta junta. Se assim acontece, todos os membros da família se

encontram sob *stress*, e por isso menos disponíveis uns para os outros (Sluzki, 1992). Perante esta situação, o suporte social não só ajudaria a aliviar o *stress* relacionado com a aculturação, como a sintomatologia depressiva, frequentemente, associada (Choi, 1997 citado por Thomas & Choi, 2006).

Embora, os dois conceitos, a aculturação e o suporte social, se encontrem estritamente relacionados, não é objectivo deste estudo analisar as inter-relações entre eles, apenas o suporte social assume o protagonismo do estudo. As considerações tecidas em volta da aculturação servem apenas para que se compreenda melhor o processo de imigração, permitindo ainda salientar a importância e pertinência de estudar o suporte social, conceito chave neste processo.

Será, ainda, importante, salvaguardar, que nem só de angústias se faz a imigração. Alguns autores como Rogler (1994), Kuo e Tsai (1986) salientam também os efeitos positivos que a imigração poderá trazer. A imigração poderá ser vista como uma possibilidade para novas experiências, novas aprendizagens e oportunidades, que permitirão desenhar um caminho de crescimento pessoal, composto por sentimentos de satisfação e até renovação. Kuo e Tsai (1986) afirmam que o caminho para uma imigração bem sucedida está no desenvolvimento de estratégias activas, para cultivar novas redes sociais, na sociedade receptora. O ajustamento psicológico desejado, como resultado de uma boa adaptação à imigração, encontra-se em indivíduos que manifestam elevados níveis de auto-estima, sentimentos de domínio sobre o ambiente, autonomia percebida, competências biculturais percebidas e elevados níveis de suporte social. Os estudos têm demonstrado que um elevado grau de suporte social percebido diminui o impacto do *stress* de aculturação e ajuda os indivíduos a lidar com as pressões de viver num ambiente bicultural (Kuo & Tsai, 1986; Safdar et al, 2003). O suporte social pode ser entendido como um factor de *stress*, quando está em falta e como um factor de resiliência quando utilizado para fazer face às dificuldades sentidas na imigração.

1.4. Sós ou Amparados? Imigração e Suporte Social

"As pessoas que deixam o seu país para vir para Portugal não imaginam o que as espera", diz-se, em russo, no filme " Lisboetas". Um largo sorriso exhibe uma dentadura de ouro, os olhos são de quem se sente perdido. No balcão de atendimento do Serviço de Estrangeiros e

Fronteiras, os rostos vão-se sucedendo, mas o olhar é sempre o mesmo quando, do lado de cá, o questionário e a burocracia apertam.”

(Lisboetas, 2006)²

Até aqui já é claro o papel que o suporte social desempenha na imigração, seja como perda, como elemento de *stress* ou como factor de resiliência. Mas o que dizem os estudos empíricos mais especificamente sobre esta relação?

Relativamente à primeira questão de investigação, colocada neste estudo - “Haverá diferenças significativas entre o Apoio Social percebido anterior à Imigração e posterior à Imigração?” - as investigações encontradas, que procuram verificar se os imigrantes sentem ou percebem uma diferença significativa no suporte social, foram maioritariamente realizadas com adolescentes.

Oppedal e Røysamb (2004a) estudaram 633 adolescentes, imigrantes em Oslo, na Noruega, com o objectivo de investigar as diferenças ao nível da saúde mental, eventos de vida *stressantes* e suporte social. Desses adolescentes, 42% eram filhos de pais imigrantes, contudo já tinham nascido na Noruega, e os restantes 58% da amostra eram oriundos de países como o Paquistão, Turquia, Vietname, ex-Jugoslávia, África e países da América Latina. O suporte social foi avaliado nos aspectos do suporte emocional e ajuda instrumental. Os adolescentes imigrantes reportaram, significativamente, menos suporte social global do que os seus colegas nacionais, assim como menos suporte social de cada uma das suas redes sociais. As raparigas foram quem manifestou níveis mais baixos de suporte social global, particularmente, menos suporte da família e dos colegas de turma. Nos rapazes, o suporte social vindo da família, amigos e professores foi o que obteve resultados mais baixos. Em geral, os adolescentes imigrantes percebem níveis mais elevados das suas redes de suporte social informais, como amigos e família, quando comparadas com as redes formais, como colegas de turma e professores.

Num outro estudo de Aksel et al., (2007), com 305 adolescentes migrantes na Turquia, entre os 12 e os 15 anos, verificou-se, igualmente, que os adolescentes que

² Excerto retirado da Sinopse do Documentário sobre imigração “Lisboetas”, em <http://www.atalantafilmes.pt/2006/lisboetas/index.htm>

migravam revelavam resultados mais baixos em escalas de auto-estima, satisfação com a vida, e possuíam menos pessoas nas suas redes de suporte social, em comparação com os seus homólogos não migrantes. O objectivo deste estudo era investigar a influência da migração involuntária, numa amostra de adolescentes, que se movimentou com as suas famílias para uma, ou duas localizações culturalmente diferentes, dentro da Turquia. Neste estudo não se fala em adolescentes imigrantes, pois as mudanças foram feitas dentro do próprio país. No entanto, sendo a Turquia um país dividido entre dois continentes diferentes, naturalmente existirão diferenças culturais, entre diferentes zonas do país.

Um último estudo com imigrantes adolescentes nos Estados Unidos da América, neste caso chineses, em que a metodologia de investigação utilizada foi o *focus group*³, corrobora mais uma vez os resultados já citados (Yeh et al., 2008). Neste estudo foram realizados vários *focus group*: quatro com grupos de alunos, dois com grupos de pais, um com conselheiros escolares e outro com outras pessoas das redes de suporte social dos adolescentes. Sintetizando, os resultados mostram que os imigrantes experienciam uma intensa perda no suporte social. As elevadas horas de trabalho não lhes deixam espaço para socializar nem com a família, nem com os amigos. O baixo estatuto sócio-económico, a falta de mestria na língua e as mudanças na estrutura e dinâmicas familiares dificultam ainda mais a construção de novas redes de suporte. Os jovens imigrantes chineses assumem, frequentemente, o papel parental o que os leva a sentir muito pouco apoiados pelos pais. Aliás, a falta de suporte social verifica-se a todos os níveis ecológicos: pessoal, amigos, família e escola (Yeh et al., 2008).

O único estudo encontrado, com adultos, que avalia a perda de suporte social após a imigração, foi realizado por May (1992) com 73 imigrantes Árbes-Americanos. O objectivo do estudo era avaliar a percepção parental das redes de suporte social, a percepção de suporte social e avaliar a percepção parental de comportamentos de procura de ajuda, relacionados com a saúde das crianças. Os resultados dos pais, relativos ao suporte emocional, incluindo afecto e afirmação, ajuda instrumental e suporte social global, foram significativamente mais baixos, quando comparados com a

³ O *focus group* é uma metodologia de investigação, que pode ser definida como um grupo de discussão, com a duração de uma hora ou duas, em que são abordadas uma série de questões, à volta de um tema predefinido. Os grupos consistem, normalmente entre cinco a oito pessoas, que são guiadas pela discussão por um moderador ou facilitador (Robinson, 1999).

amostra de não imigrantes. Os familiares e relativos são referidos como as grandes fontes de suporte social, ao passo que na amostra de não imigrantes, eram os amigos a principal fonte de suporte.

No que toca à percepção de suporte social, ao longo dos anos de imigração, outra das questões principais deste estudo, poucos são, também, os estudos a falar a esse respeito.

Num estudo com 91 imigrantes recém-chegados da América Central, nos EUA foram estudadas as redes de suporte social (Leslie, 1992). Os resultados revelaram que as redes de suporte social eram caracterizadas pela sua reduzida dimensão (53% das pessoas nomearam 5 ou menos pessoas) e preenchidas essencialmente por familiares. No entanto, as interacções entre os membros das redes parecem ser em grande quantidade e simbolizar uma grande fonte de suporte. Estas são, igualmente, densas (Leslie, 1992). Embora, possa parecer consequência do tempo curto de estadia, o facto de as redes serem tão pequenas e densas, outros estudos têm mostrado que, mesmo em imigrantes com vários anos de imigração, as redes continuam a ser igualmente pequenas, densas e essencialmente preenchidas por familiares. Griffith & Villavicencio (1985, citado por Leslie, 1992) demonstraram, com base nos seus resultados, que parece não haver diferenças significativas no número de pessoas vistas como significantes, para os imigrantes, quer estes estejam no país receptor há três meses ou há três anos. Não, obstante, o facto de estarmos a falar de redes e não de percepção de suporte social e, portanto, redes pequenas, não significam necessariamente uma baixa percepção de suporte social, elas poderão ser consideradas um indicador disso. Como Sluzki (1992) explica, quando uma família se muda, cada membro deixa para trás numerosos segmentos da sua rede social pessoal, ainda que mantenha contacto com alguns desses membros à distância, outras relações são definitivamente perdidas. Este período corresponde a uma período de luto, que na prática é diminuído ou saltado pela pressão da adaptação ao novo ambiente. Os recursos adaptativos necessários para fazer face a esta situação incluem a capacidade de desenvolver uma nova rede que reponha, pelo menos, em parte, os laços e as funções perdidas durante o processo de migração. Enquanto este processo decorre muitas das funções anteriormente satisfeitas pela antiga rede social, permanecem vazias. Durante esse período que pode durar anos, a família fica particularmente *stressada* e cada membro da família está tanto em falta como cada um dos outros membros, mas por esse mesmo motivo, pouco disponível para qualquer

um dos outros membros. As novas redes construídas no novo ambiente são constituídas pelos membros que restam da antiga rede, os membros que se movimentaram em conjunto e as novas ligações estabelecidas. Quando comparadas com as antigas redes, estas permanecem mais pequenas durante algum tempo, mais desigualmente distribuídas, com uma menor densidade e um repertório de funções mais restrito, menos multidimensional, recíproco e intenso. Todos estes factores criam uma rede que é insuficiente e propensa a sobrecarga, ou seja, mais expectativas são centradas em menos relações o que pode conduzir à descompensação.

No estudo já supramencionado de Griffith & Villavicencio (1985, citado por Leslie, 1992) os autores verificaram, ainda, que a segunda e terceira geração de Mexicanos Americanos tinham mais contacto com membros da rede e redes mais alargadas do que os imigrantes de primeira geração. Contrariamente às suas expectativas, eles encontraram que as gerações mais tardias dependiam mais dos parentes e estavam mais envolvidos em comportamentos recíprocos de ajuda, do que os imigrantes mais recentes. Griffith e Villavicencio sugerem que, talvez, o que os seus dados indicam é a diferença entre redes já estabelecidas e redes transitórias, como são aquelas dos recém-chegados. Novas redes tem a falta da consistência e reciprocidade de uma rede construída ao longo de vários anos. Ainda um outro estudo, realizado com imigrantes idosos, de nacionalidade Chinesa e Coreana, em que foi avaliada a percepção de suporte social, evidencia resultados semelhantes. Wong et al. (2006) verificaram não existir qualquer correlação entre a percepção de suporte social e número de anos de imigração.

2. Estudo Empírico

O presente estudo pretende investigar o impacto da imigração na percepção de suporte social, numa amostra de imigrantes de várias nacionalidades. Ao invés de o estudo se realizar com uma amostra de imigrantes de um só grupo étnico, é utilizada uma amostra diversificada em termos étnicos. Tal aconteceu por dois motivos. Por um lado pela maior facilidade de recolher um número de questionários passíveis de serem avaliados, por outro lado, pelo impacto universal que o suporte social parece adquirir na

situação de imigração, independentemente da nacionalidade. Neste estudo estão representados imigrantes dos grandes grupos étnicos de imigração em Portugal: imigrantes de Leste, Asiáticos, Africanos e Sul-Americanos.

O estudo pretende averiguar a percepção de suporte social dos imigrantes, em Portugal, e verificar se existem diferenças significativas relativamente á percepção de suporte social antes da imigração em comparação com a situação actual de imigração. Os objectivos deste estudo são bastantes humildes. De facto, não se pretendem dar passos de gigante no avançar do conhecimento, mas começar a dar pequenos passos e impulsionar a investigação sobre o tema da imigração em Portugal, no campo da Psicologia.

Sendo o presente estudo de carácter exploratório, não foram definidas hipóteses de investigação, apenas questões de partida, que permitirão começar a conhecer um pouco melhor o tema em questão. Foi definida uma questão principal e dentro dessa duas questões mais específicas, são elas:

1. Haverá diferenças significativas entre o Apoio Social percebido anterior à Imigração e posterior à Imigração?

1.1 O Apoio Social percebido é inferior na situação pós-imigração?

1.2 O Apoio Social percebido aumenta com os anos de permanência em Portugal?

3. Metodologia

3.1. Amostra

A amostra estudada, composta por imigrantes de várias nacionalidades, residentes em Portugal, é constituída por 48 participantes, 21 do sexo feminino e 27 do sexo masculino. As idades dos participantes estão compreendidas entre os 20 e os 53 anos, $M=34,67$ anos. Entre as nacionalidades representadas estão a ucraniana, brasileira, georgiana, moldava, russa, cabo-verdiana e chinesa.

Foram definidos cinco critérios de selecção dos imigrantes para a participação no estudo. Os critérios definidos para inclusão na amostra foram:

- (1) *ser Imigrante* de qualquer nacionalidade. Considera-se imigrante aquele que sai do seu país de origem para se estabelecer num país estrangeiro (infopédia, n.d.)
- (2) *ter vindo para Portugal para trabalhar, para estudar na universidade, ou com qualquer outro objectivo*, desde que o próprio não tenha vindo inicialmente a acompanhar familiares e tenha integrado níveis de ensino inferiores ao universitário. O critério foi assim definido, por se considerar que os graus de escolaridade inferiores ao universitário poderão ser mais facilitadores da integração social e da formação de redes de suporte social. As escolas são uma arena única para a integração sócio-cultural, os professores e os colegas de turma podem ter um papel adicional, como comunicadores da cultura maioritária e servir de pontes entre a cultura anfitriã e a cultura minoritária (Oppedal & Røysamb, 2004a).
- (3) *ter idade igual ou superior a 18 anos*, pois o instrumento de avaliação é vocacionado para a avaliação de adultos;
- (4) *estar em Portugal no máximo há oito anos*, não se tendo considerado tempos de permanência superiores, para evitar enviesar a avaliação retrospectiva do suporte social percebido;

- (5) *ser capaz de ler e compreender uma pequena notícia de um jornal português*, o que foi pensado como um indicador da capacidade de ler e compreender a EPS na versão portuguesa.

3.2. Instrumentos

Nesta investigação utilizou-se apenas um instrumento de avaliação, adaptado a duas situações temporais diferentes: a situação de pré-imigração, avaliada retrospectivamente e a situação pós-imigração, avaliada no presente. O instrumento escolhido foi a versão portuguesa da Social Provisions Scale - Escala de Provisões Sociais (EPS) - de Cutrona e Russell (1987, citado por Moreira & Canaipa, no prelo). Esta versão foi elaborada a partir do original inglês, traduzida por Moreira e validada por Moreira e Canaipa (no prelo).

A Escala de Provisões Sociais tem por base o modelo multidimensional de Apoio Social Percebido do sociólogo Robert Weiss (1974, citado por Cutrona, 1984), que preconiza a existência de seis provisões sociais relacionais. De acordo com este autor, as provisões referem-se a recursos específicos, fornecidos ao indivíduo pela sua rede social e que são imprescindíveis para fazer face às várias situações de vida. As seis provisões identificadas por Weiss são (a) *Vinculação* - desenvolve-se nas relações mais íntimas, que asseguram um sentimento de segurança emocional e partilha; (b) *Integração Social* – proveniente de uma rede de relações onde o indivíduo tem a possibilidade de partilhar interesses e actividades sociais; (c) *Oportunidade de Prestação de Cuidados* – deriva de relações onde o indivíduo desempenha um importante papel na promoção do bem-estar dos outros; (d) *Reafirmação do Valor* – oportunidade de obter, da rede de relações, valorização das qualidades e competências pessoais; (e) *Aliança Fiável* - reflecte o sentimento de possuir uma relação forte e segura, que permite contar com ajuda disponível, sob qualquer circunstância e (f) *Aconselhamento* – refere-se ao apoio recebido através de relações de confiança, com pessoas de autoridade ou maior experiência, que aconselham, orientam e fornecem apoio emocional (Cutrona, 1984; Moreira & Canaipa, no prelo).

Estas seis provisões foram operacionalizadas por Cutrona e Russel e em 1978 foi construída a primeira versão da Escala de Provisões Sociais. A cada provisão correspondiam duas afirmações, uma no sentido positivo e outra no sentido negativo, formando um total de 12 afirmações. Posteriormente foram acrescentadas mais 12 afirmações, duas para cada provisão, com o objectivo de aumentar o nível de precisão dos resultados. Os coeficientes alfa, para cada subescala, daí resultantes, variaram entre 0,65 e 0,76, enquanto a precisão da sua pontuação total foi de 0,91 (Cutrona & Russell, 1987, cit. por Moreira & Canaipa, no prelo). Para testar a existência das seis provisões, postuladas por Weiss, os autores da escala, levaram a cabo uma análise factorial confirmatória, com uma amostra de 1792 indivíduos. O modelo factorial demonstrou um bom ajustamento, onde os factores encontrados correspondiam claramente às seis provisões sociais. Uma análise factorial de segunda ordem evidenciou a existência de um factor de apoio social geral que, de acordo com os autores, revela o facto de as seis subescalas avaliarem diferentes facetas do mesmo construto – Apoio Social Percebido (Cutrona & Russell, 1990; Moreira & Canaipa, no prelo).

Num estudo mais recente de Moreira e Canaipa (no prelo), os autores efectuaram uma análise factorial exploratória e outra confirmatória, com uma amostra de 182 estudantes universitários. Da análise factorial exploratória, apenas sobressaíram dois factores que, contudo, não contrariam os pressupostos da escala original, mas antes evidenciam uma importante distinção no conceito de apoio social. Os autores denominaram esses dois factores de *Apoio Íntimo* e *Apoio Casual*. No primeiro factor saturam os itens correspondentes aos itens das subescalas Aconselhamento, Aliança Fiável, Oportunidade de Prestação de Cuidados e Vinculação; no segundo factor, os itens correspondentes às subescalas Reafirmação do Valor e Integração Social. Deste modo, o factor *Apoio Íntimo* parece congrega os itens que se relacionam, predominantemente, com o apoio fornecido através de relações em que existe um maior grau de intimidade e afectividade e que transmitem segurança emocional e partilha de afectos. O factor *Apoio Casual* parece estar ligado aos itens que se relacionam com aspectos mais sociais do apoio, como são a necessidade de partilha de actividades e a valorização das competências pessoais, alcançados em relações mais superficiais do que as primeiras. Os valores dos alfa de Cronbach para os dois factores encontrados são 0,86 para o factor Apoio Íntimo e 0,71 para o factor Apoio Casual (Moreira & Canaipa, no prelo).

Na análise factorial confirmatória verificou-se a existência de seis factores, em que o modelo revelou um razoável ajustamento aos dados $\chi^2 (237) = 434,64, p < 0,0005$, GFI= 0,82, RMSEA = 0,069. Desta forma, os autores consideram que há vantagem em utilizar as seis subescalas em separado, em comparação com a utilização de duas, e que a utilização de duas subescalas é mais vantajosa, em relação à utilização da escala global. Segundo Moreira e Canaipa (no prelo) as três soluções podem ser admissíveis, deixando em aberto uma diversidade de opções, quanto à forma de utilizar os resultados da EPS.

Nesta investigação, como já foi referido, cada indivíduo respondeu duas vezes à EPS. Numa das aplicações a escala foi mantida idêntica à versão traduzida e validada para Portugal. Na outra foram alterados os tempos verbais, em que todos passaram para a forma verbal do pretérito imperfeito do indicativo, e foram alteradas as instruções do cabeçalho. Assim, em vez de se pedir para o indivíduo responder pensando “(...) nas suas actuais relações”, foi pedido para que pensassem “(...) nas suas relações passadas (ou seja as relações que tinha quando estava no seu país) (...)” (ver Anexo I). Desta forma, pretendeu-se avaliar retrospectivamente a percepção de apoio social, na situação de pré-imigração e a percepção de apoio social na situação pós-imigração em Portugal.

Os participantes utilizaram uma escala de Likert que varia entre 1 e 4 (1 *Discordo Fortemente*; 2 *Discordo*; 3 *Concordo* e 4 *Concordo Fortemente*), para definir a sua percepção de apoio social relativamente a cada uma das 24 afirmações que compõem a escala. São exemplos dessas afirmações as seguintes frases: “Sinto que não tenho relações próximas com outras pessoas” ou “Sentia que não tinha relações próximas com outras pessoas”; “Há pessoas que admiram os meus talentos e capacidades” ou “Havia pessoas que admiravam os meus talentos e capacidades” conforme estivesse a ser avaliada a percepção de apoio social presente ou passada, respectivamente (ver Anexo I).

Previamente à aplicação das Escalas, os participantes responderam ainda a um pequeno questionário para a recolha de dados sócio-demográficos (ver Apêndice II). Além das questões referentes aos dados sócio-demográficos, este incluía duas questões iniciais, que tinham como objectivo despistar a possibilidade de os participantes poderem ser integrados na amostra. Uma das questões referia-se à capacidade de leitura

e compreensão da Língua Portuguesa e a outra referia-se aos objectivos da vinda para Portugal. Para efeitos de caracterização da amostra, considerou-se a questão relacionada com os objectivos da vinda para Portugal como uma questão mista, ou seja, uma questão de despiste e uma questão de caracterização da amostra. É importante referir que a apresentação do questionário sócio-demográfico e das Escalas era precedida por um pequeno texto explicativo do estudo (ver Apêndice I).

Os motivos subjacentes à escolha desta Escala residiram em algumas das suas características já abordadas. A sua faceta de avaliação, assente num modelo multidimensional do Apoio Social Percebido é sem dúvida uma das suas mais-valias, ou mesmo tempo que avalia um construto global – o Suporte Social Percebido. O elevado nível de precisão do construto global e o bom nível de precisão das subescalas e factores de segunda ordem, encontrados por Moreira e Canaipa (no prelo), foi sem dúvida decisivo para a escolha realizada. Por fim, e sendo a amostra unicamente constituída por imigrantes, que poderiam ou não utilizar o Português como língua mãe, ponderou-se também, o baixo número de itens e a simplicidade da linguagem, tentando assim, colmatar possíveis dificuldades dos respondentes.

3.3. Procedimento

Recolha da Amostra:

A selecção da amostra estudada ocorreu através do método de amostragem por conveniência. Os participantes que a compõem residem em Beja e Lisboa, maioritariamente na primeira cidade. A escolha destas cidades relacionou-se com a área de residência e contactos da entrevistadora.

O método de recolha incluiu duas actividades de grupo: uma viagem de imigrantes de Leste a Fátima, em que foi pedido a um dos elementos de grupo com fluência em Português para distribuir e recolher os questionários durante a viagem; uma missa em Ucrainiano, onde no final da mesma, foi pedido, pela entrevistadora, ao grupo de pessoas que assistiam, para responderem os questionários. Incluiu, ainda, vários

contactos individuais, feitos essencialmente em postos de trabalho (e.g. lojas, cafés, etc.) e na rua. Em algumas circunstâncias os questionários foram entregues e respondidos no próprio momento, noutras circunstâncias, a pedido dos participantes, os questionários foram entregues e recolhidos mais tarde.

Na abordagem com os imigrantes foi sempre seguido o mesmo procedimento. Primeiramente a entrevistadora apresentava-se e explicava o âmbito do estudo que estava a ser efectuado, pedindo o consentimento dos indivíduos para participarem. Após o seu consentimento, eram-lhes colocadas as questões de despiste. Se os indivíduos correspondessem, então, ao perfil desejado, era-lhes explicado a forma de responder ao questionário. Sempre que foi possível a entrevistadora permaneceu na presença dos participantes, para que estes pudessem colocar dúvidas.

Análise Estatística:

Os dados recolhidos foram analisados utilizando o SPSS (Statistical Packages for the Social Sciences) versão 12.0. Primeiramente foram invertidos os itens formulados no sentido negativo, que correspondem aos itens 2, 3, 6, 9, 10, 14, 15, 18, 19, 21, 22, 24.

Após o cálculo do valor total da escala, subescalas e factores de segunda ordem foram analisados os alfas de Cronbach. Desta análise resultaram algumas decisões: (1) a não utilização das subescalas, na análise dos resultados, por evidenciarem alfas de Cronbach demasiado baixos e (2) a eliminação do item 9 (“Não penso que as outras pessoas respeitam as minhas competências e habilidades”). Verificámos que se eliminássemos o item 9, o nível de consistência interna da EPS aplicada à situação pós-imigração subia expressivamente, assim como subia o alfa de Cronbach do factor Apoio Casual, dessa mesma escala. Feita uma análise mais acurada do item, observámos que este se encontrava formulado de forma bastante complexa, gerando dúvidas na forma de responder, inclusive nos investigadores.

Posteriormente, e uma vez que existiam alguns *missings* na amostra e que com eles se tornava impossível o cálculo de todos os valores totais das escalas, subescalas e factores de segunda ordem, encontrados por Moreira e Canaipa (no prelo), optámos por fazer a substituição manual dos *missings*, através da moda de cada item. Todos os testes

de significância e correlações foram efectuados com a base de dados composta sem *missings*. Esta substituição revelou-se bastante pertinente, neste estudo em particular, pois caso contrário o número de casos viáveis para a efectivação dos testes de significância tornava-se muito reduzido.

Da observação das correlações, e muito embora a análise que irá ser referida não seja estatisticamente significativa, surgiram os seguintes passos. Após verificarmos que existia uma correlação negativa entre a variável Nacionalidade e o Apoio Casual na situação pré-imigração e termos verificado que as nacionalidades às quais foram atribuídas números menores correspondiam aos participantes de Leste, surgiu-nos a ideia de analisar essa parte da amostra à parte. Foram então seleccionados os indivíduos de Nacionalidade Ucraniana, Russa, Moldava e Georgiana e constituída uma nova base de dados. Para essa base de dados foram, novamente calculados testes de significância e correlações. Esta amostra foi designada como a *sub-amostra de Leste*.

4. Resultados

Estudos Preliminares sobre a EPS

Devido às características particulares da amostra, ser pequena e composta por imigrantes, e pelo facto de ter sido feita uma adaptação da EPS (situação pré-imigração) foram calculados os alfas de Cronbach do construto global e dos factores Apoio Íntimo e Apoio Casual. Os resultados estão expostos na tabela em baixo.

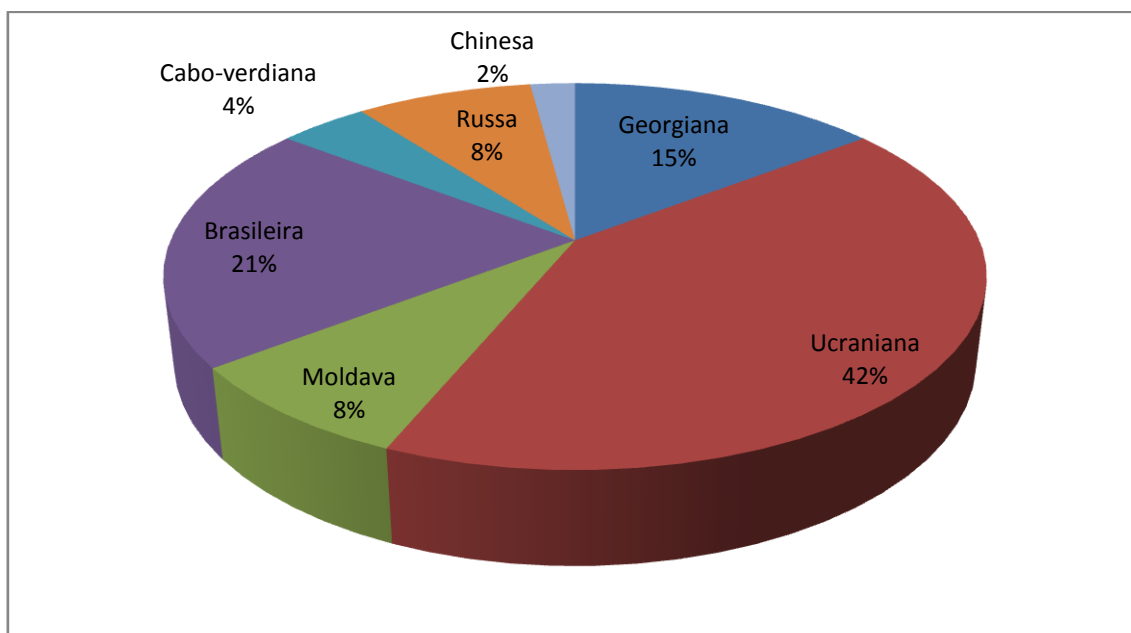
Tabela 1. Alfas de Cronbach da EPS pré-imigração e pós-imigração

	EPS pós- imigração	Apoio Íntimo pós- imigração	Apoio Casual pós- imigração	EPS pré- imigração	Apoio Íntimo pré- imigração	Apoio Casual pré- imigração
Alfas de Cronbach sem item 9	0,87	0,74	0,64	0,77	0,64	0,48

Características sócio-demográficas

Dos 48 participantes neste estudo, verificou-se que 16,7% (N=8) vieram para Portugal com o objectivo de “Estudar na Universidade”; 70,8% (N=34) vieram para “Trabalhar” e os restantes 12,5% (N=6) vieram por outros motivos. Relativamente ao sexo, 43,8% (N=21) da amostra é representada por imigrantes do sexo feminino, enquanto 56,3% (N=27) são imigrantes do sexo masculino. A idade dos participantes varia entre os 20 e os 53 anos, como já foi referido, sendo a média das idades 34,67 anos, com um desvio padrão de 8,82 anos. O tempo de imigração, ou seja, o tempo de residência em Portugal, calculado em meses, varia entre 2 a 96 meses, que corresponde precisamente a 8 anos, com uma média de 50,38 meses e um desvio padrão de 29,71. No que concerne ao acompanhamento de terceiros à vinda para Portugal, 33,3% (N=16) da amostra reportou ter vindo sozinha para Portugal, 41,7% (N=20) acompanhada por familiares e 25% (N=12) acompanhada por amigos. A distribuição das nacionalidades, na amostra, encontra-se melhor representada no Gráfico 1.

Gráfico 1. Distribuição das Nacionalidades (%)



A sub-amostra de Leste é constituída por 35 imigrantes, dos quais 45,7% (N=16) são do sexo feminino e 54,3% (N=19) do sexo masculino. A idade dos imigrantes de Leste varia entre os 20 e os 53 anos, sendo a média igual a 36,86 anos, com um desvio padrão de 8,65 anos. O tempo de imigração na sub-amostra de Leste assemelha-se ao da amostra geral, variando entre os 3 e os 96 meses, com um desvio-padrão de 29,18 meses. Relativamente ao acompanhamento na vinda para Portugal, na sub-amostra de Leste, a forma mais comum, contínua a ser o acompanhamento por familiares, abarcando 48,6% da amostra (N=17). Dos restantes imigrantes de Leste 22,9% (N=8) vieram sozinhos e 28,6% (N=10) acompanhados por amigos.

Suporte Social na Amostra Geral

Para verificar as diferenças no suporte social percebido, relatadas nas situações de pré-imigração e pós-imigração, foram calculados os valores médios do construto global, ou seja os valores totais da EPS nas duas situações (Tabela 2). A média do valor total da EPS na situação pré-imigração foi 60,92, com um DP de 7,76. O valor total da EPS, aplicada à situação de pós-imigração, obteve uma média de 65,19, com um desvio padrão de 8,64. Os dados indicam uma diferença estatisticamente significativa entre a percepção de suporte social na situação de pré-imigração e pós-imigração, em que $t=2,460$, $p<,05$. Relativamente aos factores Apoio Casual e Apoio Íntimo, na situação pré-imigração a média corresponde a 19,54, com um DP de 2,53 e 41,38, com um desvio-padrão de 6,06, respectivamente. Após a imigração, ao factor Apoio Casual corresponde uma média de 18,69, com um desvio padrão de 3,67, ao factor Apoio Íntimo uma média de 46,50, com um desvio padrão de 6,11. Apenas a diferença entre Apoio Íntimo, prévio e posterior à imigração, é significativa ($t= 3852$, $p<,05$), sendo superior no pós-imigração.

Tabela 2. Médias da EPS na situação pré-imigração e pós-imigração

	Média	Desvio Padrão	T-Test	Sig. (2-tailed)
EPS pré-imigração –	60,92	7,76	2,460	,018*
EPS pós-imigração	65,19	8,64		
Apoio Íntimo pré- imigração –	41,38	6,06	3,852	,000*
Apoio Íntimo pós- imigração	46,50	6,11		
Apoio Casual pré- imigração –	19,54	2,53	- 1,233	,224
Apoio Casual pós- imigração	18,69	3,67		

*A correlação é significativa a um nível de significância para $p < ,05$

Da análise da relação, entre as variáveis demográficas e o Suporte Social, apenas a variável *sexo* surge significativamente correlacionada com a percepção de suporte social. Para efectuar esta correlação foi utilizado uma correlação de Spearman, porque a variável *sexo* constitui uma variável dicotómica. São os imigrantes do sexo feminino⁴ que revelam uma percepção de suporte social mais elevada. Contudo, essa correlação, apenas é significativa com o Suporte Social Percebido global ($r = -,317, p < ,05$) e o factor Apoio Íntimo ($r = -3,54, p < ,05$), na situação pós-imigração (Tabela 3). Para avaliar a relação entre o tempo de imigração e o Suporte Social foi utilizada uma correlação de Pearson, por se tratar de duas variáveis intervalares (Bryman & Cramer, 1993). No entanto, não foram encontradas correlações estatisticamente significativas.

⁴ Para efeitos de análise estatística foi atribuído ao sexo feminino o número 0 e ao sexo masculino o número 1, logo quando a correlação é negativa, favorece o sexo feminino e quando é positiva o sexo masculino.

Tabela 3. Correlações entre os valores da EPS, sexo e tempo de imigração (em meses)

	EPS pós- imigração	Apoio Íntimo pós- imigração	Apoio Casual pós- imigração	EPS pré- imigração	Apoio Íntimo pré- imigração	Apoio Casual pré- imigração
Tempo Imigração Correlação de Pearson	-,071	-,075	-,042	,037	,031	,040
Sexo Correlação de Spearman	-,317*	-,354*	-,161	,169	,095	,253

*A correlação é significativa a um nível de significância para $p < ,05$

Suporte Social na sub-amostra de Leste

Relativamente à amostra de Leste (ver Tabela 4) verificou-se que a média do valor total da EPS na situação pré-imigração é 61,40, com um desvio padrão igual a 8,73. Por sua vez, na situação pós-imigração a média do valor total da EPS foi 64,00 e um DP de 7,99. Não se verificou uma diferença significativa entre a percepção de Suporte Social na situação de pré-imigração e pós-imigração.

No que toca aos factores, *Apoio Íntimo* e *Apoio Casual*, ambos revelaram diferenças estatisticamente significativas (*Apoio Íntimo* $t=2,661$, $p<,05$; *Apoio Casual* $t=-2,204$, $p<,05$). O factor *Apoio Íntimo* revelou uma média (45,74; DP = 5,55) superior na situação pós-imigração em relação à situação pré-imigração com uma média de 41,34 e um DP de 6,95. No factor *Apoio Casual* acontece o inverso, onde se verificou uma média superior (20,06, DP = 2,58) na situação pré-imigração em relação à situação pós-imigração com uma média de 18,26 e um DP de 3,48.

Na amostra de Leste, mais uma vez, apenas a variável sócio-demográfica *sexo* está correlacionado com o factor *Apoio Íntimo* e só após a imigração. Esta é novamente

uma correlação negativa, indicando que as mulheres manifestam níveis superiores de apoio íntimo, nesta situação ($r = -,377, p < ,05$) (Tabela 5).

Tabela 4. Médias da EPS na situação pré-imigração e pós-imigração (amostra de Leste)

	Média	Desvio Padrão	T-Test	Sig. (2-tailed)
EPS pré-imigração –	61,40	8,73	1,235	,225
EPS pós-imigração	64,00	7,99		
Apoio Intimo pré-imigração –	41,34	6,95	2,661	,012*
Apoio íntimo pós-imigração	45,74	5,55		
Apoio Casual pré-imigração –	20,06	2,58	- 2,204	,034*
Apoio Casual pós-imigração	18,26	3,48		

*A correlação é significativa a um nível de significância para $p < ,05$

Tabela 5. Correlações entre os valores da EPS, sexo e tempo de imigração em meses (amostra de Leste)

	EPS pós-imigração	Apoio Íntimo pós-imigração	Apoio Casual pós-imigração	EPS pré-imigração	Apoio Íntimo pré-imigração	Apoio Casual pré-imigração
Tempo Imigração	-,036	-,002	-,087	,009	,042	,083
Correlação de Pearson						
Sexo						
Correlação de Spearman	-,322	-,377*	-,201	,137	,043	,253

* A correlação é significativa a um nível de significância para $p < ,05$

5. Discussão e Conclusões

5.1. Integração e discussão dos resultados empíricos

Os resultados obtidos, neste estudo, mostram que a percepção de suporte social global percebido é influenciada pela imigração, sendo superior no país de recepção. Porém este resultado só ocorre em relação à amostra geral, pois na amostra de Leste, analisada isoladamente, não surge uma diferença significativa na percepção de suporte social global entre a situação de pré e pós-imigração. Para nenhuma das amostras se evidenciou qualquer relação entre o tempo de imigração e o suporte social percebido. Surgiu, contudo, um efeito de género, mostrando que são as mulheres quem percepciona um maior suporte social, em termos de construto global e no factor *Apoio Íntimo*, mas somente na situação pós-imigração, única em que a correlação é significativa. Na amostra de Leste essa correlação apenas é significativa para o factor *Apoio Íntimo*.

Amostra Geral

Relativamente à principal questão de investigação colocada “Haverá diferenças significativas entre o Apoio Social Percebido anterior à Imigração e posterior à Imigração?” os resultados mostram que efectivamente sim. A percepção de suporte social parece ser influenciada pela movimentação de um país para outro. Contudo, como supramencionado e ao contrário de que os estudos prévios mostraram (Aksel et al., 2007; May, 1992; Oppedal & Røysamb, 2004a; Yeh et al., 2008 - ver Revisão de Literatura pp. 18-19), na amostra em questão, verificou-se que a percepção de suporte social global é superior após a imigração, portanto em Portugal. Estes resultados poderão ir de encontro ao modelo do suporte social, como um protector contra o *stress* (*Social Support as a Stress Buffer*). De acordo, com este modelo o efeito do suporte social depende do nível de *stress*, ou seja, tem mais efeitos protectores quando o *stress* é elevado, do que quando não tem um efeito particularmente pernicioso. Ou seja, quando o indivíduo não está realmente sobre *stress* o efeito do suporte social na saúde parece ser nulo (Cohen & Wills, 1985; Komproe, Rijken, Ros, Winnubst & Hart, 1997 cit. por Jasinskaja-Lathi & Liebkind, 2007). De acordo com a literatura já revista, a imigração

leva a uma situação natural de *stress*. Logo, os imigrantes já em Portugal, perante tal situação accionariam as redes de suporte social disponíveis, o que levaria a que a percepção de suporte social fosse superior em Portugal, pois nos seus países de origem não se encontrariam tanto sobre *stress*, não accionando as redes de suporte.

Este resultado, indicando que o suporte social percebido é superior na situação pós-imigração, pode ser também um indicador de uma boa integração. De acordo com Kuo e Tsai (1986) e Safdar et al. (2003) o ajustamento psicológico desejado, como resultado de uma boa adaptação à imigração, encontra-se em indivíduos que manifestam elevados níveis de auto-estima, sentimentos de domínio sobre o ambiente, autonomia percebida, competências biculturais percebidas e elevados níveis de suporte social.

No que concerne aos factores *Apoio Íntimo* e *Apoio Casual* apenas o factor *Apoio Íntimo* é significativamente diferente na situação pré e pós-imigração, sendo superior mais uma vez na situação pós-imigração. Esta situação poderá ser fundamentada utilizando os argumentos já mencionados para as diferenças no suporte social global. Mas porque será apenas na amostra geral a diferença no *Apoio Íntimo* estatisticamente significativa?

No estudo de Greef & Holtzkamp (2007), cujo objectivo era encontrar factores de resiliência em imigrantes, os autores encontraram que a assistência intra-familiar, em termos de suporte emocional e prático é o apoio primário que ajuda as famílias a gerir a situação de deslocalização. O suporte dos membros da família extensa e dos amigos foi reportada como sendo a primeira fonte de *coping*,⁵ exterior à família, fortemente seguida pelas actividades religiosas e crenças espirituais. No entanto, a fonte de recuperação e reforço, citada como mais importante, foi o suporte emocional e prático advindo da família. Wong et al. (2007) afirmam que ter mais suporte emocional/companhia contribui significativamente para um melhor bem-estar psicológico, ter menos depressões e mais afectos positivos. A disponibilidade de alguém que fornece suporte emocional pode proteger os indivíduos de algumas das

⁵ Segundo Lazarus (1966, 1981, cit. por Cutrona & Russell, 1990) o termo refere-se aos esforços cognitivos e comportamentais para dominar, reduzir ou tolerar, interna ou externamente, tensões criadas por situações de *stress*.

consequências negativas das situações *stressantes* (Sherbourne & Stewart, 1991 cit. por Wong et al., 2007).

Neste estudo a variável demográfica *sexo* apresentou uma correlação negativa com a percepção de suporte social global e apoio íntimo, o que significa que as mulheres percebem ter mais suporte social do que os homens. Ao longo da literatura parece haver resultados contraditórios, quanto a esta questão, nuns estudos o efeito de género aparece, noutros não. Thomas e Choi (2006) verificaram, no seu estudo, que as respondentes femininas parecem manifestar níveis mais elevados de suporte social do que os homens. Segundo os autores do estudo, isto pode estar relacionado com o facto de as mulheres se envolverem mais em comportamentos sociais, como actividades culturais e religiosas, o que pode conduzir a níveis superiores de integração e suporte social. De acordo com outros estudos, como Piccinelli e Wilkinson (2000), Stark et al. (1989) e Vaux, 1985 (cit. por Oppedal & Røysamb, 2004a) demonstrou-se que as raparigas experimentam níveis superiores de sintomas de stress, melhor suporte dos amigos, mais problemas atinentes aos mesmos e são susceptíveis de receber suporte social de uma maior extensão de fontes.

Sub-amostra de Leste

Os resultados analisados isoladamente para a amostra de Leste divergem ligeiramente, o que pode significar um enviesamento cultural, ou seja formas específicas da população de Leste perceberem a situação de imigração e o suporte social.

Ao contrário dos resultados encontrados para a amostra geral, não se verificou nesta sub-amostra uma diferença estatisticamente significativa quanto à percepção de suporte social global antes e depois da imigração. Tal pode significar que não houve uma situação suficientemente *stressante* que despoletasse a necessidade de procurar suporte social intensamente, de acordo com a teoria do *Support as a Buffer Stress*. No entanto, a média do suporte social global depois da imigração foi também neste sub-amostra superior à média antes da imigração, só que aqui não se verificou uma diferença significativa.

Relativamente aos factores *Apoio Íntimo* e *Apoio Casual*, ambos revelaram diferenças estatisticamente significativas antes e depois da imigração. Quanto ao factor *Apoio Íntimo* os resultados são idênticos aos encontrados para a amostra geral, sendo o apoio íntimo percebido superior na pós-imigração. Contrariamente, a percepção de apoio casual foi estatisticamente superior na situação pré-imigração. O factor *Apoio Casual* está relacionado com aspectos mais sociais do apoio, como são a necessidade de partilha de actividades e a valorização das competências pessoais. Algumas hipóteses explicativas poderão ser colocadas. O apoio casual, estando mais ligado a actividades sociais, poderá ser mais dependente de factores culturais, e por isso não tão disponível em Portugal. Poderá ser mais difícil para os imigrantes praticar e partilhar determinados hábitos, tradições e actividades num país estrangeiro, do que poderá ser buscar apoio emocional, mesmo que seja numa escassa rede de pessoas. Uma outra hipótese que se poderá levantar está relacionada com as habilitações académicas e profissionais desta população. Como já foi mencionado, os imigrantes ocupam frequentemente postos de trabalho, para os quais são sobrequalificados (Espiritu, 1999 citado por Yeh et al., 2008). Em Portugal, isso parece ser bastante claro, no que toca à população de Leste. A tendência geral é que estes imigrantes ocupem posições inferiores àquelas que ocupavam nos seus países de origem, sofrendo uma desqualificação das suas qualificações originais (Gois & Marques, 2007). Logo, estes imigrantes poderão sentir as suas competências pouco valorizadas em Portugal, referindo por isso uma inferior percepção de apoio casual.

Nesta amostra, a variável *sexo* apenas está correlacionada com o factor *Apoio Íntimo*. Parece que na amostra de Leste, o apoio íntimo, será um tipo de apoio particularmente importante para lidar com as situações *stressantes*, pois é o único que revela níveis superiores e significativos após a imigração.

5.2. Conclusões gerais, limitações e pistas para futuras investigações

Três questões foram colocadas neste estudo: Haverá diferenças significativas na percepção de suporte social prévio e posterior à imigração? Será o suporte social inferior na situação pós migratória? E por último, a percepção de suporte social variará com os anos de permanência em Portugal?

Verificou-se que, quando avaliada a amostra heterogénea de imigrantes existe uma diferença significativa na percepção de suporte social global, que desaparece quando são analisados apenas os imigrantes de Leste. A diferença encontrada revelou que os imigrantes percebem mais suporte social na situação pós-imigração. Foram colocadas várias hipóteses, nomeadamente a confirmação do modelo que preconiza o suporte social como um protector, apenas em alturas de *stress* (*Support as a Stress Buffer*) e a efectiva capacidade de procurar suporte social para enfrentar o desafio que é a imigração. Contudo, são apenas hipóteses que precisam de outros estudos para poderem ser testadas. Quanto aos factores *Apoio Íntimo* e *Apoio Casual*, apenas o primeiro parece surtir os mesmos resultados, quer na amostra geral, quer na amostra de Leste. Em ambas as amostras houve uma diferença significativa, sendo o apoio íntimo superior após a imigração. Este foi certamente um apoio muito buscado pelos imigrantes, pois como mostra a literatura é um dos mais eficazes para fazer frente às situações de *stress* (House et al. 1988; Sherbourne & Stewart, 1991; Antonucci & Fuhrer 1997; Kim, 1999 cit. por Wong et al, 2007). Relativamente ao apoio casual, apenas se revelaram diferenças significativas na amostra de Leste, revelando que esta população percebe mais apoio casual no seu país de origem. Hipotetizou-se que poderá estar relacionado com as dificuldades que estes têm em partilhar actividades do seu interesse, em Portugal, ou com a desqualificação académica e profissional sofrida, á vinda para este país.

A última questão colocada - “Será a percepção de suporte social dependente dos anos de estadia em Portugal?” - Os resultados demonstram que não existe qualquer correlação significativa entre o suporte social e os anos de permanência em Portugal para ambas as amostras, o que parece ser corroborado pelos estudos anteriores (Griffith & Villavicencio, 1985, citado por Leslie, 1992; Wong et al., 2006).

Relativamente ao efeito de género que surgiu, neste estudo, são as mulheres que percebem mais suporte social, embora apenas no suporte social global e apoio íntimo, e para a amostra de Leste em particular, apenas no factor *Apoio Íntimo*, mas sempre após a imigração, nas duas amostras.

Muitas questões ficam por responder, e muito mais poderá ser feito dentro desta temática. Seria bastante interessante replicar os resultados com uma amostra maior, de forma a verificar a sua validade e torná-los mais generalizáveis à restante população

imigrante. Provavelmente com uma maior amostra, os alfas de Cronbach das subescalas de EPS seriam mais elevados, o que permitiria, ainda, uma análise mais aprofundada do suporte social percebido.

O facto de, contrariamente às investigações anteriores, a percepção de suporte social ser superior na situação pós-imigração, merece toda a atenção e tentativas de perceber melhor o fenómeno.

Seria também interessante tentar compreender a ausência de uma diferença significativa na amostra de Leste, entre a percepção de suporte social global prévia e posterior à imigração. Poder-se-ia comparar esta amostra, com os resultados obtidos numa amostra de não-imigrantes, relativamente ao apoio social percebido, comparando a amostra de não imigrantes com os resultados da amostra de imigrantes nas duas situações, verificando se existem diferenças significativas, na percepção de suporte social entre as amostras. Poder-se-ia estudar também os níveis de *stress* da amostra imigrante, verificando se existiriam diferenças significativas antes e depois da imigração. Isto, porque, de acordo com o Modelo do *Social Support as a Stress Buffer*, se não houvesse uma diferença significativa na percepção de *stress* antes e depois da imigração, seria natural que também não houvesse na percepção de Suporte Social.

Igualmente interessante seria efectuar um verdadeiro estudo longitudinal, *in loco*, ou seja avaliar a percepção de suporte social no país de origem, antes da partida e depois da chegada, no país de recepção, em vários momentos. Acompanhada preferencialmente de um estudo qualitativo. Cremos que seria bastante importante, completar o presente estudo com um estudo qualitativo, percebendo quais foram as principais dificuldades sentidas, como é que estas foram superadas, qual foi o papel dos vários tipos de suporte e o que realmente mudou e como mudou no suporte social recebido.

A realização de estudos com populações de imigrantes coloca algumas questões metodológicas, mormente ao nível da língua. Realizar estudos com imigrantes significa colocá-los frente a uma das suas principais dificuldades, o que poderá significar algum enviesamento nos resultados, pois os estudos raramente são realizados na língua materna dos imigrantes. Todavia, mesmo que existissem questionários validados para

outras línguas, não seria possível utilizá-los, pois não seria possível compará-los entre si (Lind, 2008). Talvez por isso a grande maioria dos estudos realizados com imigrantes apenas se debruce por um ou mais grupos étnicos, desde que partilhem a mesma língua. Tal escolha poderá trazer vantagens, mas também algumas desvantagens. Walders e Drotar (2000, citado por Lind, 2008) afirmam que a escolha de amostras meramente homogêneas tem contribuído para uma generalização inadequada e má conceptualização em relação a crianças e famílias de minorias étnicas.

Outra das limitações inerentes a este estudo prende-se com a recolha da amostra. Não sendo uma população de fácil acesso, e dado o pouco tempo disponível, optou-se por recolher uma amostra de conveniência. As amostras de conveniência apresentam como principal problema a não representatividade da população ou universo que se pretende estudar (Ribeiro, 1999), o que tem implicações na generalização dos dados. Inerente a esta dificuldade esteve a impossibilidade da investigadora estar presente em todas as aplicações de questionários, não havendo a possibilidade de confirmar a total compreensão dos questionários para os seus respondentes. No entanto, tentando colmatar esta falta só foram escolhidos participantes que dominassem a leitura e compreensão do Português. Resultante da não presença da investigadora, em todas as aplicações de questionários, resultou um elevado número de *missings*, na base de dados, o que colocou algumas dificuldades na análise estatística. Tais dificuldades foram contornadas pela substituição dos *missings* pela moda de cada item.

O facto de amostra estudada ser pequena, coloca claramente limitações à generalização dos dados. Tal poderá estar também relacionado com os alfas de Cronbach obtidos, inferiores aos obtidos em validações anteriores da EPS. Por este motivo alguns dados deverão ser analisados e interpretados com cuidado, sendo esta uma das principais limitações do estudo.

Apesar de todas as limitações do estudo, este teve o mérito de ser pioneiro dos estudos sobre imigração na área da psicologia, em Portugal. Esperemos que possa contribuir para melhorar a compreensão dos fenómenos psicológicos da imigração e despoletar mais investigações nesta área.

6. Bibliografia

Aksel, S., Gün, Z., Irmak, T. Y., Çengelci, B. (2007). Migration and psychological status of adolescents in Turkey. *Adolescence*, 167 (42), 589-602.

Bankhead, T., Erlich, J. L. (2005). Diverse populations and community practice. In M. Weil (Ed.). *Handbook of Community Practice* (pp. 59-83). Sage Publications: California

Barrera, M. (2000). Social support research in community psychology. In J. Rappaport & E. Seidman (Eds.). *Handbook of community psychology* (pp. 215-246). Kluwer Academic/Plenun Publishers: New York.

Bhugra, D. (2004). Migration and mental health. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109 (4), 243-258.

Bryman, A., Cramer, D. (1993). *Análise de dados em ciências sociais: introdução às técnicas utilizando o SPSS*. Celta: Oeiras.

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological bulletin*, 98 (2), 310-357.

Cutrona, C. E., (1984). Social Support and Stress in the Transition to Parenthood. *Journal of Abnormal Psychology*, 93 (4), 378-390.

Cutrona, C. E. (1986). Objective determinants of perceived social support. *Journal of Personality and social psychology*, 50 (2), 349-355

Cutrona, C. E. (1989). Ratings of social support by adolescents and adults informants: degree of correspondence and prediction of depressive symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57 (4), 723-730.

Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1990). Type of social support and specific stress: Toward a theory of optimal matching. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce, (Eds.). *Social support: An interactional view* (pp. 319-366). Wiley: New York.

Gibson, M. (2001). Immigrant adaptation and patterns of acculturation. *Human Development*, 44 (1), 19-23.

Gois, P., Marques, J. C. (2007). *Estudo prospectivo sobre imigrantes qualificados em Portugal*. Alto Comissariado para a Imigração e Diálogo Intercultural em Portugal: Lisboa.

Greeff, A. P., Holtzkamp, J., (2007). The Prevalence of Resilience in Migrant Families. *Fam Community Health*, 30 (3), 189-200.

Gutiérrez, L., Lewis, E., Nagda, B. A., Wernick, L., & Shore, N. (2005). Multicultural community practice strategies and intergroup empowerment. In M. Weil (Ed.). *Handbook of Community Practice* (pp. 341-359). Sage Publications: California.

Hernández-plaza, S., Pozo, C., Alonso-Morillejo, E. (2004). The role of social support in needs assessment: proposal and application of a model to assess immigrant's needs in the south of Spain. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 14 (4), 284-298.

Infopédia (n.d). *Imigração*. Dicionários e Enciclopédias Portuguesas. <http://www.infopedia.pt/pesquisa?qsFiltro=0>.

Jacobson, D. (1990). Stress and support in stepfamily formation: the cultural context of social support. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce, (Eds.). *Social support: An interactional view* (pp.199-218). Wiley: New York.

Jasinskaja-Lathi, I. & Liebkind, K. (2007). A Structural model of acculturation and well-being among immigrants from the former USSR in Finland. *European Psychologist*, 12 (2), 80-92.

Kagitçibasi, C. (2003). Autonomy, embeddedness and adaptability in immigration contexts. *Human development*, 46 (2/3), 145-150.

Kanaiaupuni, S. M. (2000). Reframing the migration question: an analysis of men, women, and gender in Mexico. *Social Forces*, 78 (4), 1311-1348.

Kim, Y. & Grant, D. (1997). Immigration patterns, social support, and adaptation among Korean immigrant women and Korean American women. *Cultural Diversity Mental Health*, 3 (4), 235-245.

Kuo, W.H., & Tsai, Y.M. (1986). Social networking, hardiness and immigrant's mental health. *Journal of health and social behavior*, 27, 133-149.

Lazarus, R. S., & DeLongis, A. (1983). Psychological stress and coping in aging. *American Psychologist*, 38 (3), 245-254

Leslie, L. A. (1992). The role of informal support networks in the adjustment of Central American immigrant families. *Journal of Community Psychology*, 20 (3), 243-256.

Lind, W. (2008). *Casais biculturais e monoculturais: diferenças e recursos*. Dissertação de doutoramento em Psicologia Social, Universidade de Lisboa, Lisboa

May, K. M. (1992). Middle-Eastern immigrant parent's social networks and help seeking for child health care. *Journal of Advanced Nursing*, 17 (8), 905-912.

McGoldrick, M. (1998). Introduction: Re-Visioning Therapy through a Cultural Lens. In M. McGoldrick (Ed.), *Re-Visioning family therapy – Race, culture and gender in clinical practice* (pp.3-19). New York: Guilford Press.

McGuire, S., Martin, K. (2007). Fractured Migrant Families. *Fam Community Health*, 30 (3), 178-188.

Moreira, J. M., Canaipa, R. (no prelo). A Escala de Provisões Sociais: Desenvolvimento e validação da versão portuguesa da “Social Provisions Scale”. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*.

Oppedal, B. & Røysamb, E. (2004a). Mental health, life stress and social support among young Norwegian adolescents with immigrant and host national background. *Scandinavian Journal of Psychology*, 45 (2), 131-144.

Oppedal, B., Røysamb, E. & Sam, D. L. (2004b). The effect of acculturation and social support on change in mental health among young immigrants. *International Journal of Behavioral Development*, 28 (6), 481-494

Ribeiro, J. P. (1999). *Investigação e avaliação em psicologia e saúde*. CLIMEPSI Editores: Lisboa.

Robinson, N. (1999). The use of focus group methodology – with selected examples from sexual health research. *Journal of Advanced Nursing*, 29 (4), 905-913.

Rogler, L. (1994). International migrations: a Framework for directing research. *American Psychologist*, 49 (8), 701-708.

Safdar, S., Lay, C. & Struthers, W. (2003). The Process of acculturation and basic goals: testing a multidimensional individual difference acculturation model with Iranian immigrants in Canada. *Applied Psychology: An International Review*, 52 (4), 555-579.

Sarason, B. R., Sarason, I. G., Pierce, G. R. (1990). Traditional views of social support and their impact on assessment. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce, (Eds.). *Social support: An interactional view* (pp.9-25). Wiley: New York.

Sluzki, C. E. (1992), Disruption and reconstruction of networks following migration/relocation. *Family Systems Medicine*, 10 (4), 359-363.

Sluzki, C. E. (1998). Migration and the disruption of the social networks In M. McGoldrick (Ed.), *Re-Visioning family therapy – Race, culture and gender in clinical practice* (pp. 360-369). New York: Guilford Press.

Thomas, M., Choi, J. B. (2006). Acculturative stress and social support among Korean and Indian immigrant adolescents in the United States. *Journal of Sociology & Social Welfare*, 33 (2).

Vieira, R. & Trindade, J. (2008). Migration, culture and identity in Portugal. *Language and Intercultural Communication*, 8 (1), 36-49.

Wong, S. T, Yoo, G. J, & Stewart, A. L. (2007). An empirical evaluation of social support and psychological well-being in older Chinese and Korean immigrants. *Ethnicity and Health*, 12 (1), 43-67.

Yeh, C. J., Kim, A. B., Pituc, S. T., Atkins, M. (2008). Poverty, loss, and resilience: the story of Chinese immigrant youth. *Journal of Counseling Psychology*, 55 (1), 34-48.