

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



Should I stay or should I go: estudo exploratório comparativo da satisfação com a vida, perspectiva temporal, satisfação conjugal e rituais familiares entre portugueses residentes e portugueses emigrantes

Diana Manuel Neves Moreira

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

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

2016

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



Should I stay or should I go: estudo exploratório comparativo da satisfação com a vida, perspectiva temporal, satisfação conjugal e rituais familiares entre portugueses residentes e portugueses emigrantes

Diana Manuel Neves Moreira

Dissertação orientada pela Professora Doutora Maria Teresa Ribeiro

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

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

2016

Agradecimentos

Porque *cada instante somos nós que o construímos com a alegria das coisas que sabemos fazer nossas* e porque sou continuidade das circunstâncias e pessoas que me envolvem, gostaria de agradecer num gesto de reciprocidade

À Professora Doutora Maria Teresa Ribeiro pelos momentos de aprendizagem durante este ano, por ter permitido e entusiasmado desde o início pela minha curiosidade sobre este tema e pela sutileza das suas palavras que incentivam a descobrir mais. Agradeço também a ajuda da Doutora Ana Tavares no desenvolvimento desta investigação, pelo tempo e ajuda despendidos.

Às Professoras do Núcleo de Sistémica que o tornam um lugar de aprendizagem cativante e apaixonante para quem se inicia no universo entrópico da circularidade dos sistemas. Em especial à Professora Doutora Carla Crespo com quem tive o privilégio de aprender um pouco mais de perto este ano, pela atenção e paciência face às minhas questões infundáveis.

Também aos Professores com P grande, da Faculdade e ainda antes disso, que nunca saberão o quanto marcaram o meu percurso académico e pessoal, Professora Isabel Caldas – que um dia me ensinou que muitas vezes temos de deixar Carnavais para cumprir deveres mais importantes - Professora Adelaide Soares e Professor Luís Velez por terem representado um papel fundamental na minha vontade de *Intervir*, e Professor Horácio Rabaça, por genialmente me ter dado a conhecer o mundo da Filosofia e da vontade de conhecer..

A vocês amigos e companheiros da Faculdade, por terem preenchido os últimos seis anos com tantas memórias, entusiasmos e dores de cabeça partilhados, e pelo equilíbrio entre o fascínio pela Psicologia e outros assuntos que nos enriquecem igualmente. Em especial ao Alex, pelas infundáveis conversas de outro mundo, e à Daniela pela simplicidade maravilhosa com que me inspira. À Sheyla pelo que ainda há de vir. Agradeço ao Tiago, *chato* com detalhes de última hora.

Aos meus amigos de sempre e os novos, que tantas vezes acham esta Ciência Psicológica *um mundo tão estranho*, porque me permitem renovar o meu olhar e partilhar convosco momentos importantes da minha vida. Mesmo sem

admitirem sei que no fundo adoram as «*psicologices*». Em especial à Joana, à Carlota e à Su
por serem pilares de tantas jornadas.

À *TAPCE* (Tuna Académica de Psicologia e Ciências de Educação)
por se ter constituído o *b-side* das minhas vivências académicas, pelos poemas, pela
companhia, pelas gargalhadas, pelo Projecto musical e humano e tantos lugares que convosco
conheci.

To the Piast Family, with whom I shared my Erasmus experience,
for the unexpected importance you gained in my life, for all the private jokes and serious
conversations that make me feel a more culturally fulfilled person.

À minha Família, que é a minha raiz,
especialmente à minha Mãe, que me permitiu a oportunidade de aprender a Ciência que me
apaixona, e por lhe atribuir uma importância relativa no meu percurso. Aos meus irmãos, que
são o meu Mundo. À minha Avó, pelas nossas peripécias e por ser de tantas formas uma
inspiração para mim.

Ao Filipe,
Por ter sido um pilar nesta etapa, pela escuta tão paciente dos pensamentos sobre este trabalho,
pelas gargalhadas de cansaço, por toda a companhia. Pelo tempo pela frente!

Porque este momento marca o fim de um ciclo importante, a celebração do que foi, a
curiosidade sobre o que vem, Obrigada.

Resumo

O crescente fenómeno migratório no cenário contemporâneo origina diversas repercussões de âmbito social, económico e familiar dos sistemas envolvidos. O contexto familiar tem sido pouco investigado no âmbito dos estudos sobre migração, especificamente o contexto português de crescentes taxas de saída do País. Assim, a presente investigação tem como finalidade analisar dimensões psicológicas individuais e relacionais de emigrantes portugueses, comparativamente a portugueses residentes. Trata-se de um estudo exploratório quantitativo com o objectivo de verificar as diferenças nos dois grupos, comparando a amostra residente e emigrante relativamente às variáveis satisfação com a vida, perspectiva temporal, satisfação conjugal e significado dos rituais familiares. A amostra compõe-se por indivíduos (N=287) divididos em duas amostras - residentes e emigrantes - em situação de conjugalidade e coabitação, com idade média de 39 anos para as mulheres e 40 anos para homens. Os resultados revelaram diferenças significativas para todas as variáveis psicológicas investigadas, sendo que os indivíduos emigrantes apresentaram níveis significativamente mais elevados de satisfação com a vida e perspectiva temporal nas dimensões presente positivo e futuro positivo, comparativamente à amostra nacional. Concluiu-se que as médias das variáveis satisfação conjugal e rituais familiares eram significativamente mais baixas para indivíduos em situação de emigração, sendo mais elevadas nos indivíduos residentes em Portugal. Os resultados são discutidos levantando-se hipóteses para os dados obtidos. Tendo em conta os resultados e as limitações do presente estudo, consideramos fundamental que mais investigações explorem progressivamente as questões associadas às transformações familiares decorrentes dos movimentos migratórios.

Palavras-chave: emigração, psicologia sistémica, satisfação com a vida, perspectiva temporal, rituais familiares, satisfação conjugal

Abstract

The current growing migration phenomenon has many repercussions on the involved systems, on a social, economic and familial level. There is a lack of investigations into the family context regarding migration, and specifically into the Portuguese reality with its increase in emigration rates. This investigation aims to analyze individual and relational psychological dimensions of Portuguese emigrants in comparison to Portuguese residents. This exploratory quantitative study compares these two groups, looking for differences on satisfaction with life, time perspective, marital satisfaction and meaning of family rituals. The sample is composed of participants (N=287) in a marital and cohabitation status, divided into two subsamples – residents and emigrants – with a mean age of 39 years for women and 40 years for men. Results indicated significant differences for all psychological variables considered, with emigrants revealing higher levels of satisfaction with life and in two dimensions of time perspective - positive present and positive future. It was concluded that marital satisfaction and family ritual means were significantly lower for emigrants than residents. The results are discussed, proposing hypotheses for the obtained data. Considering the results and limitations of the present study, we consider it fundamental that more investigations progressively explore the issues related to family transformations resulting from migration.

Keywords: emigration, systemic psychology, satisfaction with life, time perspective, family rituals, marital satisfaction

Índice

Introdução.....	1
I. Enquadramento Teórico	2
1. Definição de migração e suas tipologias	2
2. Principais desenvolvimentos teóricos sobre migração	3
2.1. Migração enquanto constructo económico	4
2.2. Dos modelos económicos à investigação psicológica da migração.....	5
3. Perspectiva sistémica.....	5
3.1. Abordagem ecológica da migração	6
3.2. Migração e ciclo de vida familiar expandido	6
3.3. Duas formas de olhar a migração	8
4. Pertinência da investigação	9
4.1. Emigração no contexto Português	9
4.2. Limitações estudos anteriores e presente investigação.....	10
4.3. Emigração e variáveis individuais.....	11
4.4. Emigração e variáveis relacionais	14
4.5. Questão inicial e objectivos.....	16
II. Método.....	18
1. Desenho da investigação	18
2. Participantes	19
3. Procedimento de selecção da amostra e recolha de dados.....	21
4. Instrumentos	22
5. Procedimento de análise de dados.....	24
III. Resultados.....	25
1. Análises descritivas	25
2. Análises de comparação de grupos.....	26
3. Análise das correlações entre variáveis nos dois grupos.....	30
4. Análise de regressão linear múltipla	33
IV. Discussão.....	34
1. Discussão dos resultados	34
2. Contributo da investigação.....	39
3. Limitações & future research	39
Referências bibliográficas.....	41

Índice de Figuras

Figura 1. Mapa conceptual do estudo exploratório comparativo.....	18
--	----

Índice de Quadros

Quadro 1. <i>Estatísticas descritivas das variáveis sociodemográficas nas duas amostras do estudo</i> (p. 23)	
Quadro 2. <i>Comparação inter-amostras das variáveis sociodemográficas em função do sexo, valor do qui-quadrado e p-value da análise da diferença de resultados</i> (p. 23)	
Quadro 3. <i>Estatísticas descritivas da média e desvio-padrão da idade inter-amostra em função do sexo, valores do teste t-Student e p-value da análise da diferença das médias</i> (p. 24)	
Quadro 4. <i>Estatística descritiva das médias e desvio-padrão das variáveis e consistência interna das escalas para a amostra total</i> (p. 28)	
Quadro 5. <i>Estatística descritiva das médias das variáveis intra-grupo em função do sexo e valores t-Student e p-value da análise da diferença das médias</i> (p. 30)	
Quadro 6. <i>Estatística descritiva das médias das variáveis nas duas amostras, valores do t-Student e p-value da análise da diferença das médias nos dois grupos</i> (p. 31)	
Quadro 7. <i>Comparação inter-amostras das médias em função do sexo, valor do teste t-Student e p-value da análise da diferença das médias</i> (p. 32)	
Quadro 8. <i>Correlações gerais das variáveis para a amostra Residente</i> (p. 35)	
Quadro 9. <i>Correlações gerais das variáveis para a amostra Emigrante</i> (p. 35)	
Quadro 10. <i>Análise de regressão múltipla hierárquica para a variável dependente satisfação com a vida para a amostra Emigrante</i> (p. 36)	

Índice de Anexos

Anexo A – Consentimento informado para a amostra Residente	
Anexo B – Protocolo de investigação para a amostra Residente	
Anexo C – Protocolo de investigação para a amostra Emigrante	

*Por muito tempo achei que a ausência é falta.
E lastimava, ignorante, a falta.
Hoje não a lastimo.
Não há falta na ausência.
A ausência é um estar em mim.
E sinto-a, branca, tão pegada, aconchegada nos meus braços,
que rio e danço e invento exclamações alegres,
porque a ausência, essa ausência assimilada,
ninguém a rouba mais de mim.*

Carlos Drummond de Andrade

Pelo valor simbólico do presente trabalho no meu percurso formativo dedico-o com uma gratidão inqualificável à minha Avó Laura, Avó Cris, à minha Mãe e aos meus quatro irmãos, pessoas fundamentais no meu processo de crescimento e no meu sentido de ser e sentir.

Obrigada pela diferença que faz toda a diferença.

Introdução

De acordo com a *United Nations Population Division*, em 2015 existiam cerca de 244 milhões de indivíduos migrantes internacionais por todo o Mundo. Neste panorama internacional, Portugal destaca-se actualmente como o país da União Europeia com mais emigrantes em proporção da população residente, com cerca de 20% de indivíduos a residir fora (Pires, Pereira, Azevedo, Espírito-Santo, Vidigal & Ribeiro, 2015). Do ponto de vista sistémico, a migração pode ser entendida como uma mudança ecológica que impacta a evolução dos subsistemas envolvidos, a vários níveis, salientando as dificuldades subjacentes ao processo de mudança, numa perspectiva contextual e processual.

Neste sentido, a presente investigação, que se enquadra num estudo de Doutoramento mais amplo¹, tem como principal objectivo a exploração das diferenças existentes entre indivíduos portugueses residentes em Portugal e indivíduos em situação de emigração, para variáveis individuais e no âmbito relacional conjugal e familiar. O estudo exploratório alicerça-se numa abordagem quantitativa que visa a comparação dos dois grupos quanto às variáveis satisfação com a vida, perspectiva temporal, satisfação conjugal e rituais familiares. Procura-se averiguar se existem diferenças nas variáveis quando considerado o sexo dos indivíduos e ainda observar a força de associação entre as variáveis nos dois grupos, residentes e emigrantes. Pretende-se ainda reflectir como as variáveis podem contribuir para o nível de satisfação com a vida dos indivíduos em situação de emigração.

Acreditamos que esta investigação constitui uma boa contribuição para uma melhor compreensão das características dos indivíduos em situação de emigração, especificamente no contexto nacional português. O trabalho inicia-se com o enquadramento teórico das principais temáticas que partem da revisão de literatura efectuada; apresenta-se seguidamente o processo metodológico do estudo, as características da amostra e os resultados obtidos. Faz-se ainda a discussão dos resultados à luz da teoria sistémica e de outros estudos sobre o fenómeno migratório. Por último, são apresentadas limitações do presente estudo, salientando-se a importância premente de investigação na área da emigração e dos seus efeitos sobre as dimensões psicológicas, com implicações na identidade individual e dos sistemas familiares, assim como na realidade social de Portugal.

¹ O estudo de Doutoramento denomina-se «*Viver na incerteza: Adaptação individual e familiar após o desaparecimento de uma criança*».

I. Enquadramento Teórico

Se juntássemos todos os indivíduos que estão em movimento transnacional actualmente obteríamos algo como o 5º maior país do Mundo (Creswell, 2006).

O fenómeno migratório transcorreu todas as fases de desenvolvimento histórico da humanidade; desde o período pré-histórico que a migração contribui para evolução da espécie humana, pela capacidade de adaptação do Homem a diferentes ambientes. Este instinto itinerante pode ser entendido como intrínseco à natureza humana, tendo sido historicamente visível desde as estruturas sedentárias ao mundo moderno (King, 2012).

Na segunda metade do século XX a migração internacional emergiu como um dos principais factores no desenvolvimento e transformação social em todo o Mundo (Castles, 2000). No século XXI este tema tornou-se ainda mais central dado o contínuo aumento no volume dos movimentos e novas formas de mobilidade da população (Castles, 2000).

A mobilidade aparece assim como conceito central da designada *Era da Migração* enquanto período actual de aceleração e globalização que se torna cada vez mais diverso (Urry 2007, cit. por King, 2012).

1. Definição de migração e suas tipologias

Segundo a Organização Mundial de Saúde (WHO) *migrante é o indivíduo que abandona o seu país de origem por razões políticas, económicas, sociais ou ambientais, procurando melhores condições de vida* (WHO, n.d.) Assim, a maior parte das travessias de fronteiras não implicam realmente migração já que são efectuadas por viajantes turistas ou visitantes profissionais que não tencionam permanecer no local. De acordo com a Organização Internacional de Migração (IOM) *não existe uma definição consensual de migrante, podendo considerar-se qualquer pessoa que acesse uma fronteira internacional para um país diferente do seu de origem, independentemente do seu estatuto legal, se o movimento é voluntário ou não, quais as causas ou tempo de permanência no novo país* (IOM, n.d.). Assim, migrar significa ter residência num local diferente daquele do seu nascimento, por um período mínimo de tempo usualmente tido entre 6 a 12 meses (Castles, 2000).

A variação da definição de residência migrante consoante as diferentes políticas internas ou visões governamentais, salienta o carácter subjectivo da própria identidade de quem se pode considerar migrante (Castles, 2000).

Geralmente os movimentos migratórios dividem-se em dois grandes grupos: migração interna, que consiste no movimento de uma área para outra dentro de um mesmo país; e migração internacional, referente à travessia da fronteira de um país para outro (King, 2012). Embora consistam em formatos com características e implicações distintas, muitos teóricos defendem a ideia de que os dois tipos de migração fazem parte do mesmo processo pelo que se reforça a ideia de que podem ser analisados em conjunto. De facto, a verdade é que migração internacional pode implicar distâncias mais curtas e entre culturas mais semelhantes do que migrações internas, onde muitas vezes se encontram diferenças culturais mais salientes dentro de um mesmo país (Skeldon 1997, cit. por Castles, 2000).

As migrações podem ainda ser classificadas de voluntárias ou involuntárias. No primeiro caso, a mudança enquadra-se no projecto de vida do indivíduo, que por diversas razões decide sair do seu país de origem. No caso das migrações involuntárias, dizem respeito à fuga por situações de perigo ou trauma, como guerra ou catástrofes naturais no país. Importa esclarecer que se constitui como foco do presente estudo a migração internacional voluntária, a qual pode ser descrita como uma parte integrante do processo de globalização, caracterizado por *expansão, aprofundamento e aceleração da interconexão mundial em todos os aspectos da vida social contemporânea* (Held et al. 1999, cit por Castles, 2000, p. 271).

2. Principais desenvolvimentos teóricos sobre migração

Várias disciplinas científicas têm “reclamado” a migração como alvo da sua investigação, como Geografia, Sociologia, Economia, e mais recentemente a Psicologia Social, Ciência Política, Antropologia, História, Demografia, Direito e Estudos culturais (King, 2012). É um fenómeno demasiado complexo e multidimensional para que a sua explicação se possa encerrar numa só teoria, razão pela qual esta é muitas vezes uma área de investigação apontada como construída sob um corpo teórico fraco e inconsistente (Arango, 2004).

Dada a multiplicidade de tipos de migração é difícil explicar sobre as diferentes linhas de investigação da área; no entanto partindo dos múltiplos níveis de análise que se entrecruzam, podem-se apontar quatro grandes áreas que têm orientado a investigação: teorização sobre a origem e determinantes dos movimentos migratórios; a direcção e continuidades desses movimentos; a utilização do trabalho migrante e a adaptação sócio-cultural dos indivíduos migrantes (Portes, 1999). Destas, referir-nos-emos brevemente à primeira e última áreas enunciadas.

2.1. Migração enquanto constructo económico

Relativamente aos factores determinantes dos movimentos migratórios, a teoria dominante e um dos pilares canónicos da teorização realizada desde então, diz respeito à teoria económica neo-clássica. Derivada de estudos económicos, esta teoria pressupõe que a principal causa da migração reside no desejo dos indivíduos de maximização dos seus rendimentos e/ou ganhos (Arango, 2004), principalmente a nível económico mas também psicológico (Todaro & Smith, 2006 cit. por Kurekova, 2011). Segundo este paradigma, a causa mais óbvia da migração diz respeito à disparidade nos níveis de rendimento, empregabilidade e bem-estar social entre diferentes locais (Castles, 2000).

O paradigma económico neoclássico dominou o pensamento sobre migração durante o século XX, até meados da década de 60. Por um lado, muitos investigadores reconhecem a parcial verdade que a teoria espelha – relativamente às motivações económicas enquanto *major drive* da mudança - no entanto muitas críticas lhe foram apontadas, principalmente na pequena ou nula consideração de factores pessoais, familiares ou socio-culturais concorrentes aos fluxos migratórios (Arango, 2004). Durante o século XX o foco da investigação passou da concentração nos determinantes da migração de uma forma geral, para os *outcomes* dos movimentos migratórios, principalmente a nível internacional. Para além de investigação sobre os obstáculos encontrados pelos indivíduos migrantes e o desenvolvimento da identidade das gerações seguintes, surgem teorias sobre aspectos específicos como o papel de géneros e discriminação das minorias (Sirkeci e Cohen, 2015).

Assim, entre 1970 e 1980 surgiram outros paradigmas da migração, sob áreas científicas diferentes. Da Psicologia desenvolveram-se teorias comportamentais sobre decisões de emigração, percursos de adaptação e processo de aculturação (Baldassar & Merla, 2014). Mais tarde, investigadores da Psicologia, Antropologia e Sociologia estudaram a migração e relações de identidade, teoria de desenvolvimento do ciclo de vida e noções sobre famílias transnacionais (Baldassar & Merla, 2014).

Assim, muitos desenvolvimentos teóricos foram feitos e continuam a surgir da combinação de várias disciplinas que procuram aprofundar e melhorar o entendimento sobre a natureza complexa da migração.

2.2. Dos modelos económicos à investigação psicológica da migração

Estudos iniciais sobre migração privilegiaram medidas com associação a variáveis económicas, deixando na sombra os processos sociais e culturais subjacentes ao processo de migração (Smith, 2004).

Nas últimas décadas, investigadores têm focado a sua atenção para as consequências da migração tanto a nível individual quanto da unidade familiar. Diversos estudos semelhantes têm sido conduzidos no contexto europeu, à semelhança da investigação produzida nos Estados Unidos, no entanto foi-se mantendo a tendência à limitação das investigações sobre variáveis associadas a factores económicos, que derivam habitualmente de modelos económicos explicitados anteriormente (Cooke, 2003). Embora a importância óbvia que os ganhos não-monetários podem ter à luz do paradigma do capital humano e da teoria de migração familiar (Mincer & Polaneck, 1978), estas variáveis têm sido geralmente excluídas da investigação e dos modelos desenvolvidos (Nivalainen, 2004).

No seguimento do reconhecimento cada vez maior atribuído aos factores não-económicos na migração, muitos estudos têm demonstrado a importância das relações familiares nas transições por migração; as saídas que se efectuam a par com mudanças no ciclo de vida constituem uma peça fundamental à compreensão da mobilidade geográfica (Nivalainen, 2004).

3. Perspectiva sistémica

Parece surpreendente que só recentemente os investigadores tenham começado a examinar as dimensões não-económicas da migração, quando já anteriormente havia sido afirmada na teoria de migração familiar (Mincer & Polaneck, 1978, p. 132) que *«os custos e ganhos devem ser entendidos como englobando tanto componentes monetários como não-monetários»*.

A maior parte da investigação sobre migração em Psicologia tem recaído sobre os efeitos da migração quanto à adaptação psicológica e socio-cultural, embora a nível individual (Boyd & Grieco, 2003). Para além dos stressores normativos e atípicos, subistemas migrantes experienciam *stress* saliente relativo ao processo de mudança e aculturação (Berry, 1997; Hill, Bush & Roosa, 2003), salientando a mudança como um processo sistémico e desenvolvimental que exige ajustamento e que afecta os vários subsistemas da família no momento de transição (Schwartz, Unger, Zamboanga & Szapocznic, 2010).

A teoria sistémica favorece a reflexão e compreensão sobre as dinâmicas familiares subjacentes à migração, ao lançar o olhar para as dificuldades do processo de mudança como das transições do ciclo vital da família, numa perspectiva contextual e processual.

3.1. Abordagem ecológica da migração

Do ponto de vista sistémico, alicerçada na teoria geral dos sistemas (Von Bertalanffy, & Sutherland, 1974) a migração pode ser entendida como uma mudança ecológica que impacta a evolução dos subsistemas envolvidos, a vários níveis. Tendo como referência o Modelo Ecológico de Desenvolvimento Humano (Bronfenbrenner, 1986), entende-se o desenvolvimento humano integrado em sistemas que se influenciam, desde o nível individual – microssistémico - até ao nível mais global, macrossistémico (Bronfenbrenner, 1986). Para um sistema conseguir ser flexível e estável durante o período de transição que compõe o processo migratório, terá de haver um equilíbrio entre as forças de mudança e continuidade que ocorrem simultaneamente. A migração desafia a estabilidade dos indivíduos e impõe a necessidade de conquistar continuidades do contexto anterior enquanto surgem novos desafios e oportunidades de desenvolvimento no novo contexto (Falicov, 2012). Baseado em base teórica e empírica muito consistente, o modelo afirma que as características do ambiente interagem com os atributos fisiológicos, moldando as respostas comportamentais, psicológicas e patológicas do indivíduo (Bronfenbrenner & Evans, 2000). Salientando o papel do ambiente, propriedades críticas no desenvolvimento incluem processos proximais, o indivíduo, o seu contexto e o factor tempo. Os processos proximais ocorrem no microssistema do indivíduo, incluindo as tarefas do dia-a-dia que moldam directamente o desenvolvimento; características individuais referem-se aos factores bio-psicológicos que interagem com o contexto ao longo o tempo (Miller, 2002). Um elemento do modelo que subjaz à influência dos processos proximais, do indivíduo, e dos contextos é o tempo. Ele interage com cada nível do contexto, influenciando o desenvolvimento. Elementos entre os diferentes níveis ecológicos podem interagir com o microssistema ao longo do tempo, gerando percursos ao longo do desenvolvimento que influenciam as respostas psicológicas (Lind, 2012).

3.2. Migração e ciclo de vida familiar expandido

Ao abordar as mudanças psicológicas que decorrem da migração, é conveniente contextualizar os processos familiares relativos à experiência migratória, especialmente no que diz respeito à concepção da família e às configurações do ciclo de vida familiar.

De acordo com o paradigma sistémico, a família é compreendida como o sistema social primordial, em constante transformação e que assegura o desenvolvimento enquanto unidade, permitindo a diferenciação dos seus membros. As nossas primeiras relações, o primeiro grupo do indivíduo e sua primeira experiência do mundo, é com e pela sua família. Desenvolve-se, cresce, e espera-se que morra no seu contexto familiar.

No centro do constructo de ciclo de vida familiar encontra-se o pressuposto de que os membros da família navegarão juntos pelos diferentes ciclos. A experiência de migração, direcciona esta tendência exactamente para o sentido oposto, tornando mais difícil a partilha das experiências pelos ciclos. A migração altera de múltiplas formas a forma como eventos esperados e atípicos do ciclo de vida são vividos.

Entre muitas outras propostas teóricas para a divisão do ciclo vital familiar, destaca-se o modelo apresentado pela autora McGoldrick (1989) que delimita o ciclo em 6 fases do processo desenvolvimental: 1) *Leaving home*; 2) Junção de famílias pelo casamento; 3) Famílias com filhos pequenos; 4) famílias com filhos adolescentes; 5) saída de adultos; 6) famílias em vida tardia. Tem-se tornado incrivelmente difícil determinar que padrões do ciclo familiar se consideram “normais”. McGoldrick e colaboradores (2005) assinalam que a migração é tão disruptiva em si mesma que podemos considerar que a experiência acrescenta um estágio extra ao ciclo de vida das famílias que a vivenciam. Com base no modelo proposto pelas autoras acerca dos *stressores* horizontais e verticais ao longo do ciclo de vida, é possível situar a migração enquanto evento imprevisível com impacto nos desafios esperados para os vários estágios de desenvolvimento (Carter & McGoldrick, 1995). Assim, crê-se que a dinâmica familiar - construída a partir da relação conjugal e do desenvolvimento de uma nova identidade familiar - se modifica especialmente em função de marcos exteriores, como a migração, enquanto evento propiciador de novos padrões relacionais da dinâmica familiar.

A migração é experienciada de forma diferente por jovens adultos e adultos mais velhos. Não se torna mais fácil ou difícil consoante uma etapa ou outra, mas é sim processada de forma diferente a nível cognitivo, emocional e comportamental. Na fase adulta, a migração coincide usualmente com a necessidade de estabelecimento de autonomia a nível profissional, e de diferenciação em relação à família de origem (Falicov, 2001). O processo de separação/individuação, segundo Minuchin (1982), implica que a família vivencie diversas fases de desorganização. As fases de instabilidade são marcadas por instabilidade e incerteza, mas podem revelar a passagem para um novo equilíbrio familiar, desde que a família seja capaz de se adaptar e aceitar as diferenças no modo de viver.

3.3. Duas formas de olhar a migração

Num dos primeiros artigos sobre a abordagem cultural da migração geógrafo Tony Fielding (1992) pronunciou-se sobre as duas principais “culturas de migração”: uma perspectiva representada como *stairway to heaven*², enquanto forma de entender a migração como uma experiência de liberdade e melhoria das condições de vida; e outra designada *rootlessness and sadness*³ da migração, remetendo para um processo de ruptura do desenvolvimento.

É de facto um tema que entusiasma e desafia investigadores, que gera e perpetua incertezas e controvérsia: afinal a migração é um fenómeno bom ou mau?

A migração enquanto ameaça. O processo de migração parece ter sempre subjacente algum nível de perda e luto que marcam a mudança (Falicov, 2012), cuja intensidade e complexidade podem ser comparados ao processo de perda de uma pessoa próxima, embora com implicações a vários níveis: perde-se a proximidade de família e amigos, perde-se a comunidade e a língua materna, costumes, rituais e por vezes a gastronomia e música, no fim a identificação com a *Casa*. Estas perdas parecem ter outra característica distintiva, constituem-se *perdas ambíguas*, já que não são necessariamente irreparáveis. Esta faceta pode reforçar a ambiguidade e ambivalência vivida pelos migrantes, entre a frustração original que terá desencadeado movimento migratório, mas por outro lado a vontade de retornar ao conhecido (Boss, 2007; Falicov, 2012).

Para além da separação familiar que pode desencadear rupturas de vinculação entre os membros, a migração pode constituir-se um *stressor* contextual, colocando os indivíduos migrantes numa situação desvantajosa de pertença a uma minoria cultural, social e socioeconómica.

A mudança para outra sociedade e cultura pode trazer incertezas quanto ao modo de ser e de ver o mundo, de se ver e relacionar, trazendo destaque a questão de quem se é (Dantas, Ueno, Leifert & Suguiura, 2010). O fenómeno migratório pode tornar-se um desencadeador de crises identitárias, onde o universo simbólico do indivíduo é ameaçado pelas diversas rupturas e mudanças vividas.

Apesar destes argumentos, Froma Walsh (2012) afirma que os dilemas de transformação pessoal e familiar dos indivíduos migrantes poderão ser expandidos de uma

² A expressão faz referência a uma conhecida música com o mesmo nome popularizada pela banda britânica Led Zeppelin, que pode ser literalmente traduzida como «*escadaria para o céu*», que aponta para um acontecimento positivo.

³ A expressão traduz-se por «*sem raízes e tristeza*», representando o lado negativo da experiência.

visão marcada enquanto «*défice entre dois mundos*», alternando-a para uma perspectiva em que os migrantes são vistos como pertencentes a uma «situação cultural híbrida», com práticas, rituais e códigos mais flexíveis. Mas como?

A migração enquanto recurso. Saliendam-se aspectos positivos e ganhos do movimento de migração, como o sentido de aventura e esperança, e a relativa prosperidade e estabilidade económica (Walsh, 2012). A mobilidade parece estar associada ao aumento de bem-estar e felicidade dos indivíduos, dado que implica que estes vão ao encontro de novas e melhores oportunidades de trabalho condições de vida.

No mundo actual o estado de migração já não implica necessariamente um corte ou *disengagement* da família e cultura de origem, sendo possível manter ligações intensas e frequentes a longa distância pelo uso das novas tecnologias de comunicação. Assim, *muitos migrantes podem ser vistos como indivíduos transnacionais que vivem com dois corações e não de coração partido, como antes se esperaria* (Falicov, 2011, p. 297).

Muito migrantes lidam de forma flexível e criativa com as perdas, riscos e ganhos da mudança; têm a capacidade de gerir um sentido coerente das suas vidas e identidades, desenvolvendo estilos de vida «duais» que permitem preservar formas fundamentais da cultura familiar, incorporando novas configurações provenientes da experiência vivida (Walsh, 2012).

4. Pertinência da investigação

4.1. Emigração no contexto Português

Os estudos sobre migração, em Portugal, mostram-se assimétricos quanto ao seu objecto: enquanto num levantamento bibliográfico efectuado se reconheceram perto de 900 referências sobre imigração (Peixoto, 2012), quanto à produção de investigação sobre emigração as referências são cerca de 5% das anteriores (Peixoto, 2012). Esta assimetria na investigação não reflecte os dados sobre a realidade conhecida. Entre 1960 e 2010 o número de emigrantes portugueses passou de 165 mil para mais de 1.5 milhões de indivíduos a residir fora (Pires, Pereira, Azevedo, Espírito-Santo, Vidigal & Ribeiro, 2015).

Indicadores estatísticos confirmam que os fluxos de emigração portuguesa sempre foram significativos, contudo, nos últimos anos verificou-se um crescimento acentuado, com novos destinos e qualificação dos fluxos migratórios (Peixoto, 2012).

A estagnação do crescimento económico em Portugal que se seguiu à entrada no Euro, a conseqüente pressão depressiva sobre o investimento público e o aumento do desemprego traduziram-se num crescimento da emigração a partir do novo século (Pires et al., 2015). Em 2009, segundo dados do Instituto Nacional de Estatística a emigração portuguesa duplicou, aumentando em 17.000 indivíduos, sobretudo adultos jovens (Peixoto, 2012). Mais, Portugal é hoje o país da União Europeia com mais emigrantes em proporção da população residente, sendo que mais de 20% de portugueses vive fora do país (Pires et al., 2015).

Dados da OCDE informam acerca da qualificação dos emigrantes portugueses: entre 1990 e 2000 aumentou para 20% a saída de jovens portugueses com formação de nível superior, emigração designada *brain drain*. De acordo com a OCDE este valor é dos mais altos da União Europeia (Beine, Docquier & Rapoport, 2006).

Sumariamente, a emigração portuguesa pode ser caracterizada como apresentando equilíbrio entre os sexos (com uma ligeira feminização); predomínio de indivíduos em idade activa com tendência para o envelhecimento (16% com mais de 65 anos) e prevalência de indivíduos com baixas qualificações, observando-se contudo um crescimento significativo dos mais qualificados (Pires et al., 2015).

Relativamente aos destinos de emigração, destacam-se por ordem, o Reino Unido, Suíça, França, Alemanha, países da CPLP (Angola, Moçambique e Brasil) e nos últimos anos destaque também para os países escandinavos (Pires et al., 2015).

Apesar destes dados, a verdadeira dimensão, causas e características da nova vaga de emigrantes portugueses está ainda muito por conhecer, já que os fluxos de saída não têm sido suficientemente investigados.

Assim, como afirma Peixoto (2012), «*o que não sabemos sobre a emigração portuguesa actual excede largamente o que sabemos (p. 2) é necessário investigar os caminhos da emigração actual para construção de quadros sociais futuros*» (p. 9).

4.2. Limitações estudos anteriores e presente investigação

Para além do gap de literatura já apontado acerca da emigração portuguesa especificamente, a revisão de literatura efectuada permitiu também verificar como as variáveis psicológicas em contexto de migração têm sido globalmente subinvestigadas, principalmente no domínio familiar. Assim, destaca-se a importância de acolher diferentes dimensões psicológicas que norteiam o âmbito relacional familiar a partir do fenómeno migratório. Olhar para diferentes dimensões tendo em conta o contexto da migração familiar

é fundamental, já que o modelo ideal de família tem sido cada vez mais desafiado pelo aumento de formas familiares menos tradicionais (Smith, 2004).

Neste sentido e tendo em conta o paradigma sistémico que pressupõe a importância dos contextos em que o indivíduo se insere na sua adaptação e condições psicológicas, a presente investigação quantitativa tem como objectivo central explorar o comportamento de diversas variáveis psicológicas em indivíduos migrantes portugueses que mantenham uma relação conjugal em contexto de migração internacional.

Ainda que estudos qualitativos possam fornecer pistas fundamentais à compreensão mais aprofundada sobre os processos familiares e factores não-económicos subjacentes à migração familiar, permanece a necessidade imperativa de gerar investigação quantitativa, de forma a reunir dados enquanto indicadores importantes de padrões das famílias migrantes (Cooke, 2003; Smith, 2004). Consideramos esta a prioridade do presente estudo.

Tendo em conta os argumentos aqui expostos, a presente investigação toma quatro variáveis em análise, que se subdividem em dois níveis: satisfação com a vida e perspectiva temporal (nível individual) e satisfação conjugal e rituais familiares (nível relacional).

4.3. Emigração e variáveis individuais

De uma forma geral, a literatura refere os indivíduos migrantes como passíveis de se destacarem da população com base em características que embora ainda não medidas estatisticamente, lhes são atribuídas, como: energia, ambição destes indivíduos, optimismo, tendência a procurar melhores oportunidades e capacidades latentes que associam ao sucesso económico (Lundhold, Garvill, Malmberg & Westin, 2004). Assim, ser indivíduo migrante implica a capacidade de aceitar riscos em prol de ganhos e investimentos futuros (Eliasson, Nakosteen, Westerlund & Zimmer, 2014).

Satisfação com a vida. Diversos estudos demonstraram que a satisfação com a vida se correlaciona positivamente com outros atributos como optimismo, auto-eficácia e auto-estima (Baltes & Carstensen, 2003). Vários autores apontam os níveis de satisfação individual após a migração como um dos aspectos que não estão ainda estudados na literatura (Smith, 2004).

A satisfação com a vida é um constructo psicológico importante para pessoas de todas as idades. Pode ser caracterizada como o processo cognitivo de julgamento que o indivíduo elabora sobre a qualidade global da sua vida, baseando-se num juízo individual e critérios únicos e pessoais (Diener, 1984) que designa a dimensão cognitiva do bem-estar subjectivo

dos indivíduos (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985). Esta avaliação subjectiva compreende significações complexas de cada indivíduo (Diener & Biswas-Diener, 2000) e é concebida por cada um com base numa comparação com um padrão que cada sujeito estabelece para si próprio (Neto, 2008). Reflecte assim a distância percebida, do indivíduo, em relação às suas aspirações, numa avaliação crítica de longo-prazo (Diener & Biswas-Diener, 2000)

Ao longo do ciclo de vida, as relações pessoais parecem exercer uma influência forte na satisfação e saúde dos indivíduos, dada a necessidade de pertença e suporte social percebido (Baltes & Carstensen, 2003). A complexidade inerente às transições de vida podem diminuir as oportunidades de interacção social, rede de apoio, aumentando o isolamento e sensação de mal-estar do indivíduo (Janicki-Deverts & Cohen, 2011), o que se tende a verificar no caso da migração. No entanto, outros estudos parecem demonstrar que se a diminuição da rede familiar e social resultar de uma escolha activa do indivíduo e não de uma vivência passiva – como é o caso do fenómeno da migração tal como concebido neste estudo – os adultos tendem a estar mais satisfeitos, principalmente aquando da vivência conjugal já que se focam na interacção com os membros emocionalmente mais próximos (Baltes & Carstensen, 2003). Assim, sobre a relação entre satisfação com a vida e satisfação da díade conjugal, investigações indicam que pessoas casadas tendem a ser mais felizes (Comin-Scorsolini & Santos, 2010).

Por fim, a satisfação com a vida parece ser uma dimensão relativamente consistente ao longo do tempo. Ainda assim, Pavot e Diener (2008) referiram que após determinados eventos significativos na vida dos indivíduos se podem detectar variações nos seus níveis de satisfação com a vida. Por esta razão, ao investigar a satisfação com a vida dos indivíduos, reconhece-se a importância de adicionar uma dimensão que permita avaliar em concreto o passado, o presente e o futuro dos indivíduos. Isto constitui-se como uma mais-valia quando se pretende estimar o *locus* temporal na experiência subjectiva de vida, numa dimensão tão importante como a satisfação (Pavot & Diener, 2008).

Perspectiva temporal. Ao longo da história da Psicologia, a perspectiva temporal tem sido premente enquanto campo de teorização fundamental à compreensão do comportamento e motivação humana (Janeiro, 2012). Desde William James que a importância da percepção temporal é referida enquanto objecto de entendimento psicológico, tendo sido posteriormente investigada por outros autores.

Entre outros autores, Zimbardo, Keough e Boyd (1997) conceptualizaram perspectiva temporal como a forma subjectiva, e muitas vezes não consciente, com que os indivíduos se relacionam com o factor tempo, criando categorias – passado, presente e futuro – de forma a organizar as suas experiências pessoais e sociais (Zimbardo, Keough & Boyd, 1997). Esta dimensão do pensamento humano tem sido foco de interesse de muitos investigadores recentemente.

Nesta investigação, segue-se a abordagem relativa à natureza geral das três dimensões e sua inter-relação, destacando-se o modelo de Zimbardo e Boyd (1999) que será suporte conceptual para a abordagem da perspectiva temporal para o presente estudo.

Desta forma, de uma forma global, neste modelo propõe-se que quando os indivíduos percebem e avaliam as particularidades de uma situação específica, introduzem de forma consciente ou inconsciente, uma variável que corresponde à orientação para uma zona temporal. Assim, a perspectiva temporal actua como um «*filtro cognitivo*», direcionando a consciência e processos associadas para o domínio do passado, do presente ou do futuro (Holman & Zimbardo, 2009). Funcionando como um enviesamento cognitivo, permite diferenciar os indivíduos, conforme a tendência para a zona temporal dominante, que influencia as respostas comportamentais e afectivas dos indivíduos continuamente (Boyd & Zimbardo, 2005).

Vários estudos têm demonstrado que aspectos, como as emoções, criatividade, resolução de problemas e processos de tomada de decisão podem ser influenciados pela orientação temporal dominante dos indivíduos (Zimbardo & Boyd, 1999; Boyd & Zimbardo, 2005).

Embora se espere que idealmente os indivíduos tenham uma concepção equilibrada da perspectiva temporal, valorizando as várias dimensões (Savickas, 1991 cit. por Janeiro, 2012), os resultados mostram que a maior parte dos indivíduos tem um funcionamento revelador de uma tendência temporal preferencial (Boyd & Zimbardo, 2005). Esta tendência tem sido vista tanto como um traço de personalidade (Nutin & Lens, 1985 cit por Janeiro, 2012) como um estilo cognitivo (Zimbardo, Keough & Boyd, 1997).

Da revisão de literatura efectuada não se encontraram estudos sobre a perspectiva temporal relativamente ao contexto migratório. É fundamental que esta dimensão seja explorada em indivíduos migrantes. De uma forma global, pode hipotetizar-se que haja alguma associação entre a satisfação com a vida e a perspectiva temporal dos indivíduos migrantes, já que teoricamente são dimensões que parecem ter influência mútua.

4.4. Emigração e variáveis relacionais

Tal como já salientado, preponderam ainda actualmente as perspectivas teóricas que consideram o migrante individualmente isolado do seu contexto familiar. Neste sentido, urge o reconhecimento de que a experiência migratória ao afectar o indivíduo terá influência sobre as dinâmicas familiares que o envolvem, assim como num movimento circular, as dinâmicas familiares também influenciarão a adaptação a nível individual.

Satisfação conjugal. Muita investigação tem sido dedicada a avaliar o efeito da migração sobre a adaptação psicológica e sociocultural (Boyd & Grieco, 2003; Hyman, Guruje & Mason, 2008). Poucos estudos, no entanto, têm procurado observar como a migração afecta as relações conjugais. A conjugalidade é um processo que não obedece a uma lógica linear; é evolutivo e composto por constantes proximidades e distâncias, as quais apontam para oscilações na satisfação conjugal ao longo do tempo e em diferentes etapas do ciclo familiar (Narciso, 2001; Mosmann, Wagner & Féres-Carneiro, 2006). Considera-se a satisfação conjugal uma avaliação subjectiva e pessoal de cada indivíduo sobre a sua relação conjugal, que resulta da comparação que cada indivíduo estabelece entre relacionamentos passados e o actual assim como da equivalência entre as expectativas individuais sobre o parceiro e a relação, e a realidade vivenciada (Norgren, Souza, Kaslow, Hammerschmidt & Sharlin, 2004). Está associada à experiência de sentimentos de bem-estar e satisfação na vida geral (Narciso, 2001). A satisfação com a vida está fortemente relacionada com a satisfação diádica – entre cônjuges – já que as vivências positivas partilhadas se associam à percepção de satisfação com a vida, a nível individual (Comin-Scorsolini & Santos, 2010).

Sobressai na literatura a divergência de perspectivas acerca da saliência das diferenças de género relativamente à satisfação conjugal. Alguns autores argumentam que os homens apresentam geralmente uma visão mais positiva da relação conjugal (Gottman, 2000 cit. por Narciso & Ribeiro, 2009; Comin-Scorsolini & Santos, 2010) e neste sentido que as mulheres são mais exigentes do que os homens relativamente à conjugalidade (Norgren et al., 2004). Já para outros autores, a satisfação conjugal não varia em função do sexo dos indivíduos (Jackson, Miller, Oka & Henry, 2014). Um dado importante sugerido por Narciso (2001) é de que o grau de satisfação conjugal é independente do tempo de relação e da existência ou não de filhos. Quanto à associação entre migração e satisfação conjugal, estudos demonstram que há associação entre o *stress* decorrente do processo de migração e a agudização de conflitos interpessoais, já que o sistema está num período crítico de vulnerabilidade. Assim, subjacente

à migração pode estar a intensificação de conflitos existentes, facilitando a ruptura conjugal, na ausência de um contexto contentor para os indivíduos e a sua relação.

No mesmo sentido se pode entender que muitas vezes as relações conjugais ficam sobrecarregadas, na medida em que os sujeitos esperam que outro satisfaça necessidades e funções que seriam normalmente desempenhadas por um sistema alargado. O sentimento de falta de apoio, e existência de necessidades insatisfeitas podem concorrer assim o estabelecimento de uma dinâmica conjugal e familiar particularmente tensa (Sluzki, 1998).

Pelo contrário, pode-se hipotetizar contrariamente que a satisfação do casal seja potenciada através do processo migratório, pelo desenvolvimento do *we-ness feeling* (Crespo, 2007) já que o movimento de saída não só ajuda a reforçar a diferenciação do casal face às famílias de origem, como também se constitui uma procura criativa de melhores condições de vida. Assim, os indivíduos podem sentir a migração em casal ou família como um reforço do seu compromisso (Geist & McManus, 2012).

Rituais familiares. Em 1950, Bossard e Boll introduziram os rituais familiares como objecto de estudo de Psicologia da Família (Fiese, Tomcho, Douglas, Joseph, Poltrok, & Bacon, 2002). Já nessa altura se consideravam os rituais familiares enquanto organizadores da vida familiar e promotores de estabilidade em momentos de transição e *stress*. De uma forma global, sabe-se que são importantes promotores da coesão e identidade familiares (Fiese, Foley & Spagnola, 2006; Lind, 2012); fomentam o bem-estar físico e psicológico (Kiser, Bennett, Heston, & Paavola, 2005 cit. por Lind, 2012); protegem os relacionamentos intra- e extra-familiares, promovem a competência parental e fortalecem a satisfação conjugal (Fiese et al., 2002). Finalmente, tendo em vista o foco deste estudo, os rituais assumem uma importância saliente pois permitem a manutenção da estabilidade familiar em momentos de crise (Fiese et al., 2006).

O ciclo de vida familiar integra a organização, comportamento e representações das experiências da família, ao longo do tempo. Assim as práticas e representações familiares fazem parte de um processo transaccional do desenvolvimento da família (Fiese, 1993). O *stress* que pauta a passagem das etapas, e que pode ser marcado por eventos normativos ou inesperados, pode ser moderado através da vivência de rotinas e rituais na família (Fiese et al., 2006).

Podem definir-se os rituais familiares como actividades simbólicas repetitivas, valorizadas no sistema familiar, que transmitem valores e atitudes familiares promovendo a relação dos indivíduos (Imber-Black & Roberts, 1998). Acontecimentos quotidianos e

frequentes como a hora de jantar contêm tanto elementos das rotinas como dos rituais. Enquanto o carácter repetitivo das rotinas estabelece ordem à vida familiar, a sua dimensão simbólica permite ligações emocionais dentro da família (Fiese et al., 2006). Dado o carácter inerentemente subjectivo dos rituais, as famílias diferenciam-se pelo grau de ritualização na sua organização e funcionamento, e não pela qualidade dos traços familiares (Fiese et al., 2002). Assim, embora todas as famílias possuam rituais, estes podem ser mais marcados numas famílias do que noutras. Podemos também verificar que as famílias se diferenciam relativamente à flexibilidade da vivência dos rituais, assim como ao significado atribuído aos rituais na vida familiar.

Relativamente à mudança por migração, vários autores sugerem que a preservação dos rituais e celebrações tradicionais do ciclo de vida são importantes, mesmo quando a cultura original já não tem tanta presença no dia-a-dia dos indivíduos (Walsh, 2012). Assim, parece essencial a conservação dos rituais ao longo do tempo, embora não tenham de ser sempre os mesmos. Isto significa que o mais importante é a adaptação dos sistemas à mudança, para que à realização de rituais corresponda o seu simbolismo. É então a capacidade de flexibilidade da família que permite a modificação dos rituais aquando de mudança desenvolvimental, desenvolvendo-se relações familiares eficazes (Lind, 2012). É comumente sabido que muitos migrantes desenvolvem formas de ligação com as suas famílias, através de visitas ou envio de mensagens e conteúdos, designados rituais espontâneos. Para além da recriação de espaços de identificação cultural que muitas vezes os migrantes frequentam, preservam também rituais do ciclo de vida, como aniversários, casamentos e funerais.

4.5. Questão inicial e objectivos

Após a contextualização teórica sobre o conceito e fenómeno da migração, iniciamos a apresentação da investigação. Conduzimos este estudo exploratório segundo a questão inicial de investigação «*Em que medida portugueses residentes em Portugal e portugueses emigrantes diferem quanto aos níveis em variáveis psicológicas individuais e de âmbito relacional?*»

Neste sentido, pretende-se com este estudo explorar as diferenças existentes entre duas amostras - portugueses emigrantes e portugueses Residentes - quanto à satisfação com a vida, perspectiva temporal, satisfação conjugal e significado dos rituais familiares.

Objectivos específicos são:

- 1) **Descrever** os níveis de Satisfação com a vida, perspectiva temporal, satisfação conjugal e rituais familiares para indivíduos portugueses emigrantes e Residentes.
- 2) **Comparar** as médias de satisfação com a vida, perspectiva temporal, satisfação conjugal e rituais familiares entre indivíduos portugueses emigrantes e Residentes, atendendo ao sexo dos indivíduos, intra e inter-grupo.
- 3) **Verificar** a associação entre satisfação com a vida, perspectiva temporal, satisfação conjugal e rituais familiares nas duas amostras - indivíduos emigrantes e Residentes – verificando a relação destas variáveis com variáveis demográficas.
- 4) **Observar** a capacidade preditiva das variáveis perspectiva temporal, satisfação conjugal e rituais familiares sobre a satisfação com a vida, na amostra emigrante.

II. Método

1. Desenho da investigação

Alicerçada numa abordagem quantitativa, a presente investigação constitui-se como um estudo exploratório com um recorte de amostra de uma investigação de Doutoramento em curso - enquanto amostra considerada normativa - à qual foi adicionada a amostra específica composta por indivíduos em situação de emigração, sendo esta a população-alvo específica do presente estudo.

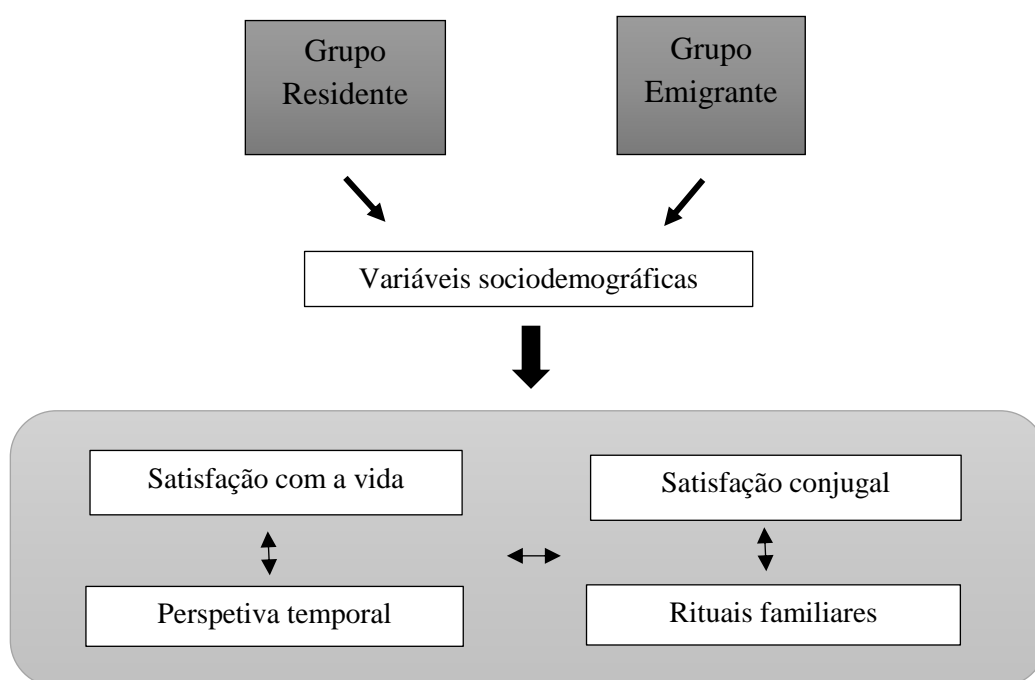


Figura 1. Mapa conceptual do estudo exploratório comparativo

2. Participantes

A amostra total é composta por 287 indivíduos, 49% de portugueses residentes e 51% de portugueses emigrantes (n=145). Quanto ao sexo dos indivíduos, 57% dos participantes são mulheres (n=176) e 43% são homens (n=163). A média de idade das mulheres foi 39 anos (DP=8.2) e a idade média dos homens situou-se nos 40 anos (DP=7.1).

Relativamente às características sociodemográficas da amostra, constatamos que 93% dos indivíduos se encontram casados ou em união de facto (n=267), 27% dos indivíduos têm um filho (n=77), 36% têm dois filhos (n=102) e 21% não tem filhos (n= 61). Quanto à composição do agregado familiar, 98% dos indivíduos (n=278) pertence a uma família intacta. Relativamente à escolaridade verifica-se que 8% dos indivíduos (n=23) têm entre o 1º-6º ano de escolaridade, 13% (n=38) esteve entre o 7º-9º ano, 25% (n=72) frequentou do 10 ao 12º ano, 33% dos indivíduos possuem licenciatura (n=93) e 21% em pós-licenciatura (n=60). Quanto à situação profissional, 91% da amostra (n=257) é empregada e apenas 3% está desempregada (n=9).

Atendendo às especificidades das duas amostras, os portugueses residentes provêm maioritariamente de Lisboa, Porto e Açores (n=142) e os indivíduos emigrantes (n=145) provêm de 23 países distintos: 14 países da Europa (n=87), 3 países pertencentes à Comunidade de Países de Língua Portuguesa (n=40) e 6 países de outros continentes (n=18).

Quanto ao tempo de emigração, constata-se que 22% dos indivíduos estão emigrados há menos de 2 anos (n=32), 50% entre 2 e 5 anos (n=72), 12% entre 6 e 10 anos (n=17) e 16% reside em emigração há mais de 10 anos (n=24).

A tabela 1 sintetiza a análise descritiva das variáveis sociodemográficas para cada uma das amostras e nas tabelas 2 e 3 apresentam-se os resultados da comparação das variáveis entre os indivíduos dos dois grupos.

A análise estatística da homogeneidade das amostras realizou-se através do teste de associação do Qui Quadrado (variáveis ordinais) e ao teste *t*-Student (para a variável idade).

Verificou-se que as amostras não diferiam relativamente às variáveis sociodemográficas.

Quadro 1

Estatística descritiva das variáveis sociodemográficas nas duas amostras do estudo

		Amostra Residente	Amostra Emigrante
Variáveis		(n=142)	(n=145)
Sexo (n / %)	Masculino	68 (48%)	56 (39%)
	Feminino	74 (52%)	89 (61%)
Nº filhos (M, DP)		2 (0.9)	1.1 (1.2)
Escolaridade (n / %)	1º- 4ºano	3 (2%)	1 (1%)
	5º- 6ºano	15 (11%)	4 (3%)
	7º- 9ºano	29 (20%)	9 (6%)
	10º- 12ºano	36 (25%)	36 (25%)
	Licenciatura	47 (33%)	46 (32%)
	Pós-licenciatura	12 (9%)	48 (33%)
Situação profissional	Empregado	137 (97%)	120 (83%)
	Desempregado	1 (1%)	8 (6%)

Quadro 2

Comparação inter-amostras das variáveis sociodemográficas em função do sexo pelo cálculo do valor do Qui-quadrado e p-value da análise da diferença dos resultados

	Mulheres da amostra total			Homens da amostra total		
	X ²	gl	Sig	X ²	gl	Sig
Escolaridade	10.2	5	.04	33.6	5	.00
Nº filhos	50.83	5	.00	36.19	6	.00
Tempo emigração	163	4	.00	124	4	.00

Nota: *Significativo para p <.05

Quadro 3

Estatística descritiva da média e desvio-padrão da idade inter-amostra em função do sexo dos indivíduos e valores do teste t-Student e p-value da análise da diferença das médias

		n	Média	DP	t	gl	Sig	
Idade	Mulheres	Residente	73	42.21	3.28	5	160	.00
		Emigrante	89	36.11	9.9			
	Homens	Residente	66	42.74	3.36	4.7	120	.00
		Emigrante	56	37.18	8.96			

Nota: *Significativo para $p < .05$

3. Procedimento de selecção da amostra e recolha de dados

O presente estudo enquadra-se numa investigação de Doutoramento mais ampla, aprovada em 2015 pela Comissão de Deontologia do Conselho Científico da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

Relativamente à recolha dos dados, a amostra foi seleccionada com recurso a um processo de amostragem não-probabilística, designado de amostragem por conveniência e o método utilizado foi o de bola-de-neve. Os participantes colaboraram voluntariamente, mediante a explicitação dos objectivos do estudo, por consentimento informado, tendo sido garantida a confidencialidade dos dados. Os procedimentos de recolha de dados foram feitos de forma diferente para a amostra normativa residente e a amostra de investigação emigrante.

Amostra normativa – Distribuiu-se o protocolo de investigação⁴ por método bola-de-neve. Como critérios de inclusão no estudo estabeleceu-se que deveriam ser indivíduos casados/união de facto, com filhos entre os 10 e os 18 anos (condição obrigatória para esta amostra e optativa para a amostra emigrante).

Amostra emigrante – A recolha da segunda amostra foi realizada *online*, pelo facto dos indivíduos não serem residentes em Portugal, sendo critérios de inclusão os indivíduos manterem actualmente uma relação conjugal, coabitando juntamente com o cônjuge noutro país que não Portugal.

⁴ No âmbito da investigação de Doutoramento, foi utilizado um protocolo mais extenso, na versão da amostra normativa (nacional). Contudo, para este estudo interessa analisar a versão reduzida, a qual se compõe de 5 instrumentos: questionário de dados sociodemográficos, escala de satisfação com a vida, escala de perspectiva temporal, escala de satisfação conjugal e questionário do significado dos rituais familiares.

4. Instrumentos

Questionário de dados sociodemográficos

Foi aplicada uma ficha de dados sociodemográficos para recolha de informação sobre dados significativos dos participantes, composta por 13 questões, distribuídas por dados pessoais e do agregado familiar dos participantes.

Satisfação com a vida

A satisfação com a vida foi avaliada através da versão portuguesa da *Satisfaction with Life Scale* (Diener, Emmons, Larsen & Sharon Griffin, 1985; versão portuguesa: Neto, 1993), constituída por 5 itens. O objectivo da escala é demonstrar o juízo subjectivo que os indivíduos efectuam sobre a qualidade da sua vida. A amplitude de resposta da escala passou de 7 para 5 pontos na versão portuguesa, desde «*Discordo muito*» (1), *Discordo um pouco* (2), *Não concordo, nem discordo* (3), *Concordo um pouco* (4) e *Concordo muito* (5). Os resultados possíveis de obter com a escala oscilam entre o mínimo de 5 e o máximo de 25, sendo que a Satisfação com a vida será maior quanto mais elevado for o valor obtido. Quanto à consistência interna da escala (α de Cronbach) situou-se em .87 na versão original e obteve .78 na adaptação portuguesa.

Perspectiva temporal

Com o objectivo de avaliar a perspectiva temporal tomou-se como ponto de partida a versão portuguesa em adaptação da *Affectively Balanced Time Perspective Scale* (Kielikowski & Jose, 2013; versão portuguesa: Tavares, Crespo & Ribeiro, 2015), a qual se baseia inicialmente no *Inventário de Perspectiva Temporal de Zimbardo* (Zimbardo & Boyd, 1999). A *Affectively Balanced Time Perspective Scale* (Kielikowski & Jose, 2013; versão portuguesa: Tavares, Crespo & Ribeiro, 2015) parte da conceptualização e medida das subescalas relativas ao Passado Positivo e Passado Negativo da escala de Zimbardo e Boyd (1999), fazendo corresponder itens adequados para as subescalas de Presente Positivo, Presente Negativo, Futuro Positivo e Futuro Negativo. Partindo do pressuposto de que as experiências e cognições humanas são imbuídas de afecto, crê-se que os indivíduos apreendem tanto o seu passado, quanto o presente e futuro com perspectivas com graus diferentes de positividade e negatividade. Assim, a *Affectively Balanced Time Perspective Scale* (Kielikowski & Jose, 2013; versão portuguesa: Tavares, Crespo & Ribeiro, 2015)

foca-se na avaliação das dimensões afectivas das perspectivas temporais, cruzando as duas valências positivo/negativo para as três dimensões temporais, Passado, Presente e Futuro. Contém 30 itens e 6 factores (que correspondem às seis dimensões), com respectiva consistência interna: Passado Positivo ($\alpha=.79$) Passado Negativo ($\alpha=.80$), Presente Positivo ($\alpha=.89$), Presente Negativo ($\alpha=.78$), Futuro Positivo ($\alpha=.87$) e Futuro Negativo ($\alpha=.91$). A escala revela boas características psicométricas e evidência da validade do constructo. A resposta aos itens é feita numa escala de *likert* de 5 pontos, *Totalmente falso* (1); *Falso* (2); *Neutro* (3); *Verdadeiro* (4) e *Totalmente Verdadeiro* (5).

Satisfação conjugal

No presente estudo a satisfação conjugal foi avaliada através da versão portuguesa da *Kansas Marital Satisfaction Scale* (Schumm, Paff-Bergen, Hatch, Obiorah, Copeland, Meens, & Bugaighis, 1986; versão portuguesa: Antunes, Francisco, Pedro, Ribeiro & Santos, 2014). É uma escala breve constituída por 3 itens relativos à satisfação com o cônjuge, com o casamento e com a relação de casal (ex: «*Em que medida está satisfeito/a com a sua relação de casal?*»). A resposta é dada numa escala de *likert* que varia de 1 (*Extremamente insatisfeito/a*) a 7 (*Extremamente satisfeito/a*). Para além de ser uma medida de avaliação económica, a escala apresenta níveis elevados de consistência interna ($\alpha =.98$ para homens e mulheres), sendo que quanto maiores os resultados, maior a satisfação conjugal reportada pelos indivíduos.

Significados dos rituais familiares

Para avaliar o significado dos rituais familiares utilizou-se a versão portuguesa do *Family Ritual Questionnaire* (Fiese & Kline, 1993; versão portuguesa: Crespo, Davide, Costa & Fletcher, 2008), denominado Questionário dos Rituais Familiares. Este questionário é constituído por sete contextos (hora de jantar, fins de-semana, férias, feriados religiosos, tradições, comemorações e celebrações) que são avaliadas por oito dimensões distintas (ocorrência, papéis, rotina, comparência, afeto, significado simbólico, continuação e deliberação). O questionário distingue rituais familiares dos rituais culturais e contém dois factores: a realização e o significado dos rituais. Neste estudo o foco no significado dos rituais familiares realiza-se pela junção da subescala referente à hora do jantar e da subescala das comemorações anuais, cada uma destas composta por cinco itens com o objetivo de avaliar o significado atribuído aos rituais familiares.

Os participantes foram convidados a responder às questões, optando em primeiro lugar pela afirmação que mais se assemelhava à sua família. Posteriormente, teriam de escolher se essa afirmação era “*Totalmente Verdadeira*” ou “*Mais ou Menos Verdadeira*”. Por exemplo, uma questão correspondente à hora do jantar compreendia duas opções: “*Em algumas famílias é esperado que todos estejam em casa para o jantar*” ou “*Em outras famílias nunca se sabe quem vai estar em casa para o jantar*”. A primeira questão relativa às comemorações anuais apresentava as opções “*Algumas famílias têm várias comemorações anuais regulares*” ou “*Para outras famílias existem poucas comemorações anuais ou estas são raramente celebradas*”. Através das quatro combinações possíveis de respostas, a escolha é classificada numa escala de *likert* de 4 pontos, em que as pontuações mais elevadas correspondem a percepções mais elevadas do significado associado aos rituais familiares e investimento da família nos mesmos (Crespo, 2007).

No que se refere ao alfa de *Cronbach*, a consistência interna das escalas do instrumento original, situa-se entre .52 e .90 (Fiese & Kline, 1993).

5. Procedimento de análise de dados

Após o recorte da amostra do estudo de doutoramento mencionado, as análises estatísticas realizaram-se através do *software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* versão 23. 1) Numa primeira fase foi realizada a análise estatística descritiva dos dados (médias e desvios-padrão) com o objectivo de caracterizar a amostra de acordo com os dados recolhidos através do questionário sociodemográfico e garantir a homogeneidade das duas amostras em investigação; 2) seguidamente verificou-se a normalidade das distribuições e homogeneidade das variáveis através dos testes de *Kolmogorov-Smirnov* e *Levene*, respectivamente, assim como 3) a consistência interna das diferentes escalas, através do cálculo do alfa de *Cronbach*, considerando-se uma boa consistência um valor igual ou superior a .70 (Marôco, 2007). Posteriormente 4) procedeu-se à análise das diferenças de médias entre Residentes e emigrantes, homens e mulheres, utilizando o teste *t- Student* para comparação de médias para cada variável (Pallant, 2005) e 5) efectuou-se a análise do padrão de correlações entre variáveis para os dois grupos através do coeficiente de correlação de *Pearson* (Marôco, 2007). Por fim 5) realizou-se uma análise de regressão linear múltipla para verificar quais as variáveis melhor predictoras da satisfação com a vida na amostra emigrante (Pallant, 2005).

III. Resultados

1. Análises descritivas

Antes de proceder à comparação das duas amostras - residentes e emigrantes - verificámos a homogeneidade das duas amostras relativamente às variáveis sociodemográficas escolaridade, nº de filhos e tempo de emigração e idade (apresentados na secção Participantes, tabela 2 e 3). Os resultados obtidos indicaram não existirem diferenças significativas entre homens e mulheres dos dois grupos, para as variáveis escolaridade, nº filhos, tempo de emigração e idade, pelo que os grupos se consideraram homogéneos. Na tabela apresentam-se as estatísticas descritivas e os valores de alfa de *Cronbach* das variáveis em estudo para a amostra total. Verificámos que todas as escalas apresentavam boa consistência interna, excepto a subescala passado positivo da perspectiva temporal, a qual se incluirá no estudo, embora todas as inferências relativas a esta subescala sejam feitas com a devida reserva.

Quadro 4

Estatística descritiva das médias e desvio-padrão das variáveis em estudo e consistência interna das escalas para a amostra total

Variáveis	Alfa de <i>Cronbach</i>	Média	Desvio Padrão
Satisfação com a vida	.81	5.38	.89
Perspectiva temporal Passado positivo	.68	3.58	.65
Perspectiva temporal Passado negativo	.81	2.6	.85
Perspectiva temporal Presente positivo	.74	3.98	.5
Perspectiva temporal Presente negativo	.71	2.52	.71
Perspectiva temporal Futuro positivo	.76	3.87	.57
Perspectiva temporal Futuro negativo	.81	2.09	.77
Satisfação conjugal	.96	6.16	1.02
Significado dos rituais familiares	.74	3.44	.50

2. Análises de comparação de grupos

Para comparar os níveis das quatro dimensões da perspectiva temporal, satisfação com a vida, rituais familiares e satisfação conjugal realizaram-se nove *testes-t* para amostras independentes, tanto na análise intra-grupos como inter-grupos. Verificaram-se as condições necessárias para aplicação do teste paramétrico já que se cumprem os requisitos de análise necessários: a) as variáveis são contínuas; b) verificou-se que as variáveis não apresentam uma distribuição normal, no entanto de acordo com Pallant (2005) o teste é robusto ao desvio da normalidade desde que n seja suficientemente grande, o que se verifica com a amostra do estudo, $N=257$; c) relativamente à homogeneidade das variâncias verificou-se que as variáveis revelam variâncias significativamente diferentes entre grupos; contudo o teste permite a comparação assumindo a não igualdade das variâncias, pelo que pudemos proceder às comparações garantindo a fiabilidade dos resultados.

Comparação intra-amostras. Com o objectivo de verificar as diferenças das médias das variáveis entre os indivíduos da amostra iniciou-se a análise pela comparação intra-grupos. Desta forma, foram comparadas as médias para cada variável entre homens e mulheres Residentes e homens e mulheres emigrantes. Os resultados estão expostos no quadro 5, apresentado seguidamente.

Relativamente à comparação intra-grupos, verificou-se que as médias das variáveis entre homens e mulheres residentes não diferem significativamente entre si, tal como as médias das variáveis entre homens e mulheres emigrantes não apresentam diferença estatisticamente significativa.

Quadro 5

Estatística descritiva das médias das variáveis intra-grupo em função do sexo dos indivíduos e valores do teste t-Student e p-value da análise da diferença das médias

Variáveis ⁵	NACIONAL			EMIGRANTE		
	Média Homens	Média Mulheres	t	Média Homens	Média Mulheres	t
Satisfação com a vida	5.57	5.45	T(140)=.86 ; p=.39	5.19	5.29	T(141)=-.67; p=.51
Passado positivo	3.70	3.70	T(137)=.02; p=.99	3.46	3.46	T(141)=-.17; p=.86
Passado negativo	2.83	2.69	T(133)=1.17; p=.24	2.38	2.50	T(139)=-.73; p=.47
Presente positivo	3.93	3.89	T(136)=.59; p=.56	4.1	4.03	T(142)=.17; p=.44
Presente negativo	2.70	2.72	T(127)=-.20; p=.84	2.33	2.34	T(141)=-.09; p=.93
Futuro positivo	3.81	3.71	T(137)=1.2; p=.23	4.09	3.93	T(141)=.43; p=.14
Futuro negativo	2.21	2.31	T(135)=-.89; p=.38	1.8	2	T(141)=-1.39; p=.17
Satisfação conjugal	6.32	6.26	T(139)=.42; p=.68	5.99	6.05	T(141)=-.3; p=.76
Rituais familiares	3.58	3.56	T(135)=.36; p=.72	3.33	3.31	T(133)=.19; p=.85

Nota: *Significativo para $p < .05$

⁵ A variável Perspectiva Temporal é apresentada na tabela apenas com o nome das subescalas de forma a facilitar a sua leitura

Comparação inter-amostras. Para responder à questão de investigação sobre possíveis diferenças entre os grupos Nacional e Emigrante nas variáveis do estudo, executou-se uma comparação das amostras através do teste *t-Student*, encontrando-se os resultados obtidos no quadro abaixo.

Quadro 6

Estatística descritiva das médias das variáveis nas duas amostras, valores do teste t-Student e p-value da análise da diferença da média nos dois grupos

Variável	Média Residentes	Média Emigrantes	Valor t
Satisfação com a vida	5.51	6.25	T(279.1)=2.46, p=.02
Perspectiva Temporal Passado positivo	3.70	3.47	T(270.46)=3.06, p=.00
Perspectiva Temporal Passado negativo	2.76	2.45	T(262.8)=3.05, p=.00
Perspectiva Temporal Presente positivo	3.91	4.06	T(273.21)= -2.46, p=.02
Perspectiva Temporal Presente negativo	2.71	2.33	T(270.37)=4.6 , p=.00
Perspectiva Temporal Futuro positivo	3.75	3.99	T(270.21)= -3.56 , p=.00
Perspectiva Temporal Futuro negativo	2.26	1.92	T(270.48)=3.82, p=.00
Satisfação conjugal	6.29	6.03	T(268.32)=2.17 , p=.03
Significado dos rituais familiares	3.57	3.32	T(260.03)=4.35 , p=.00

Nota: *Significativo para $p < .05$

Os resultados evidenciam que para todas as variáveis os valores médios são significativamente diferentes entre os dois grupos (Nacional e Emigrante).

Os valores médios dos Residentes é superior aos valores dos Emigrantes para as variáveis satisfação conjugal, significado dos rituais familiares, perspectiva temporal passado negativo,

perspectiva temporal passada positiva, perspectiva temporal presente negativo e perspectiva temporal futuro negativo. Os valores das médias é superior para os Emigrantes quanto às variáveis satisfação com a vida, perspectiva temporal presente positivo e perspectiva temporal futuro positivo.

Atentando às diferenças inter-grupo (Nacional e Emigrante) especificamente entre Homens e Mulheres, obtiveram-se os seguintes resultados apresentados no quadro 7.

Quadro 7

Comparação inter-amostras das médias em função do sexo, valor do teste t-Student e p-value da análise da diferença das médias

Variável	Mulheres	Homens
	Valor t	Valor t
Satisfação com a vida	T(160)=1.1 ; p=.273	T(102)=2.45 ; p=.016
Perspectiva Temporal Passado positivo	T(96)=2 ; p=.048	T(159)=2.23 ; p=.027
Perspectiva temporal Passado negativo	T(117)=2.83 ; p=.006	T(154)=1.51 ; p=.134
Perspectiva temporal Presente positivo	T(112)=-1.97 ; p=.051	T(157)=-1.71 ; p=.09
Perspectiva temporal Presente negativo	T(121)=2.88 ; p=.005	T(159)=3.56 ; p=.00
Perspectiva temporal Futuro positivo	T(118)=-2.93 ; p=.004	T(159)=-2.47 ; p=.014
Perspectiva temporal Futuro negativo	T(118)=3.08 ; p=.003	T(158)=2.59 ; p=.01
Satisfação conjugal	T(159)=1.39 ; p=.167	T(120)=1.69 ; p=.09
Significado dos rituais familiares	T(152)=3.22 ; p=.002	T(116)=2.86 ; p=.005

Nota: *Significativo para p<.05

3. Análise das correlações entre variáveis nos dois grupos

As correlações entre as variáveis contínuas satisfação com a vida, as seis dimensões da perspectiva temporal, significado dos rituais familiares e satisfação conjugal, foram obtidas a partir do coeficiente de correlação de Pearson. Os resultados estão apresentadas no quadro 8 e 9.

Semelhanças nas correlações entre amostras.

Observando as associações obtidas e a força das relações, verifica-se que tanto para Residentes como emigrantes, a satisfação com a vida se associa de forma positiva com os Rituais Familiares, muito significativamente com o Presente positivo e com a satisfação conjugal; associa-se inversamente com o Passado negativo, Presente negativo e Futuro negativo. Quanto à satisfação conjugal, os resultados das correlações evidenciam associação significativa com Presente positivo, e correlação muito baixa com Passado positivo. Já os rituais familiares estão positivamente relacionados com Satisfação conjugal tanto para Emigrantes como Residentes. Para ambas as amostras regista-se uma correlação negativa e muito significativa com o Passado negativo, Presente negativo e Futuro negativo (associação apenas significativa para os Residentes). No que diz respeito à relação entre as dimensões da variável Perspectiva temporal, tanto para Emigrantes como para Residentes há correlação positiva entre Passado positivo e Presente positivo, e Passado positivo com Futuro positivo. Quanto ao Presente positivo este correlaciona-se positivamente com Futuro positivo e inversamente com Futuro negativo. O Presente negativo associa-se ao futuro negativo e este último por sua vez, associa-se inversamente ao Futuro positivo para ambas as amostras.

Resultados distintos nas correlações obtidas para as duas amostras

A satisfação com a vida dos indivíduos Residentes aparece significativamente associada ao Passado positivo, enquanto para Emigrantes essa associação é muito baixa. O passado positivo dos indivíduos Emigrantes tem associação muito significativa com Passado negativo, enquanto para indivíduos Residentes a associação é baixa. O mesmo se verifica para a dimensão Futuro positivo, que nos Emigrantes revela associação significativa e negativa com Passado negativo, não se verificando esta associação para a amostra Nacional.

Para indivíduos Emigrantes há associação significativa entre Rituais Familiares e Passado positivo; para indivíduos Residentes esta relação não é significativa, e é negativa. Nos Emigrantes os Rituais Familiares relacionam-se positivamente e muito

significativamente com Passado positivo e Futuro positivo, enquanto para Residentes a relação não é positiva nem significativa.

A associação entre Satisfação com a vida e Passado negativo é mais forte para Emigrantes (muito significativa) do que para Residentes (apenas significativa), ambas em sentido negativo. A associação entre Satisfação com a vida e Rituais Familiares é muito significativa para emigrantes e apenas significativa para indivíduos Residentes. Verifica-se uma relação muito significativa e inversa entre Presente positivo e Presente negativo para a amostra emigrante, sendo que para Residentes a associação entre as duas dimensões é muito baixa e não significativa.

Finalmente para Emigrantes a Satisfação conjugal está relacionada de forma inversa e significativa com Passado negativo e Futuro negativo, e muito significativamente (sentido negativo) com Passado negativo; para os indivíduos Residentes nenhuma destas associações é significativa.

Quadro 8*Correlações gerais das variáveis para amostra Residente*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Satisfação com a vida									
2 Passado Positivo	.19*								
3 Passado Negativo	-.18*	.13							
4 Presente positivo	.52**	.49**	.08						
5 Presente negativo	-.33**	.14	.62**	-.07					
6 Futuro positivo	.31**	.34**	.03	.51**	-.03				
7 Futuro negativo	-.35**	-.11	.45**	-.22*	.57**	-.37**			
8 Satisfação conjugal	.29**	.05	-.09	.20*	-.16	.16	-.15		
9 Rituais familiares	.21*	-.07	-.30**	-.05	-.25**	.13	-.20*	.22*	

Notas. *p<.05; **p<.01

Quadro 9*Correlações gerais das variáveis para amostra Emigrante*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 Satisfação com a vida									
2 Passado Positivo	.03								
3 Passado Negativo	-.39**	.06							
4 Presente positivo	.53**	.21*	-.28**						
5 Presente negativo	-.52**	.05	.71**	-.37**					
6 Futuro positivo	.28**	.27**	-.18*	.54**	-.17				
7 Futuro negativo	-.39**	-.08	.59**	-.49**	.67**	-.50**			
8 Satisfação conjugal	.32**	.11	-.20*	.20*	-.23**	.21*	-.19*		
9 Rituais familiares	.28**	.18*	-.28**	.39**	-.27**	.36**	-.31**	.18*	

Notas. *p<.05; **p<.01

4. Análise de regressão linear múltipla

Para verificar quais as variáveis que contribuem significativamente para a Satisfação com a vida dos indivíduos da amostra Emigrante, conduziu-se uma regressão linear múltipla hierárquica, em que a variável dependente era a satisfação com a vida e em que os preditores num primeiro momento foram o sexo, idade, nº de filhos e tempo de emigração.

Num segundo momento introduziram-se as variáveis predictoras satisfação conjugal e rituais familiares e finalmente num terceiro passo, as seis subescalas da perspectiva temporal. Análises preliminares demonstraram não existir multicolinearidade, pelo que a interpretação dos dados não fica comprometida. Os resultados da análise de regressão encontram-se na tabela 10.

Quadro 10

Análise de regressão múltipla para a variável dependente Satisfação com a vida

Variável preditora	B	EP	β	t	Sig
Modelo 1	5.268	.483		10.918	.00
Sexo	.214	.164	.118	1.305	.194
Idade	-.011	.009	-.114	-1.13	.261
Nº filhos	-.097	.182	-.054	-.530	.597
Tempo Emigração	.097	.211	.046	.481	.631
	2.122	.739		2.87	.005
Modelo 2					
Sexo	.221	.148	.121	1.488	.139
Idade	-.004	.009	-.039	-.421	.674
Nº filhos	-.031	.167	-.017	-.184	.854
Tempo Emigração	.036	.182	.017	.201	.841
Satisfação conjugal	.293	.067	.366	4.361	.00
Rituais familiares	.336	.139	.2	2.423	.017
	3	.947		3.167	.002
Modelo 3					
Sexo	.234	.131	.128	1.784	.077
Idade	-.006	.008	-.066	-.787	.433
Nº filhos	-.06	.15	-.033	-.401	.689
Tempo emigração	.041	.16	.02	.258	.797
Satisfação conjugal	.186	.061	.232	3.06	.003
Rituais familiares	.046	.133	.027	.344	.731
Passado positivo	.00	.094	.00	-.002	.998
Passado negativo	-.158	.103	-.165	-1.539	.127
Presente positivo	.438	.153	.254	2.865	.005
Presente negativo	-.418	.134	-.364	-3.11	.002
Futuro positivo	.027	.14	.018	.189	.85
Futuro negativo	.172	.126	.161	1.373	.173

Nota. EP = Erro padrão ** $p \leq .001$. * $p \leq .01$. * $p < .05$.

O modelo relativo ao 1º nível explicou 3.5% da variância da satisfação com a vida ($R^2=.04$). Adicionadas as variáveis de 2º nível o modelo permitiu explicar 22.6% da variância ($R^2=.27$). Finalmente, após a introdução das variáveis de 3º nível, o modelo final explicou 46% da variância ($R^2=.46$). Verificou-se que 3 variáveis eram preditores significativos da satisfação com a vida dos indivíduos emigrantes: satisfação conjugal, perspectiva temporal nas dimensões presente positivo e presente negativo.

IV. Discussão

1. Discussão dos resultados

O principal objectivo deste estudo era o de investigar e caracterizar a satisfação de vida, perspectiva temporal, satisfação conjugal e rituais familiares numa amostra de portugueses em situação de emigração. Pretendia-se, especificamente, comparar os resultados da amostra emigrante com a amostra de portugueses residentes relativamente às variáveis enunciadas e testar as suas diferenças. Os resultados evidenciaram diferenças significativas entre os dois grupos relativamente às médias das quatro variáveis psicológicas medidas: satisfação com a vida, perspectiva temporal, rituais familiares e satisfação conjugal. Verificaram-se também diferenças nos padrões de associação entre as variáveis nas duas amostras.

Discussão dos resultados das variáveis relacionais

Através da análise de resultados apurou-se que indivíduos emigrantes apresentam níveis mais baixos do que indivíduos residentes relativamente a variáveis de cariz relacional conjugal e familiar, mas revelam níveis mais elevados nas variáveis individuais, donde se destaca a satisfação com a vida e a perspectiva temporal positiva sobre o presente.

O que pode explicar que os emigrantes atribuam menos significado aos rituais familiares? Na sua revisão de literatura, Fiese e colaboradores (2002) salientaram como rotinas e rituais permitem observar a forma como a cultura afeta ou interfere com o funcionamento dos sistemas familiares. Os resultados obtidos no nosso estudo parecem ser congruentes com a ideia exposta pelo autor, já que constatámos que os indivíduos emigrantes atribuem menor significado aos rituais familiares. Este dado aponta para o facto da amostra residente encarar os rituais de forma mais estruturada, enquanto indivíduos emigrantes podem

ser mais flexíveis relativamente ao significado que atribuem aos rituais familiares (Lind, 2012). Este resultado vai também ao encontro da perspectiva de Froma Walsh (2012) que defende que embora a preservação dos rituais seja importante na mudança por migração, a transição pode colocar em risco a sua continuidade, de forma igual. Assim, embora a vivência de rituais e o simbolismo associado consistam num factor protector dos sistemas em períodos de crise – tal como a mudança por emigração - privilegia-se a capacidade de adaptação dos indivíduos e de regulação do significado atribuído aos rituais vividos em família.

Relativamente ao que pode justificar a diferença entre amostra residente e amostra emigrante, procuramos compreender porque os indivíduos emigrantes encaram de forma mais flexível – e porquanto com menor significado – a vivência dos rituais.

Vários autores apontam que a um maior significado atribuído aos rituais familiares se associa melhor relacionamento intra-familiar e satisfação conjugal (Fiese et al., 2002; Kiser et al., 2005), o que se verifica efectivamente para os indivíduos residentes. Em certa medida os resultados obtidos parecem suportar a perspectiva mais pessimista sobre as dificuldades vividas pelos indivíduos migrantes que conduzem ao comprometimento ao nível dos rituais familiares (Kiser et al., 2005). Contudo, embora o significado dos rituais seja mais baixo para Emigrantes, os resultados obtidos nas análises correlacionais revelam existir uma maior associação na amostra emigrante, entre esta variável e as outras medidas, comparativamente à amostra nacional. Podemos levantar a hipótese de que estas associações sejam evidência para a importância que os rituais parecem assumir na vida dos indivíduos que vivem fora, já que por exemplo estão mais associados à sua Satisfação conjugal ou perspectiva temporal na dimensão presente positivo. Assim, a ausência ou subinvestimento dos rituais pode constituir uma pista acerca da interrupção dos rituais ou desorganização familiar possivelmente vivenciada pelos indivíduos em situação de emigração; por outro lado já vimos que para que os rituais se mantenham vivos e os indivíduos lhes atribuam um verdadeiro significado é necessário que estes se transformem com a mudança, sofrendo readaptações (Lind, 2012). Pode hipotetizar-se, por fim, que o baixo nível do significado atribuído aos rituais seja adaptativo para indivíduos emigrantes, tendo em conta a necessidade de mudança exigida pelo movimento migratório, que poderá certamente também estar relacionado com a experiência do sentimento de algum nível de perda, expresso como nostalgia (Falicov, 2005; Lind, 2012), relativamente às vivências em família.

À semelhança dos resultados encontrados entre as duas amostras de investigação relativamente aos rituais familiares, também a média da satisfação conjugal foi significativamente maior para indivíduos residentes em Portugal do que para indivíduos

emigrantes. Estes dados vão ao encontro do esperado, já que a literatura evidencia que um maior significado atribuído aos rituais familiares revela efeitos positivos na satisfação conjugal, existindo uma maior probabilidade de alcançar um relacionamento estável, quando rituais familiares estão presentes e têm significado nas vivências familiares (Weigel e Ballard-Reisch, 2002).

Com base nas ideias expressas pelas autoras Carter e McGoldrick (1995) acerca do desenvolvimento normativo das famílias e do estágio de vida em casal, é possível conceber como a migração enquanto evento imprevisível poderá desafiar a homeostase familiar e especificamente conjugal. Na vivência da mudança por migração é inevitável que se dê uma reestruturação na identidade individual e familiar, sendo a mudança muitas vezes pautada por sentimentos de perda ambígua face ao que é deixado para trás. Mais do que isso, a menor satisfação conjugal nos indivíduos migrantes pode também dever-se à fractura da rede de suporte anterior, que origina a expectativa ou exigência de cada um dos cônjuges sobre o outro, procurando que este satisfaça necessidades e detenha funções que antes eram cumpridas por uma rede familiar e contextual mais alargada (Sluzki, 1998; Hernández & McGoldrick, 1999). A necessária desilusão face a esta expectativa poderá contribuir para uma menor satisfação conjugal.

Resumindo, quanto às diferenças entre a amostra residente e emigrante relativamente às variáveis relacionais podemos concluir que os indivíduos emigrantes parecem atribuir menor significado aos rituais, revelando flexibilidade possivelmente na mudança, contudo desta forma a satisfação conjugal poderá assim estar a ser comprometida.

Discussão dos resultados das variáveis individuais

Embora os valores médios obtidos para ambas as variáveis relacionais sejam significativamente mais baixos em emigrantes do que Residentes, os primeiros evidenciam níveis de satisfação com a vida significativamente mais altos do que os indivíduos residentes em Portugal. À semelhança do que é preconizado pela literatura, a análise correlacional evidenciou que para ambas as amostras, a Satisfação com a vida está significativamente associada tanto à Satisfação conjugal como ao significado atribuído aos Rituais familiares, sendo as correlações entre Satisfação com a vida-Satisfação Conjugal, e Satisfação com a vida-Rituais familiares mais altas no caso dos emigrantes. Como explicar estes resultados?

Embora não tenha sido um factor analisado nesta investigação, podemos hipotetizar partindo de argumentos teóricos, que a satisfação dos indivíduos emigrantes com a sua vida

possa em parte estar relacionada com a melhoria do nível económico, factor tradicionalmente apontado como um ganho provável e que está na origem das saídas por migração (Castles, 2000). Mais do que isso, e porque os ganhos económicos são até, por vezes, apontados na literatura como negativamente associados à satisfação com a vida (Kahneman, Krueger, Schkade, Schwarz & Stone, 2006) tendo em conta a constituição da amostra emigrante por indivíduos com escolaridade avançada, a saída do País constitui-se maioritariamente como *brain drain*, pelo que a conquista das suas aspirações profissionais poderá fomentar o seu nível de satisfação com a vida, significativamente superior do que na amostra nacional. Alguns autores referem a trajetória actual de vida dos indivíduos como cada vez menos definida do que outrora, impelindo à escolha consciente e ponderada geradora de uma biografia e projecto de vida mais centrado no *self*, onde se dá ênfase à concretização de objectivos pessoais e de um percurso em que o *eu* poderá sobressair face ao *nós* (Duncan & Smith, 2006). Esta ideia poderá explicar o aparente paradoxo apresentado pelos resultados, de que embora os níveis de Satisfação conjugal e Rituais familiares sejam menores para os emigrantes, a sua satisfação com a vida seja maior comparativamente aos indivíduos da amostra residente.

Os resultados obtidos relativamente à satisfação com a vida dos indivíduos emigrantes contrariam fortemente os dados apontados por investigações que afirmam uma associação negativa entre a migração e os níveis de satisfação com a vida dos indivíduos (Bartram, 2013; Nowok, Beata, Ham, Findlay & Gayle, 2011; Safi, 2009).

A perspectiva temporal com valência positiva nas dimensões presente e futuro, também se destaca nos emigrantes. O que justificará este resultado? Associada à média significativamente mais elevada da variável satisfação com a vida da amostra emigrante comparativamente à amostra nacional, salienta-se a diferença entre as duas amostras relativamente às dimensões temporais. Os dados são optimistas para os indivíduos emigrantes, já que revelam que as três dimensões temporais com valência negativa são significativamente inferiores nos indivíduos em emigração, assim como as dimensões positivas do Presente e do Futuro que são significativamente mais elevadas para estes do que as médias da amostra nacional. De acordo com Boyd e Zimbardo (2005) este padrão parece significar que os indivíduos emigrantes revelam um enviesamento disposicional positivo que afecta a forma como interpretam e respondem às exigências do seu contexto.

A investigação sobre a relação entre as dimensões temporais (Kielpekowski & Jose, 2014) evidencia que seria esperado que a perspectiva temporal elevada na dimensão Presente positivo, afectasse tanto o Futuro Positivo como o Passado Positivo. No entanto, quando

observados os dados relativos à população emigrante, conclui-se que embora as médias das dimensões Presente positivo e Futuro positivo sejam mais elevadas do que na amostra nacional, o mesmo não se verifica para a dimensão passado positivo. O que poderá estar na base desta observação? Sendo o passado positivo uma dimensão que reflecte uma reconstrução positiva dos eventos vividos anteriormente (Zimbardo & Boyd, 1999) podemos hipotetizar que os indivíduos emigrantes, embora mais satisfeitos do que os Residentes e com uma perspectiva temporal presente positiva também mais elevada, possam no entanto manter uma relação insatisfeita com as razões que desencadearam a necessidade de emigração, tal como a crise económica e desemprego crescente em Portugal, a qual impeça a reconstrução mais positiva sobre os eventos passados. Ao contrário de outras investigações que evidenciam a maior vulnerabilidade dos indivíduos emigrantes e de uma perspectiva temporal mais pessimista relativamente ao futuro (Berra, Elorza Rocard, Bartomeu, Hausmann, Serra-Sutton, & Rajmil, 2004), os dados obtidos no nosso estudo podem remeter para a hipótese de que as diferenças relativas à perspectiva temporal entre Residentes e emigrantes se deva a características individuais, que precedem a mudança por emigração. A literatura refere os indivíduos que emigram como naturalmente distintos dos outros indivíduos, com capacidade de investir no futuro, aceitando riscos no presente (Eliasson, Nakosteen, Westerlund & Zimmer, 2014).

Outro dado que importa comentar e reflectir concerne à diferença encontrada entre homens e mulheres, na amostra emigrante. Neste estudo, ao contrário do que usualmente se verifica na literatura e dados de investigação, constatámos que tanto a Satisfação conjugal quanto a Satisfação com a vida eram mais elevadas (embora sem significância estatística) para as mulheres emigrantes, comparativamente aos homens. Este dado aponta para a possibilidade da mudança contextual poder gerar um novo equilíbrio nas dinâmicas familiares e renovação de papéis de género tradicionais, e de como o contexto de migração familiar pode modificar a relação fundamental entre processos e respostas dos sistemas familiares.

Por último, embora as análises comparativas realizadas demonstrem um contraste no comportamento das variáveis relacionais e individuais na população emigrante – com favorecimento das variáveis individuais - os dados obtidos na análise de regressão reforçam o papel equilibrado das variáveis dos dois níveis, salientando-se a satisfação conjugal e perspectiva temporal presente (nas duas valências afectivas, positiva e negativa) como bons preditores da satisfação com a vida dos indivíduos emigrantes.

2. Contributo da investigação

Em primeiro lugar gostaríamos de salientar que o presente estudo pretende ser um contributo, e não uma resposta, para o conhecimento da situação da emigração, das suas potencialidades e vicissitudes, quer em termos teóricos pela revisão de literatura efectuada, abrangendo o contributo de várias disciplinas, quer em termos empíricos, derivado do estudo exploratório realizado. Procurámos responder a uma questão até à data subinvestigada, referente à variação de dimensões psicológicas em indivíduos portugueses em contexto de emigração. Procurou-se deste modo contribuir para um conhecimento exploratório sobre as diferenças entre portugueses residentes e emigrantes, esperando que os dados iniciais obtidos possam ser futuramente investigados mais aprofundadamente.

Verificou-se que embora os indivíduos emigrantes apresentem níveis mais baixos relativamente às variáveis relacionais (satisfação conjugal e rituais familiares), evidenciam níveis mais elevados na satisfação com a vida e perspectiva temporal nas dimensões presente e futuro com saliência da valência positiva.

3. Limitações & future research

Relativamente às diversas limitações do presente estudo, salientamos primeiramente a composição da amostra, cujas restrições quanto ao número de participantes e método de recolha poderem condicionar a generalização dos resultados para o contexto português. Também o *design* de investigação quantitativo consiste numa limitação, já que embora reconhecamos a necessidade de gerar dados quantitativos sobre uma realidade ainda parcialmente desconhecida como o contexto de emigração portuguesa, o desenho de investigação não permitiu investigar o «*porquê*» ou «*como?*» subjacente às questões em análise e discussão.

No que diz respeito às variáveis tomadas em análise no decorrer da investigação, salienta-se a não consideração do nível socioeconómico dos indivíduos ou tempo de relação conjugal, factores que são expostos na literatura como variáveis influentes na adaptação em contexto de emigração. Outra limitação diz respeito ao facto do foco ter sido primordialmente na etapa de desenvolvimento de famílias com filhos pequenos, sendo que a adaptação dos indivíduos face à migração será diferente conforme a etapa de desenvolvimento (Falicov, 2001; Kobayashi & Preston, 2007).

Neste sentido, tendo em conta as limitações avançadas, consideramos esta investigação como uma aproximação muito inicial às questões que envolvem a emigração,

especificamente no contexto português. Estudos futuros deverão procurar contemplar as diversas formas complexas da migração familiar, procurando investigar com maior detalhe expectativas e mudanças nos vários subsistemas familiares. Investigadores devem procurar concretizar questões teóricas subjacentes à selectividade dos indivíduos que migram da população não-migrante, reconhecendo variáveis diferenciais entre estes (Clark, Frijters, & Shields, 2008). Será útil perceber se, e quais as estratégias utilizadas por indivíduos migrantes e o impacto a longo-prazo nos padrões e desenvolvimento familiar (Bailey & Boyle, 2004). Consideramos essencial que se desenvolvam estudos qualitativos e estudos longitudinais, com foco nos sistemas migrantes mas também sobre sistemas não-migrantes associados aos deslocados.

Para além dos benefícios que advêm da melhor compreensão teórica sobre a emigração portuguesa e adaptação psicológica dos indivíduos emigrantes, este trabalho consiste numa contribuição a nível prático, na medida em que coloca em evidência dimensões psicológicas que parecem concorrer para a predição da satisfação com a vida dos indivíduos emigrantes, podendo esses dados ser úteis também ao nível da intervenção psicológica com esta população específica.

Finalmente, acreditamos que os dados partilhados nesta investigação podem mais do que qualquer outra coisa, fomentar a curiosidade sobre uma parte tão fundamental da identidade portuguesa como são os indivíduos em situação de emigração.

Referências bibliográficas

- Antunes, N., Francisco, R., Pedro, M., Ribeiro, M. T., & Santos, S. (2014). Escala de satisfação conjugal de Kansas [versão para investigação]. *Lisboa: Universidade de Lisboa*.
- Arango, J. (2004). Theories of international migration. *International migration and the new millennium*, 15-36.
- Bailey, A., & Boyle, P. (2004). Untying and retying family migration in the New Europe. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 30(2), 229-241.
- Baldassar, L., & Merla, L. (2014). Locating transnational care circulation in migration and family studies. *Transnational Families, Migration and the Circulation of Care: Understanding Mobility and Absence in Family Life*, 25-58.
- Baltes, M. M., & Carstensen, L. L. (2003). The process of successful aging: Selection, optimization, and compensation. In *Understanding human development* (pp. 81-104). Springer US. doi: 10.1007/978-1-4615-0357-6_5
- Bartram, D. (2013). Happiness and ‘economic migration’: A comparison of Eastern European migrants and stayers. *Migration Studies*, 1(2), 156-175.
- Beine, M., Docquier, F. & Rapoport, H. (2006). “Measuring international skilled migration: new estimates controlling for age of entry”, *Policy Research Discussion Paper*, World Bank
- Berra, S., Elorza Rocard, J.M., Bartomeu, N., Hausmann, S., Serra-Sutton, V. & Rajmil, L. (2004). Necessitats en salut y utilitzación de los servicios sanitarios en la población inmigrante en Cataluña; Revisión exhaustiva de la literatura científica. Barcelona. Anales de Medicina. Agencia de Evaluación de Tecnología e Investigación Médicas.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied psychology*, 46(1), 5-34.
- Boyd, M., & Grieco, E. (2003). Women and migration: incorporating gender into international migration theory. *Migration Information Source*, 1, 1-7.
- Boyd, J.N., & Zimbardo, P.G. (2005). Time perspective, health and risk taking. In *Understanding Behavior in the Context of Time: Theory, Research and Applications*. A. Strahman, and J. Joireman (Eds.). (pp. 85-107). Mahwah, N J: Erlbaum.
- Boss, P. (2007). Ambiguous loss theory: Challenges for scholars and practitioners. *Family Relations*, 56(2), 105-111.

- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives. *Developmental psychology*, 22(6), 723.
- Bronfenbrenner, U., & Evans, G. W. (2000). Developmental science in the 21st century: Emerging questions, theoretical models, research designs and empirical findings. *Social development*, 9(1), 115-125.
- Carter, B., & Mcgoldrick, M. (1995). As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar. *As mudanças no ciclo de vida familiar*, 2, 7-29.
- Castles, S. (2000). International Migration at the Beginning of the Twenty- First Century: Global Trends and Issues. *International Social Science Journal*, 52(165), 269-281.
- Clark, A. E., Frijters, P., and Shields, M. (2008), "Relative Income, Happiness and Utility: An Explanation for the Easterlin Paradox and Other Puzzles," *Journal of Economic Literature*, 46(1), 95-144
- Comin-Scorsolini, F., Santos, A. M. (2010). Satisfação com a vida e satisfação diádica: correlações entre constructos de bem-estar. *Psico-USF*, v.15, n.2, p.249-256.
- Cooke, T. J. (2003). Family migration and the relative earnings of husbands and wives. *Annals of the Association of American Geographers*, 93(2), 338-349.
- Crespo, C. A. M. (2007). *Rituais familiares e o casal: paisagens inter-sistêmicas*. Dissertação de Doutorado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Lisboa
- Crespo, C., Davide, I. N., Costa, M. E., & Fletcher, G. J. (2008). Family rituals in married couples: Links with attachment, relationship quality, and closeness. *Personal Relationships*, 15(2), 191-203.
- Cresswell, T. (2006). *On the move: Mobility in the modern western world*. Routledge. New York.
- Dantas, S. D., Ueno, L., Leifert, G., & Suguiura, M. (2010). Identidade, migração e suas dimensões psicossociais. *Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana*, 18(34).
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575. doi: 10.1037/0033-2909.95.3.54
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. doi: 10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2000). New directions in subjective well-being research: The cutting edge. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 27, 21-33.

- Duncan, S., & Smith, D. (2006). Individualisation versus the geography of 'new' families. *Twenty-First Century Society, 1*(2), 167-189.
- Eliasson, K., Nakosteen, R., Westerlund, O., & Zimmer, M. (2014). All in the family: Self-selection and migration by couples. *Papers in Regional Science, 93*(1), 101-124. doi: 10.1111/j.1435-5957.2012.00473.x
- Falicov, C. J. (2001). The Cultural Meanings of Money The Case of Latinos and Anglo-Americans. *American Behavioral Scientist, 45*(2), 313-328.
- Falicov, C. J. (2005). Emotional transnationalism and family identities. *Family Process, 44*(4), 399-406.
- Falicov, C.J. (2012). Immigrant family processes: A multidimensional framework (MECA). In Walsh, F. (Ed.), *Normal family processes*. (4th edition, pp. 297-323) New York: Guilford Press.
- Fielding, T. (1992). Migration and culture. *Migration processes and patterns, 1*, 201-212.
- Fiese, B.H. & Kline, C.A. (1993). Development of the Family Ritual Questionnaire: Initial reliability and validation studies. *Journal of Family Psychology, 6*, 290-299
- Fiese, B. H., Tomcho, T. J., Douglas, M., Josephs, K., Poltrock, S., & Baker, T. (2002). A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? *Journal of family psychology, 16*(4), 381.
- Fiese, B. H., Foley, K. P., & Spagnola, M. (2006). Routine and ritual elements in family mealtimes: Contexts for child well-being and family identity. *New directions for child and adolescent development, 2006*(111), 67-89.
- Geist, C., & McManus, P. A. (2012). Different reasons, different results: Implications of migration by gender and family status. *Demography, 49*(1), 197-217.
- Hernandez, M., & McGoldrick, M. (1999). Migration and the life cycle. *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Hill, N. E., Bush, K. R., & Roosa, M. W. (2003). Parenting and family socialization strategies and children's mental health: Low-Income Mexican-American and Euro-American mothers and children. *Child development, 74*(1), 189-204.
- Holman, E. A., & Zimbardo, P. G. (2009). The social language of time: The time perspective-social network connection. *Basic and applied social psychology, 31*(2), 136-147.

- Hyman, I., Guruge, S., & Mason, R. (2008). The impact of migration on marital relationships: A study of Ethiopian immigrants in Toronto. *Journal of Comparative Family Studies*, 149-163.
- Imber-Black, E., & Roberts, J. (1998). *Rituals for our times: Celebrating, healing, and changing our lives and our relationships*. Jason Aronson.
- International Organization for Migration. (n.d.). *Who is migrant*. Acedido em 21 de Fevereiro em <http://www.iom.int/who-is-a-migrant>
- Jackson, J. B., Miller, R. B., Oka, M., & Henry, R. G. (2014). Gender differences in marital satisfaction: A meta- analysis. *Journal of Marriage and Family*, 76(1), 105-129.
- Janeiro, I. N. (2012). O Inventário de Perspectiva Temporal: Estudo de validação. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico e Avaliação Psicológica*, 34 (1), 117-133.
- Janicki-Deverts, D., & Cohen, S. (2011). Social ties and resilience in. *Resilience and mental health: Challenges across the lifespan*, 76.
- Kahneman, D., Krueger, A. B., Schkade, D., Schwarz, N., & Stone, A. A. (2006). Would you be happier if you were richer? A focusing illusion. *science*, 312(5782), 1908-1910.
- Kielpikowski, M., Jose. P. E. (2014, Jul). Using the present to predict the future and the past: Time perspectives and psychological functioning of New Zealand emerging adults. Paper presented at 2nd International Conference on Time Perspective, At Warsaw, Poland. Retirado de https://www.researchgate.net/publication/281033143_Using_the_present_to_predict_the_future_and_the_past_Time_perspectives_and_psychological_functioning_of_New_Zealand_emerging_adults
- King, R. (2012). Geography and migration studies: Retrospect and prospect. *Population, Space and Place*, 18(2), 134-153.
- Kiser, L. J., Bennett, L., Heston, J., & Paavola, M. (2005). Family ritual and routine: Comparison of clinical and non-clinical families. *Journal of Child and Family Studies*, 14(3), 357-372.
- Kobayashi, A., & Preston, V. (2007). Transnationalism through the life course: Hong Kong immigrants in Canada. *Asia Pacific Viewpoint*, 48(2), 151-167.
- Kureková, L. (2011). Theories of migration: Conceptual review and empirical testing in the context of the EU East-West flows. In *Interdisciplinary conference on Migration. Economic Change, Social Challenge* (pp. 901-918).
- Lind, W. (2012). *Casais biculturais e monoculturais: Diferenças e recursos* (Vol. 38). ACIDI, IP.

- Maroco, J. (2007). *Análise estatística com utilização do SPSS* (3ª Ed.). Lisboa: Edições Sílabo
- McGoldrick, M., Giordano, J., & Garcia-Preto, N. (Eds.). (2005). *Ethnicity and family therapy*. Guilford Press.
- McGoldrick, M. (1989). Ethnicity and the Family Life Cycle. In E.A. Carter, & M. McGoldrick (Eds.) *The changing family life cycle: A framework for family therapy* (pp.69-89). Boston. Allyn & Bacon.
- Mincer, J., & Polachek, S. (1978). An exchange: the theory of human capital and the earnings of women: women's earnings reexamined. *The Journal of human resources*, 13(1), 118-134.
- Miller, J. G. (2002). Bringing culture to basic psychological theory--beyond individualism and collectivism: comment on Oyserman et al.(2002).
- Minuchin, S. (1982). Reflections on boundaries. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 655.
- Mosmann, C., Wagner, A., & Féres-Carneiro, T. (2006). Qualidade conjugal: Mapeando conceitos. *Paidéia*, 16(35), 315-325.
- Neto, F. (1993). The satisfaction with life scale: Psychometrics properties in an adolescent sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 22 (2), 125-134.
- Neto, F. M. (2008). Escala de Satisfação com a vida: propriedades psicométricas numa amostra de adolescentes. In *Estudos de Psicologia Intercultural: Nós e os outros*. Lisboa : Fundação Calouste Gulbenkian
- Narciso, I. (2001). *Conjugalidades satisfeitas mas não perfeitas - À procura do padrão que liga*. Dissertação de Doutoramento. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Universidade de Lisboa.
- Narciso, I., & Ribeiro, M. T. (2009). *Olhares sobre a conjugalidade*. Lisboa: Editora Coisas de Ler.
- Nivalainen, S. (2004). Determinants of family migration: short moves vs. longmoves. *Journal of Population Economics*, 17(1), 157-175.
- Norgren, M. D. B. P., Souza, R. D., Kaslow, F., Hammerschmidt, H., & Sharlin, S. A. (2004). Satisfação conjugal em casamentos de longa duração: uma construção possível. *Estudos de Psicologia*, 9(3), 575-584.
- Nowok, Beata, Ham, Findlay & Gayle. (2011). "Does Migration Make You Happy? A Longitudinal Study of Internal Migration and Subjective Well-Being," IZA Working Paper 6140.

- Pallant, J. (2005). SPSS survival manual. Allen & Unwin. doi: 10.1046/j.1365-2648.2001.2027c.x
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152. doi: 10.1080/17439760701756946
- Peixoto, J. (2012). A emigração portuguesa hoje: o que sabemos e o que não sabemos.
- Pires, Pereira, Azevedo, Espírito Santo, Vidigal & Ribeiro (2015). Emigração Portuguesa. Relatório Estatístico. Observatório da Emigração e Rede Migra, CIES-IUL, ISCTE-IUL, e DGACCP, Lisboa. doi: 10.15847/CIESOEMRE022015
- Portes, A. (1999). Conclusion: Towards a new world-the origins and effects of transnational activities. *Ethnic and racial studies*, 22(2), 463-477.
- Safi, M. (2010). Immigrants' life satisfaction in Europe: Between assimilation and discrimination. *European Sociological Review*, 26(2), 159-176.
- Schumm, W. R., Paff-Bergen, L. A., Hatch, R. C., Obiorah, F. C., Copeland, J. M., Meens, L. D., & Bugaighis, M. A. (1986). Concurrent and discriminant validity of the Kansas Marital Satisfaction Scale. *Journal of Marriage and the Family*, 381-387.
- Schwartz, S. J., Unger, J. B., Zamboanga, B. L., & Szapocznik, J. (2010). Rethinking the concept of acculturation: implications for theory and research. *American Psychologist*, 65(4), 237.
- Sirkeci, I., & Cohen, J. H. (2015). REVIEW: Measuring impact and the most influential works in Migration Studies. *Migration Letters*, 12(3), 336-345.
- Sluzki, C. E. (1998). Migration and the disruption of the social network. In M. McGoldrick (Ed.). *Re-Visioning family therapy – Race, culture and gender in clinical practice* (pp. 360-369). New York: Guilford Press.
- Smith, D. P. (2004). An 'untied' research agenda for family migration: loosening the 'shackles' of the past. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 30(2), 263-282.
- United Nations Department of Economic and Social Affairs. (n.d.). Population Division Trends in International Migrant Stock: The 2015 revision. Acedido em 20 de Fevereiro de 2016 em http://www.un.org/en/development/desa/population/migration/publications/migrationreport/docs/Migration_increase_digitalcard.png
- Von Bertalanffy, L., & Sutherland, J. W. (1974). General systems theory: Foundations, developments, applications. *IEEE Transactions on Systems, Man, and Cybernetics*, (6), 592-592.

- Walsh, F. (Ed.). (2012). *Normal family processes: Growing diversity and complexity*. Guilford Press.
- Weigel, D. J., & Ballard-Reisch, D. S. (2002). Investigating the behavioral indicators of relational commitment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19(3), 403-423.
- World Health Organization. (2010). Health of migrants: the way forward - report of a global consultation. Madrid, Spain, 3–5 March.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2015). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. In *Time Perspective Theory; Review, Research and Application* (pp. 17-55). Springer International Publishing.
- Zimbardo, P. G., Keough, K. A., & Boyd, J. N. (1997). Present time perspective as a predictor of risky driving. *Personality and Individual Differences*, 23, 1007-102

ANEXO 1

Consentimento informado amostra Residente

ANEXO 2

Protocolo de investigação para a amostra Residente

ANEXO 3

Protocolo de investigação para a amostra Emigrante