

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**VIVÊNCIAS DOS IRMÃOS E PROGENITORES DOS MILITARES EM
MISSÕES INTERNACIONAIS: ESTUDO MISTO**

Ana Santos Duarte

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

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

2016

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**VIVÊNCIAS DOS IRMÃOS E PROGENITORES DOS MILITARES EM
MISSÕES INTERNACIONAIS: ESTUDO MISTO**

Ana Santos Duarte

Dissertação orientada pela Professora Doutora Rita Francisco

Dissertação co-orientada pelo Major Renato Santos

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

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

2016

Agradecimentos

À minha orientadora, Professora Doutora Rita Francisco, pela sua dedicação, confiança, apoio, exigência e, sobretudo, pelo seu conhecimento que foi indispensável para finalizar este caminho. E principalmente por toda a força e incentivos que me deu em cada supervisão, mostrando-se sempre disponível neste meu percurso.

Um sincero obrigado ao Major Renato Pessoa dos Santos pelo seu frequente apoio, pela sua disponibilidade, motivação e interesse mostrado ao longo desta etapa, essencialmente na recolha dos participantes.

Aos meus pais pelo auxílio, amor e carinho incondicional, por terem acreditado sempre nas minhas capacidades, por nunca me terem deixado desistir e por me terem apoiado em tudo na minha vida. Obrigada por serem o meu porto seguro!

Ao meu namorado e meu melhor amigo, pelo seu apoio constante neste longo caminho, por estar sempre “lá” durante todos estes anos, por partilhar as minhas alegrias e tristezas e por acreditar sempre no meu sucesso. Obrigada por tudo.

À minha melhor amiga e irmã, Ana João, por estar longe mas ao mesmo tempo bem perto, pela cumplicidade, por todas as palavras de encorajamento, por aplaudir de pé cada uma das minhas conquistas e, essencialmente, por me fazer sorrir e acreditar nos dias de desespero.

À nova “irmã” que a faculdade me deu, Marisa Dinis, porque sem ela não seria possível o final desta etapa. Pela amizade, por ser incansável comigo e pela partilha constante de ideias, conhecimentos e interajuda desde o início da nova “aventura” por Lisboa.

Às minhas amigas sistémicas, essencialmente à Catarina Francisco e Sara Reis, pela partilha, otimismo e por estarem sempre comigo, conseguindo-me animar nos “dias difíceis”.

Aos meus amigos albicastrenses, por serem únicos, pela amizade, por todo o incentivo, pela descontração, por me encorajarem, e principalmente, por respeitarem as minhas ausências.

Em particular, às minhas colegas de casa, por toda a preocupação, por reconhecerem os dias “menos bons” e as minhas angústias, e por também partilharem comigo todos os sorrisos desta caminhada.

Aos irmãos e pais desta investigação, pela sua disponibilidade e contribuição.

RESUMO

Considerando que os militares apresentam a sua família de origem como um importante recurso durante a missão, o presente estudo, de caráter descritivo e exploratório, segue uma abordagem de natureza mista e assume como objetivo principal investigar as vivências dos irmãos e progenitores dos militares em missões internacionais. A amostra é constituída por 227 participantes, sendo que 114 são irmãos de militares (56.1% do sexo masculino; $M = 29.14$ anos de idade, $DP = 9.81$) e 113 são progenitores de militares (49.6% do sexo masculino; $M = 55.06$ anos de idade, $DP = 9.12$). A maioria dos irmãos e dos progenitores residiam na zona Norte de Portugal (81.6% e 75.2%, respetivamente). O protocolo de investigação ao qual os participantes responderam era constituído por um questionário de respostas abertas e fechadas sobre as suas vivências relativamente à missão do militar, um questionário sociodemográfico e um questionário sobre afeto positivo e negativo (PANAS). Os resultados obtidos revelaram que, logo no início da missão, os progenitores parecem sofrer mais com a notificação da mesma. Durante todas as fases da missão, os familiares (pais, irmãos e tios do militar) e os amigos dos participantes são as suas principais fontes de apoio. Diversas alterações ao nível do funcionamento familiar foram também identificadas nas várias fases da missão (ao nível do reajustamento de horários ou de papéis familiares) e ainda alterações no suporte funcional em todas as fases da missão, sendo a ausência física do militar e as saudades muito associadas à fase do deslocamento. Os participantes mostraram em simultâneo preocupação e orgulho pelo militar, como revelaram as “mensagens” que gostariam de transmitir a outras famílias militares que tivessem menos experiência de participação em missões internacionais, essencialmente focadas numa “atitude positiva” face aos militares e à missão. Por fim, são apresentadas as limitações, as implicações para a investigação futura e implicações práticas.

Palavras chave: Famílias Militares, Missões, Vivências, Progenitores, Irmãos.

ABSTRACT

Considering that militaries present their family of origin as an important resource during the mission, the present study, descriptive and exploratory, follows a mixed approach. Its main purpose is to investigate the experiences of siblings and parents of militaries who participate in international missions. The sample consists of 227 participants: 114 brothers/sisters (56.1% male; $M = 29.14$ years, $SD = 9.81$) and 113 parents of militaries (49.6% male; $M = 55.06$ years old, $SD = 9.12$). Most siblings and parents lived in the north of Portugal (81.6% and 75.2%, respectively). Participants answered a research protocol that contained a questionnaire with open and closed questions about their experiences regarding the military's mission, a sociodemographic questionnaire and the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS). The results showed that, right at the beginning of the mission, parents seemed to suffer more than siblings with the notification of this mission. During all stages of the mission, the family (parents, brothers/sisters and uncles) and friends of the participants are the main sources of support. Several changes to the family's functioning level were also identified in the various stages of the mission (readjusting schedules or family roles) and even changes in the functional support in all stages of the mission, being the physical absence of the military and missing them highly associated with the deployment stage. The participants showed, simultaneously, concern and pride about the military, which can be seen in the "messages" they would like to convey to other military families who had less experience of participation in international missions, mainly focused on a "positive attitude" about the militaries and the mission. Finally, the limitations, the implications for future research and practical implications are presented.

Keywords: Military Families, Missions, Experiences, Parents, Siblings.

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	1
ENQUADRAMENTO TEÓRICO	2
As fases da missão	2
O ciclo emocional de uma missão	3
Modelo de <i>stress</i> e adaptação familiar ABCX Duplo	6
O papel essencial da comunicação durante a fase de deslocamento	8
Família de origem do militar: Pais e irmãos	9
METODOLOGIA	10
Amostra	10
Instrumentos	12
Questionário sobre vivências de familiares de militares em missões internacionais ...	12
<i>Positive and Negative Affect Schedule</i> (PANAS, Watson, Clark, & Tellegen, 1988)...	12
Procedimento de recolha de dados	13
Procedimento de análise de dados	13
RESULTADOS	14
1. Afeto positivo e afeto negativo perante a notificação da missão	14
2. Apoio e alterações do quotidiano e funcionamento familiar nas diferentes fases da missão	15
2.1. Fase de Pré-deslocamento	16
2.2. Fase de Deslocamento	17
2.3. Fase de Pós-deslocamento	18
3. Alterações da comunicação ocorridas na fase de deslocamento	20
3.1. Impacto da comunicação durante a fase de deslocamento	20
3.2. Meios de comunicação utilizados durante a fase de deslocamento	20
3.3. Aproximação ao cônjuge/namorado(a) do militar durante o deslocamento	21
3.4. Aproximação ao(s) filho(s) do militar durante o deslocamento	21
3.5. Correlações entre as alterações sentidas durante as diferentes fases da missão e o PANAS	21
3.6. Correlações entre o apoio sentido durante as diferentes fases da missão e o PANAS	23
3.7. Mensagem a outros familiares de militares	24
DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	25
CONCLUSÃO	31

LIMITAÇÕES, IMPLICAÇÕES PARA A INVESTIGAÇÃO E IMPLICAÇÕES PRÁTICAS	32
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	35

APÊNDICES

Apêndice A - Questionário sobre vivências de familiares de militares em missões internacionais (questionário para progenitores e irmãos)

Apêndice B - Sistema hierárquico de categorias (Árvore de Categorias)

Introdução

As missões são um dos maiores fatores de *stress* que as famílias militares experienciam, principalmente por consequência da separação. As famílias de origem dos militares, como os pais e os irmãos, vivenciam um grande sofrimento devido à missão do seu filho militar (Rodriguez & Margolin, 2011), sendo que os pais dos militares apresentam mesmo níveis significativos de *stress* clínico (Bunch, Eastman, & Moore, 2007). Algumas famílias mostram uma notável resiliência face aos desafios trazidos pela missão, mas para outras a herança dessas experiências pode comprometer seriamente o bem-estar dos indivíduos e as relações no seio da família, em alguns casos causando ruturas permanentes (Paley, Lester, & Mogil, 2013). Sabe-se ainda que os militares, enquanto estão em missões, mencionam os seus pais e os seus irmãos como um recurso (Castaneda et al., 2008). No entanto, evidencia-se que, até aos dias de hoje, a investigação acerca dos progenitores e irmãos do militar é muito escassa, demonstrando a relevância para o estudo deste tema. Neste sentido, justifica-se que o presente estudo siga o formato de apresentação de artigo científico, para posterior publicação dos primeiros resultados acerca desta população.

Assim, este estudo tem como objetivo central perceber como ocorrem as vivências dos irmãos e dos progenitores em missões internacionais. A presente investigação sobre as famílias militares está integrada num estudo de Doutoramento¹ mais extenso.

Neste sentido, a presente dissertação está organizado em quatro capítulos, iniciando-se pelo enquadramento teórico, onde será apresentada uma revisão de literatura sobre as fases da missão, o ciclo emocional de uma missão, o modelo de *stress* e adaptação familiar ABCX Duplo, o papel essencial da comunicação durante a fase de deslocamento e ainda sobre a família de origem do militar (progenitores e irmãos). Segue-se a apresentação da metodologia, onde se refere a amostra, os instrumentos e os procedimentos da recolha e análise de dados. Seguidamente, apresentam-se os resultados e a discussão do presente estudo. No final, são apresentadas as principais conclusões e reflexões do estudo, incluindo as limitações, bem como as suas implicações para a prevenção e intervenção, e para estudos futuros com famílias militares.

Assim, devido ao avanço da investigação sobre as famílias militares, os familiares poderão vir a receber maior apoio no futuro.

¹ Investigação de Doutoramento em Psicologia da Família que decorre na Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, realizado por Renato Pessoa dos Santos e sob a orientação das Professoras Doutoras Rita Francisco e Maria Teresa Ribeiro.

Enquadramento Teórico

A separação que ocorre devido a uma missão é um dos maiores fatores de *stress* que as famílias militares experienciam. Dentro da família de origem do militar, sabe-se que os pais vivenciam uma grande angústia em torno do deslocamento do seu filho militar, sendo que esta vivência também se alastra para o(s) irmão(s) do militar (Rodriguez & Margolin, 2011). Sabe-se ainda que os pais dos militares apresentam níveis significativos de *stress* clínico (Bunch et al., 2007).

A investigação mostra que as famílias alargadas desejariam comunicar mais com o membro da família deslocado, mas também com os serviços militares. Efetivamente, a família alargada tem pouco contacto com o militar durante a missão, recebendo apenas informações através do cônjuge do militar que mantém frequentemente o contacto com o membro deslocado (Greene, Buckman, Dandeker, & Greenberg, 2010). Por outro lado, também os militares, quando solicitados para invocar um recurso não-militar usado durante as missões, mencionam em primeiro lugar a família, onde incluem o cônjuge, os pais, os irmãos e também os irmãos do cônjuge (quando existem; Castaneda et al., 2008). Por outro lado, o *stress* familiar em conjunto com a sensação de impotência para resolver conflitos familiares e as dificuldades de comunicação são fortes indicadores de desconforto que podem afetar a saúde psicológica do militar, existindo associações entre os indutores de desconforto referentes à missão e referentes à família (Dias, 2015).

No entanto, até à data não foram encontrados estudos publicados sobre as vivências dos irmãos e dos pais dos militares, quando o militar está deslocado em missões internacionais. Neste sentido, é essencial compreender as diferentes fases da missão que os militares atravessam para que se perceba o ciclo emocional por que também passam os familiares dos mesmos.

As fases da missão

A missão militar é dividida em três fases distintas, incluindo: o pré-deslocamento (desde a notificação da partida), o deslocamento (o período de partida até ao regresso) e o pós-deslocamento (a partir do regresso; Van Breda, 1996, 2001).

A fase do pré-deslocamento é o período que precede o deslocamento real do militar. Nesta fase, os militares ocupam-se com o treino para a próxima missão e com os equipamentos de preparação para o deslocamento. A fase do deslocamento abrange o período em que o militar está longe da sua família em ambientes perigosos e *stressantes*. Na fase do pós-deslocamento, este retorna a casa e reencontra-se com a sua família e a comunidade. No

passado, esta fase foi vista como a fase final do ciclo da missão. Porém, a frequente rotatividade nos vários teatros de operações (TO) das Forças Nacionais Destacadas (FND) e dos Elementos Nacionais Destacados (END) têm exigido que os militares portugueses participem repetidamente em operações militares internacionais, levando os mesmos e as suas famílias a confrontarem-se novamente com o *stress* inerente às missões (APA, 2007).

Ciclo emocional de uma missão

Em 1987, Logan estruturou o ciclo emocional inerente à missão com a duração de 6 meses (ou mais), dividindo-o em sete etapas distintas, integradas nas três fases da missão anteriormente referidas (Quadro 1; Van Breda, 2001). Cada etapa caracteriza-se por um período de desafios emocionais, que devem ser negociados e conciliados por cada um dos elementos da família. Uma falha na negociação pode levar a conflitos significativos no sistema familiar do militar. No entender deste autor, e para lidar melhor com a experiência da missão, deve-se fornecer informação precocemente à família militar sobre o que esperar, especialmente para as famílias que nunca passaram por separações longas. Neste sentido, promover a compreensão das etapas do ciclo emocional da missão ajuda a evitar crises (Pincus, House, Christenson, & Alder, 2001, Van Breda, 2001).

Para Peebles-Kleiger e Kleiger (1994) o ciclo emocional supracitado pode não ser representativo das missões em TO como os do Iraque e Afeganistão, entre outros, uma vez que não são análogas às que permitiram a Logan construir o ciclo emocional (Peebles-Kleiger & Kleiger, 1994; Van Breda, 2001). As missões em TO caracterizados pela guerra transportam consigo emoções e receios mais intensos para os militares e os seus familiares (Peebles-Kleiger & Kleiger, 1994). O ciclo adaptado por Peebles-Kleiger e Kleiger divide-se também em sete etapas: Choque inicial, Partida, Desorganização emocional, Recuperação e estabilização, Antecipação do regresso, Reunião, e Reintegração e estabilização. A principal diferença encontrada entre o ciclo emocional de Logan (adaptado por Van Breda, 2001) e o ciclo emocional de Peebles-Kleiger e Kleiger é a intensidade emocional experienciada e a duração de cada etapa, principalmente na fase de pós-deslocamento (Peebles-Kleiger & Keiger, 1994; Van Breda, 2001). Conforme refere Van Breda (2001), a etapa de Reunião no ciclo de Peebles-Kleiger e Kleiger (1994) pode demorar de 3 a 9 meses após o regresso do militar a casa, com reações persistentes até 12-18 meses mais tarde (comparar com a fase Adaptação e renegociação no Quadro 1) e a etapa de Reintegração e estabilização poderá mesmo ocorrer décadas mais tarde após crises familiares (comparar com a última etapa do Quadro 1).

Quadro 1.

Ciclo da missão (adaptado por Van Breda, 2001).

Fases da missão	Etapas do ciclo emocional	Duração da etapa
Pré-deslocamento	Antecipação da partida/perda	4 a 6 semanas
	Desvinculação e retirada	Poucos dias antes do deslocamento
Deslocamento	Desorganização emocional	Primeiras 6 semanas
	Manutenção (recuperação e estabilização)	Meio do deslocamento
	Antecipação do regresso/ pré-reencontro	6 semanas antes do regresso
Pós-deslocamento	Adaptação e renegociação	6 semanas após o regresso
	Reintegração e estabilização	6 a 12 semanas após o regresso

A primeira etapa do ciclo emocional, antecipação da partida/perda, começa com a notificação para a missão (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999), que geralmente é efetuada quatro a seis semanas antes do deslocamento (Van Breda, 2001). Nesta etapa, existe um choque inicial onde predomina medo, desespero, protesto e expectativa de perda, seguidos de (ou alternados com) negação e entorpecimento emocional. O entorpecimento e a negação auxiliam a família a completar as tarefas do pré-deslocamento (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999; Van Breda, 2001). Alguns militares afirmam que um planeamento e uma organização defeituosos nesta etapa contribuem para o aumento do *stress* familiar (APA, 2007), sendo por isso essencial manter uma comunicação na família, mesmo que os sentimentos sobre a missão não sejam semelhantes (Van Breda, 2001).

A segunda etapa do ciclo emocional, desvinculação e retirada, inicia-se dias antes da partida do militar para a missão (Van Breda, 1996, 2001). Esta etapa é caracterizada por tristeza, ansiedade, desespero, conflitos e sentimentos de desespero causados pela separação que se aproxima (Van Breda, 1996, 1997, 2001). Durante esta fase, as famílias experienciam também *stress*, confusão, sentimentos de choque, descrença e preocupação relativamente à partida pendente e às alterações da vida familiar (Pincus et al., 2001). O aumento do tempo

do treino militar operacional, a preparação e as longas horas longe de casa antecipam a separação que chegará brevemente. Nesta fase, os militares conversam mais sobre a missão que se aproxima e a sua unidade, aumentando a “união” entre os militares, sendo esta necessária para uma missão segura e bem-sucedida. Porém, o militar também gera um sentimento crescente de distância física e emocional com a sua família (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999).

A terceira etapa denomina-se de desorganização emocional, compreendendo aproximadamente as sete primeiras semanas após a partida do militar (Van Breda, 2001). Com a separação, a desorganização emocional instala-se, sendo que a família terá de desenvolver as suas próprias formas de se ajustar à situação (Van Breda, 1997). As famílias enfrentam receios e desafios associados à ausência do membro militar, tais como desorganização financeira, mudanças nos papéis familiares, dificuldades na disciplina das crianças e preocupação com a segurança do militar. Estes desafios originam uma experiência perturbadora, prejudicando o bem-estar físico e mental do militar (Allen, Rhoades, Stanley, & Markman, 2011; Di Nola, 2008; Palmer, 2008). Nesta fase, o deslocamento militar poderá ainda afetar a família criando um sentimento de vazio, tristeza, solidão, abandono, sintomatologia depressiva, medos, pesadelos, irritabilidade, paranoia e raiva (Hall, 2008; Van Breda, 2001). Porém, poderá surgir também um sentimento de alívio, por não terem de parecer corajosos (Hall, 2008; Van Breda, 2001). É essencial ultrapassar esta fase de desorganização, para um ajustamento saudável ao deslocamento (Van Breda, 1997). Durante esta etapa, um militar que provém de uma família militar, onde experienciou os danos emocionais ou físicos de um familiar, pode vivenciar mais *stress* no deslocamento do que se provier de uma família sem experiências militares antecedentes (Allen et al., 2011).

A manutenção (recuperação e estabilização), quarta etapa do ciclo emocional, caracteriza-se pela estabilização do deslocamento mas também pela desorganização emocional. Esta etapa define-se por ser reativa, uma vez que é influenciável pela informação dos média e pelos rumores acerca da missão (Van Breda, 2001). Nesta etapa, as famílias podem confrontar-se com sentimentos de perda, tristeza e medo. É também um período onde existe esperança, confiança, calma, menor raiva e menor solidão. Simultaneamente, a família terá de conseguir assumir novas tarefas e rotinas, e estabelecer comunicações para obter ajuda externa (Pincus et al., 2001; Rotter & Boveja, 1999). As famílias flexíveis na função dos seus papéis e das suas responsabilidades têm maior probabilidade de se adaptarem às tensões da missão, sendo importante que os membros da família se apoiem mutuamente nas novas responsabilidades e possam obter ajuda externa (Whealin & Pivar, 2015).

A etapa da antecipação do regresso/pré-reencontro corresponde às semanas antecedentes do regresso do militar a casa. A quinta etapa caracteriza-se, assim, pela preparação das famílias para acolher o militar devido à marcação da data do seu regresso. Por vezes, o regresso é tão repentino quanto a saída, sendo que as famílias têm poucos dias para antecipar e para se prepararem. Consequentemente, existe pouco ou nenhum tempo para se processarem sentimentos ou completar os preparativos práticos para o regresso (Van Breda, 2001). Nesta etapa existe um conflito de emoções, salientando-se a expectativa, envolvendo a felicidade, o nervosismo, a apreensão e os receios, tanto do militar como da sua família: o militar para saber como se encontra a sua família e a sua família para perceber o seu estado físico e psicológico (Pincus et al., 2001; Rotter & Boveja, 1999; Van Breda, 1997).

A etapa de adaptação e renegociação caracteriza-se pela reintegração do militar no sistema familiar, que pode demorar várias semanas. Esta etapa é muito complexa emocionalmente, salientando-se a felicidade e a satisfação mas também o conflito, a ansiedade e a desilusão. O conflito pode ser resultado do militar se sentir excluído da vida familiar (Van Breda, 1996, 1997), já que com o regresso do militar a casa, o funcionamento do sistema e subsistemas familiares não retorna exatamente ao estado em que estava antes do deslocamento do militar (Riggs & Riggs, 2011).

A última etapa, reintegração e estabilização, é um processo contínuo para muitas famílias, experienciando-se períodos de crise. Estas crises podem retornar décadas após o regresso a casa, muitas vezes em resposta a precipitantes conflituosos (e.g., uma nova guerra; Peebles-Kleiger & Kleiger, 1994; Van Breda, 1997). Os eventuais problemas de saúde mental e física do militar gerados nomeadamente pela separação podem dificultar esta etapa de reintegração familiar (Dias, 2015). Do mesmo modo, a experiência da missão e os consequentes danos psicológicos sofridos pelos militares (e.g., perturbação de *stress* pós-traumático) são um fator de risco, uma vez que podem deteriorar as suas relações de vinculação, levando à ausência de segurança e confiança na relação com os seus familiares e amigos (Basham, 2008; Goff, Crow, Reisbig, & Hamilton, 2007).

Modelo de *stress* e adaptação familiar ABCX Duplo

O modelo de *stress* e adaptação familiar ABCX Duplo (McCubbin & Patterson, 1982, cit. por McCubbin & Patterson, 1983) foi inicialmente construído para estudar as famílias militares. Este representa-se pelo A (fator de *stress*) que interage com B (recursos da família para lidar com o fator de *stress*), que por sua vez, interage com C (significado atribuído pela família ao fator de *stress*) e consequentemente causaria a crise (X). De seguida, existe uma

nova fase, o pós-criese, surgindo com o intuito de valorizar as situações indutoras de desconforto anteriores e posteriores à crise. Assim, emergem os fatores de *stress* aditivos (aA), sendo que a família adquire mais recursos adaptativos para lidar com as novas situações indutoras de desconforto (bB). De seguida, a família percebe a situação, redefinindo-a como desafio/oportunidade de crescimento ou como uma catástrofe, influenciando o significado atribuído ao conjunto global da situação indutora de desconforto (cC) . Por fim, existe a variável xX que constitui o processo contínuo de adaptação e de crise até ao momento (McCubbin & Patterson, 1983).

Neste sentido, o modelo ABCX Duplo (McCubbin & Patterson, 1982, cit. por McCubbin & Patterson, 1983) refere que as famílias em momentos de *stress* desenvolvem forças pessoais e familiares e auxiliam-se de recursos externos para enfrentar os desafios impostos pela situação. Esses recursos têm a capacidade de diminuir as consequências dos fatores de *stress* e de ajudar as famílias a adaptarem-se às mudanças causadas pelo evento *stressor*. Assim, vários estudos têm mostrado que os recursos necessários para uma boa adaptação da família, durante a missão, são o apoio social dos amigos, o apoio funcional de todos os membros da família e, maioritariamente, a comunicação da família com o membro militar (Barbudo, Francisco, & Santos, 2014; Bóia, Marques, Francisco, Ribeiro, & Santos, 2016; Marques, 2014; Martins, Santos, & Francisco, 2014; Merolla, 2010). É essencial também existirem recursos e estratégias de *coping* individuais, como uma atitude positiva relativamente à situação, aprendizagens alcançadas pelas experiências de outras missões e o controlo das emoções negativas, de forma a fomentar o bem-estar do militar (e da sua família) em missão (Bóia et al., 2016).

A família, para manter o apoio emocional, deve ser encorajada a preservar a comunicação entre si e com o militar, mas também o contato com amigos, familiares ou outros recursos, como uma instituição religiosa (Hall, 2008; Pincus et al., 2001). O Exército Português, através do Centro de Psicologia Aplicada do Exército (CPAE), presta apoio psicossocial aos familiares diretos, atuando, caso necessário, nos incidentes críticos. Este apoio institucional pretende contribuir para a estabilização emocional das famílias militares, auxiliando as mesmas no desenvolvimento de estratégias de resolução de problemas através da mobilização dos recursos pessoais e sociais (Exército Português, 2010).

Contudo, de forma a diminuir as inseguranças geradas pela separação e de reduzir o sofrimento emocional, o principal recurso utilizado pelas famílias durante a missão é o uso dos meios de comunicação (Merolla, 2010).

O papel essencial da comunicação durante a fase de deslocamento

Durante a fase de deslocamento, nomeadamente na quarta etapa do ciclo emocional, manutenção (recuperação e estabilização), as famílias terão de estabelecer comunicações com o militar e entre si.

As famílias alargadas relatam que desejariam comunicar mais com o militar deslocado, mas também com os serviços militares. Este desejo ocorre no sentido de obterem mais informações acerca da localização do militar, do seu desempenho e do agendamento do seu regresso. Todavia, os membros da família alargada são “repreendidos” diversas vezes pelos serviços militares acerca da sobrecarga nas linhas de comunicação, devido à frequência de pedidos de informação sobre os militares, que prejudica a comunicação dos mesmos com a sua família nuclear. Quando existe um cônjuge não militar, a família alargada tem pouco contacto com o militar durante a missão, recebendo apenas informações pelo cônjuge que mantém frequentemente o contacto com o membro deslocado (Greene et al., 2010). Nalgumas situações em que a comunicação pode ser mínima, as famílias tentam obter informações através dos meios de comunicação, sendo que esta solução poderá desencadear ansiedade. Quando a comunicação com o militar é reduzida, as famílias deverão recolher informações a partir de recursos confiáveis (Whealin & Pivar, 2015).

Durante a fase do deslocamento surge o desafio da quantidade e da velocidade das informações fornecidas pela utilização do telefone e do e-mail. Em longas distâncias e sem contacto presencial, as comunicações podem ser vulneráveis a distorções ou a percepções equívocas. Assim, os temas mais sensíveis que podem ser mais problemáticos guardam-se para o final da missão (Pincus et al., 2001).

A comunicação (interativa ou retardada) é a estratégia mais mencionada pelos casais como meio de reduzir as consequências da separação forçada pela missão internacional (Carter et al., 2011). Um estudo com militares portugueses afirma que casais com um membro militar recorrem mais à comunicação interativa do que à retardada, ou seja, preferem utilizar o telemóvel, telefone, videochamadas e videoconferências (usando preferencialmente o *Skype*; Barbudo, Francisco, & Santos, 2014). Contudo, segundo o mesmo estudo, as formas de comunicação retardadas (as menos imediatas, como a escrita de cartas ou e-mails e as encomendas via correio), têm também relevância interpretativa mesmo tendo sido referidas por poucos casais. Neste sentido, os participantes mencionam que, apesar de utilizarem com mais frequência os meios de comunicação interativa, a que lhes concede mais prazer e satisfação é a comunicação retardada (Barbudo et al., 2014). Posto isto, outro estudo mostra consistência, indicando que estas fontes proporcionam materiais concretos e palpáveis ou

documentos escritos que podem ser revistos várias vezes pelos militares oferecendo apoio repetido (Carter et al., 2011).

Os cônjuges de militares portugueses relatam que, durante as missões, comunicam mais com o militar através da internet, seguindo-se do telefone e, por fim, o correio, afirmando ainda que os meios de comunicação têm uma grande importância na vivência familiar durante a participação de um militar em missão. Por seu turno, relativamente à falta de apoio sentido, estes referiram a ausência de apoio pelos serviços militares, com os quais sentiram que não podiam contar (Martins et al., 2014). Deste modo, para que o militar se sinta forte, eficaz e integrado numa força militar durante a missão, os serviços militares terão de ter em conta a família do militar, tentando melhorar as relações entre o militar e os seus familiares (Gottman, Gottman, & Atkins, 2011).

Família de origem do militar: Pais e irmãos

Os serviços militares proporcionam diversos recursos ao militar e à sua família nuclear, apesar do mesmo não se verificar para a família alargada que muitas vezes cuida dos dependentes do membro militar (Cozza, Chun, & Polo, 2005).

Relativamente aos pais dos militares, estes têm de lidar com a dualidade da gestão da ansiedade. A sua própria ansiedade sobre a segurança e o bem-estar do seu filho militar, bem como ajudar os seus netos a lidar com a ansiedade sobre a segurança do seu pai em missão (Cozza et al., 2005). Os avós têm ainda o papel importante de ajudar os netos a lidar com as novas rotinas associadas ao deslocamento do membro militar em missão (Arana-Barradas, 2004, cit. por Bunch et al., 2007). Sendo a separação devido à missão um dos maiores *stressores* que as famílias militares experienciam, estes fatores de *stress* poderão ser agravados quando os cuidados primários dos filhos do militar são realizados pelos membros da família alargada (Pittman, Kerpelman, & McFadyen, 2004).

Dentro da família de origem do militar, verifica-se que para além dos pais, os irmãos do militar vivenciam também uma grande ansiedade devido ao deslocamento do membro militar (Rodriguez & Margolin, 2011). Embora o conflito e a rivalidade caracterizem os relacionamentos entre os irmãos no início da idade adulta, em geral os laços dos irmãos tornam-se mais positivos e menos conflituosos durante este período da missão. Enquanto os irmãos com relacionamentos emocionalmente íntimos estavam descontentes com a separação física, aqueles com relações conflituosas descreveram melhorias com a distância (Rodriguez & Margolin, 2011). Todavia, até à data não foram identificados por nós outros estudos

realizados com estes elementos da família de origem do militar, que possam dar-nos uma ideia mais completa do seu papel na adaptação das famílias militares em missão.

Assim, uma das principais lacunas existentes no estudo das famílias militares diz respeito aos membros da família de origem do militar (pais e/ou irmãos). Parece-nos essencial compreender melhor os seus afetos (positivos e negativos) durante a fase de pré-deslocamento, especificamente aquando da notificação da missão (o que pode influenciar todo o processo de adaptação da família e do próprio militar à missão), mas também perceber de que forma estes membros da família vivenciam as diferentes fases da missão, relativamente às alterações das rotinas e funcionamento familiar, ao suporte social e à comunicação com o membro militar e com o resto da sua família.

Considerando que os militares apresentam a sua família de origem como um importante recurso durante a missão, o presente estudo, de carácter descritivo e exploratório, segue uma abordagem de natureza mista e assume como objetivos principais: (1) identificar a presença de afetos positivos e/ou negativos, dos pais/mães e irmãos dos militares, perante a notificação da missão; (2) explorar a ocorrência de apoio social e de alterações das rotinas e dinâmicas familiares ao longo das três fases da missão; (3) explorar a comunicação existente entre o militar deslocado e a sua família de origem, relativamente aos meios, importância e impacto, durante a fase de deslocamento; (4) compreender a forma como se relacionam os afetos positivos e negativos, que surgem na notificação da missão, com a perceção das alterações familiares e de apoio social, durante as diferentes fases da missão; (5) explorar quais os principais temas que os progenitores e os irmãos gostariam de dizer aos outros familiares de militares, durante a fase de pré-deslocamento, e compreender quais as diferenças entre os temas abordados entre os dois grupos de participantes.

Metodologia

Amostra

Nesta investigação recorreu-se a uma amostra de conveniência, tendo em conta a especificidade da população em estudo. A amostra do presente estudo é constituída por 227 participantes (Quadro 2), sendo que 114 são irmãos de militares (56.1% do sexo masculino) e 113 são progenitores de militares (49.6% do sexo masculino). Os irmãos de militares têm idades compreendidas entre os 14 e os 57 anos ($M = 29.14$, $DP = 9.81$), sendo a maioria solteiros (72.8%). Os progenitores dos militares têm idades compreendidas entre os 32 e os 80 anos ($M = 55.06$, $DP = 9.12$), sendo a maioria casados (77%). É importante referir que tanto a maioria dos irmãos como a maioria dos progenitores residiam na zona Norte de

Portugal (81.6% e 75.2%, respetivamente). Em relação ao nível socioeconómico (Simões, 1994), a maioria dos participantes apresentam um nível socioeconómico baixo (62.3% dos irmãos e 80.5% dos progenitores).

Neste estudo, os participantes referiram-se à última missão internacional em que o militar em questão participou, tendo estas decorrido em sete locais distintos, como Kosovo (n=145), Lituânia (n=42), Afeganistão (n=19), Timor (n=5), Uganda (n=2), Somália (n=2) e Bósnia (n=1). Os militares pertencem essencialmente ao Exército (n=183), mas também à Marinha (n=3) e à Guarda Nacional Republicana (n=1), e possuem diferentes categorias militares: Praça (n=140), Sargento (n=46) e Oficial (n=27). Salienta-se também que 130 participantes (45.6% dos irmãos e 69% dos progenitores) residiam com o militar na altura da missão e que 79 participantes não residiam com o militar.

Quadro 2.

Caracterização da amostra (N = 227).

	Irmãos (n=114)	Progenitores (n=113)
	n (%)	n (%)
Estado civil		
Casado	26 (22.8)	87 (77)
União de facto	4 (3.5)	1 (0.9)
Solteiro	83 (72.8)	12 (10.6)
Viúvo	--	7 (6.2)
Zona de residência		
Norte	93 (81.6)	85 (75.2)
Centro	4 (3.5)	6 (5.3)
Grande Lisboa	3 (2.6)	--
Alentejo	--	2 (1.8)
Arquipélago Açores	4 (3.5)	8 (7.1)
Arquipélago Madeira	8 (7)	8 (7.1)
Nível Socioeconómico		
Baixo	71 (62.3)	91 (80.5)
Médio	23 (20.2)	14 (12.4)
Médio-Alto ou Alto	20 (17.5)	6 (5.3)

Instrumentos

O protocolo de investigação ao qual os participantes responderam era constituído por um questionário sobre as suas vivências relativamente à missão do militar e por um questionário sobre afeto positivo e negativo. Existiam duas versões, uma para os progenitores e outra para os irmãos, embora as questões fossem semelhantes. No Apêndice A encontra-se a versão para pais.

Questionário sobre vivências de familiares de militares em missões internacionais. Foi construído para o projeto de doutoramento em que este estudo está inserido, tendo sido selecionadas algumas questões para o presente estudo. Este questionário era composto por questões sobre dados sociodemográficos dos participantes (e.g., grau de parentesco com o militar em missão, sexo, idade, estado civil, habilitações académicas, profissão, zona de residência), bem como informações associadas à vida militar (e.g., categoria militar, TO da última missão). De seguida, continha questões abertas e fechadas relativas às diferentes fases da missão (pré-deslocamento, deslocamento e pós-deslocamento), focando variáveis de funcionamento familiar e outras. As variáveis familiares foram analisadas ao longo das três fases da missão (e.g., alterações sentidas nas rotinas ou na dinâmica familiar) e as variáveis sociais também foram analisadas nas três fases da missão (e.g., apoio social sentido pela família de origem do militar). Na fase de deslocamento a comunicação com o militar foi questionada em diversos aspetos: meios de comunicação utilizados e perceção da sua importância (respondido numa escala de Likert de 1 a 5) e impacto (respostas sim/não em várias alternativas). Relativamente a esta fase foram colocadas também questões específicas relacionadas com a possível aproximação do participante ao cônjuge/namorado(a) do militar em questão e aos sobrinhos/netos.

Questionário PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*). O PANAS (Watson, Clark, & Tellegen, 1988, versão portuguesa de Galinha & Pais-Ribeiro, 2005) foi desenvolvido para avaliar o afeto positivo e o afeto negativo de uma forma válida, breve e fácil de administrar (Galinha & Pais-Ribeiro, 2005). O questionário é constituído por 10 itens que correspondem a uma lista de afetos positivos (e.g., interessado, entusiasmado, excitado) e por 10 itens que correspondem a uma lista de afetos negativos (e.g., perturbado, atormentado, amedrontado), sendo respondidos numa escala de Likert de 1 (Nada ou muito ligeiramente) a 5 (Extremamente). O PANAS foi respondido pelos progenitores e pelos irmãos dos militares relativamente ao momento da notificação (fase de pré-deslocamento) da última missão em que o militar em questão participou. Ao nível da consistência interna, comparando a versão portuguesa (Galinha & Ribeiro, 2005) e os valores do presente estudo, estes são idênticos e

adequados, quer para a escala de afeto positivo (versão portuguesa $\alpha = .88$ e presente estudo $\alpha = .92$), quer para a escala de afeto negativo (versão portuguesa $\alpha = .87$ e presente estudo $\alpha = .88$).

Procedimento de recolha de dados

No âmbito do projeto de doutoramento em que este estudo se insere, o Exército Português foi contactado pelo investigador principal para a recolha de dados. Depois da autorização do Chefe Estado-maior do Exército, foi solicitada a colaboração, através dos militares (de diversas unidades de Portugal), dos irmãos e progenitores dos mesmos, para responderem de forma anónima a um questionário sobre vivências de familiares de militares em missões internacionais, onde estava inserida a Escala de Afetividade Positiva e Negativa (PANAS). Para esclarecer todas as dúvidas aquando do preenchimento, foi também facultado o contacto do investigador responsável. Os questionários foram devolvidos, através dos militares, ao investigador principal, de acordo com o prazo estipulado para cada caso.

Procedimento de análise de dados

Numa primeira fase, foi realizada a análise descritiva dos dados e analisadas as correlações entre as variáveis quantitativas através do *software* SPSS Statistics 22. Através do mesmo *software* foram ainda realizadas comparações de médias (teste *T* para amostras independentes), de forma a responder aos objetivos definidos para o presente estudo.

As respostas abertas ao questionário sobre vivências de familiares de militares em missões internacionais foram analisadas através de um processo abduutivo (Daly, 2007), com recurso ao *software* QSR Nvivo 11 for Mac. Assim, analisaram-se as respostas dos 113 progenitores e dos 114 irmãos sobre as experiências vividas durante as diferentes fases da missão, prosseguiu-se com a comparação das respostas entre os vários participantes e, de forma indutiva, descreveram-se as experiências comuns. Simultaneamente, também se compararam os dados descritos na literatura considerados centrais nesta investigação, examinando-se dedutivamente a relação entre os dados e a teoria (Bazeley, 2007). Este processo facilitou a criação de categorias para responder aos objetivos de investigação propostos.

Resultados

Da análise temática das respostas abertas ao questionário resultaram 61 categorias interrelacionadas e organizadas num sistema hierárquico (APÊNDICE B) com sete categorias principais: fases da missão (pré-deslocamento, deslocamento e pós-deslocamento; é transversal a toda a análise, uma vez que as suas subcategorias se cruzam com as restantes categorias), elemento da família de origem (progenitor ou irmão), respostas emocionais, alteração das rotinas e funcionamento familiar, rituais, suporte social fornecido à família do militar ou ao militar, e mensagem a outros familiares de militares. Segue-se uma apresentação detalhada dos resultados da análise temática, em simultâneo com os resultados das análises dos dados quantitativos, no sentido de entender aprofundadamente as alterações existentes nas diferentes fases da missão, quer para os irmãos quer para os progenitores dos militares em missão. Adicionalmente serão apresentadas algumas citações dos participantes para melhor transmitir as suas experiências vivenciais. Por motivos de confidencialidade, serão apenas utilizados o grau de parentesco, idade e local da última missão a que se referia aquando da resposta às perguntas do questionário.

1. Afeto positivo e afeto negativo perante a notificação da missão

A análise das correlações entre o grau de parentesco com o militar e os níveis de afeto positivo e negativo associados à notificação, cujos resultados estão apresentado no Quadro 3, revelou que estas não são significativas. Porém a correlação entre o afeto negativo e o grau de parentesco revelou-se muito próxima da significância estatística, apesar de fraca, pelo que ser progenitor poderá estar mais associado a níveis mais elevados de afeto negativo aquando da notificação.

Quadro 3.

Correlações entre Grau de Parentesco, Afeto Positivo e Afeto Negativo (N = 227)

Variáveis	1	2	3
1. Grau de Parentesco^a	-		
2. Afeto Positivo	-.110	-	
3. Afeto Negativo	.129*	.067	-

Nota. ^a Variável *Dummy* (0 para irmãos e 1 para progenitores); * $p = .051$.

No Quadro 4 apresenta-se a estatística descritiva das variáveis Afeto Positivo, Afeto Negativo e Importância da Comunicação, bem como a comparação das médias nos dois

grupos estudados (irmãos e progenitores). Os irmãos reportaram valores um pouco mais elevados de afeto positivo e mais baixos de afeto negativo relativamente à notificação da missão, comparativamente com os progenitores, apesar de as diferenças não serem significativas. Relativamente à importância da comunicação, os progenitores reportaram ser mais importante do que os irmãos dos militares, sendo a diferença muito próxima da significância estatística.

Quadro 4.

Estatística descritiva e comparação das médias das variáveis Afeto Positivo, Afeto Negativo e Importância da Comunicação em função do grupo de participantes (N = 227)

Variáveis	Amplitude	Irmãos (n = 114)		Progenitores (n = 113)		t	p
		M	DP	M	DP		
Afeto Positivo	1 - 5	28.31	9.10	26.21	9.85	1.664	.097
Afeto Negativo	1 - 5	18.17	7.69	20.17	7.71	-1.959	.051
Importância da Comunicação	1 - 5	3.66	0.70	3.82	0.56	-1.967	.050

2. Apoio e alterações do quotidiano e funcionamento familiar nas diferentes fases da missão

Quadro 5.

Apoio recebido pelos participantes por cada fase da missão (N = 227)

	Irmãos (n = 114) n (%)			Progenitores (n = 113) n (%)		
	Pré-des.	Des.	Pós-des.	Pré-des.	Des.	Pós-des
Apoio sentido	85 (74.6)	91 (79.8)	79 (69.3)	92 (81.4)	90 (79.6)	85 (75.2)
Fontes de Apoio						
Familiares	72 (63.2)	70 (61.4)	64 (56.1)	80 (70.8)	76 (67.3)	70 (61.9)
Amigos	43 (37.7)	49 (43)	42 (36.8)	46 (40.7)	47 (41.6)	39 (34.5)
Colegas de Trabalho	10 (8.8)	11 (9.6)	9 (7.9)	14 (12.4)	13 (11.5)	11 (9.7)
Serviços Militares	0 (0)	0 (0)	0 (0)	3 (2.7)	0 (0)	0 (0)

Nota. Pré-des. = fase de pré-deslocamento; Des. = fase de deslocamento; Pós-des. = fase de pós-deslocamento.

No quadro 5 apresentam-se as frequências relativas ao apoio sentido pelos irmãos e progenitores dos militares em missão, durante as três fases da mesma. Em todas as fases as principais fontes de apoio eram os familiares e os amigos dos participantes, sendo de salientar que apenas 2.7% dos progenitores reportaram apoio dos serviços militares e somente na fase de pré-deslocamento. No presente estudo, o teste do Qui-quadrado não revelou diferenças significativas entre os irmãos e os progenitores nas frequências relativas às fontes de apoio (familiares, amigos, colegas de trabalho e serviços militares) em nenhuma das fases da missão.

2.1. Fase de Pré-deslocamento

Na fase de pré-deslocamento apenas 12 irmãos (10.5%) e 9 progenitores (8%) mencionaram ter sentido alterações nas suas rotinas e nas atividades do quotidiano. Destes, os irmãos destacaram a subcategoria Reajustamento de horários (com 2 das 4 referências codificadas), sendo estas sobretudo referentes ao auxílio dos pais nas tarefas em casa. Entre os progenitores destacou-se a subcategoria Dificuldade em pagar contas (com 4 das 9 referências), sendo estas sobretudo referentes ao ato de pagar contas e aos trabalhos realizados em casa, uma vez que o filho militar era quem realizava estas tarefas e, durante esta fase, ocupava mais tempo a treinar. Destacou-se também a Ausência física dos militares (3 referências), aludindo à falta da presença do militar, da sua companhia e do apoio constante.

Ajudar mais os meus pais em casa nas arrumações e na cozinha. (Irmão, 14, Kosovo)

Pagamento de contas e trabalhos em casa. (Pai, 52, não identificada)

O meu filho passou a ter menos tempo para estar com a família. (Pai, 46, Lituânia)

Relativamente à categoria suporte social fornecido à família do militar ou ao militar, destacou-se para os irmãos a subcategoria Suporte funcional, enquanto para os progenitores destacaram-se o Suporte Funcional e o Suporte Emocional. As referências do suporte funcional referiam-se ao apoio nas atividades das crianças, ao apoio nas tarefas domésticas e também apoio dos irmãos no cuidado de assuntos pessoais do militar. A referência do suporte emocional dizia respeito ao apoio dos familiares ao militar.

Tratar de assuntos pessoais, ir buscar filhos à escola. (Irmão, 20, Lituânia)

Mais trabalho em casa e tive de levar o meu filho mais novo às atividades. (Mãe, não identificado, Kosovo)

Estando o meu filho a viver nos Açores e eu cá, apoiei-o neste tempo aos fins de semana que vinha a casa. (Mãe, 65, Kosovo)

Em relação às fontes de apoio para os irmãos durante esta fase, 54 (28.88% dos irmãos que participaram no estudo) reportaram os pais como as principais fontes de apoio, 11.23% indicaram os irmãos e 6.42% apontaram ainda os tios como das principais fontes de apoio. Para os progenitores, 29 reportaram os filhos como as principais fontes de apoio, 24 indicaram os cônjuges e, por fim, 23 apontaram os irmãos como das principais fontes de apoio.

Quanto às respostas emocionais reportadas nesta fase, apenas uma irmã de um militar referiu a Tristeza, sendo esta sobretudo associada à ausência do apoio do mesmo. Nesta fase, nenhum progenitor reportou respostas emocionais positivas ou negativas.

Perdi a boleia para a escola, psicologicamente abalada e desamparada. (Irmã, 29, Bósnia)

Relativamente às alterações de rituais, os irmãos não fizeram qualquer referência e apenas um progenitor se referiu à Ausência em convívios familiares.

A ausência em festividades familiares. (Pai, 60, Kosovo)

2.2. Fase de Deslocamento

Quanto à fase de deslocamento a maioria dos irmãos (80.7%) e dos progenitores (46.9%) referiram ter sentido alterações nas suas rotinas e nas atividades do quotidiano. Neste sentido, tanto os irmãos como os progenitores destacaram a Ausência física do militar (com 52.63% referências codificadas e 76.81% referências codificadas, respetivamente) como a principal alteração, focando especificamente a falta da presença do militar física e psicologicamente, a ausência da sua ajuda, nomeadamente nas tarefas do quotidiano.

As saudades dele e de não o ter por perto para as nossas conversas e brincadeiras. (Irmã, 19, Kosovo)

Falta da presença dele e da ajuda que me dá nas tarefas diárias (organizar papéis, finanças, bancos, etc.). (Mãe, 70, Afeganistão)

Quanto às alterações no suporte social fornecido à família do militar ou ao militar, destacou-se o Suporte funcional tanto para os irmãos como para os progenitores (com 2 referências e 1 referência, respetivamente), sendo estas sobretudo referentes ao apoio nas tarefas domésticas, ao apoio no trato de assuntos pessoais do militar e ao apoio das crianças.

Nas tarefas domésticas senti bastante a falta dela. (Irmão, 21, Kosovo)

Senti que o meu neto sentiu muito a falta do pai. (Mãe, 64, Kosovo)

Em relação às fontes de apoio para os irmãos durante esta fase, 51 (28.80% dos irmãos que participaram no estudo) reportaram os pais como as principais fontes de apoio, 10.16% irmãos indicaram os irmãos e 5.65% apontaram ainda os tios como das principais fontes de apoio. Para os progenitores, 23 reportaram os filhos, 19 indicaram os irmãos e, por fim, 17 progenitores apontaram os cônjuges como das principais fontes de apoio.

Relativamente às respostas emocionais negativas reportadas pelos irmãos, destacou-se a Saudade com 20 referências. Nesta fase foi onde os progenitores reportaram mais repostas emocionais negativas, sendo que se destacou a Saudade, Preocupação e Tristeza (com 35, 12 e 11 referências, respetivamente). A saudade refere-se especialmente ao sentimento de falta do militar, tanto física como psicologicamente.

Sentia falta dele, dos nossos encontros para conversarmos e dos fins-de-semana que íamos ao café sempre juntos. (Irmão, 31, Kosovo)

Muita saudade, do jeito de quem tem muito medo de não voltar a abraçar quem lhe é querido. (Mãe, 65, Kosovo)

Preocupação na segurança e bem-estar do meu filho. (Mãe, 58, Kosovo)

Sentia-me triste. (Mãe, 55, Kosovo)

Relativamente às respostas emocionais positivas dos irmãos, destacaram-se as subcategorias Orgulho, Satisfação e Alegria com 1 referência cada respetivamente. Porém, nenhum progenitor reportou respostas emocionais positivas nesta fase.

A saudade, mas ao mesmo tempo o grande orgulho que senti por ela. Ela é sem dúvida a melhor. (Irmão, 29, Lituânia)

Ele é alegre e transmite isso. (Irmã, 29, Lituânia)

Quanto às alterações de rituais reportadas pelos irmãos, tanto os pais como os irmãos referiram a Ausência em convívios familiares, tais como domingos em família, hora das refeições e rotinas familiares importantes, sendo que os progenitores se referiram também à Ausência em datas importantes, como os aniversários.

Falta dele nos domingos em família. (Irmão, 24, Kosovo)

As saudades e a ausência dele nas reuniões familiares. (Pai, 50, Lituânia)

Ausência nos aniversários importantes. (Pai, 46, Kosovo)

2.3. Fase de Pós-deslocamento

Relativamente à fase de pós-deslocamento, 50 irmãos (43.9%) e 39 progenitores (34.5%) indicaram ter sentido alterações nas suas rotinas e nas suas atividades do quotidiano, especialmente ao nível do Reajustamento de horários (e.g., regresso à rotina antes da missão) e do Tempo passado em conjunto (com 12 a 16 referências em cada subcategoria para cada

grupo de participantes). As referências ao Tempo passado em conjunto diziam respeito essencialmente à frequente presença do militar com o irmão, ao convívio mais frequente em conjunto, às conversas entre eles e à frequente ajuda do militar aos progenitores.

Não ter de prestar tanta atenção aos horários e mudar rotinas para poder falar com ela. (Irmão, 21, Kosovo)

Encontramo-nos e falamos com mais frequência. (Irmã, 43, Kosovo)

Almoços e jantares mais demorados e animados. (Pai, 58, Lituânia)

Numa fase inicial estávamos ainda mais tempo juntos e depois foi voltando ao normal, tal como era antes de ter ido em missão. (Mãe, 65, Kosovo)

Quanto à fase de pós-deslocamento, nas respostas dos irmãos destacou-se também o Suporte funcional (com 2 das 2 referências codificadas nesta fase), sendo sobretudo referente ao apoio nas tarefas domésticas. Porém, os progenitores não reportaram qualquer suporte emocional ou funcional nesta fase.

Reajustamento das tarefas. (Irmã, 21, Lituânia)

Em relação às fontes de apoio para os irmãos durante esta fase, 49 (30.24% dos irmãos que participaram no estudo) reportaram os pais como as principais fontes de apoio, 11.72% indicaram os irmãos e 4.94% apontaram ainda os avós como das principais fontes de apoio. Para os progenitores, 27 reportaram os filhos, 22 indicaram os cônjuges e, por fim, 14 apontaram os irmãos como das principais fontes de apoio.

Relativamente às respostas emocionais negativas, destacou-se a subcategoria Preocupação, mencionada por 2 irmãos e por 2 progenitores, referente sobretudo à diferente postura do militar e ao facto do militar estar mais ausente de casa.

Senti que ele estava estranho mas deve ter sido uma fase de adaptação visto que ele esteve fechado. (Irmão, 27, não identificado)

Veio mais nervoso, impaciente e revoltado. (Mãe, 67, Kosovo)

É nesta fase que os irmãos indicam mais respostas emocionais positivas, destacando-se a Satisfação e o Conforto (com 4 e 3 referências, respetivamente). Para os progenitores, destacaram-se identicamente a Alegria, a Satisfação e o Conforto (com 7, 6 e 4 referências, respetivamente).

Estive mais tempo com ela pois a missão serviu também para fortalecer a nossa relação. (Irmã, 23, Lituânia)

Senti mais conforto através da sua companhia e aconchego familiar. (Irmã, 21, Kosovo)

Uma maior alegria e emoção, ficaram de lado as preocupações. (Pai, 67, Kosovo)

Havia alegria e satisfação após o seu regresso. (Mãe, 58, Kosovo)

Maior normalidade e sentido de segurança. (Pai, 53, Lituânia)

Quanto aos rituais durante esta fase, nenhum irmão ou progenitor reportou qualquer alteração.

3. Alterações da comunicação ocorridas na fase de deslocamento

3.1. Impacto da comunicação durante a fase de deslocamento

A maioria dos participantes referiu aspectos positivos da comunicação durante o deslocamento, nomeadamente fortalecimento da moral (irmãos 90.4%, progenitores 93.8%), melhoria do bem-estar (irmãos 79.8%, progenitores 87.6%), fortalecimento dos laços relacionais (irmãos 66.7%, progenitores 74.3%) e facilidade no reencontro (irmãos 90.4%, progenitores 93.8%), embora alguns referissem também que aumenta a ansiedade (irmãos 28.9%, progenitores 42.5%), a tristeza e o isolamento (irmãos 7%, progenitores 17.7%).

3.2. Meios de comunicação utilizados durante a fase de deslocamento

Na fase de deslocamento os principais meios de comunicação com o militar eram as redes sociais, como *Facebook* ou *Twitter*, e a webcam, conforme se apresenta no Quadro 6.

Quadro 6.

Meios de comunicação utilizados durante a fase de deslocamento (N = 227)

	Irmãos (n = 114)	Progenitores (n = 113)
	n (%)	n (%)
Redes sociais	76 (66.7)	60 (53.1)
Webcam	75 (65.8)	63 (55.8)
E-mail	29 (25.4)	10 (8.8)
Telemóvel	10 (8.8)	12 (10.6)
Telefone	7 (6.1)	13 (11.5)
Carta	5 (4.4)	5 (4.4)
Skype	3 (2.6)	4 (3.5)
Snapchat	--	1 (.9)
VoipRaider e Viber	--	1 (.9)

3.3. Aproximação ao cônjuge/namorado(a) do militar durante o deslocamento

Conforme se apresenta no Quadro 7, durante a fase de deslocamento 32 irmãos (28.1%) e 46 progenitores (40.7%) indicaram ter-se aproximado do cônjuge/namorado(a) do militar, sobretudo através de um aumento de conversas com este sobre o militar.

Quadro 7.

Aproximação ao cônjuge/namorado por grupo de participantes (N = 78)

Tipo de aproximação	Irmãos (n = 32)	Progenitores (n = 46)
	n (%)	n (%)
Mais conversas sobre o militar	27 (23.7)	40 (35.4)
Mais conversas sobre o participante e o filho do militar	11 (9.6)	14 (12.4)
Mais atividades juntos	6 (5.3)	14 (12.4)

3.4. Aproximação ao(s) filho(s) do militar durante o deslocamento

Durante a fase de deslocamento da última missão do militar, apenas 37 irmãos (32.4%) tinham sobrinhos e 26 progenitores (23%) tinham netos. Porém, destes apenas 12 irmãos (10.5%) e 10 progenitores (8.8%) referiram ter existido aproximação aos mesmos, essencialmente através de mais conversas com os sobrinhos ou netos, respetivamente, sobre o militar (ver quadro 8).

Quadro 8.

Aproximação ao filho do militar por grupo de participantes (N = 22)

Tipo de aproximação	Irmãos (n = 12)	Progenitores (n = 10)
	n (%)	n (%)
Mais conversas sobre o militar	8 (7)	4 (3.5)
Mais conversas sobre o participante e o filho do militar	4 (3.5)	3 (2.7)
Mais atividades juntos	2 (1.8)	4 (3.5)

3.5. Correlações entre as alterações sentidas durante as diferentes fases da missão e o PANAS

As alterações sentidas no deslocamento pelos progenitores e pelos irmãos estão correlacionadas positivamente com as alterações sentidas no deslocamento, indicando que

quanto mais alterações sentidas na fase de deslocamento, mais alterações sentidas também no pós-deslocamento (ver Quadros 9 e 10).

Na subamostra dos irmãos dos militares verifica-se também que as alterações sentidas no deslocamento estão correlacionadas positivamente com o afeto negativo aquando da notificação (apesar de a correlação ser fraca), apontando que quanto mais elevado o afeto negativo face à notificação, maior a perceção de alterações no deslocamento. O afeto negativo aquando da notificação também está correlacionado positivamente com o afeto positivo, sendo igualmente uma correlação fraca (Quadro 10).

Quadro 9.

Correlações entre alterações sentidas durante as diferentes fases da missão, Afeto Positivo e Afeto Negativo nos progenitores (N = 113)

Variáveis	1	2	3	4	5
1. Alterações pré-deslocamento	-				
2. Alterações deslocamento	-.012	-			
3. Alterações pós-deslocamento	-.096	.559**	-		
4. Afeto Positivo	.009	.111	-.011	-	
5. Afeto Negativo	.120	.070	-.040	-.063	-

Nota. ** $p < .01$.

Quadro 10.

Correlações entre alterações sentidas durante as diferentes fases da missão, Afeto Positivo e Afeto Negativo nos irmãos (N = 114)

Variáveis	1	2	3	4	5
1. Alterações pré-deslocamento	-				
2. Alterações deslocamento	.146	-			
3. Alterações pós-deslocamento	.070	.418**	-		
4. Afeto Positivo	.025	.079	.111	-	
5. Afeto Negativo	.105	.200*	.098	.239*	-

Nota. ** $p < .01$, * $p < .05$.

3.6. Correlações entre o apoio sentido durante as diferentes fases da missão e o PANAS

Quer para os progenitores quer para os irmãos, o apoio sentido no pré-deslocamento está correlacionado positivamente com o apoio sentido no deslocamento e no pós-deslocamento. Também o apoio sentido no deslocamento está correlacionado positivamente com o apoio sentido no pós-deslocamento, indicando uma percepção de apoio consistente em todas as fases da missão (ver Quadros 11 e 12).

No que se refere à relação entre a percepção de apoio e os afetos descritos aquando da notificação, entre os progenitores apenas o afeto positivo está correlacionado positivamente com o apoio sentido no pré-deslocamento (mas não com o apoio nas restantes fases), sendo que o afeto negativo não se correlaciona significativamente com o apoio sentido em qualquer fase da missão (Quadro 11). Na subamostra dos irmãos dos militares, apesar de serem correlações fracas, quer o afeto positivo quer o negativo correlacionam-se positivamente com a percepção de apoio em todas as fases da missão (Quadro 12).

Quadro 11.

Correlações entre o apoio sentido durante as diferentes fases da missão, Afeto Positivo e Afeto Negativo nos progenitores (N = 113)

Variáveis	1	2	3	4	5
1. Apoio pré-deslocamento	-				
2. Apoio deslocamento	.731**	-			
3. Apoio pós-deslocamento	.691**	.639**	-		
4. Afeto Positivo	.249**	.099	.009	-	
5. Afeto Negativo	-.050	.021	-.048	-.063	-

Nota. ** $p < .01$.

Quadro 12.

Correlações entre o apoio sentido durante as diferentes fases da missão, Afeto Positivo e Afeto Negativo nos irmãos (N = 114)

Variáveis	1	2	3	4	5
1. Apoio pré-deslocamento	-				
2. Apoio deslocamento	.736**	-			
3. Apoio pós-deslocamento	.694**	.799**	-		
4. Afeto Positivo	.235*	.309**	.297**	-	
5. Afeto Negativo	.225*	.254**	.270**	.239*	-

Nota. ** $p < .01$, * $p < .05$.

3.7. Mensagem a outros familiares de militares

A categoria *mensagem a outros familiares de militares* dizia respeito à fase de pré-missão onde os progenitores e os irmãos transmitiram alguns conselhos aos outros familiares com pequenas mensagens do que estes já vivenciaram, e era constituída por 20 subcategorias.

Para os irmãos, a subcategoria Atitude positiva destacou-se com 44.12% das referências codificadas, seguindo-se o Suporte emocional (29.41%).

Vai correr tudo bem e que se sintam orgulhosos. (Irmão, 50, Kosovo)

Os apoiem 100%, mesmo que não estejam de acordo, pois para eles saberem que têm o apoio dos seus é fundamental. (Irmão, 40, Afeganistão)

Para os progenitores, o mais importante para ser dito aos outros familiares foi a Atitude positiva que se destacou com 38.04% das referências codificadas, seguindo-se a Coragem (14.13%), a Perceção da passagem do tempo (13.04%) e, por fim, surgiu a Esperança, a Fé e o Orgulho (10.87% cada uma).

Sejam fortes e tenham fé, acreditem que vai correr tudo bem. (Mãe, 49, Lituânia)

Tenham coragem, e incentivem os filhos. (Mãe, 58, Kosovo)

Que o tempo passa rápido e para ter calma que corre tudo bem. (Mãe, 60, Somália)

Fiquem calmos e esperançados. (Mãe, 60, Kosovo)

Tenham calma e fé, deus os ajudará a ultrapassar esta fase. (Mãe, 58, Kosovo)

É difícil estar sem eles mas sentimos orgulho. (Pai, 58, Lituânia)

Discussão dos Resultados

O presente estudo teve como objetivos (1) identificar a presença de afetos positivos e/ou negativos, dos pais/mães e irmãos dos militares, perante a notificação da missão; (2) explorar a percepção de apoio social e de alterações das rotinas e dinâmicas familiares ao longo das três fases da missão; (3) explorar a comunicação existente entre o militar deslocado e a sua família de origem, relativamente aos meios, importância e impacto, durante a fase de deslocamento; (4) compreender a forma como se relacionam os afetos positivos e negativos, que surgem na notificação da missão, com a percepção das alterações familiares e de apoio social, durante as diferentes fases da missão; e (5) explorar quais os principais temas que os progenitores e os irmãos gostariam de dizer aos outros familiares de militares, durante a fase de pré-deslocamento, compreendendo as diferenças entre os temas abordados entre os dois grupos de participantes.

No que se refere ao primeiro objetivo, comparando irmãos e progenitores dos militares, os irmãos reportaram mais afeto positivo e os progenitores reportam mais afeto negativo relativamente à notificação da missão, estando as diferenças apenas próximas da significância estatística. No mesmo sentido, pela análise de correlações, ser progenitor poderá estar mais associado a níveis mais elevados de afeto negativo aquando a notificação. Estes resultados são coincidentes com a literatura, pois segundo Pittman, Kerpelman e McFadyen (2004) a separação devido à missão é um dos maiores *stressores* que as famílias militares experienciam, podendo assim explicar os resultados obtidos do afeto negativo reportado pelos progenitores, especialmente na etapa de notificação da missão, em que existe um choque inicial onde predomina medo, desespero, protesto e expectativa de perda, podendo ser acompanhados da negação e do entorpecimento emocional (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999; Van Breda, 2001). Tal poderá explicar o afeto negativo reportado pelos progenitores devido ao choque inicial, mas por outro lado justifica também o afeto positivo reportado pelos irmãos que poderiam estar em negação ou em entorpecimento emocional. E ainda, segundo Rodriguez e Margolin (2011), os pais vivenciam um sofrimento tão grande devido à missão que se propaga para os irmãos do militar.

No que diz respeito ao segundo objetivo – explorar a ocorrência de apoio social e de alterações das rotinas e dinâmicas familiares ao longo das três fases da missão – verifica-se que em todas as fases as principais fontes de apoio são os familiares e os amigos dos participantes, para além de se ter verificado, através das correlações, uma percepção de apoio consistente em todas as fases da missão. Mais detalhadamente, os familiares referidos pelos irmãos e pelos progenitores como fontes de apoio, durante todas as fases da missão, foram

os pais, os irmãos e os tios do militar, sendo que no pós-deslocamento os irmãos do militar reportaram mais apoio dos avós do que dos tios. Estes resultados poderão ser explicados devido à procura de apoio emocional juntos dos seus familiares mais próximos, o que reforça a ideia encontrada na literatura de que a família deveria ser estimulada à procura deste apoio juntos dos seus familiares e amigos (Hall, 2008; Pincus et al., 2001).

É de salientar também que apenas 2.7% dos progenitores reportaram apoio dos serviços militares, e que este ocorreu somente na fase de pré-deslocamento. No entanto, o Exército Português oferece apoio psicossocial aos familiares diretos no Centro de Psicologia Aplicada do Exército (CPAE; Exército Português, 2010), sendo que estes resultados poderão ser explicados pela falta de divulgação destes meios junto da família de origem do militar ou por esta não sentir que esse apoio seja eficiente, tal como encontrado no estudo de Martins et al. (2014), onde cônjuges de militares referiram a ausência de apoio pelos serviços militares, sentindo que estes não estavam disponíveis. Porém, como os familiares dos militares não residem junto das unidades do exército (e.g., residem em aldeias, vilas, cidades mais afastadas), poderá existir efetivamente falta de procura de apoio no CPAE.

Ainda em relação ao segundo objetivo, verifica-se que no pré-deslocamento existem diferenças quanto às principais alterações sentidas pelos irmãos e pelos progenitores dos militares, sendo que os primeiros reportam alterações ao nível do reajustamento de horários e os segundos reportam alterações ao nível da dificuldade em pagar contas e da ausência física do militar. Os presentes resultados podem ser explicados devido às famílias enfrentarem receios e desafios associados à ausência do membro militar, tais como desorganização financeira, mudanças nos papéis familiares, dificuldades na disciplina das crianças e a preocupação com a segurança do militar (Allen et al., 2011; Di Nola, 2008; Palmer, 2008). Durante a fase de deslocamento, verifica-se que ambos reportam a ausência física do militar como a principal alteração da rotina e do funcionamento familiar, o que é consistente com a quarta etapa do ciclo emocional que ocorre na fase de deslocamento, uma vez que a família tem de conseguir assumir novas tarefas e rotinas (Pincus et al., 2001; Rotter & Boveja, 1999). Na fase de pós-deslocamento verifica-se também que ambos reportam as mesmas principais alterações, como o aumento do tempo passado em conjunto e o reajustamento de horários. Os presentes resultados são consistentes com a literatura, uma vez que os militares têm de se reajustar à vida familiar normal, experimentando algumas dificuldades em retomar os papéis e as regras familiares (Van Breda, 1996), já que com o regresso do militar o funcionamento do sistema e subsistemas familiares não retoma precisamente ao estado em que estava antes do deslocamento (Riggs & Riggs, 2011).

Ainda relativamente às alterações das rotinas e dinâmicas familiares, verifica-se que ao nível do suporte social fornecido à família do militar ou ao militar, durante a fase de pré-deslocamento, existiram alterações para os irmãos apenas no suporte funcional, enquanto que para os pais existiram alterações no suporte funcional e emocional. Os resultados do presente estudo referente ao suporte emocional pode ser explicado pelo facto da família ser o principal fonte de apoio e suporte emocional para o militar (Sarafino, 1997, cit. por Dias, 2015). Durante o deslocamento, verificam-se para os dois grupos de participantes alterações no suporte funcional. Na fase de pós-deslocamento, verificam-se alterações no suporte funcional para os irmãos, apesar de não terem sido reportadas pelos progenitores alterações nem a nível do suporte funcional nem do suporte emocional. Os presentes resultados referentes ao suporte funcional mencionado pelos participantes em todas as fases poderão ser novamente explicados pelas características da quarta etapa do ciclo emocional, em que os membros da família têm de se apoiar mutuamente nas novas responsabilidades e também obter ajuda externa (Whealin & Pivar, 2015), como por exemplo apoiarem o filho do militar nas suas atividades diárias, apoiarem-se mutuamente nas tarefas domésticas e ainda relativamente aos assuntos pessoais do militar que precisarem de ser resolvidos.

Relativamente aos rituais familiares, durante a fase de pré-deslocamento os irmãos não sentiram alterações referentes aos rituais, apesar de um progenitor se ter referido à ausência do militar em convívios familiares. Este resultado poderá ter surgido, uma vez que, na fase de pré-deslocamento, os treinos aumentam e os militares ficam muito tempo longe de casa, antecipando a separação da fase de deslocamento (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999).

Já na fase de deslocamento ambos os grupos sentiram alterações de rituais devido à ausência do militar em convívios familiares. Todavia, apesar da ausência física do militar provocar uma grande alteração dos rituais, os novos meios de comunicação (e.g., webcam) conduzem, mesmo assim, à sensação de presença emocional do militar como se este não se tivesse deslocado para a missão (Bóia et al., 2016). Neste sentido, as famílias e os militares podem desenvolver rituais que promovem a identidade da família e que podem ser mantidos durante o deslocamento (Van Breda, 2001), sendo mais fácil através dos novos meios de comunicação (Schumm, Bell, Ender, & Rice, 2004). Quanto à comunicação entre o militar deslocado e a sua família de origem durante a fase de deslocamento (terceiro objetivo), um grande número de progenitores e de irmãos revelaram utilizar as redes sociais, como *Facebook* ou *Twitter*, e a webcam como principais meios de comunicação com o militar. Estes resultados não são consistentes com a literatura, uma vez que Greene et al. (2010) afirmam que a família de origem do militar tem pouco contacto com o militar quando existe

um companheiro(a). Desta forma, os resultados podem ser explicados pela evolução dos meios de comunicação, uma vez que existem recentes meios de comunicação que facilitam a comunicação entre os familiares (Schumm et al., 2004), sendo mais fácil a partilha de experiência do dia-a-dia (Merolla, 2010). Recorrem, assim, mais à comunicação interativa do que à retardada, ou seja, preferem utilizar as videochamadas e as redes sociais, em vez do correio tradicional, por exemplo (Barbudo et al., 2014). Por outro lado, o facto de a maioria dos participantes viver ainda com o militar (que são na sua maioria solteiros) pode explicar esta discrepância com a literatura, que se tem focado mais nos cônjuges dos militares. Ainda relativamente à comunicação, os progenitores parecem dar mais importância à mesma do que os irmãos dos militares, o que poderá ser explicado através do maior número de respostas emocionais negativas reportadas pelos progenitores no presente estudo, tentando possivelmente utilizar a comunicação para reduzir o sofrimento emocional sentido durante a missão (Merolla, 2010). Quanto ao impacto da comunicação, a maioria dos participantes referem aspetos positivos durante o deslocamento, como o fortalecimento da moral, a facilidade no reencontro, a melhoria do bem-estar e o fortalecimento dos laços relacionais. Estes aspetos podem ser importantes para a manutenção do envolvimento do militar nas relações, dinâmicas e rotinas familiares, bem como para “matar” saudades, uma vez que têm a possibilidade de ver e ouvir o outro em tempo real. Estes resultados são consistentes com outros estudos realizados com cônjuges de militares portugueses (Barbudo et al., 2014; Bóia et al., 2016). Os dois grupos de participantes não reportam qualquer alteração dos rituais durante a fase de pós-deslocamento, o que poderá sugerir que com o retorno do militar, regressou-se à normalidade do quotidiano da família.

No presente estudo surgiram ainda resultados quanto às alterações ao nível emocional como as respostas emocionais positivas e negativas dos participantes nas diferentes fases da missão. Neste sentido, na fase de pré-deslocamento, nenhum progenitor evocou respostas emocionais negativas, no entanto, para um irmão verifica-se tristeza durante esta fase, sobretudo referente à ausência do apoio do seu irmão militar. Estes resultados são consistentes com o estudo de Rodriguez e Margolin (2011), que afirmam que dentro da família de origem do militar, para além dos pais, os irmãos do militar vivenciam também uma grande ansiedade devido ao deslocamento do membro militar, o que é confirmado também pelos resultados relativos ao deslocamento. Nesta fase, a resposta emocional mais frequente é a saudade, tanto para os irmãos como para os progenitores, para além da preocupação e da tristeza reportadas pelos progenitores, o que é consistente com a literatura, uma vez que é comum sentir-se uma grande angústia durante o deslocamento tanto pelos progenitores e

pelos irmãos dos militares (Rodriguez & Margolin, 2011). Já no pós-deslocamento a preocupação é a resposta emocional negativa mais reportada por progenitores e irmãos, devido à nova postura do militar depois da missão, o que se enquadra perfeitamente na sexta fase do ciclo emocional, uma vez que é uma etapa muito complexa emocionalmente, onde o militar poderá sentir-se excluído da vida familiar (Van Breda, 1996, 1997) ou poderá apresentar dificuldade em readaptar-se ao novo contexto menos *stressante*, tal como se pode verificar segundo o modelo de *stress* e adaptação familiar ABCX Duplo (McCubbin & Patterson, 1983).

A ausência de respostas emocionais positivas no pré-deslocamento quer por progenitores quer por irmãos poderá ser explicada pela tristeza, ansiedade, desespero, conflitos e sentimentos de desespero causados pela separação que se aproxima, que caracterizam a segunda etapa do ciclo emocional (Van Breda, 1996, 1997, 2001). No entanto, na fase de deslocamento, verificaram-se grandes diferenças, pois apenas os irmãos reportam repostas emocionais positivas, especificamente Orgulho, Satisfação e Alegria. Estes resultados poderão ser explicados com a quarta etapa do ciclo emocional, a manutenção (recuperação e estabilização), uma vez que se caracteriza pela estabilização do deslocamento mas também pela desorganização emocional (Van Breda, 2001). Assim, esta etapa é também um período onde existe esperança, confiança, calma, menor raiva e menor solidão (Pincus et al., 2001; Rotter & Boveja, 1999). Na fase de pós-deslocamento, está presente a satisfação e o conforto dos irmãos e dos pais, e ainda a alegria destes últimos, o que é consistente com a felicidade e a satisfação características da sexta etapa do ciclo emocional identificadas por Van Breda (1996, 1997, 2001).

Relativamente às alterações existentes na comunicação com o cônjuge/namorado(a) do militar, durante o deslocamento, parece existir maior aproximação dos progenitores do que dos irmãos, mas ambos referem que a aproximação foi sobretudo através de um aumento de conversas com este sobre o militar. Segundo o estudo de Bóia et al. (2016), verifica-se que os familiares são muito importantes no apoio ao cônjuge do militar, nomeadamente as sogras, sendo por isso que possivelmente, neste presente estudo, existiu uma maior aproximação dos progenitores aos cônjuges/namorados(as) dos militares. Quanto à comunicação com o filho do militar o nosso estudo revelou uma maior aproximação dos irmãos do que dos progenitores, sendo esta também essencialmente através de mais conversas sobre o militar. Outros estudos mostram que os progenitores têm de auxiliar os seus netos a lidar com a ansiedade sobre a segurança do seu pai em missão (Cozza et al., 2005) e auxiliar nas novas rotinas associadas ao deslocamento do militar para a missão (Arana-Barradas, 2004, cit. por

Bunch et al., 2007). Os nossos resultados mostram que com os irmãos dos militares poderá acontecer o mesmo fenómeno, podendo eles auxiliar os seus sobrinhos.

Relativamente ao quarto objetivo, foi interessante verificar a associação entre o afeto negativo e as alterações familiares sentidas durante o deslocamento mas apenas nos irmãos dos militares. Entre os progenitores apenas o afeto positivo aquando da notificação da missão se mostrou associado ao apoio sentido no pré-deslocamento, o que poderá revelar que os participantes percecionam que conseguirão manter este apoio até ao final da missão, embora as alterações sentidas nessa fase possam não o permitir. Estes participantes têm de ajustar as suas novas rotinas e, maioritariamente, também têm de ajudar os seus netos a lidar com as novas rotinas associadas ao deslocamento (Arana-Barradas, 2004, cit. por Bunch et al., 2007), sentido desta forma a necessidade de um maior apoio. Contudo, os irmãos dos militares revelaram associações entre os afetos (positivo e negativo) e a perceção de apoio em todas as fases da missão. Estes resultados podem ser explicados devido ao facto de ser essencial manter uma comunicação na família logo na fase de pré-deslocamento, mesmo que os sentimentos sobre a missão não sejam semelhantes (Van Breda, 2001), sendo o apoio dos amigos um recurso igualmente necessário para uma boa adaptação ao longo de toda a missão (Barbudo et al., 2014; Bóia et al., 2016; Martins et al., 2014; Merolla, 2010; Pincus et al., 2001). Por sua vez, a associação entre o apoio sentido no pré-deslocamento pelos irmãos e o afeto negativo aquando da notificação da missão, pode ser explicada pelo choque inicial onde predomina medo, desespero, protesto e expectativa de perda (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999; Van Breda, 2001), e também devido ao aumento do tempo do treino militar operacional (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999), sendo que os irmãos poderão começar a sentir nessa altura a falta de apoio do seu irmão.

A associação entre afeto positivo e negativo aquando da notificação da missão pode ser explicada pela ambivalência de sentimentos face à participação numa missão internacional (e.g., sendo os afetos positivos mais referidos pelos irmãos: interessado e orgulhoso; e os afetos negativos: nervoso e assustado), como alguns estudos mostram que existem por parte do militar e da sua família (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999; Van Breda, 2001) e como as “mensagens” que os nossos participantes também revelam. De facto, e em relação ao último objetivo, tanto os irmãos como os progenitores mostraram que gostariam de transmitir a outros familiares de militares uma atitude positiva face aos militares e à própria missão. Estes resultados são consistentes com a literatura, uma vez que quanto mais positivo for o sentimento da família em relação ao Exército, menor é o *stress* percebido pelo militar e pela família, existindo menos probabilidade de prejudicar a satisfação com o Exército ou a

valorização da missão (Allen et al., 2011). Os irmãos reforçam ainda a importância de fornecer suporte emocional ao militar durante a fase de deslocamento, já que os pais e os irmãos são importantes fontes de apoio para os militares (Demographics Profile of the Military Community, 2008, cit. por Rodriguez & Margolin, 2011). Por outro lado, os progenitores também consideram muito importante dizer aos outros familiares para terem coragem, esperança, fé, orgulho (tal como encontrado no estudo de Wexler & McGrath, 1991, cit. por Van Breda, 2001), mas também que o tempo de deslocamento “passa rápido”. Desta forma, apesar de todas os desafios das missões, os participantes tentam transmitir resiliência e esperança aos outros familiares dos militares, o que é consistente com os resultados encontrados junto de esposas de militares, que também demonstraram resiliência e esperança apesar de todas as exigências das missões (Milgram & Bar, 1993; Walsh, 2012). E ainda, segundo Bóia et al. (2016) é necessário existirem recursos e estratégias de *coping* individuais, como uma atitude positiva relativamente à missão, aprendizagens alcançadas das experiências de outras missões e o controlo das emoções negativas para fomentar o bem-estar do militar em missão.

Assim, para que os progenitores e os irmãos dos militares percorram da melhor forma um processo contínuo de adaptação e de crise é útil utilizar o modelo de *stress* e adaptação familiar ABCX Duplo (McCubbin & Patterson, 1982, cit. por McCubbin & Patterson, 1983) aquando da avaliação do impacto da participação de famílias militares em missões internacionais. De forma a diminuir os fatores de *stress* é essencial que a família obtenha mais recursos adaptativos para lidar com as novas situações indutoras de desconforto derivadas da missão (e.g., as saudades, a preocupação, as alterações sentidas nas rotinas e dinâmicas familiares, nos rituais). Para isso, é fundamental a família perceber as situações e observá-las como sendo desafios impostos pelas missões para desenvolvimento de recursos para uma melhor readaptação aos próximos acontecimentos que ocorrerem (McCubbin & Patterson, 1983).

Conclusão

Sendo a separação devido à missão um dos maiores *stressores* que as famílias militares experienciam (Pittman et al., 2004), podendo levar a um choque inicial onde predomina o medo e o desespero, ou à negação e entorpecimento emocional (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999; Van Breda, 2001), é fundamental estudar também os progenitores e os irmãos de militares portugueses quanto às suas vivências durante as diferentes fases da missão, para além dos seus cônjuges, mais frequentemente alvo de investigação. Este foi,

segundo sabemos, o primeiro estudo que integrou estes elementos das famílias militares portuguesas, tendo permitido caracterizá-los em relação a diversos aspetos. Por exemplo, logo no início da missão, os progenitores parecem sofrer mais com a notificação da mesma. Todavia, este estudo permitiu perceber que durante todas as fases da missão, os familiares (pais, irmãos e tios do militar) e os amigos dos participantes são as suas principais fontes de apoio, sendo por isso fundamental que a família seja estimulada à procura deste apoio (Hall, 2008; Pincus et al., 2001). Diversas alterações ao nível do funcionamento familiar foram também identificadas nas várias fases da missão, sobretudo ao nível do reajustamento de horários ou de papéis familiares (e.g., dificuldade em pagar contas), alterações no suporte funcional em todas as fases da missão (e.g., ao apoio nas atividades das crianças, ao apoio nas tarefas domésticas e também apoio dos irmãos no cuidado de assuntos pessoais do militar), sendo a ausência física do militar e as saudades muito associadas à fase do deslocamento. Estes resultados já anteriormente tinham sido identificado em estudos com as famílias nucleares dos militares (Allen et al., 2011; Di Nola, 2008; Palmer, 2008), sendo que o presente estudo expande a investigação às suas famílias de origem.

A manutenção das relações familiares (inclusive através da aproximação ao cônjuge e/ou ao filho do militar) e a comunicação (e.g., com o objetivo de diminuir o sofrimento emocional durante a missão; Merolla, 2010), sobretudo através das novas tecnologias de informação e comunicação (e.g., Facebook, *webcam*; Barbudo et al., 2014), revelaram-se fundamentais para o ajustamento de toda a família à situação, em que a ambivalência de sentimentos face à participação numa missão internacional é comum (APA, 2007; Pincus & Nam, 1999; Van Breda, 2001). De facto, quer os pais quer os irmãos dos militares em missão mostraram, por exemplo, preocupação e orgulho em simultâneo, como revelam as “mensagens” que gostariam de transmitir a outras famílias militares que tivessem menos experiência de participação em missões internacionais, essencialmente focadas numa “atitude positiva” face aos militares e à missão, marcada por coragem, esperança e orgulho.

Limitações, Implicações para a Investigação e Implicações práticas

Na presente investigação reconhecem-se algumas limitações, nomeadamente referente à amostra em estudo, tal como: a idade dos irmãos, uma vez que estes participantes tinham idades compreendidas entre os 14 e os 57 anos, podendo esta diferença de idades conduzir a respostas com conteúdo emocional diferente e perspetivas diferentes. Outra limitação prende-se com o procedimento de aplicação dos instrumentos, no qual os participantes responderam aos questionários em casa, sem a presença dos investigadores, não permitindo assegurar a

resposta a dúvidas que pudessem ter surgido, podendo justificar a falta de respostas a diversas questões do questionário. Por fim, outra limitação encontrada foi o facto de o questionário PANAS apenas ter sido aplicado referente à etapa de notificação da missão, podendo no futuro ser aplicado nas diferentes fases da missão.

Como já salientámos anteriormente, a investigação acerca dos progenitores e dos irmãos do militar é muito escassa, sendo a primeira vez que a família de origem dos militares portugueses foi estudada. Desta forma, seria relevante esta investigação conduzir a futuros estudos que contribuam para colmatar ou superar as limitações supramencionadas. Neste sentido, seria pertinente perceber se existem diferenças nas vivências da família de origem do militar no caso de este participar numa missão de paz ou numa missão de combate, visto que os afetos negativos e as respostas emocionais negativas poderão aumentar se esta for uma missão de combate. Seria igualmente interessante desenvolver estudos longitudinais com este tipo de população que permitissem analisar as vivências logo após cada fase da missão. E adicionalmente, poder-se-ia incluir o questionário PANAS, sendo este aplicado nos diferentes momentos deste estudo longitudinal, para se compreenderem os afetos negativos e positivos inerentes às três fases. Assim, explorar-se-ia se as vivências dos progenitores e dos irmãos são percebidas de forma diferente logo após cada fase da missão. Destaca-se também a importância de procurar grupos de participantes mais homogêneos (e.g., em relação à idade) para um melhor controlo de diferentes variáveis, como o estado civil e a existência ou não de filhos, que impossibilitam a generalização dos resultados obtidos à população da amostra estudada. Considera-se ainda essencial conduzir o foco para mais investigações destas famílias militares, para se poder aprofundar as suas vivências e, no futuro, os poder auxiliar na prática.

No que se refere a implicações para a prática, o nosso estudo mostra a relevância de intervir logo no pré-deslocamento, realizando intervenções de grupo para os familiares aquando da notificação da missão, com o objetivo de diminuir o afeto negativo verificado nesta fase. Assim, poder-se-á estimular a partilha de experiências entre eles, para além de que alguns familiares poderão já ter passado por esta experiência da missão antes, sendo fontes de aprendizagem para outros familiares. Durante o deslocamento do militar, poderão também realizar-se intervenções de grupo para os familiares, também com o objetivo de promover a partilha de experiências e de estratégias de *coping* utilizadas para ultrapassar as principais alterações nas suas rotinas e dinâmicas familiares. Com esta mesma intervenção seria fundamental estimular a diminuição das respostas emocionais negativas, podendo criar um momento em que todos os familiares teriam de se focar em aspetos positivos da missão,

promovendo o aumento das respostas emocionais positivas durante esta fase. A nível preventivo, evidencia-se a necessidade de diminuir o *stress* causado pela missão aos familiares dos militares, sendo necessário desenvolver recursos a nível de suporte social mesmo na fase de pré-deslocamento, para que seja mais fácil a adaptação às alterações que existem tanto durante a fase de deslocamento como na fase de pós-deslocamento, em que é necessário existir uma readaptação. Realça-se também a necessidade de prevenir o desenvolvimento de doenças psicológicas dos irmãos e dos progenitores dos militares (e.g., depressão), sendo necessário auxiliarem-se de estratégias de *coping* para se adaptarem às mudanças características da missão, principalmente à ausência física do militar.

Referências Bibliográficas:

- Allen, E., Rhoades, G., Stanley, S., & Markman, H. (2011). On the home front: Stress for recently deployed army couples. *Family Process, 50*, 235–247. doi: 10.1111/j.1545-5300.2011.01357.x.
- APA. (2007). *The psychological needs of U.S. military service members and their families: A preliminary report*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Barbudo, M., Francisco, R., & Santos, R. (2014). Vivências de militares em missões internacionais: O impacto nas relações conjugais. *Revista de Psicologia Militar, 23*(1), 9–35.
- Basham, K. (2008). Homecoming as safe haven or the new front: Attachment and detachment in military couples. *Clinical Social Work Journal, 36*, 83–96. doi: 10.1007/s10615-007-0138-9
- Bazeley, P. (2007). *Qualitative data analysis with NVivo*. Londres: Sage Publications.
- Bóia, A., Marques, T., Francisco, R., Ribeiro, M. T., & Santos, R. P. (2016). *Impact of international missions in marital relationship and parenting: An exploratory study*. Manuscrito submetido para publicação.
- Bunch, S., Eastman, B., & Moore, R. (2007). A profile of grandparents raising grandchildren as a result of parental military deployment. *Journal of Human Behavior in the Social Environment, 15*, 1–12. doi: 10.1300/J137v15n04
- Carter, S., Loew, B., Allen, E., Stanley, S., Markman, H., & Rhoades, G. (2011). Relationships between soldiers' PTSD symptoms and spousal communication during deployment. *Journal of Traumatic Stress, 24*, 352–355. doi: 10.1002/jts.20649
- Castaneda, L., Harrell, M., Varda, D., Hall, K., Beckett, M., & Stern, S. (2008). *Deployment experiences of guard and reserve families: Implications for support and retention*. Santa Monica: RAND Corporation.
- Cozza, S., Chun, R., & Polo, J. (2005). Military families and children during operation Iraqi freedom. *Psychiatric Quarterly, 76*, 371–378. doi: 10.1007/s11126-005-4973-y
- Daly, K. J. (2007). *Qualitative methods for family studies & human development*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Di Nola, G. (2008). Stressors afflicting families during military deployment. *Military Medicine, 173*, 5–7.
- Dias, C. (2015). *O militar português nas operações de apoio à paz: Qual o impacto dos indutores de desconforto associados à missão e à família na sintomatologia psicológica?* Manuscrito não publicado, Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa.

- Exército Português. (2010). Núcleo de apoio psicológico e intervenção na crise. Retirado de <http://www.exercito.pt/FNDAP/Paginas/NAPIC.aspx>.
- Galinha, I., & Pais-Ribeiro, J. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II – Estudo psicométrico (*). *Análise Psicológica*, 2, 219–227. doi: 10.14417/ap.84
- Goff, B., Crow, J., Reisbig, A., & Hamilton, S. (2007). The impact of individual trauma symptoms of deployed soldiers on relationship satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 21, 344–353. doi: 10.1037/0893-3200.21.3.344
- Gottman, J., Gottman, J., & Atkins, C. (2011). The comprehensive soldier fitness program: Family skills component. *American Psychological Association*, 66, 52–57. doi: 10.1037/a0021706
- Greene, T., Buckman, J., Dandeker, C., & Greenberg, S. (2010). How communication with families can both help and hinder service members' mental health and occupational effectiveness on deployment. *Military Medicine*, 175, 745–749. doi: 10.7205/MILMED-D-09-00278
- Hall, L. K. (2008). *Counseling military families*. Nova York: Routledge.
- Marques, T. (2014). “O papá foi para a guerra, e agora?”: O impacto das missões internacionais na parentalidade em famílias militares: Um estudo exploratório. Manuscrito não publicado, Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Lisboa.
- Martins, T., Santos, R., & Francisco, R. (2014). Mudanças familiares e rede social dos cônjuges de militares em missão: Um estudo exploratório. *Revista de Psicologia Militar*, 23, 131–155.
- McCubbin, H., & Patterson, J. (1983). The family stress process. *Marriage & Family Review*, 6, 7–37. doi: 10.1300/J002v06n01
- Merolla, A. J. (2010). Relational Maintenance during Military Deployment: Perspectives of Wives of Deployed US Soldiers. *Journal of Applied Communication Research*, 38, 4–26. doi: 10.1080/00909880903483557
- Milgram, N. A., & Bar, K. (1993). Stress on wives due to husbands' hazardous duty or absence. *Military Psychology*, 5, 21–39. doi: 10.1207/s15327876mp0501_2
- Paley, B., Lester, P., & Mogil, C. (2013). Family systems and ecological perspectives on the impact of deployment on military families. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 16, 245–265. doi: 10.1007/s10567-013-0138-y
- Palmer, C. (2008). A theory of risk and resilience factors in military families. *Military Psychology*, 20, 205–217. doi: 10.1080/08995600802118858
- Peebles-Kleiger, M. J., & Kleiger, J. H. (1994). Re-integration stress for desert storm families: Wartime deployments and family trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 7, 173–

194. doi: 10.1002/jts.2490070203

- Pincus, S., House, R., Christenson, J., & Alder, L. (2001). The emotional cycle of deployment: A military family perspective. *US Army Medical Department Journal*, 4, 15–23.
- Pincus, S., & Nam, T. (1999). Psychological aspects of deployment: The bosnian experience. *Journal of the Army Medical Department*, 38–44.
- Pittman, J., Kerpelman, J., & McFadyen, J. (2004). Internal and external adaptation in army families: Lessons from operations desert shield and desert storm. *Family Relations*, 53, 249–260. doi: 10.1111/j.0197-6664.2004.0001.x
- Riggs, S., & Riggs, D. (2011). Risk and resilience in military families experiencing deployment : The role of the family attachment network. *Journal of Family Psychology*, 25, 675–687. doi: 10.1037/a0025286
- Rodriguez, A., & Margolin, G. (2011). Siblings of military servicemembers: A qualitative exploration of individual and family systems reactions. *Professional Psychology: Research and Practice*, 42, 316–323. doi: 10.1037/a0024527
- Rotter, J., & Boveja, M. (1999). Counseling military families. *The Family Journal*, 7, 379–382. doi: 10.1177/1066480799074009
- Schumm, W. R., Bell, D. B., Ender, M. G., & Rice, R. E. (2004). Expectations, use, and evaluation of communication media among deployed peacekeepers. *Armed Forces & Society*, 30, 649–662. doi: 10.1177/0095327X0403000407
- Simões, M. R. (1994). *Investigações no âmbito da aferição nacional do teste das Matrizes Progressivas Coloridas de Raven (M.P.C.R.)*. Unpublished PhD Dissertation, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Coimbra.
- Van Breda, A. (1996). Emotional cycles of deployment in the South African naval family: A collection of studies and essays. Institute for Maritime Medicine, Social work department. Retirado de http://www.vanbreda.org/adrian/pubs/emotional_cycles_of_deployment.pdf.
- Van Breda, A. (1997). *The development of the deployment resilience seminar*. Manuscrito não publicado, Universidade de Cape Town, Cape Town.
- Van Breda, A. (2001). *Resilience theory: A literature review with special chapters on deployment resilience in military families & resilience theory in social work*. Pretoria, South Africa: Military Health Service, Military Psychological Institute, Social Work Research & Development.
- Vilhena, C. P. (2005). *Resiliência em contexto militar*. Tese de mestrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Walsh, F. (2012). Family resilience: Strengths forged through adversity. In F. Walsh (Ed.),

Normal Family Processes (pp. 399–427). New York: Guilford Press.

Whealin, J., & Pivar, I. (2015). Coping when a family member has been called to war. Retirado de <https://www.achievementsolutions.net/achievementsolutions/en/att/10868.genpdf>.

APÊNDICES

APÊNDICE A²

QUESTIONÁRIO SOBRE VIVÊNCIAS DE FAMILIARES DE MILITARES EM MISSÕES INTERNACIONAIS (QUESTIONÁRIO PARA PROGENITORES E IRMÃOS³)

² Uma vez que a investigação de Doutorado, na qual este estudo se insere, ainda se encontra em curso, o questionário não é apresentado na totalidade. Apresenta-se aqui, como exemplo, as questões consideradas para a análise.

³ Apenas será apresentado o questionário para os progenitores, visto os questionários serem idênticos, exceto o questionário sociodemográfico, uma vez que o dos irmãos não questiona o número de filhos e o número de filhos militares.

Estudo de apoio psicossocial à Família Militar

QUESTIONÁRIO PARA PAIS

Este questionário é constituído por um conjunto de questões que pretendem compreender as suas vivências durante as várias fases inerentes a uma missão internacional do seu familiar militar.

Não existe tempo limite, nem respostas certas ou erradas, no entanto, pedimos que as respostas correspondam o mais possível à sua maneira de pensar ou agir.

Este questionário é *anónimo e confidencial*

**Por favor NÃO coloque o seu nome em nenhuma parte da
folha.**

O Militar, na altura da última missão, residia com os pais? <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim
--

QUESTIONÁRIO PAIS

I. IDENTIFICAÇÃO

1. Sexo: M F 2. Idade _____ 3. Data de Nascimento ____ / ____ / ____

4. Estado Civil:

- a) Casado(a) , há quantos anos? _____;
- b) União de fato , há quantos anos? _____;
- c) Solteiro(a) ;
- d) Viúvo(a)

5. Profissão: _____

6. Localidade onde nasceu _____ 7. Localidade de residência _____

8. Filhos: Quantos? _____ 9. Filhos militares: Quantos? _____,

10. Habilitações académicas:

- a) Até ao 4ºano
- b) 5º - 6ºano
- c) 7º - 9ºano
- d) 10º-11ºano
- e) 12ºano (completo)
- f) Licenciatura ou superior

II. FILHO MILITAR

11. Categoria:

- a) Oficial
- b) Sargento
- c) Praça

12. Ramo da FA/Força de Segurança:

- a) Marinha
- b) Exército
- c) Força Aérea
- d) Guarda Nacional Republicana

III. ÚLTIMA MISSÃO DO FILHO MILITAR

13. Local da missão:

- a) Bósnia
- b) Kosovo
- c) Timor
- d) Iraque
- e) Afeganistão
- f) Uganda
- g) Outro , onde _____

IV. MISSÃO: PRÉ-DESLOCAMENTO

15. Utilizando a grelha que se segue, e que apresenta um conjunto de palavras que descrevem diferentes sentimentos e emoções, indique *como se sentiu quando lhe deram a notícia?*

1-Nada ou muito Ligeiramente; 2-Um Pouco; 3-Moderadamente; 4-Bastante; 5-

Extremamente

Interessado(a)	1	2	3	4	5	Orgulhoso(a)	1	2	3	4	5
Perturbado(a)	1	2	3	4	5	Irritado(a)	1	2	3	4	5
Excitado(a)	1	2	3	4	5	Encantado(a)	1	2	3	4	5
Atormentado(a)	1	2	3	4	5	Com remorsos	1	2	3	4	5
Agradavelmente surpreendido(a)	1	2	3	4	5	Inspirado(a)	1	2	3	4	5
Culpado(a)	1	2	3	4	5	Nervoso(a)	1	2	3	4	5
Assustado(a)	1	2	3	4	5	Determinado(a)	1	2	3	4	5
Caloroso(a)	1	2	3	4	5	Trémulo(a)	1	2	3	4	5
Repulsa	1	2	3	4	5	Activo(a)	1	2	3	4	5
Entusiasmado(a)	1	2	3	4	5	Amedrontado(a)	1	2	3	4	5

17. Durante a preparação para a missão, o(a) seu(sua) filho(a) teve de se ausentar para treinos e exercícios. Muitas vezes, há alterações às rotinas familiares e mudança de responsabilidades, como por exemplo ir buscar o(s) neto(s) à escola ou pagar contas correntes do(a) seu(sua) filho(a). No seu caso, essas alterações existiram, participando nas mesmas?

Não Sim

Se a sua resposta foi Sim, quais:

19. Durante esta fase sentiu apoio:

- a. De familiares próximos , quais: _____
- b. De familiares mais afastados , quais: _____
- c. De amigos
- d. De colegas de trabalho
- e. Dos serviços militares de qualquer natureza , quais: _____
- f. Não senti apoio

V. MISSÃO: DESLOCAMENTO

22. Durante o período de ausência do(da) seu(sua) filho(a), quais foram as principais alterações sentidas na adaptação?

23. Em relação ao(à) cônjuge/namorada(o) que ficou em casa, enquanto o(a) seu(sua) filho(a) estava em missão:

- a) Existiu uma maior aproximação? Não Sim

Se sim, como sentiu essa aproximação:

(1) mais conversas sobre o(a) seu(sua) filho(a)

(2) mais conversas sobre vocês

(3) outros assuntos, como _____

(4)

_____ mais atividades juntos (refeições, passeios, etc.)?

- b) Na altura da missão não existia cônjuge/ namorada(o)

24. Em relação ao(s) neto(s), enquanto o(a) seu(sua) filho(a) estava em missão:

a) Existiu uma maior aproximação? Não Sim

Se sim, como sentiu essa aproximação:

(1) mais conversas sobre o(a) seu(sua) filho(a)

(2) mais conversas sobre vocês

(3) outros assuntos como _____

(4) mais atividades juntos (refeições, passeios, etc.)?

b) Na altura da missão não existia(m) neto(s)

25. Que meios de comunicação utilizava com o(a) seu(sua) filho(a) durante a missão:

a) E-mail: Sim Não

b) Webcam: Sim Não

c) Carta: Sim Não

d) Redes sociais (Facebook, Twiter, etc.): Sim Não

e) Outro: Sim Não Qual? _____

26. Considera que comunicar com o(a) seu(sua) filho(a), durante o deslocamento é:

a) Muito importante

b) Importante

c) Indiferente

d) Pouco importante

e) Nada importante

27. A comunicação com o(a) seu(sua) filho(a) durante a missão:

a) Fortalece a moral: Sim Não

b) Fortalece os laços relacionais: Sim Não

c) Facilita o reencontro: Sim Não

d) Melhora o bem-estar: Sim Não

e) Aumenta a ansiedade: Sim Não

f) Aumenta a tristeza e o isolamento: Sim Não

g) Outras: _____

28. Durante esta fase sentiu maior apoio:

- a. De familiares próximos , quais: _____
- b. De familiares mais afastados , quais: _____
- c. De amigos
- d. De colegas de trabalho
- e. Dos serviços militares de qualquer natureza , quais: _____
- f. Não senti apoio

VI. MISSÃO: PÓS-DESLOCAMENTO

30. Após o regresso do(da) seu(sua) filho(a), quais foram as principais alterações sentidas nas rotinas e nas atividades do quotidiano?

35. Durante esta fase sentiu maior apoio:

- a. De familiares próximos , quais: _____
- b. De familiares mais afastados , quais: _____
- c. De amigos
- d. De colegas de trabalho
- e. Dos serviços militares de qualquer natureza , quais: _____
- f. Não senti apoio

37. Complete as seguintes frases:

- d. “Gostaria de dizer aos pais dos militares que partem em missão que

”

Obrigado pela sua colaboração!

APÊNDICE B

SISTEMA HIERÁRQUICO DE CATEGORIAS (ÁRVORE DE CATEGORIAS)

Categorias	Fontes	Referências
<u>Elementos da família de origem</u>	17	821
Pais	10	457
Irmãos	7	365
<u>Fases da Missão</u>	17	821
Pré-deslocamento	7	311
Deslocamento	7	278
Pós-deslocamento	5	232
<u>Alterações das rotinas e funcionamento familiar</u>	7	255
Ausência física do militar	4	87
Reajustamento de horários	6	38
Tempo passado em conjunto	3	33
Comunicação com o militar	5	21
Apoio do militar à família	3	11
Dificuldade em pagar contar (não economicamente, mas funcionalmente, i.e., o ato de ir pagar)	2	5
Ajuda financeira do militar	2	3
<u>Rituais</u>	3	16
Ausência em convívios familiares	3	16
Ausência em datas importantes	1	1
<u>Suporte social fornecido à família do militar ou ao militar</u>	5	14

Suporte funcional (suporte ao nível das tarefas domésticas, assuntos pessoais do militar e apoio nas atividades das crianças)	5	13
Suporte emocional (familiares fornecerem apoio emocional ao militar)	2	2
<u>Repostas emocionais</u>		
Repostas emocionais negativas	5	110
Saudade	3	56
Preocupação	3	16
Tristeza	4	16
Solidão	2	9
Ansiedade	1	7
Medo	1	6
Repostas emocionais positivas	3	35
Satisfação	3	11
Alegria	3	9
Conforto	2	7
Segurança	2	4
Tranquilidade	2	3
Orgulho	1	1
<u>Mensagem a outros familiares de militares</u>		
Atitude positiva	2	65
Suporte emocional (familiares fornecerem apoio emocional ao militar)	2	29

Coragem	2	20
Orgulho	2	16
Percepção da passagem do tempo	2	16
Esperança	2	15
Boa experiência	4	12
Confiança	2	12
Fé	2	12
Preocupação	2	10
Tranquilidade	2	10
Conforto	2	8
Percepção “servir a pátria”	2	8
Respeito pela opção do militar	2	8
Segurança	2	7
Necessidade de ajudar	2	4
Ausência física do militar	2	2
Saudade	2	2
Comunicação com o militar	1	1
Tempo passado em conjunto	1	1