

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



***MILITARES PORTUGUESES EM MISSÃO DE PAZ:  
FUNCIONAMENTO FAMILIAR, RESILIÊNCIA E STRESS***

**Inês Xavier dos Reis**

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

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

**2014**

UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE PSICOLOGIA



***MILITARES PORTUGUESES EM MISSÃO DE PAZ:  
FUNCIONAMENTO FAMILIAR, RESILIÊNCIA E STRESS***

**Inês Xavier dos Reis**

Dissertação orientada pela Professora Doutora Rita Francisco

**MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA**

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

**2014**

*Aos militares portugueses*

## Agradecimentos

*À Profª Drª. Rita Francisco pela calma, compreensão, disponibilidade e enorme paciência com que orientou esta dissertação. Obrigada pelo incentivo e pelas palavras sempre certas!*

*À Major Ana de Jesus pelo apoio, disponibilidade e simpatia com que me abriu as portas do CPAE.*

*Ao CPAE pela colaboração que estabeleceu com a Faculdade de Psicologia e que permitiu a redação desta dissertação.*

*À Profª Drª. Maria Teresa Ribeiro por me ter disponibilizado o artigo sobre a adaptação da escala de resiliência para a população portuguesa, pelo apoio e compreensão e pelo incentivo que me deu para que continuasse a empenhar-me nesta dissertação.*

*Ao Prof. Sérgio Moreira, pela disponibilidade em responder às minhas dúvidas de estatística e por ainda as fazer parecerem interessantes.*

*À Daniela por tudo, por estes 6 anos de partilha, pelo apoio, carinho e amor. Pela família que somos e por seres sempre tão sensata e paciente, por me ajudares a ver outras perspectivas e por compreenderes a minha.*

*À minha mãe porque me ajudaste a tornar-me na pessoa que sou hoje, porque me dás força e ficas genuinamente contente com os meus sucessos e a minha felicidade, porque acolhes de braços abertos aqueles que amo, por todo o amor, carinho e apoio.*

*À minha avó Anita pela tua força e coragem, por te preocupares e por fazeres tudo o que podes para me ajudar quando preciso. Obrigada por acreditares e me apoiares neste sonho de me tornar psicóloga!*

*To my sisters for showing me that family is not always blood-related.*

*À mana Sofia por 16 anos de amizade, porque mesmo quando estás longe sei que posso contar sempre contigo. Por seres quem és, uma pessoa linda e cheia de força. Pelas palavras, pelos conselhos, por me ouvires, pelo teu sorriso sincero, e porque contigo posso ser eu própria, sem medos.*

*To my kız kardeş Gözde for always welcoming me to Heidelberg in such a warm way, for believing in me, for your support and love. You are a role model and an inspiration for me and I am very lucky to call you sister.*

*Ao meu pai por me ter despertado o gosto por ler e por saber/conhecer mais.*

*À minha família por todo o apoio que me deram ao longo deste ano e por ser a minha família.*

*Ao Prof. Dr. Wolfgang e à Drª. Inês Alexandre por me terem feito entrar nos caminhos da sistémica.*

*A todos os Professores que fizeram parte do meu percurso académico e, em especial, às Professoras do Núcleo de Psicologia Clínica Sistémica pela compreensão e respeito com que sempre me (nos) trataram.*

*À Cristina Mendonça pela amiga que és, sempre tão calma e sensata, por me ouvires a falar da minha tese e me tentares ajudar nos meus dilemas estatísticos.*

*To Azer for lending me your apartment so I could write and for being such a cool neighbour and friend.*

*À Susana Gomes por estes anos na FFUL em que fomos colegas, mas sobretudo amigas. Por teres acreditado sempre na minha capacidade de terminar este trabalho (obrigada por o teres lido) e por o teres demonstrado sempre tão entusiasticamente.*

*À Rita Oliveira por todo o apoio, compreensão, amizade e confiança ao longo destes anos. E por teres lido esta dissertação com muita dedicação e rigor.*

*Ao João Soares porque deves ter sido das pessoas que mais falta me fez ao longo destes dois últimos anos. Apesar de não estarmos no mesmo Núcleo, estiveste sempre lá quando era necessário, sempre com palavras, frases, metáforas acertadas. Obrigada por teres lido este meu trabalho na altura em que também estavas a terminar a tua dissertação.*

*À Inês Matias Reis, por seres uma ótima amiga, sempre com um sorriso e algo querido para dizer. E também porque o facto de termos o mesmo nome cria sempre situações engraçadas, que me fazem ter sempre algo para contar. Obrigada por te teres disponibilizado a ler este trabalho com tanta atenção.*

*À Clara Teles pelas aprendizagens e momentos juntas, pela confiança e entusiasmo pelo meu trabalho e por uma boa amizade.*

*À Sara Inês Ferreira, que tive a alegria de conhecer melhor durante o mestrado e que sempre me compreendeu e apoiou.*

*To all my friends because you make me learn new and important things about life everyday and because I bring you all in my heart.*

*To J. Kelly and to all the persons that, knowing or without knowing, make me want to do better and become a better human being.*

## Resumo

Esta investigação longitudinal visa abordar a influência do funcionamento familiar e da resiliência nos níveis de *stress* percebido de militares portugueses em missão de paz. Participaram no estudo 92 militares, que preencheram, para além de um questionário sociodemográfico, três instrumentos: SCORE-15, fornecendo um resultado total para o funcionamento familiar e para cada uma das sub-escalas (Recursos, Comunicação e Dificuldades); Escala de Resiliência Connor-Davidson (CD-RISC); e Escala de *Stress* Percebido (ESP). Os questionários foram preenchidos quando os militares se encontravam no Afeganistão (na fase do deslocamento/manutenção) e após o seu regresso a Portugal (pós-deslocamento). Foram realizadas análises de correlação, análises de regressão para o período de pós-deslocamento e comparação entre os dois momentos. Dividiram-se os participantes em dois grupos, para testar a influência de missões anteriores na relação entre as variáveis. Para a amostra total, todas as variáveis apresentaram correlações significativas no deslocamento e pós-deslocamento. Todavia, quando separados os dois grupos, os Recursos e as Dificuldades familiares não apresentaram correlação significativa com os níveis de *stress* no período de deslocamento para militares com missões anteriores e a resiliência não apresentou correlação significativa com os níveis de *stress* percebido, no mesmo período, para os militares sem missões anteriores. A análise de regressão revelou que 35,7% da variância dos níveis de *stress* pode ser explicada pelo funcionamento familiar e resiliência em conjunto. Comparando os dois momentos, os níveis de *stress* diminuem significativamente no pós-deslocamento para a amostra total e grupo de militares sem missões anteriores, o qual também apresenta alteração significativa na sub-escala de Recursos do SCORE-15. Para o grupo de militares com missões anteriores não há alterações significativas em nenhuma das variáveis. Os principais resultados e diferenças entre os dois grupos de militares são discutidos. Por exemplo, a resiliência é significativa só para os militares com missões anteriores provavelmente por ser mais elevada, e logo mais eficaz em situações de *stress*. São ainda apresentadas limitações do estudo, implicações práticas e sugestões para futura investigação.

**Palavras-chave:** militares, *stress* percebido, funcionamento familiar, resiliência, missões de paz, deslocamento, pós-deslocamento.

## Abstract

This longitudinal investigation aims to cover the influence of family functioning and resilience on perceived *stress* levels of portuguese military in peacekeeping operations. Ninety-two military took part on this study, filling a socio-demographic questionnaire and three instruments: SCORE-15, which has a total score for family functioning and its sub-scales (Resources, Communication and Difficulties); Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC); and Perceived *Stress* Scale (ESP). The questionnaires were filled while in Afghanistan (on deployment/sustainment stage) and after returning to Portugal (post-deployment). Correlation analysis, regression (for the post-deployment period) and comparison between the two measured moments were performed. Participants were separated into two groups to test for the influence of multiple deployments versus single ones. In the whole sample, all variables showed significative correlations during deployment and post-deployment. However when separating into the two groups, Resources and Family Difficulties fail to reach significant correlation with the perceived *stress* levels during deployment for the multiple deployers. Also during deployment, resilience has no significant correlation with perceived *stress* levels for the single deployers. Regression analysis revealed that 35,7% of the variance on perceived *stress* levels can be explained by family functioning and resilience together. Between the two moments, *stress* levels decrease significantly during post-deployment for the whole sample and the single deployers group. For single deployers there is also a significant increase on the Resources sub-scale during post-deployment. For multiple deployers, no significant changes between the two moments were identified. The main results and differences between the two military groups are discussed. For example, resilience proved to be significant only for multiple deployers probably because it's higher, hence more effective in *stressful* situations. Limitations of the study are also presented, along of practical implications and suggestions for future investigations.

**Keywords:** military, perceived *stress*, family functioning, resilience, peacekeeping operations, deployment, post-deployment.

## Índice Geral

<b>Índice de Tabelas</b> .....	IX
<b>Introdução</b> .....	1
<b>Enquadramento Teórico</b> .....	2
<b>Família e Funcionamento Familiar</b> .....	2
<b>Famílias de Militares</b> .....	3
<b>Ciclo Emocional do Deslocamento Militar</b> .....	5
<b>Resiliência</b> .....	8
<i>Stress</i> .....	9
<b>Metodologia</b> .....	12
<b>Desenho de Investigação</b> .....	12
<b>Questão Inicial</b> .....	12
<b>Objectivos Gerais e Específicos</b> .....	12
<b>Questões de Investigação</b> .....	13
<b>Mapa Conceptual</b> .....	13
<b>Participantes</b> .....	14
<b>Instrumentos</b> .....	15
<b>Procedimentos de Recolha e Tratamento/Análise de Dados</b> .....	18
<b>Resultados</b> .....	19
<b>Análise da Correlação</b> .....	19
<b>Regressão</b> .....	22
<b>Comparação entre Resultados Deslocamento e Pós-Deslocamento</b> .....	23
<b>Discussão</b> .....	25
<b>Limitações</b> .....	27
<b>Implicações Práticas</b> .....	28
<b>Investigações Futuras</b> .....	29
<b>Referências bibliográficas</b> .....	30

**Anexos:**

**Anexo A** – Escala de Resiliência Connor-Davidson (CD-RISC)

**Anexo B** – Escala de *Stress* Percebido

**Anexo C** – SCORE-15

## Índice de Tabelas

**Tabela 1.**

Características Sócio-Demográficas da Amostra

**Tabela 2.**

Estatística Descritiva – Amostra Total

**Tabela 3.**

Correlações (*Spearman's rho*) – Amostra Total

**Tabela 4.**

Coefficientes – Análise de Regressão

**Tabela S1.**

Estatística Descritiva – Militares Sem Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S2.**

Estatística Descritiva – Militares Com Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S3.**

Correlações (*Spearman's rho*) - Militares Sem Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S4.**

Correlações (*Spearman's rho*) - Militares Com Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S5.**

Teste de Normalidade *Kolmogorov-Smirnov* (em Apêndice)

**Tabela S6.**

Análise de Regressão (Pós-Deslocamento) – *Model Summary* (em Apêndice)

**Tabela S7.**

ANOVA – Pós-Deslocamento (em Apêndice)

**Tabela S8.**

Diagnóstico de Colinearidade (em Apêndice)

**Tabela S9.**

Ranks – Amostra Total (em Apêndice)

**Tabela S10.**

*Wilcoxon Signed Ranks Test Statistic* – Amostra Total (em Apêndice)

**Tabela S11.**

Ranks – Militares Sem Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S12.**

*Wilcoxon Signed Ranks Test Statistic* – Militares Sem Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S13.**

Ranks – Militares Com Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S14.**

*Wilcoxon Signed Ranks Test Statistic* – Militares Com Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S15.**

Ranks Sub-Escalas SCORE15– Amostra Total (em Apêndice)

**Tabela S16.**

*Wilcoxon Signed Ranks Test Statistic* Sub-Escalas SCORE15 – Amostra Total (em Apêndice)

**Tabela S17.**

Ranks Sub-Escalas SCORE15 – Militares Sem Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S18.**

*Wilcoxon Signed Ranks Test Statistic* Sub-Escalas SCORE15 – Militares Sem Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S19.**

Ranks Sub-Escalas SCORE15 – Militares Com Missões Anteriores (em Apêndice)

**Tabela S20.**

*Wilcoxon Signed Ranks Test Statistic* Sub-Escalas SCORE15 – Militares Com Missões Anteriores (em Apêndice)

## Introdução

O presente estudo está integrado num projecto de investigação desenvolvido pelo CPAE (Centro de Psicologia Aplicada do Exército) e para o qual foi solicitada a colaboração do Núcleo de Psicologia Clínica Sistémica da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

O principal objectivo é perceber de que forma a interacção entre a percepção do funcionamento familiar e a resiliência afecta os níveis de *stress* dos militares portugueses ao longo do ciclo do deslocamento militar.

A presente dissertação divide-se em quatro partes. Primeiramente faz-se um enquadramento teórico, em que se focam três aspectos do funcionamento familiar e alguma investigação sobre o tema realizada com militares. Em seguida, encontra-se um resumo dos estádios do Ciclo Emocional do Deslocamento Militar, em que se disserta sobre os sentimentos e reacções mais típicas de militares e suas famílias desde que recebem a notícia do deslocamento até cerca de 6 meses após o regresso a casa. Os conceitos de resiliência e *stress* são também aqui abordados, tentando-se sintetizar a muita literatura existente sobre o tema, abordando o que poderá ser mais interessante no contexto deste trabalho.

Em segundo lugar, apresentam-se as escolhas metodológicas realizadas e insere-se este trabalho no paradigma pós-positivista. Toda a informação sobre os instrumentos psicométricos utilizados, quando e como foram aplicados, pode ser encontrada nesta parte, bem como uma caracterização da amostra.

Na terceira parte, apresentam-se os resultados do estudo, incluindo-se a estatística descritiva e analisando-se as correlações. A análise da regressão é realizada, por questões estatísticas que serão expostas no respectivo capítulo, apenas para o pós-deslocamento. Finalmente, é feita uma comparação entre a fase de deslocamento e pós-deslocamento militar e são analisadas alterações significativas das variáveis nos dois momentos.

Na quarta e última parte, discutem-se os resultados encontrados, implicações práticas e limitações do trabalho, propondo melhorias para investigações futuras.

## Enquadramento Teórico

### Família e Funcionamento Familiar

**Teoria bioecológica do desenvolvimento humano –Bronfenbrenner (1979).** A teoria bioecológica de Bronfenbrenner (1979) assenta em duas premissas acerca do desenvolvimento humano: 1) o desenvolvimento humano dá-se através de processos de interacção recíproca cada vez mais complexos entre um organismo humano activo e em evolução biopsicológica e as pessoas, objectos e símbolos do seu ambiente imediato. Para ser efectiva, esta interacção deve ocorrer regularmente durante períodos de tempo prolongados. Estas interacções duradouras no ambiente imediato são conhecidas como processos proximais; 2) a forma, poder, conteúdo e direcção dos processos proximais que afectam o desenvolvimento variam sistematicamente em função da conjunção de características da pessoas em desenvolvimento, do ambiente – tanto imediato como mais remoto em que esses processos se desenrolam, e da natureza dos resultados de desenvolvimento em foco (Bronfenbrenner, 1994, 1995b, 1999; Bronfenbrenner & Ceci, 1994).

Daqui resulta a ideia de que o indivíduo influencia e é influenciado (Marc & Picard, 1984), directa ou indirectamente, por uma série de sistemas que se incluem hierarquicamente uns nos outros (Bronfenbrenner, 1979, 1994, 1995a) – micro (contexto imediato do sujeito como, por exemplo, a família ou o local de trabalho), meso (interacção entre dois ou mais sistemas em que o indivíduo se inclui: e.g., a relação entre a família do militar e os seus camaradas), exo (interacções entre dois ou mais sistemas e o indivíduo não participa num deles: e.g., acontecimentos *stressantes* no emprego do cônjuge podem afectar a interacção deste/a com o militar) e macrossistema (cultura e sub-cultura em que o indivíduo se desenvolve: e.g., ideias generalizadas sobre os papéis de género) – e por um cronossistema (Bronfenbrenner, 1986, 1994, Bronfenbrenner & Ceci, 1994) que reflecte as influências temporais que desempenham um papel na forma como o indivíduo experiencia os acontecimentos (e.g., transições biológicas e sociais, contexto histórico).

De uma forma geral, podemos dizer que a realidade resulta de um conjunto de significados, construídos por cada indivíduo em interacção consigo próprio e com os

significados dos outros. Este indivíduo é, portanto, uma parte do sistema familiar em que se insere, mas também é possível reconhecer nele a sua família (Alarcão, 2006).

Na família podemos distinguir diversos sub-sistemas (parental, fraternal, conjugal e individual), os quais são delimitados por fronteiras, fronteiras essas que também separam o sistema familiar e as relações estabelecidas entre os seus actores de outros sistemas extra-familiares (os supra-sistemas). A família recebe informação dos vários sistemas em que se insere, integrando-a nas suas crenças, valores e expectativas. Algumas vezes, a informação recebida gera uma crise que provoca no sistema familiar uma necessidade de mudança e, conseqüentemente, evolução (Alarcão, 2006).

### **Famílias de Militares**

As famílias de militares têm algumas características específicas que importa referir. Seguidamente, apresentam-se três aspectos que contribuem para a qualidade do funcionamento familiar, e dão-se alguns exemplos presentes na literatura sobre famílias militares.

**Comunicação.** A importância da comunicação no seio da família foi enfatizada por Watzlawick, Beavin e Jackson (2004). Segundo estes autores, a comunicação obedecia a uma série de padrões interaccionais específicos de cada família, que ao serem disfuncionais poderiam explicar o surgimento de patologia num dos seus elementos. Considera-se, então, que todo e qualquer comportamento, quer seja verbal, não verbal ou para-verbal, é comunicação.

A comunicação deve ser clara, honesta, directa e consistente, sendo importante que os elementos da família se sintam ouvidos e seguros para se expressar abertamente (Walsh, 2003, 2006; DeCarvalho & Whealin, 2012). Militares que tinham estado no Iraque e Afeganistão e que acreditavam que ter um problema de saúde mental levaria os seus familiares a ter menos confiança neles ou a achá-los fracos, o que por seu turno impede que se fale abertamente sobre os problemas, apresentavam mais frequentemente questões de saúde mental (Lober & Garcia, 2010, cit. por DeCarvalho & Whealin, 2012, Whealin et al., 2011, cit. por DeCarvalho & Whealin, 2012).

**Recursos.** Podemos considerar vários tipos de recursos que contribuem para um bom funcionamento familiar: recursos pessoais, intra-familiares e extra-familiares. Os recursos pessoais contribuem para colmatar as necessidades e ultrapassar os desafios

que podem surgir na família, atribuindo um papel a cada um dos seus membros. Ao nível intra-familiar é importante enfatizar a relação entre os membros da família, que haja um sentido de coerência (confiar que é possível explicar, predizer e clarificar os problemas que surgem), coesão, respeito e apoio mútuo, laços fortes e interesse uns pelos outros (Falicov, 2003; Walsh, 2006). Outro recurso importante, que tanto pode ser considerado intra como extra-familiar são os recursos económicos, que exercem uma grande influência no estilo de vida da família. Extra-familiarmente, os recursos sociais e comunitários são igualmente muito relevantes, pelo apoio que representam no colmatar de diversas necessidades que vão surgindo no sistema familiar (Walsh, 2006).

No caso dos militares, a família constitui-se como um mecanismo de suporte extremamente importante para lidar com o *stress* do deslocamento: podem dar apoio na resolução de problemas; proporcionar apoio emocional e estabilidade; ajudar o militar a re-integrar-se na comunidade, família alargada ou grupo de amigos; combater o sentimento de isolamento; ajudar a fomentar o sentimento de pertença; aumentar o sentimento de segurança e a auto-estima (DeCarvalho & Whealin, 2012). Não é, pois, de estranhar que militares com famílias “sólidas” desempenhem melhor o seu trabalho (Fenell & Weinhold, 2003, cit. por Hall, 2008). Por exemplo, a prontidão familiar<sup>1</sup>(capacidade de a família se adaptar e lidar com os *stressores* associados ao estilo de vida militar) é importante não só para a prontidão do militar como da Unidade Militar em que se insere, estando a saúde mental e bem-estar do militar ligados aos da sua família (Hall, 2008; Houppert, 2005b, cit. por Hall, 2008; NMFA Statement Before the Department of Defense Task Force on Mental Health, 2006, cit. por Hall, 2008). Factores protectores da adaptação familiar e prontidão incluem o apoio do cônjuge e a percepção positiva, por parte da família em relação à Unidade Militar (Addler-Baeder & Pittman, 2005, cit. por Hall, 2008).

**Dificuldades.** Ao longo do seu ciclo vital, todas as famílias passam por momentos de transição (e.g., entrada dos filhos na adolescência) e etapas com desafios específicos e que podem trazer dificuldades ao sistema familiar (Alarcão, 2006) . Podem surgir também problemas ao nível da comunicação dentro e entre os sub-sistemas que estão contidos no sistema familiar e deste último com o exterior (Watzlawick, Beavin, & Jackson, 1967). A doença ou morte de um familiar, a mudança constante de

---

<sup>1</sup>“*Family readiness*” no original

habitação, a integração ou reintegração da família ou de um dos seus membros num determinado contexto, podem também causar dificuldades no seio da família. A falta de recursos (ou a percepção dessa falta) para lidar com os desafios tanto normativos como não-normativos constitui uma dificuldade adicional para a família como um todo e para cada um dos seus membros (Walsh, 2006).

Num estudo de Tsai, Harpaz-Rotem, Pietrzak e Southwick (2012), 52% dos veteranos diagnosticados com Perturbação de *Stress* Pós-Traumático (PSPT) relatavam maiores dificuldades no seu relacionamento com o/a parceiro/a, menor coesão familiar e apoio social e menor satisfação com a vida em comparação com veteranos que tinham procurado ajuda mas não apresentavam PSPT.

Quanto ao deslocamento, Karney e Crown (2007) investigaram diversos ramos da força militar norte-americana e encontraram uma correlação entre extensão do período de deslocamento e problemas no casamento, sendo que as Forças Armadas apresentavam maior risco quanto mais tempo permanecessem no Teatro de Operações e todos os outros ramos apresentavam menor risco. Noutro estudo (Rosen & Durand, 2000, cit. por Hall, 2008), 68% dos militares relataram maior proximidade com o cônjuge após o deslocamento, e 14 a 17% dos casais experienciaram altos níveis de *stress* resultantes deste. Maior satisfação com a vida militar está ligada a primeiros casamentos com filhos ou recasamentos sem filhos, sendo que pais divorciados com custódia dos filhos revelam menores níveis de satisfação. Os maiores níveis de *stress* são apresentados por militares cuja família é reconstruída e há filhos de uniões anteriores (Addler-Baeder & Pittman, 2005, cit. por Hall, 2008). Os jovens militares que voltam a viver com os pais, deparam-se com a dificuldade de criar uma dinâmica familiar em que estes reconheçam que o seu filho já é um adulto e o tratem de acordo com isso (Worthen, Moos, & Ahern, 2012).

### **Ciclo Emocional do Deslocamento Militar**

Ao longo dos anos, alguns autores têm procurado definir estádios que reflectam a reacção das famílias de militares durante as várias fases do deslocamento. Rotter e Boveja (1999) consideram apenas 3 estádios: antecipação, separação e reencontro (no original: *reunion*), enquanto outros autores consideram cinco (Pincus, House, Christensen, & Adler, 2001). No presente trabalho, considerou-se mais adequado

utilizar o modelo de cinco estádios proposto por Pincus e colaboradores (2001), uma vez que detalha bem as diferentes emoções vividas por estas famílias ao longo de todo o ciclo de deslocamento, não sendo demasiado exaustivo. Em seguida, apresentam-se os cinco estádios referidos, tentando-se, sempre que considerado pertinente, integrar informação dos outros modelos.

**Estádio 1: Pré-Deslocamento.** Este estádio inicia-se no momento em que o militar é notificado do deslocamento até que parte em missão. A literatura refere que, ao longo destes meses, a família experiencia diversas emoções, pautadas pela recusa (*denial*) e a antecipação da perda. Gradualmente, o militar começa a estar mais envolvido nos preparativos para a missão, falando mais sobre o assunto, o que pode constituir algum desconforto para a família. Durante este período, cria-se uma maior distância física e emocional (Pincus et al., 2001), principalmente na semana anterior à partida. Podem também surgir sentimentos de medo, raiva e mágoa (Rotter & Boveja, 1999), que levam a família, em especial se estivermos a falar do casal, a discutir mais (Pincus et al., 2001). Os desentendimentos familiares podem ter um impacto bastante negativo, incluindo maior *stress* para o militar e maior propensão a potenciais acidentes (Henderson, 2006). Pré-deslocamento é também sinónimo de resolver assuntos pendentes e preparar a viagem.

**Estádio 2: Deslocamento.** Este estádio cobre todo o 1º mês de deslocamento, correspondendo a uma adaptação da família à vida sem o militar e deste ao teatro de operações (TO). Os que ficam podem sentir-se sobrecarregados, surgindo muitas vezes sentimentos de desorientação, tristeza e abandono.

O avanço das novas tecnologias mostra-se muito útil nesta fase, uma vez que os militares já podem utilizar o *skype* para contactar a sua família, o que se torna útil para lidar com a separação. Contudo, se este contacto com os entes queridos for marcado por discussões, esta comunicação pode causar mais *stress* no militar e na família.

**Estádio 3: Manutenção.** Após o 1º mês, tanto o militar como a sua família já se adaptaram às novas rotinas. Há um sentimento de maior estabilidade e também maior competência para lidar com as situações do dia-a-dia. As famílias tiveram tempo de se organizar, encontrar novas fontes de apoio e estabelecer novas rotinas. A comunicação continua a ser facilitada pelas novas tecnologias, embora por vezes possa ser *stressante*

para a família não poder ser ela a iniciar o contacto. É recomendável que se evite partilhar problemas domésticos com o militar, dado que pode causar *stress* pela impossibilidade de contribuir para a resolução desse mesmo problema (Pavlicin, 2007).

**Estádio 4: Re-adaptação.** Corresponde ao mês antes do militar retornar da missão. É altura de preparar o regresso a casa e surgem diversas emoções que vão desde sentimentos de excitação a sentimentos de apreensão e medo. Na ausência do militar houve redefinição de papéis e criação de novas rotinas, pelo que terá de haver um reajustamento após a sua chegada. As expectativas da família são altas, o que poderá levar a algum desapontamento na fase de pós-deslocamento (Pincus et al., 2001). Também o militar começa a estar mais focado no regresso a casa.

**Estádio 5: Pós-Deslocamento.** Este estágio abrange o período compreendido entre a chegada do militar e os 3 a 6 meses seguintes. Há uma necessidade de ajustamento às rotinas familiares estabelecidas e de redefinição de papéis dentro da família. Tanto o militar como a família estavam já habituados a ter o seu próprio espaço e têm de se readaptar à vida conjunta.

A chegada do militar é acompanhada por expectativas elevadas acerca do reencontro, as quais nem sempre são satisfeitas, uma vez que a data de chegada pode sofrer constantes alterações ou que os familiares nem sempre têm disponibilidade para ir esperar o militar. Normalmente, a chegada do militar é seguida por um período de “lua-de-mel”, com sentimentos de euforia e excitação pela chegada e restabelecimento da intimidade. É como se o casal se estivesse a conhecer de novo após este período de interregno, renegociando-se a relação.

Em alguns casos, os militares sentem necessidade de passar tempo com os seus colegas de pelotão, o que poderá ser mal interpretado pelos familiares e causar alguma comoção (Pincus et al., 2001).

Esta investigação vai centrar-se nos estádios de *manutenção* e *pós-deslocamento*. A grande maioria dos estudos apresentados coloca os estádios *deslocamento*, *manutenção* e *re-adaptação* sob a mesma designação genérica “deslocamento”, pelo que neste trabalho os dois termos (manutenção e deslocamento) serão usados indiferenciadamente.

Na literatura, enfatiza-se o papel da resiliência na manutenção de um nível de funcionamento adequado ao longo dos diversos estádios deste ciclo.

## **Resiliência**

O termo resiliência surgiu na Física para descrever a capacidade de um material ou sistema voltar à sua forma original depois de ser forçado (Shastri, 2013). Em Psicologia, aparece nos anos 70 (Kagan & Klein, 1973; Rutter, 1979 cit. por Bonanno & Diminich, 2013) para fazer referência às crianças que, apesar de sofrerem de maus-tratos e/ou negligência ou de terem pais com psicopatologia, apresentavam um nível de desenvolvimento idêntico ao das crianças que não enfrentam este tipo de adversidade (Gamerzy, 1991; Werner, 1995 citados por Bonanno & Diminich, 2013).

Ao longo dos anos, o termo foi-se alargando a todas as faixas etárias e abrangendo diversos contextos, pelo que surgiram várias definições. Alguns autores consideram que a resiliência está presente em situações comuns da vida diária, onde surgem naturalmente diversos *stressores* com os quais é necessário lidar; outros defendem que pode surgir mesmo em situações de vida favoráveis que envolvem mudança, como o casamento ou o nascimento de um filho (Neff & Broady, 2011); e há ainda outros que consideram que só se pode falar de resiliência aquando de um acontecimento potencialmente traumatizante, como uma catástrofe natural ou uma situação de guerra (Davydof, Stewart, Ritchie, & Chaudieu, 2010). Em termos gerais, a resiliência tem sido definida como um traço, um processo ou um resultado (Fletcher & Sarkar, 2013). Neste último caso, alguns autores consideram que consiste num resultado relativamente positivo perante a adversidade (Rutter, 2006). A resiliência considerada como um traço é fixa e estável, ou seja, não pode ser modificada (Connor & Davidson, 2003). Esta definição torna-se algo limitadora, uma vez que ignora a interacção entre o indivíduo e os vários sistemas em que participa (Fletcher & Sarkar, 2013; Herrman et al., 2011). Neste sentido, vários autores identificaram factores protectores que parecem assumir um papel no nível de resiliência dos indivíduos: satisfação com a vida, optimismo, auto-eficácia, auto-estima, suporte social e familiar, estabilidade emocional, proximidade, entre outros (Black & Black, 1980, cit. por Fletcher & Sarkar, 2013; Lee, Sudam, & Zamorsky, 2013; Meredith et al., 2011). Num estudo de Lee et al. (2013), apoiou-se a hipótese de que os factores protectores desempenham o maior efeito no nível de resiliência, secundados pelos factores de risco e, logo a seguir, pelos factores

demográficos. Além do que já foi referido, o nível de resiliência parece aumentar com o tratamento clínico (Connor & Davidson, 2003). Dois factores parecem ser comuns às várias definições: a existência de uma situação adversa e uma resposta adaptativa à situação de *stress* (Fletcher & Sarkar, 2013; Rutter, 2012). No presente trabalho, consideramos que a resiliência engloba qualidades/capacidades individuais que permitem o funcionamento ou adaptação saudável a situações adversas (Connor & Davidson, 2003) e que se assume como uma característica multidimensional, resultante da interacção de vários atributos psicológicos e disposicionais como, por exemplo, a estrutura pessoal (*locus* de controlo interno, optimismo, traços de personalidade, funcionamento intelectual) e os sistemas de suporte externo (Connor & Davidson, 2003; Masten, 2001).

A resiliência é, assim, um factor importante na forma como as pessoas apreendem a realidade (Fletcher & Sarkar, 2003) e, por conseguinte, na forma como reagem e lidam com situações de vida *stressantes*.

Considera-se importante clarificar que resiliência é diferente de *coping*, uma vez que influencia a forma como apreendemos uma situação, enquanto que o *coping* se refere às estratégias utilizadas durante ou após um evento *stressante* (Fletcher & Sarkar, 2003).

Nos militares, maiores níveis de resiliência estão negativamente associados com *stress* traumático e sintomas depressivos, mesmo depois de se ajustar para características demográficas e exposição a combate (Pietrzak, Johnson, Goldstein, Malley, & Southwick, 2009); associados a maior probabilidade de recuperação de *stress* pós-traumático, pois ajudam no alívio do sentimento de desespero (Connor, 2006); e são preditores de menos intrusões e evitamento no pós-deslocamento (Schok, Kleber, & Lensvelt-Mulders, 2010). Baixos níveis de resiliência, por seu turno, associam-se a maior risco de desenvolvimento de problemas de saúde mental, como ansiedade, depressão e ideação suicida (Simons & Yoder, 2013).

Entre os factores preditores de adaptações resilientes encontram-se, no caso dos adultos, o suporte familiar e de outras redes sociais (Charuvastra & Cloitre, 2008, cit. por Riggs & Riggs, 2011).

### ***Stress***

O *stress* resulta da conjugação de diversas variáveis, de ordem ambiental, situacional e pessoal (e.g., expectativas, atitudes, crenças, objectivos), fazendo com que

haja variabilidade individual quanto à intensidade da sua manifestação (Lazarus, DeLongis, Folkman, & Gruen, 1985; Lazarus, 1998, cit. por Cooper & Dewe, 2004). O *stress* surge na relação pessoa-ambiente, quando uma situação considerada relevante para o bem-estar é percebida como excedendo os recursos existentes (Lazarus, 1990; Lazarus et al., 1985; Folkman, 1984). O modelo de *stress* de Lazarus e Folkman (1984), distingue dois processos cognitivos de percepção/avaliação dos estímulos ambientais: avaliação (*appraisal*) primária e secundária. Na fase de *avaliação primária*, o indivíduo avalia a importância de uma situação para o seu bem-estar, podendo classificá-la como irrelevante (sem importância para o bem-estar), positiva e benigna (não excede os seus recursos/capacidades para lidar com a mesma) ou *stressante* (causadora de dano/perda, ameaçadora ou desafiante). *Avaliação secundária* é o termo utilizado para a avaliação que o indivíduo faz dos recursos que tem disponíveis para lidar com a situação. Os níveis de *stress* serão mais elevados quanto mais a situação é percebida como ameaçadora do bem-estar e quanto menos recursos se encontram disponíveis (Folkman, 1984).

Actualmente, estão listadas algumas características gerais dos *stressores* como mudança ou novidade, incerteza, ambiguidade, imprevisibilidade e iminência (Mota-Cardoso, Araújo, Ramos, Gonçalves, & Ramos, 2002, cit. por Rocha, 2009), que podem contribuir para que uma situação se torne *stressante*. Alguns factores podem ser importantes para evitar níveis de *stress* elevados, como são os casos da resiliência e do suporte social que se associam negativamente ao *stress* traumático e a sintomas depressivos (Pietrzak et al., 2009). Também a *hardiness* (conceito relacionado com a resiliência e que traduz o sentimento de controlo sobre a própria vida, a forma de encarar a mudança como um desafio e a atribuição de significado à própria existência; Herrman et al., 2011), em conjunto com as estratégias de *coping*, influencia o nível de *stress* percebido (Soderstrom, Dolbier, Leiferman, & Steinhardt, 2000). Da mesma forma, os problemas sociais e os conflitos familiares, apresentam maiores correlações com os níveis de *stress* percebido (Feizi, Aliyari, & Roohafza, 2012). Alguns autores, defendem que o *stress* agudo é mais comum em militares que já tenham estado em missão, em comparação com aqueles que estão no seu primeiro deslocamento (Hall, 2008; Lane, Hourani, Bray, & Williams, 2012), enquanto que uma investigação de Bonanno et al. (2012, cit. por Galatzer-Levy et al., 2013) apresenta resultados opostos, com maior incidência de *stress* pós-traumático em militares que estiveram em missão apenas uma vez e maiores taxas de resiliência em militares com mais de uma missão.

**Stress familiar.** Um *stressor* é um evento ou transição com impacto na família e que produz ou pode produzir mudança no sistema social desta (Figley, 1989). Uma vez que a família desempenha um papel muito importante na forma como os seus elementos interagem entre si e com os outros sistemas em que se inserem (Relvas, 2000), propuseram-se alguns modelos de *stress* familiar, tendo o modelo ABCX de Hill (1949, 1958, cit. por Manning, Wainwright, & Bennett, 2011) sido baseado na teoria de Lazarus. Este modelo propõe a existência de três factores no despoletar de uma crise na família (x), o *stressor* (a) – acontecimento que gera mudanças e necessidades que devem ser satisfeitas; os recursos da família para lidar com o *stressor* (b), que podem ser de natureza intra, inter ou extra-familiar; e a percepção que a família tem acerca da situação (c), influenciada pelas suas experiências, crenças e valores. Mais tarde, McCubbin e Patterson (1983) propuseram uma complexificação deste modelo - o modelo ABCX duplo – uma vez que ao provocar uma crise, o *stress* tem o potencial de causar mudança no sistema familiar (Figley, 1989). A crise (x) exigirá que a família se mobilize para a sua resolução e se adapte, o que pode ser considerado um factor de *stress* adicional, e que se junta a outros factores como, por exemplo, os decorrentes de transições normativas (Aa). Entretanto a família pode ter perdido ou ganho novos recursos (Bb) e terá a sua própria percepção acerca desta mudança (Cc), que tanto pode ser positiva (desafio/potencialidade de crescimento) como negativa (catástrofe). Durante todo este processo, a família vai-se ajustando melhor ou pior, de forma a adaptar-se às mudanças provocadas pelo acontecimento *stressor* em interacção com recursos e percepções familiares.

Embora recentemente tenham sido realizados alguns estudos sobre militares portugueses e respectivas famílias em contexto de missões de paz (e.g., Barbudo, Francisco, & Santos, 2014; Gavinho, 2012; Martins, Santos, & Francisco, 2014), ainda é escassa a investigação sobre o tema em Portugal. O presente trabalho foca-se na perspectiva do militar e visa abarcar dois estádios do ciclo emocional de deslocamento militar (manutenção e pós-deslocamento), analisando a interacção entre funcionamento familiar, resiliência e *stress* percebido. Considera-se importante conhecer que factores influenciam, directa e/ou indirectamente, os níveis de *stress* percebido pelos militares portugueses nas diferentes fases de deslocamento, o que poderá fornecer pistas

importantes acerca de como intervir mais eficazmente junto destes e das respectivas famílias.

## **Metodologia**

### **Desenho de Investigação**

Esta investigação insere-se no paradigma pós-positivista (Guba, 1990), pois pretende prever a influência e interacção das diferentes variáveis em estudo, tendo presente que nenhuma investigação pode pretender ser 100% objectiva nas suas conclusões, uma vez que estas estão dependentes de interpretações e de caminhos escolhidos pelos investigadores e correspondem a um determinado recorte da realidade, não sendo possível abarcar todas as interacções estabelecidas pelas variáveis que concorrem para um mesmo fenómeno.

O estudo é de cariz quantitativo, visando “medir” o grau de funcionamento familiar, e os níveis de resiliência e *stress* percebido em dois momentos do deslocamento militar. Uma vez que a aplicação dos instrumentos quantitativos é feita e referente a dois momentos distintos do mesmo grupo de militares, considera-se estarmos perante um estudo longitudinal.

### **Questão Inicial**

De que forma é que a interacção entre a percepção do funcionamento familiar e a resiliência afecta os níveis de *stress* dos militares portugueses ao longo do ciclo do deslocamento militar?

### **Objectivos Gerais e Específicos**

- 1 Explorar as relações entre funcionamento familiar, resiliência e *stress*
- 2 Conhecer o impacto da resiliência do militar e dos diferentes componentes do funcionamento familiar nos níveis de *stress* durante os estádios de manutenção e pós-deslocamento.
  - 2.1 - Perceber qual a influência do funcionamento familiar (e especificamente das dimensões Comunicação, Recursos e Dificuldades) nos níveis de *stress* percebido pelos militares na deslocação e pós-deslocação.

- 2.2 - Perceber o papel do nível de resiliência nos níveis de *stress* percebido durante o estágio de durante a após o deslocamento.
- 2.3 - Analisar de que forma é que a interação entre funcionamento familiar e resiliência afecta os níveis de *stress* percebido dos militares durante o estágio de manutenção e pós-deslocamento.
- 3 Perceber qual o impacto da fase de deslocamento e experiência prévia em TO's na relação entre funcionamento familiar, resiliência e *stress*.
- 3.1. – Comparar os níveis de *stress*, resiliência e funcionamento familiar durante e após o deslocamento
- 3.2. Comparar a relação entre funcionamento familiar, resiliência e *stress* em diferentes fases do deslocamento militar.
- 3.3. - Comparar militares com experiência prévia em missões internacionais e militares sem essa experiência nas variáveis funcionamento familiar, resiliência e *stress*.

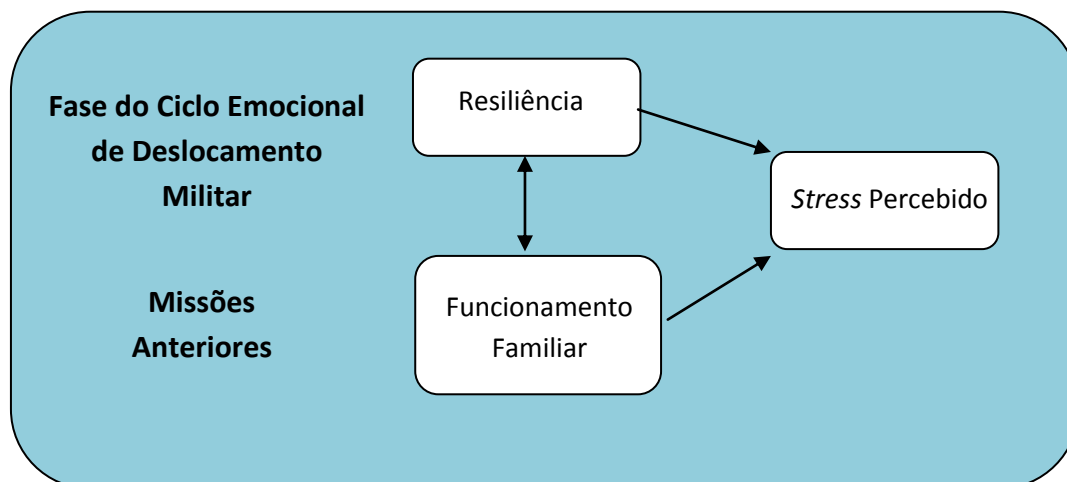
### **Questões de investigação**

- Q1. Que tipo de relações se estabelecem entre funcionamento familiar, resiliência e *stress* percebido?
- Q2. Qual o impacto do funcionamento familiar e dos seus respectivos componentes nos níveis de *stress* percebido pelo militar?
- Q3. Qual o impacto da resiliência nos níveis de *stress* percebido pelo militar?
- Q4. De que forma é que a interacção entre o funcionamento familiar e os níveis de resiliência influenciam o nível de *stress* percebido pelo militar?
- Q5. Qual a diferença entre os níveis de *stress*, resiliência e funcionamento familiar durante e após o deslocamento?
- Q6. Qual o papel exercido pela fase de deslocamento militar na interacção entre funcionamento familiar, resiliência e nível de *stress* percebido?
- Q7. Qual o impacto de deslocamentos anteriores no funcionamento familiar, nível de resiliência e de *stress* percebido pelos militares ao longo das várias fases do deslocamento?

### **Mapa Conceptual**

Aqui apresenta-se o mapa conceptual deste trabalho. A interacção entre funcionamento familiar e resiliência e o seu impacto nos níveis de *stress* percebido vão

ser analisadas em dois momentos do Ciclo Emocional de Deslocamento, tendo também em conta a experiência prévia em missões em solo estrangeiro.



### Participantes

A amostra é constituída por 92 militares que integraram o contingente português no Afeganistão entre Junho e Dezembro de 2013. As características sócio-demográficas dos participantes apresentam-se na Tabela 1. Os participantes têm idades compreendidas entre os 20 e os 48 anos ( $M=28.99$ ,  $DP=7.64$ ), sendo que 90,2% ( $n=83$ ) são do sexo masculino. Quanto ao estado civil, 68,5% são solteiros, 22,8% casados, 1,1% ( $n=1$ ) divorciados e os restantes 7,6% não o especificaram. A maioria (70,7%) não tem filhos, 26,1% tem 1 ou 2 filhos e os restantes 3,3% têm 3 ou mais. No que se refere ao agregado familiar, 67,4% reporta estar inserido numa Família Nuclear Intacta. Quanto à etapa do ciclo vital, 52,2% pertencem a famílias com filhos adultos (i.e., a maioria dos participantes vive com os pais), seguidos de 18,5% dos participantes que pertencem a famílias sem filhos. Para a maioria dos militares (62%) foi a primeira missão em que participaram. Para algumas análises, os participantes foram divididos em dois grupos, um onde se inserem todos os militares em missão pela primeira vez ( $n=57$ ) – grupo I - e outro em que se inserem todos os militares que já tinham experiência de missões anteriores ( $n=34$ ) – grupo II.

Tabela 1. *Características Sócio-Demográficas da Amostra*

		Amostra Total (N=92) N (%)	Militares Sem Missões Anteriores (n=57) n (%)	Militares Com Missões Anteriores (n=34) n (%)
Idade (M, DP)		28.99 (7.64)	26.18 (5.79)	33.76 (8.17)
Sexo	Feminino	9 (9.8)	9 (15.8)	--
	Masculino	83 (90.2)	48 (84.2)	34 (100)
Estado Civil	Solteiro	63 (68.5)	49 (86)	14 (41.2)
	Casado	21 (22.8)	4 (7)	16 (47.1)
	Divorciado	1 (1.1)	--	1 (2.9)
	Outro	7 (7.6)	4 (7)	3 (8.8)
Filhos	0	65 (70.7)	50 (87.7)	15 (44.1)
	1	14 (15.2)	5 (8.8)	8 (23.5)
	2	10 (10.9)	1 (1.8)	9 (26.5)
	3	2 (2.2)	--	2 (5.9)
	5	1 (1.1)	1 (1.8)	--
Etapa do Ciclo Vital	Família sem filhos	17 (19.3) <sup>a</sup>	11 (19.3)	6 (20) <sup>c</sup>
	Família com filhos pequenos	13 (14.8) <sup>a</sup>	5 (8.8)	7 (23.3) <sup>c</sup>
	Família com filhos em idade escolar	2 (2.3) <sup>a</sup>	--	2 (6.7) <sup>c</sup>
	Família com filhos adolescentes	8 (9.1) <sup>a</sup>	1 (1.8)	7 (23.3) <sup>c</sup>
	Família com filhos adultos	48 (54.5) <sup>a</sup>	40 (70.2)	8 (26.7) <sup>c</sup>
Missões Anteriores	Sim	34 (37.4) <sup>b</sup>	--	--
	Não	57 (62.6) <sup>b</sup>	--	--

Nota. a. n=88; b. n=91; c. n=30

## Instrumentos

**Escala de Resiliência Connor-Davidson.** A escala de resiliência (*Connor-Davidson Resilience Scale – CD-RISC*) foi desenvolvida por Connor-Davidson (2003), perfilando-se como um instrumento para quantificar a resiliência. É constituída por 25 itens de resposta fechada, a que os participantes respondem numa escala de *likert* de 5 pontos (de 0 – *Não verdadeira* a 4 – *Quase sempre verdadeira*), reportando-se ao último mês. O resultado varia entre 0 e 100, correspondendo os valores superiores a um maior grau de resiliência. A análise factorial da versão norte-americana discrimina 5 factores: competência pessoal, padrões elevados e tenacidade; confiança nos próprios instintos, tolerância a afectividade negativa e efeitos fortalecedores do *stress*; aceitação positiva da mudança e relações seguras; controlo e influência da espiritualidade. A escala, na sua

versão original, apresenta elevados níveis de validade convergente e divergente e bons níveis de consistência interna ( $\alpha=.89$ ).

A versão portuguesa, utilizada neste estudo, foi traduzida e adaptada por Faria e Ribeiro (2008), apresentando também elevados níveis de consistência interna para a escala completa ( $\alpha=0.88$ ). A análise factorial discriminou apenas 4 factores (1 – competência pessoal, padrões elevados, controlo, tenacidade; 2 – confiança nos próprios instintos, tolerância de afecto negativo, efeitos fortalecedores do *stress*; 3 – aceitação positiva da mudança e relações seguras; 4 – influências espirituais), variando os níveis de consistência para cada um deles entre 0.70 e 0.84 (Faria-Anjos, Ribeiro, & Ribeiro, s.d.). No presente estudo, optou-se por utilizar apenas o valor total da escala que apresenta bons níveis de consistência interna tanto no momento 1 ( $\alpha=.84$ ) como no momento 2 ( $\alpha=.87$ ).

**Escala de *Stress* Percebido.** A *Perceived Stress Scale* foi desenvolvida por Cohen, Kamarck e Mermelstein (1983) para medir o grau em que as vivências de um indivíduo são por ele consideradas como *stressantes*. Destinada a indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos, apresenta 3 versões: 14 itens, uma versão abreviada de 10 itens (Cohen & Williamson, 1988) e uma versão de 4 itens para aplicação telefónica. Cada item é respondido numa escala de *likert* de 5 pontos (de 0 – *Nunca* a 4 – *Muito Frequentemente*). A escala reporta-se ao último mês, permitindo perceber em que medida os indivíduos consideram a sua vida imprevisível ou incontrolável e quais os níveis de *stress* actuais. É sensível tanto à não ocorrência de eventos, como às actuais circunstâncias de vida, ao *stress* associado a expectativas em relação ao futuro, ao *stress* associado a acontecimentos de vida de amigos e familiares, a reacções a eventos específicos e a eventos que podem não estar listados em escalas de acontecimentos de vida (Cohen et al., 1983; Cohen & Williamson, 1988).

Neste estudo foi utilizada a versão de 10 itens, que demonstrou ter boas qualidades psicométricas não só na versão original como noutras versões adaptadas a diferentes culturas e populações (Campo-Arias, Bustus-Leiton, & Romero-Chaparro, 2009; Chaaya, Osman, Naassan, & Mahfoud, 2010; Cohen & Williamson, 1988; Lesage, Berjot, & Deschamps, 2012; Leung, Lam, & Chan, 2010; Maroufizadeh, Zareiyan, & Sigari, 2014; Roberti, Harrington, & Storch, 2006; Wongpakaran & Wongpakaran, 2010), sendo que em alguns estudos parece apresentar ligeira superioridade psicométrica (Cohen & Williamson, 1988; Lesage et al., 2012).

Em Portugal, Mota-Cardoso et al. (2002, cit. por Rocha, 2009) conduziu um estudo utilizando a PSS10 numa amostra de professores, tendo-se obtido um elevado nível de consistência interna ( $\alpha=.86$ ). A versão portuguesa utilizada neste estudo, traduzida e adaptada por Rocha e Ribeiro (2009), apresenta níveis de consistência interna elevados, tanto para a amostra total como para a amostra de cada um dos dois grupos profissionais em estudo, professores e enfermeiros ( $\alpha=.87$ ;  $\alpha=.90$ ;  $\alpha=.84$ , respectivamente). No presente estudo, a escala apresenta igualmente bons níveis de consistência interna no momento 1 ( $\alpha=.81$ ) e no momento 2 ( $\alpha=.76$ ).

A cotação pode variar entre 0 e 40, representando os números mais elevados, um maior nível de *stress* percebido (Cohen et al., 1983).

**SCORE-15.** O SCORE-15 (*Systemic Clinical Outcome Routine Evaluation*) é um questionário de 15 itens desenvolvido por Stratton, Bland, Janes e Lask (2010) com o objectivo de avaliar o funcionamento familiar em três dimensões: Recursos, Comunicação e Dificuldades. Cada uma destas dimensões/sub-escalas é constituída por 5 itens e cada item é respondido numa escala de *likert* de 5 pontos (de 1= descreve-nos muito bem a 5= descreve-nos muito mal) (Fay et al., 2011).

O SCORE apresenta mais duas versões, uma de 40 itens e uma de 28 itens, mas optou-se pela versão de 15 itens, uma vez que é um instrumento de rápida aplicação (Vilaça, Silva, & Relvas, 2014) e com boas propriedades psicométricas (Fay et al., 2011; Stratton et al., 2010; Vilaça et al., 2014), sendo por isso recomendado em caso de aplicação frequente (Fay et al., 2011).

Na sua versão original, o SCORE-15 apresenta boas qualidades psicométricas com elevado *Alpha de Cronbach* para a escala total (.89) e para as sub-escalas, à excepção da de Comunicação Familiar (<.70) que deve ser interpretada com cautela. No entanto, na versão portuguesa, o modelo foi re-especificado, apresentando também uma estrutura trifactorial (Factor 1 - Recursos/Forças; Factor 2 - Comunicação; Factor 3 – Dificuldades) e *Alpha de Cronbach* superior a .80 para a escala total (.84) e todas as sub-escalas (F1 - .85; F2 - .83, F3 - .82), tornando possível a interpretação dos resultados (Pestana & Gageiro, 2008, cit. por Vilaça et al., 2014). A escala correlaciona-se significativamente com outros índices de ajustamento individual e familiar e apresenta correlações fracas com características sócio-económicas e desajustabilidade social (Fay et al., 2011). No presente estudo, a escala apresenta igualmente bons níveis de consistência interna, entre .70 e .87 nos dois momentos.

Os resultados podem variar entre 15 e 75, representando os resultados mais baixos, um melhor funcionamento familiar (Fay et al., 2011).

### **Procedimento de Recolha e Análise de Dados**

A recolha de dados quantitativos foi realizada pelos investigadores do CPAE entre Julho de 2013 e Janeiro de 2014. Foi pedido aos militares portugueses que se encontravam há cerca de 3 meses em missão de paz no Afeganistão que preenchessem três questionários (SCORE-15; Escala de Resiliência de Connor-Davidson; Escala de *Stress* Percebido) e um questionário sócio-demográfico. O preenchimento destes foi feito por vários militares em simultâneo numa sala da base militar onde decorria a missão, na presença de uma das investigadoras que esclareceu eventuais dúvidas. Os questionários foram recolhidos pelos investigadores, selados em envelopes e enviados por avião militar para o CPAE. Os participantes voltaram a preencher os questionários uma semana após a chegada a Portugal, aquando da sua reunião na Unidade Militar, sendo as condições de aplicação idênticas às anteriormente referidas. Também estes questionários foram enviados para o CPAE, desta vez em viatura militar.

Os dados foram introduzidos em SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*, versão 21 para *Windows*), tendo sido seleccionados para análise de dados todos os protocolos considerados válidos (preenchimento válido dos protocolos – consoante o número de respostas não omissas e a não selecção de respostas iguais para todos os itens de um mesmo instrumento – nos dois momentos de recolha). Entre o primeiro e o segundo momento de recolha dos questionários a amostra diminuiu de 175 para 102 militares, sendo que após validação dos protocolos ficou-se apenas com 92 indivíduos, o que corresponde a 52,6% da amostra inicial.

Após análise da distribuição dos dados, concluiu-se que esta não é normal tanto para a *ESP* [ $D(92)=.155$   $p<.001$ ] como para a escala completa [ $D(92)=.132$   $p<.001$ ] e sub-escalas ( $p<.001$ ) do SCORE-15 preenchidas na fase de deslocamento militar. Na fase de pós-deslocamento, as distribuições são normais para todas as escalas. Considera-se importante ressaltar que o teste de normalidade *Kolmogorov-Smirnov* (Tabela S5) indica que a distribuição de dados do SCORE-15 não é normal durante o pós-deslocamento [ $D(92)=.94$   $p=.44$ ]. No entanto, como o nível de significância é muito próximo de  $p=.05$  e os níveis de *Skewness* e *Kurtosis* apresentados indicam uma distribuição normal ( $z_{skewness}=2.51$ ,  $z_{kurtosis}=.73$ ), resolveu-se considerar a normalidade desta distribuição para as análises estatísticas realizadas neste trabalho. As sub-escalas

do SCORE-15 voltam a não ter distribuição normal, pelo que serão excluídas da análise de Regressão.

Para os grupos I e II, a distribuição das amostras varia, pelo que se procederá à utilização de testes não-paramétricos.

Devido à não-normalidade da distribuição dos dados, optou-se por recorrer ao *rho* de Spearman para a análise de correlação entre as variáveis. Na regressão, escolheu-se “entrada forçada” (*forced entry*) dos predictores em todos os modelos computados. A comparação dos resultados dos dois momentos do ciclo emocional do deslocamento militar foi feita com recurso ao *Wilcoxon Signed-Rank Test*.

## Resultados

Na Tabela 2 encontra-se a estatística descritiva para todas as variáveis em estudo nos estádios de manutenção e pós-deslocamento. As Tabelas S1 e S2 são referentes aos grupos I e II, respectivamente.

### Análise da Correlação

Ao nível da amostra total ( $N=92$ ), tanto durante o deslocamento, como no pós-deslocamento, foi possível encontrar correlações fortes ( $p \leq .01$ ) entre todas as escalas e sub-escalas em estudo (Tabela 3). O funcionamento familiar correlaciona-se positivamente com o nível de *stress* percebido (manutenção:  $r_s=.415$ ,  $p<.001$ ; pós-deslocamento:  $r_s=.511$ ,  $p<.001$ ) o que nos indica que quanto pior é a percepção do funcionamento familiar, mais elevados são os níveis de *stress* do militar. Como seria de esperar, as sub-escalas do SCORE-15 apresentam também uma correlação positiva com os níveis de *stress* percebido, sendo significativas ( $p<.001$ ). A resiliência correlaciona-se negativamente com o nível de *stress* percebido (manutenção:  $r_s=-.378$ ,  $p<.001$ ; pós-deslocamento:  $r_s=-.522$ ,  $p<.001$ ), ou seja, quanto mais elevada a resiliência, menores os níveis de *stress*. A resiliência e o funcionamento familiar correlacionam-se negativamente (manutenção:  $r_s=-.455$ ,  $p<.001$ ; pós-deslocamento:  $r_s=-.593$ ,  $p<.001$ ) indicando que quanto melhor o funcionamento familiar, valores mais elevados de resiliência são apresentados pelos participantes. Todas as correlações significativas encontradas são mais fortes no momento do pós-deslocamento.

Tabela 2. Estatística Descritiva – Amostra Total (N=92)

	ESP	ESP2	CD-RISC	CD-RISC2	SCORE15	SCORE15_2	SC_Rec	SC_Rec2	SC_Com	SC_Com2	SC_Dif	SC_Dif2
Mean	10,72	8,53	78,51	78,74	24,20	25,36	7,86	8,33	8,10	8,43	8,24	8,60
Std. Error of Mean	,632	,505	,875	,976	,784	,786	,326	,305	,302	,294	,320	,332
Median	9,00	9,00	79,00	79,00	22,50	25,50	7,00	8,00	7,50	8,00	8,00	8,00
Mode	7 <sup>a</sup>	9	73 <sup>a</sup>	72 <sup>a</sup>	17 <sup>a</sup>	15	5	5	6	5	5	5
Std. Deviation	6,061	4,841	8,396	9,358	7,517	7,541	3,122	2,928	2,894	2,822	3,072	3,183
Variance	36,732	23,438	70,492	87,580	56,511	56,870	9,749	8,574	8,375	7,963	9,437	10,133
Skewness	1,061	,214	-,280	-,338	1,195	,631	1,035	,970	1,953	,972	1,941	,813
Std. Error of Skewness	,251	,251	,251	,251	,251	,251	,251	,251	,251	,251	,251	,251
Kurtosis	1,196	-,605	,202	,183	1,809	,363	,035	1,284	7,061	1,980	8,360	,785
Std. Error of Kurtosis	,498	,498	,498	,498	,498	,498	,498	,498	,498	,498	,498	,498
Range	29	19	42	48	38	34	12	14	18	15	20	15
Minimum	0	0	54	48	15	15	5	5	5	5	5	5
Maximum	29	19	96	96	53	49	17	19	23	20	25	20
Percentiles 25	7,00	5,00	73,00	72,00	18,00	19,00	5,00	6,00	6,00	6,00	6,00	5,00
50	9,00	9,00	79,00	79,00	22,50	25,50	7,00	8,00	7,50	8,00	8,00	8,00
75	13,00	12,00	85,00	86,00	29,75	30,00	9,75	10,00	10,00	10,00	10,00	10,75

Nota. <sup>a</sup>Múltiplas modas. Representa-se o valor menor.

Tabela 3.

*Correlações (Spearman's rho) – Amostra Total*

		ESP	ESP2	CD-RISC	CD-RISC2	SCORE15	SCORE15_2	SC_Rec	SC_Rec2	SC_Com	SC_Com2	SC_Dif	SC_Dif2
		2											
ESP	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	1,000 .											
ESP2	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	,362** ,000	1,000 .										
CD-RISC	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	-,378** ,000	-,261* ,012	1,000 .									
CD-RISC2	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	-,301** ,000	-,522** ,000	,598** ,000	1,000 .								
SCORE15	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	,415** ,000	,301** ,004	-,455** ,000	-,371** ,000	1,000 .							
SCORE15_2	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	,273** ,008	,511** ,000	-,363** ,000	-,593** ,000	,631** ,000	1,000 .						
SC_Rec	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	,346** ,001	,289** ,005	-,450** ,000	-,313** ,002	,771** ,000	,498** ,000	1,000 .					
SC_Rec2	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	,205* ,049	,417** ,000	-,336** ,001	-,503** ,000	,644** ,000	,837** ,000	,606** ,000	1,000 .				
SC_Com	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	,373** ,000	,212* ,042	-,339** ,001	-,279** ,007	,836** ,000	,539** ,000	,513** ,000	,521** ,000	1,000 .			
SC_Com2	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	,216* ,039	,398** ,000	-,293** ,005	-,524** ,000	,500** ,000	,877** ,000	,398** ,000	,685** ,000	,470** ,000	1,000 .		
SC_Dif	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	,410** ,000	,256* ,014	-,463** ,000	-,416** ,000	,852** ,000	,560** ,000	,466** ,000	,524** ,000	,635** ,000	,402** ,000	1,000 .	
SC_Dif2	Correlation Coeficcient Sig. (2-tailed)	,318** ,002	,518** ,000	-,295** ,004	-,467** ,000	,527** ,000	,845** ,000	,328** ,000	,517** ,000	,447** ,000	,612** ,000	,533** ,000	1,000 .

Nota.\*Correlação significativa ao nível 0,05 (2-tailed)

\*\* Correlação significativa ao nível 0,01 (2-tailed)

O grupo I (sem missões anteriores) também apresenta correlações significativas ( $p < .01$ ) para todas as escalas e sub-escalas, excepto entre nível de resiliência e *stress* percebido durante o deslocamento ( $r_s = -.259$ ,  $p = .052$ ), apesar de ser próximo da significância (Tabela S3).

No grupo II as correlações entre as escalas em ambos os momentos são estatisticamente significativas aos níveis  $p < .01$  e  $p < .05$ . Só as sub-escalas *Recursos* ( $r_s = -.266$ ,  $p = .128$ ) e *Dificuldades* ( $r_s = -.205$ ,  $p = .245$ ) do SCORE-15 não apresentam correlação significativa com o nível de *stress* percebido durante o deslocamento (Tabela S4). Em ambos os grupos, todas as correlações apresentam a mesma direcção das da amostra completa.

### **Regressão**

Uma vez que podemos assumir normalidade na distribuição dos dados no segundo momento de recolha, resolvemos fazer uma análise de regressão para perceber em que medida a resiliência e o funcionamento familiar contribuem para os níveis de *stress* percebido. Num segundo modelo, incluímos a variável missões anteriores e, por fim, computámos um terceiro modelo em que se acrescentou a variável filhos e estado civil. Na Tabela S6, podemos verificar que  $R^2 = .357$ , o que significa que a resiliência e o funcionamento familiar são responsáveis por 35,7% da variância dos níveis de *stress* percebido. Nos *Modelo 2* e *3*, há um ligeiro aumento ( $R^2 = .363$  e  $R^2 = .394$ , respectivamente). No entanto, quando olhamos para a significância de *F Change*, verificamos que a mudança em  $R^2$  não é significativa nestes modelos. Através da ANOVA (Tabela S7) conseguimos verificar que, apesar dos três modelos apresentarem bons níveis de ajustamento ( $p < .001$ ), o *Modelo 1* parece ser o mais adequado por apresentar valores *F* mais elevados ( $F = 24.47$ ) em comparação com o *Modelo 2* ( $F = 16.51$ ) e com o *Modelo 3* ( $F = 11.15$ ). Numa primeira análise parece não existir multicolinearidade no *Modelo 1*, uma vez que os valores de tolerância são bastante superiores a 0,2 e que VIF é próximo de 1 (VIF = 1.43). No entanto, quando nos debruçamos sobre as proporções da variância para cada *eigenvalue*, percebemos que na dimensão 3 temos dois preditores com elevada variância (Funcionamento Familiar – 49% e Resiliência – 96%), o que indica que a variância nos coeficientes de regressão das duas variáveis apresenta algum grau de dependência (Tabela S8).

Das variáveis excluídas do nosso Modelo, apenas a variável *Filhos* parece poder exercer influência nos níveis de *stress* percebido [ $t(88) = -2.28$ ,  $p = .025$ ].

Resumindo, os parâmetros do *Modelo 1* indicam-nos que um melhor funcionamento familiar [ $t(88)=3.39, p=.001$ ] e maiores níveis de resiliência [ $t(88)=-3.25, p=.002$ ] contribuem significativamente para a diminuição dos níveis de *stress* percebido (Tabela 4).

### **Comparação entre Resultados no Deslocamento e Pós-deslocamento**

De forma a comparar os dois momentos de preenchimento dos questionários, optou-se pelo teste *Wilcoxon signed-rank* (Tabelas S9 a S20), um dos equivalentes não-paramétricos da ANOVA de medidas repetidas.

Comparando os resultados da *ESP* no estádio de manutenção e no de pós-deslocamento, verifica-se que os níveis de *stress* são significativamente mais baixos no pós-deslocamento [ $z=-2.822, p<.01, r=-.21$ ]. Nenhuma das sub-escalas do SCORE-15 atinge significância estatística. O funcionamento familiar [ $z=-1.93, p=.052, r=-.14$ ] está próximo dos níveis de significância e na variável resiliência [ $z=-.019, p=.985, r=13.56$ ] não existem alterações estatisticamente significativas entre os dois estádios do ciclo emocional do deslocamento militar.

Quando dividimos a amostra nos grupos I e II, verificamos que o grupo I (sem missões anteriores) também apresenta uma diminuição significativa dos níveis de *stress* do primeiro para o segundo momento [ $z=-2.825, p<.01, r=-.26$ ]. Mais uma vez, o funcionamento familiar [ $z=-1.692, p=.091, r=-.16$ ] e a resiliência [ $z=-.076, p=.940, r=-.001$ ] não atingem significância estatística. Quando testamos para as sub-escalas do SCORE-15 neste grupo, só há alteração significativa ao nível da sub-escala *Recursos* [ $z=-2.286, p<.05, r=-.21$ ]. Uma vez que se baseia em *ranks* negativos, concluímos que há um aumento dos recursos familiares no pós-deslocamento. Para o grupo II (com missões anteriores) não há alterações estatisticamente significativas em nenhuma das escalas ou sub-escalas.

Tabela 4.  
*Coefficientes<sup>a</sup> – Análise de Regressão*

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95% Confidence Interval for B		Correlations			Collinearity Statistics	
		B	Std Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound	Zero-Order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1	(Constant)	16,457	5,275		3,120	,002	5,974	26,940					
	SCORE15_2	,222	,066	,347	3,390	,001	,092	,353	,529	,340	,290	,698	1,433
	CD-RISC2	-,172	,053	-,332	-3,249	,002	-,276	-,067	-,523	-,327	-,278	,698	1,433
2	(Constant)	15,258	5,465		2,792	,006	4,396	26,119					
	SCORE15_2	,231	,066	,360	3,475	,001	,099	,363	,529	,349	,297	,683	1,465
	CD-RISC2	-,155	,056	-,301	-2,766	,007	-,267	-,044	-,523	-,284	-,237	,619	1,616
	Missões Anteriores	-,779	,908	-,078	-,858	,393	-2,584	1,026	-,190	-,092	-,073	,884	1,131
3	(Constant)	16,300	5,423		3,006	,003	5,518	27,083					
	SCORE15_2	219	,066	,341	3,318	,001	,088	,350	,529	,339	,280	,675	1,481
	CD-RISC2	-,161	,056	-,313	-2,889	,005	-,272	-,050	-,523	-,299	-,244	,609	1,641
	Missões Anteriores	,211	1,036	,021	,203	,839	-1,849	2,270	-,190	,022	,017	,662	1,511
	Filhos	-2,077	1,156	-,194	-1,796	,076	-4,376	,223	-,261	-,191	-,152	,609	1,643
	Estado Civil	-,131	1,147	-,012	-,114	,910	-2,412	2,150	-,256	-,012	-,010	,593	1,688

Nota. a. Variável Dependente: ESP2 (*stress* percebido no momento 2)

## Discussão

O presente trabalho tinha como objectivo saber de que forma o funcionamento familiar e a resiliência influenciam os níveis de *stress* percebido de militares portugueses em dois estádios do ciclo emocional de deslocamento (manutenção e pós-deslocamento).

Tanto o funcionamento familiar como os seus sub-componentes (*Recursos*, *Comunicação* e *Dificuldades*) se correlacionaram significativamente com o nível de *stress* dos militares no deslocamento e no pós-deslocamento. Por outras palavras, quanto melhor o funcionamento familiar, menores os níveis de *stress* percebido. Este resultado não é surpreendente à luz da literatura, por exemplo DeCarvalho e Whealin (2012) escrevem que a família funciona como suporte emocional e estabilizador perante *stressores* e ajuda a aumentar a sensação de segurança. Pelo contrário, noutro estudo os militares reportaram que problemas em casa eram fonte de *stress* (Mental Health Advisory Team 6, 2009, cit. por Park, 2011).

Quando dividimos a amostra em dois grupos, verificamos que para os militares com missões prévias, os *Recursos* e as *Dificuldades Familiares* não se correlacionavam significativamente com o *stress* percebido durante o período de deslocamento. Ao explorar a literatura sobre *stress* e resiliência, verifica-se que na transição para a parentalidade, casais com bons recursos mas menos experiência anterior em lidar com *stress*, relatavam menor ajustamento conjugal que casais que tinham reportado *stress* moderado nos primeiros meses de casamento (Neff & Broady, 2011). No caso dos militares do presente estudo podemos estar na presença de um fenómeno idêntico, uma vez que a experiência prévia em missões pode ter promovido o surgimento de estratégias de *coping* que ajudem a lidar mais efectivamente com os *stressores* (ainda que diferentes do nascimento de um primeiro filho) ou com que o militar, na fase de *avaliação secundária* (Folkman, 1984), reconheça em si e/ou na sua família mais recursos para enfrentar os *stressores*. Apesar de Pavlicin (2007) afirmar que os problemas familiares podem aumentar os níveis de *stress* do militar durante todo o período de deslocamento, estes estudos referem-se provavelmente a dificuldades de índole diferente das medidas pelo SCORE-15, pelo que só parecem ser significativas no pós-deslocamento, em que o militar está em contacto directo com elas.

A relação entre o *stress* e a *Comunicação* é significativa nos dois momentos do deslocamento tal como era esperado, reiterando a importância de o militar se sentir ouvido e seguro para se expressar abertamente (DeCarvalho & Whealin, 2012; Walsh, 2003, 2006, cit. por Saltzman et al.) e apoiando investigação prévia que revela que os conflitos familiares apresentam maiores correlações com os níveis de *stress* percebido (Feizi, Aliyari, & Roohafza, 2012).

É interessante notar que, apesar da resiliência ter uma correlação significativa com os níveis de *stress* tanto para a amostra total como para os militares com missões anteriores, esta correlação não atinge o nível de significância estatística em militares sem missões anteriores durante o deslocamento. Olhando para os níveis de resiliência de cada um dos grupos, verificamos que os militares sem missões prévias apresentam níveis mais baixos que os militares com missões anteriores, sendo que os níveis de *stress* durante o estágio de manutenção são maiores para o grupo I do que para o grupo II. Podemos colocar a hipótese de que os níveis de resiliência no grupo I não são ainda suficientemente altos para se contraporem à situação adversa e nova que estão a vivenciar. Os militares do grupo II podem ter aumentado os seus níveis de resiliência pela prévia exposição a um evento *stressante*, a missão anterior, que conseguiram ultrapassar com sucesso (Davydof et al., 2010; Rutter, 2006)

No pós-deslocamento, todas as variáveis apresentam, como já foi referido, correlações significativas, o que pode estar relacionado com o regresso a um ambiente mais familiar e menos perigoso.

Em seguida, tentou perceber-se em que medida é que a resiliência e o funcionamento familiar, em conjunto, influenciavam os níveis de *stress* percebido durante o pós-deslocamento, mostrando que apenas 35,7% da variação nos níveis de *stress* lhes pode ser atribuída. Tentou incluir-se a experiência em missões anteriores e factores demográficos com distribuição normal (Estado Civil e Filhos), mas estes só explicam mais 2,2% da variação e não atingiram níveis de significância elevados, pelo que se preferiu o *Modelo 1*. A resiliência e o funcionamento familiar mostraram alguma multicolinearidade, o que não é de estranhar, uma vez que, no nosso mapa conceptual, consideramos que se influenciavam mutuamente. Vários programas para militares nos EUA que visam aumentar os níveis de resiliência destes, também foram desenhados a pensar nas famílias, considerando-se que estas contribuem, compartilham e beneficiam dessa resiliência (e.g., FOCUS – *Families OverComing Under Stress; The*

*Comprehensive Soldier Fitness Program; Community Family Therapy*; Saltzman et al., 2011; Gottman, Gottman, & Atkins, 2011; Hollingsworth, 2011).

Quando comparamos os resultados das diversas variáveis em estudo no deslocamento e pós-deslocamento, só encontramos alterações significativas nos níveis de *stress* percebido para a amostra total e para o grupo I (sem missões anteriores), mas não para o grupo II. Uma possível justificação parece ser que os níveis de *stress* dos militares do grupo II são mais baixos no período de deslocamento em comparação com os do grupo I e, portanto, apesar de haver diminuição dos níveis de *stress*, esta não é suficiente para atingir significância estatística. Os menores níveis de *stress* percebido e os maiores níveis de resiliência dos militares do grupo II são congruentes com os resultados de Bonanno et al. (2012, cit. por Galatzer-Levy et al., 2013) relativamente ao *stress* pós-traumático e aos níveis de resiliência. Comparando os resultados dos dois momentos relativamente ao funcionamento familiar, denota-se que no grupo I apenas os *Recursos Familiares* apresentam um aumento significativo entre o deslocamento e o pós-deslocamento, o que pode representar uma maior entre-ajuda entre os elementos da família e uma maior capacidade de encontrar soluções para os desafios que surgem.

Resumindo, o funcionamento familiar e, especificamente a sub-componente *comunicação*, apresentam sempre correlação significativa com os níveis de *stress* percebido para ambos os grupos e nos dois momentos, o que é congruente com dados encontrados na literatura. As componentes *recursos* e *dificuldades* só não estão correlacionadas com os níveis de *stress* no grupo II durante o deslocamento, o que poderá dever-se à exposição anterior a *stressores* idênticos que foram ultrapassados com sucesso e pela ausência de contacto directo com os familiares. Também durante o deslocamento, a resiliência não se correlaciona significativamente com o *stress* no grupo I, provavelmente porque os seus valores não são suficientemente altos para lidar com os vários *stressores* existentes durante o deslocamento. Como era esperado, o funcionamento familiar e a resiliência explicam uma boa parte da variância nos níveis de *stress* percebido.

### **Limitações**

Como todos os trabalhos científicos, este também apresenta algumas limitações que passamos a discutir.

Em primeiro lugar, a nossa amostra é constituída por apenas 92 participantes, o que impede que as conclusões do estudo sejam generalizadas à população militar portuguesa. Este estudo tem, portanto, um carácter exploratório, abrindo caminho a investigações mais aprofundadas do panorama militar português. Com uma amostra maior também será mais fácil perceber como alguns factores sócio-demográficos como, por exemplo a idade e o género, influenciam as percepções dos militares durante o ciclo de deslocamento. Olhando para a família, outra variável que seria interessante de estudar é a Etapa do Ciclo Vital em que cada família se encontra.

A não normalidade das distribuições durante o deslocamento, impossibilitou uma série de análises estatísticas que talvez tivessem sido possíveis se a amostra fosse maior [o *teorema do limite central* diz-nos que amostras maiores que 40 tendem a ser normais (Field, 2009), o que não se verificou neste caso]. Teria possibilitado, por exemplo, a realização e comparação da análise da regressão nos dois momentos do estudo. A análise de regressão que foi realizada para o pós-deslocamento deve ainda ser interpretada com cautela, dado que a distribuição do SCORE-15 não cumpre todos os critérios para ser considerada normal.

Por questões de tempo e de logística, não foi possível iniciar este estudo antes do período de deslocamento, pelo que não há dados para o pré-deslocamento, o que teria permitido comparar três dos estádios propostos por Pincus et al. (2001), percebendo se há um aumento significativo dos níveis de *stress* durante o deslocamento ou se os participantes já reportavam níveis de *stress* idênticos antes da partida, bem como se a percepção do funcionamento familiar muda durante o período de deslocamento.

Ao observar os dados da multicolinearidade, verifica-se que existe alguma entre o funcionamento familiar e a resiliência, pelo que nos parece que parte da influência exercida por cada uma destas variáveis nos níveis de *stress*, não pode ser explicada apenas por essa variável sozinha.

### **Implicações Práticas**

Esta investigação denota o importante papel que o funcionamento familiar, principalmente a componente *Comunicação*, desempenha nos níveis de *stress* percebido pelos militares portugueses em missão de paz. Parece-nos importante que no pré-deslocamento seja feito um trabalho com os militares e respectivas famílias, de forma a equipá-los para uma melhor adaptação ao deslocamento. Seria especialmente relevante que fossem abordadas e desenvolvidas competências comunicacionais. Por outro lado,

as famílias devem ser acompanhadas ao longo de todo o deslocamento, para que possam encontrar estratégias para lidar com os desafios que surgem, a ausência do militar e a preocupação com a segurança deste. No pós-deslocamento, este trabalho já pode ser realizado com a presença do militar. A resiliência deve ser promovida junta do militar e das suas famílias para que possa contribuir para que seja efectiva na diminuição dos níveis de *stress* dos militares durante o deslocamento, principalmente daqueles que nunca estiveram no Teatro de Operações e pode ser alargada à família. Uma vez que estes resultados sugerem uma correlação forte entre funcionamento familiar e resiliência e destas variáveis com os níveis de *stress* do militar, considera-se que ao aumentar a resiliência familiar, promovendo um funcionamento familiar mais saudável e um aumento de recursos (Patterson, 2002; Walsh, 2003), a resiliência do militar sairá necessariamente reforçada.

Para os casos em que os níveis de *stress* do militar se elevem muito, é importante normalizar essa reacção e ajudar o militar e a sua família a comunicar eficazmente sobre isso e a encontrar estratégias conjuntas para lidar com esse *stress*.

### **Investigações Futuras**

Futuramente seria interessante estudar os vários estádios do ciclo emocional do deslocamento militar para poder perceber melhor quais os níveis de *stress* associados a cada um deles e se diferem significativamente. Além disso, e dado que a família desempenha um papel preponderante no bem-estar do militar, poder-se-ia pedir o preenchimento de questionários aos familiares. Isto permitiria comparar as percepções dos militares com as dos seus familiares e perceber como é que a família se adapta às diferentes fases do ciclo de deslocamento militar. Com uma amostra de grandes dimensões, seria interessante perceber o impacto das diferentes etapas do ciclo vital da família nas variáveis estudadas nesta investigação, pois poderia dar pistas úteis para intervenções mais dirigidas e adaptadas a cada etapa do sistema familiar.

Para completar a investigação, considera-se importante fazer um estudo qualitativo, de forma a compreender os desafios que surgem em cada um dos estádios e identificar recursos/forças familiares que contribuam para uma melhor adaptação do militar e da família durante todo o deslocamento.

## Referências Bibliográficas

- Alarcão, M. (2006). *(Des)equilíbrios Familiares*. Coimbra: Quarteto.
- Barbudo, M., Francisco, R., & Santos, R. P. (2014). *Vivências de militares em missões internacionais: O impacto nas relações conjugais*. Manuscrito submetido para publicação.
- Bonanno, G., A., & Diminich, E. D. (2013). Annual Research Review: Positive Adjustment to Adversity – Trajectories of Minimal-Impact Resilience and Emergent Resilience. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(4), 378-401.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Cambridge, Mass.: Harvard University.
- Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the Family as a Context for Human Development: Research Perspectives. *Developmental Psychology*, 6, 723-742.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological Models of Human Development. In *International Encyclopedia of Education* (Vol. 3, 2<sup>nd</sup> ed.). Oxford: Elsevier.
- Bronfenbrenner, U. (1995a). The Bioecological Model from a Life Course Perspective: Reflections of a Participant Observer. In P. Moen, G.H. Elder, Jr., & K. Luscher (Eds.), *Examining Lives in Context: Perspectives on the Ecology of Human Development* (pp. 599-618). Washington, DC: American Psychological Association.
- Bronfenbrenner, U. (1995b). Developmental Ecology Through Space and Time: A Future Perspective. In P. Moen, G.H. Elder, Jr., & K. Luscher (Eds.), *Examining Lives in Context: Perspectives on the Ecology of Human Development* (pp. 619-647). Washington, DC: American Psychological Association.
- Bronfenbrenner, U. (1999). Environments in Developmental Perspective: theoretical and operational models. In S. L. Friedman & T. D. Wachs (Eds.), *Measuring Environment Across the Life Span: Emerging Methods and Concepts* (pp. 3-28). Washington, DC: American Psychological Association Press.
- Bronfenbrenner, U., & Ceci, S.J. (1994). Nature-Nurture Reconceptualized in Developmental Perspective: A Bioecological Model. *Psychological Review*, 101(4), 568-586.
- Campo-Arias, A., Bustus-Leiton, G. J., & Romero-Chaparro, A. (2009). Internal Consistency and Dimensionality of the Perceived Stress Scale (PSS-10 and PSS-

- 14) in a Sample of Female University Students in Bogotá, Colombia. *Aquichán*, 9(3), 271-280.
- Chaaya, M., Osman, H., Naassan, G., &Mahfoud, Z. (2010). Validation of the Arabic Version of the Cohen Perceived *Stress* Scale (PSS-10) among Pregnant and Post-Partum Women. *BMC Psychiatry*, 10 (111), 1-7. doi:10.1186/1471-244X-10-111
- Cohen, S., Kamarck, T., &Mermelstein, R. (1983) A Global Measure of Perceived *Stress*. *Journal of Health and Social Behavior*, 24 (4), 385-396.
- Cohen, S., & Williamson, G. (1988). Perceived *stress* in a probability sample of the United States. In S. Spacapan & S. Oskamp (Eds.), *The social psychology of health: Claremont Symposium on Applied Social Psychology*.
- Connor, K. M. (2006). Assessment of Resilience in the Aftermath of Trauma. *Journal of Clinical Psychiatry*, 67(2), 46-49.
- Connor, K. M.,& Davidson, J. R. T. (2003). Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Copper, C. L., & Dewe, P. (2004). *Stress: A Brief History*. Malden: Blackwell Publishing.
- Davydof, D. M., Stewart, R., Ritchie, K., & Chaudieu, I. (2010). Resilience and Mental Health. *Clinical Psychological Review*, 30, 479-495. doi: 10.1016/j.cpr.2010.03.003
- DeCarvalho, L. T. & Whealin, J. M. (2012). *Healing Stress in Military Families: Eight Steps to Wellness*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Falicov, C. J. (2003). Immigrant Family Process: A Multidimensional Framework. In F. Walsh (Ed.), *Normal Family Processes* (4<sup>a</sup> ed., pp. 297-323). New York: Guilford Press.
- Faria, J., & Ribeiro. M.T. (2008). *Escala de Resiliência Connor-Davidson* [versão portuguesa]. Versão para investigação. Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.
- Faria-Anjos, J., Ribeiro, M. T., & Ribeiro, M. (s.d.). Factor Analysis and Psychometric Evaluation of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) in a Portuguese Population. Manuscrito submetido para publicação.
- Fay, D., Carr, A., O'Reilly, K., Cahill, P., Dooley, B., Guerin, S., & Stratton, P. (2011). Irish norms for the SCORE-15 and 28 from a National Telephone Survey. *Journal of Family Therapy*, 35(1), 24-42.

- Feizi, A., Aliyari, R., & Roohafza, H (2012). Association of Perceived *Stress* with *Stressful* Life Events, Lifestyle and Sociodemographic Factors: A Large-Scale Community-Based Study Using Logistic Quantile Regression. *Computational And Mathematical Methods in Medicine*, 2012, 1-12.
- Flechter, D.,&Sarkar, M. (2013). Psychological Resilience: A Review and Critique Of Definitions , Concepts, and Theory. *European Psychologist*, 18(1), 12-23.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS*. London: SAGE.
- Figley, C. R. (1989).*Training Stress in Families*. New York: Brunner/Mazel, Inc.
- Folkman, S. (1984). Personal Control and *Stress* and Coping Processes: A Theoretical Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (4), 839-852.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984). If it Changes it must be a Process: Study of Emotion and Coping during Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48 (1), 150-170.
- Galatzer-Levy, I. R., Brown, A. D., Henn-Haase, C., Metzler, T. J., Neylan, T. C., & Marmar. C. R. (2013). Positive and Negative Emotion Prospectively Predict Trajectories of Resilience and *Distress* among High-Exposure Police Officers. *Emotion*, 13(3), 545-553.
- Gavinho, A. (2012). *Motivações, Enriquecimento Trabalho-Família e Apoio Familiar Percebido: Estudo Exploratório com uma Amostra de Militares Portugueses em Missões de Paz*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa.
- Gottman, J. M., Gottman, J. S., & Atkins, C. L. (2011). The Comprehensive Soldier Fitness Program: Family Skills Component. *American Psychologist*, 66 (1), 52-57. doi: 10.1037/a0021706
- Guba, E. (1990).The Alternative Paradigm Dialog. In E. G. Guba (Ed.) *The Paradigm Dialog*, pp. 20-23. California, USA: Sage Publications Inc.
- Hall, L. K. (2008). *Counseling Military Families: What Mental Health Professionals Need To Know*. New York: Routledge.
- Henderson, K. (2006). *While they're at war: The true story of American families on the homefront*. New York: Houghton Mifflin.
- Herrman, H., Stewart, D., Diaz-Granados, N., Berger, E., Jackson, B., Yuen, T. (2011). What is Resilience? *La Revue Canadienne de Psychiatrie*, 56(5), 258-265.

- Hollingsworth, W. G. (2011). Community Family Therapy with Military Families Experiencing Deployment. *Contemporary Family Therapy, 33*, 215-228. doi 10.1007/s10591-011-9144-8.
- Kagan, J., & Klein, R. E. (1973). Cross-cultural perspectives on early development. *American Psychologist, 28* (11), 947–961.
- Karney, B. R., & Crown, J. S. (2007). *Families Under Stress: An Assessment of Data, Theory and Research on Marriage and Divorce in the Military*. United States: RAND Corporation.
- Lane, M. E., Hourani, L. L., Bray, R. M., & Williams, J. (2012). Prevalence of Perceived *Stress* and Mental Health Indicators Among Reserve-Component and Active-Duty Military Personnel. *Journal of Public Health, 102*(6), 1213-1220.
- Lazarus, R. S. (1990). Theory-Based *Stress* Measurement. *Psychological Inquiry, 1* (1), 3-13.
- Lazarus, R.S., DeLongis, A., Folkman, S., & Gruen, R. (1985). *Stress* and Adaptational Outcomes: The Problem of Confounded Measures. *American Psychologist, 40* (7), 770-779.
- Lee, J. H., Nam, S. K., Kim, A., Kim, B., Lee, M. Y., & Lee, S. M. (2013). Resilience: A Meta-Analytic Approach. *Journal of Counseling & Development, 91*, 269-279.
- Lee, J., Sudam, K., & Zamorsky, M. (2013). Longitudinal Analysis of Psychological Resilience and Mental Health in Canadian Military Personnel Returning from Overseas Deployment. *Journal of Occupational Health Psychology, 18* (3), 327-337.
- Lesage, F-X., Berjot, S., & Deschamps, F. (2012). Psychometric properties of the French version of the Perceived *Stress* Scale (PSS14, Cohen et al., 1983). *International Journal of Occupational and Environmental Health, 25*(2), 178-184.
- Leung, D., Lam, T-H. & Chan, S. (2010). Three Versions of Perceived *Stress* Scale: Validation in a Sample of Chinese Cardiac Patients who Smoke. *BMC Public Health, 10*(513). doi: 10.1186/1471-2458-10-513
- Manning, M. M., Wainwright, L., & Bennett, J. (2011). The Double ABCX Model of Adaptation in Racially Diverse Families with a School Age Child with Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 41*, 320–331. doi 10.1007/s10803-010-1056-1
- Marc, E., & Picard, D. (1984). *L'école de Palo Alto*. Paris: Retz.

- Maroufizadeh, S., Zareiyan, A., & Sigari, N. (2014). Reliability and Validity of Persian Version of Perceived Stress Scale (PSS-10) in Adults with Asthma. *Archives of Iranian Medicine, 17*(5), 361-365.
- Martins, T., Santos, R. P., & Francisco, R. (2014). Mudanças familiares e rede social dos cônjuges de militares em missão: Um estudo exploratório. Manuscrito submetido para publicação.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist, 56*(3), 227-238.
- McCubbin, H. I., & Patterson, J. M. (1983). The family stress process: the Double ABCX Model of adjustment and adaptation. In H. I. McCubbin, M. B. Sussman, & J. M. Patterson (Eds.), *Social stress and the family: Advances and developments in family stress theory and research*. New York: Haworth Press.
- Meredith, L. S., Sherbourne, C. D., Gailliot, S., Hansell, L., Ritschard, H. V., Parker, A. M., & Wrenn, G. (2011). *Promoting Psychological Resilience in the U.S. Army*. U.S.A.: RAND Corporation.
- Neff, L.A., & Broady, E. F. (2011). Stress Resilience in Early Marriage: Can Practice Make Perfect? *Journal of Personality and Social Psychology, 1-18*. doi: 10.1037/a0023809.
- Park, N. (2011). Military Children and Families: Strengths and Challenges During Peace and War. *American Psychologist, 66* (1), 65-72.
- Patterson, J. M. (2002). Integrating Family Resilience and Family Stress Theory. *Journal of Marriage and Family, 64*, 349-360.
- Pavlicin, K. (2007). Surviving deployment: Making it through the Deployment Phase. *Military Spouse, 3*(3), 26-29.
- Pietrzak, R. H., Johnson, D. C., Goldstein, M. B., Malley, J. C., & Southwick, S. M. (2009). Psychological resilience and postdeployment social support protect against traumatic stress and depressive symptoms in soldiers returning from Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom. *Depression and Anxiety, 26*, 745-751.
- Pincus, S., House, R., Christenson, J., & Alder, L. (2001). *The Emotional Cycle of Deployment: A Military Family Perspective*. Retirado de <http://mo4h.missouri.edu/programs/military/resources/manual/Deployment-Cycles.pdf> (consultado em Maio 2013).

- Relvas, A. P. (2000). *Por Detrás do Espelho: Da Teoria à Terapia com a Família*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Riggs, S. A., & Riggs, D. S. (2011). Risk and Resilience in Military Families Experiencing Deployment. *Journal of Family Psychology*, 25(5), 675-687.
- Roberti, J. W., Harrington, L. N., & Storch, E. A. (2006). Further Psychometric Support for the 10-Item Version of the Perceived Stress Scale. *Journal of College Counselling*, 9(2), 135-147.
- Rocha, P. M. (2009). *Família e Trabalho: (Des)equilíbrios que orientam a (In)satisfação. Valor do Apoio Social e da Vinculação*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa.
- Rocha, P. M., & Ribeiro, M. T. (2009). *Escala de Stress Percebido* [versão portuguesa]. Versão para investigação. Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.
- Rotter, J. C., & Boveja, M.E. (1999). Counseling military families. *Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 7(4), 379–382.
- Rutter, M. (2006). Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding. *Annals New York Academy of Sciences*, 1094, 1-12. doi: 10.1196/annals.1376.002.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a Dynamic Concept. *Development and Psychopathology*, 24, 335–44. doi: 10.1017/S0954579412000028.
- Saltzman, W. R., Lester, P., Beardslee, W. R., Layne, C. M., Woodward, K., & Nash, W. P. (2011). Mechanisms of Risk and Resilience in Military Families: Theoretical and Empirical Basis of a Family-Focused Resilience Enhancement Program. *Clinical Child and Family Psychological Review*, 14, 213-230. doi 10.1007/s10567-011-0096-1
- Shastri, P. C. (2013). Resilience: Building Immunity in Psychiatry. *Indian Journal of Psychiatry*, 55(3), 224-234.
- Stratton, P., Bland, J., Janes, E., & Lask, J. (2010). Developing an indicator of family function and a practicable outcome measure for systemic family and couple therapy: the SCORE. *Journal of Family Therapy*, 32, 232-258. doi:10.1111/j.1467-6427.2010.00507.x
- Schok, M. L., Kleber, M. J., & Lensvelt-Mulders, G. J. (2010). A Model of Resilience and Meaning After Military Deployment: Personal Resources in Making Sense of War and Peacekeeping Experiences. *Aging & Mental Health*, 14(3), 328-338.
- Simons, A. & Yoder, L. (2013). Military Resilience: A Concept Analysis. *Nursing Forum*, 48(1), 17-25.

- Soderstrom, M., Dolbier, C., Leiferman, J., & Steinhardt, M. (2000). The Relationship of Hardiness, Coping Strategies, and Perceived *Stress* to Symptoms of Illness. *Journal of Behavioral Medicine*, 23(3), 311-328.
- Tsai, J., Harpaz-Rotem, I., Pietrzak, R. H., & Southwick, S. M. (2012). The Role of Coping, Resilience, and Social Support in Mediating the Relation Between PTSD and Social Functioning in Veterans Returning from Iraq and Afghanistan. *Psychiatry*, 75(2), 135-149.
- Vilaça, M., Silva, J. T., & Relvas, A. P. (2014). Systemic Clinical Outcome Routine Evaluation (SCORE-15). In A. P. Relvas (Ed.), *Instrumentos de Avaliação Familiar - Funcionamento e Intervenção* (Vol. I, pp. 23-45). Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Walsh, F. (2003). Family: A Framework for Clinical Practice. *Family Process*, 42(1), 1-18.
- Walsh, F. (2006). *Strengthening Family Resilience*. New York: Guilford Press.
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (1967). *Pragmática da Comunicação Humana*. São Paulo: Cultrix.
- Wongpakaran, N., & Wongpakaran, T. (2010). The Thai Version of the PSS-10: An Investigation of its Psychometric Properties. *Biopsychosocial Medicine*, 4-6. doi: 10.1186/1751-0759-4-6.
- Worthen, M.; Moos, R.; Ahern, J. (2012). Iraq and Afghanistan Veterans' Experiences Living with their Parents after Separation from the Military. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 34(3), 362-375.

## Tabelas

Tabela S1. *Estatística Descritiva – Militares Sem Missões Anteriores (n=57)*

	ESP	ESP2	CD-RISC	CD-RISC2	SCORE15	SCORE15_2	SC_Rec	SC_Rec2	SC_Com	SC_Com2	SC_Dif	SC_Dif2
Mean	11,81	9,28	76,33	76,54	24,11	25,61	7,88	8,60	7,98	8,47	8,25	8,54
Std. Error of Mean	,789	,660	1,074	1,203	,999	1,108	,429	,421	,354	,416	,326	,451
Median	11,00	9,00	77,00	78,00	21,00	25,00	7,00	9,00	7,00	8,00	8,00	8,00
Mode	11	4 <sup>a</sup>	79	71	17 <sup>a</sup>	30	5	5	6	5	9	5
Std. Deviation	5,954	4,985	8,107	9,083	7,544	8,366	3,235	3,178	2,669	3,140	2,459	3,407
Variance	35,444	24,848	65,726	82,503	56,917	69,991	10,467	10,102	7,125	9,861	6,046	11,610
Skewness	,917	-,003	-,437	-,415	,859	,738	1,121	1,048	1,035	1,186	,415	1,047
Std. Error of Skewness	,316	,316	,316	,316	,316	,316	,316	,316	,316	,316	,316	,316
Kurtosis	,605	-,785	,507	,594	,233	,232	,284	1,320	,983	2,047	-,349	1,284
Std. Error of Kurtosis	,623	,623	,623	,623	,623	,623	,623	,623	,623	,623	,623	,623
Range	26	19	39	47	32	34	12	14	12	15	10	15
Minimum	1	0	54	48	15	15	5	5	5	5	5	5
Maximum	27	19	93	95	47	49	17	19	17	20	15	20
Percentiles 25	8,00	5,00	71,50	71,00	17,50	18,00	5,00	6,00	6,00	6,00	6,00	5,00
50	11,00	9,00	77,00	78,00	21,00	25,00	7,00	9,00	7,00	8,00	8,00	8,00
75	14,00	13,00	82,00	83,00	31,00	30,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00	10,00

Nota. <sup>a</sup>Múltiplas modas. Representa-se o valor menor.

Tabela S2. Estatística Descritiva – Militares Com Missões Anteriores (n=34)

	ESP	ESP2	CD-RISC	CD-RISC2	SCORE15	SCORE15_2	SC_Rec	SC_Rec2	SC_Com	SC_Com2	SC_Dif	SC_Dif2
Mean	9,03	7,38	81,97	82,53	23,50	24,79	7,91	7,82	7,85	8,32	7,74	8,65
Std. Error of Mean	1,022	,762	1,340	1,514	,994	1,043	,511	,421	,351	,389	,453	,490
Median	8,00	8,00	82,00	83,00	23,00	25,00	7,00	7,00	8,00	9,00	7,00	8,00
Mode	8	9	89	77 <sup>a</sup>	18 <sup>a</sup>	32	5	5	8	9	5	5
Std. Deviation	5,957	4,445	7,814	8,829	5,796	6,079	2,978	2,455	2,047	2,266	2,644	2,859
Variance	35,484	19,758	61,060	77,954	33,591	36,956	8,871	6,029	4,190	5,135	6,988	8,175
Skewness	1,555	,506	-,008	-,370	,755	-,045	,851	,412	,301	-,146	,545	,222
Std. Error of Skewness	,403	,403	,403	,403	,403	,403	,403	,403	,403	,403	,403	,403
Kurtosis	3,749	,356	-1,007	-,502	,242	-,954	-,523	-1,016	-,609	-1,106	-,972	-,983
Std. Error of Kurtosis	,788	,788	,788	,788	,788	,788	,788	,788	,788	,788	,788	,788
Range	29	19	29	35	24	21	9	8	7	7	8	10
Minimum	0	0	67	61	15	15	5	5	5	5	5	5
Maximum	29	19	96	96	39	36	14	13	12	12	13	15
Percentiles 25	4,75	4,00	74,75	76,75	18,75	20,50	5,00	5,00	6,00	6,75	5,00	5,75
50	8,00	8,00	82,00	83,00	23,00	25,00	7,00	7,00	8,00	9,00	7,00	8,00
75	12,25	9,00	89,00	89,25	27,00	29,50	9,50	10,00	9,00	10,25	10,00	11,00

Nota. <sup>a</sup>Múltiplas modas. Representa-se o valor menor.

Tabela S3.

*Correlações (Spearman's rho) – Militares Sem Missões Anteriores*

		ESP	ESP2	CD-RISC	CD-RISC2	SCORE15	SCORE15_	SC_Rec	SC_Rec2	SC_Com	SC_Com2	SC_Dif	SC_Dif2
							2						
ESP	Correlation Coeficcient	1,000											
	Sig. (2-tailed)	.											
ESP2	Correlation Coeficcient	,410**	1,000										
	Sig. (2-tailed)	,002	.										
CD-RISC	Correlation Coeficcient	-,259	-,207	1,000									
	Sig. (2-tailed)	,052	,123	.									
CD-RISC2	Correlation Coeficcient	-,228	-,449**	,492**	1,000								
	Sig. (2-tailed)	,088	,000	,000	.								
SCORE15	Correlation Coeficcient	,542**	,369**	-,475**	-,433**	1,000							
	Sig. (2-tailed)	,000	,005	,000	,001	.							
SCORE15_2	Correlation Coeficcient	,360**	,531**	-,324	-,643**	,617**	1,000						
	Sig. (2-tailed)	,006	,000	,014	,000	,000	.						
SC_Rec	Correlation Coeficcient	,440**	,343**	-,455**	-,385**	,878**	,593**	1,000					
	Sig. (2-tailed)	,001	,009	,000	,003	,000	,000	.					
SC_Rec2	Correlation Coeficcient	,351**	,380**	-,272*	-,471**	,681**	,850**	,713**	1,000				
	Sig. (2-tailed)	,007	,004	,041	,000	,000	,000	,000	.				
SC_Com	Correlation Coeficcient	,419**	,197	-,370**	-,292*	,884**	,538**	,678**	,599**	1,000			
	Sig. (2-tailed)	,001	,141	,005	,028	,000	,000	,000	,000	.			
SC_Com2	Correlation Coeficcient	,236	,356**	-,248	-,577**	,479**	,869**	,483**	,670**	,450**	1,000		
	Sig. (2-tailed)	,077	,007	,063	,000	,000	,000	,000	,000	,000	.		
SC_Dif	Correlation Coeficcient	,603**	,396**	-,448**	-,472**	,902**	,554**	,680**	,555**	,757**	,372**	1,000	
	Sig. (2-tailed)	,000	,002	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,004	.	
SC_Dif2	Correlation Coeficcient	,396**	,657**	-,361**	-,593**	,563**	,890**	,488**	,652**	,439**	,657**	,592**	1,000
	Sig. (2-tailed)	,002	,000	,006	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,000	,000	.

Nota.\*Correlação significativa ao nível 0,05 (2-tailed)

\*\* Correlação significativa ao nível 0,01 (2-tailed)

Tabela S4.

*Correlações (Spearman's rho) – Militares Com Missões Anteriores*

		ESP	ESP2	CD-RISC	CD-RISC2	SCORE15	SCORE15_	SC_Rec	SC_Rec2	SC_Com	SC_Com2	SC_Dif	SC_Dif2
		2											
ESP	Correlation Coeficcient	1,000											
	Sig. (2-tailed)	.											
ESP2	Correlation Coeficcient	,212	1,000										
	Sig. (2-tailed)	,230	.										
CD-RISC	Correlation Coeficcient	-,379*	-,148	1,000									
	Sig. (2-tailed)	,027	,404	.									
CD-RISC2	Correlation Coeficcient	-,317	,558**	,698**	1,000								
	Sig. (2-tailed)	,068	,001	,000	.								
SCORE15	Correlation Coeficcient	,377*	,268	-,578**	-,311	1,000							
	Sig. (2-tailed)	,028	,125	,000	,074	.							
SCORE15_2	Correlation Coeficcient	,223	,552**	-,479**	-,547**	,658**	1,000						
	Sig. (2-tailed)	,205	,001	,004	,001	,000	.						
SC_Rec	Correlation Coeficcient	,266	,214	-,525**	-,268	,709**	,339*	1,000					
	Sig. (2-tailed)	,128	,225	,001	,125	,000	,050	.					
SC_Rec2	Correlation Coeficcient	,024	,504**	,449**	-,539**	,586**	,794**	,485**	1,000				
	Sig. (2-tailed)	,891	,002	,008	,001	,000	,000	,004	.				
SC_Com	Correlation Coeficcient	,414*	,268	-,409*	-,277	,674**	,500**	,299	,362*	1,000			
	Sig. (2-tailed)	,015	,126	,016	,112	,000	,003	,086	0,36	.			
SC_Com2	Correlation Coeficcient	,276	,596**	-,445**	-,548	,548**	,877**	,271	,720**	,422*	1,000		
	Sig. (2-tailed)	,114	,000	,008	,001	,001	,000	,121	,000	,013	.		
SC_Dif	Correlation Coeficcient	,205	,047	-,528**	-,282	,797**	,571**	,296	,481**	,440**	,455**	1,000	
	Sig. (2-tailed)	,245	,790	,001	,107	,000	,000	,089	,004	,009	,007	.	
SC_Dif2	Correlation Coeficcient	,317	,320	-,344*	-,338*	,514**	,771**	,139	,302	,443**	,508**	,482**	1,000
	Sig. (2-tailed)	,068	,065	,046	,050	,002	,000	,434	,083	,009	,002	,004	.

Nota.\*Correlação significativa ao nível 0,05 (2-tailed)

\*\* Correlação significativa ao nível 0,01 (2-tailed)

Tabela S5.

Teste de Normalidade *Kolmogorov-Smirnov*<sup>a</sup>

	Amostra Total			Militares Sem Missões Anteriores			Militares Com Missões Anteriores		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
ESP	.155	92	.000	.185	57	.000	.149	34	.054
ESP2	.081	92	.175	.070	57	.200*	.152	34	.045
SCORE15	.132	92	.000	.168	57	.000	.096	34	.200*
SCORE15_2	.094	92	.044	.130	57	.017	.088	34	.200*
CD-RISC	.064	92	.200*	.067	57	.200*	.108	34	.200*
CD-RISC2	.067	92	.200*	.073	57	.200*	.115	34	.200*
SC_Rec	.195	92	.000	.221	57	.000	.194	34	.002
SC_Rec2	.142	92	.000	.131	57	.016	.161	34	.026
SC_Com	.148	92	.000	.187	57	.000	.118	34	.200*
SC_Com2	.112	92	.006	.137	57	.010	.147	34	.061
SC_Dif	.146	92	.000	.135	57	.011	.173	34	.011
SC_Dif2	.143	92	.000	.149	57	.003	.134	34	.126

Nota. \*Limite inferior da verdadeira significância  
a *Lilliefors Significance Correction*

Tabela S6.

*Análise de Regressão (Pós-Deslocamento) - Model Summary<sup>d</sup>*

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Change Statistics			Sig. F Change	Durbin-Watson
				R Square Change	F Change	df1		
1	,598 <sup>a</sup>	,357	,343	3,935	,357	2	88	,000
2	,602 <sup>b</sup>	,363	,341	3,941	,005	1	87	,393
3	,628 <sup>c</sup>	,394	,358	3,888	,031	2	85	,119

Nota.a. Preditores: (Constante), CD-RISC2, SCORE15\_2

b. Preditores: (Constante), CD-RISC2, SCORE15\_2, Missões Anteriores

c. Preditores: (Constante), CD-RISC2, SCORE15\_2, Missões Anteriores, Filhos, Estado Civil

d. Variável Dependente: ESP2

Tabela S7.

*ANOVA<sup>a</sup> – Pós-Deslocamento*

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	757,701	2	378,850	24,467	,000 <sup>b</sup>
	Residual	1362,585	88	15,484		
	Total	2120,286	90			
2	Regression	769,136	3	256,379	16,508	,000 <sup>c</sup>
	Residual	1351,149	87	15,530		
	Total	2120,286	90			
3	Regression	835,208	5	167,042	11,049	,000 <sup>d</sup>
	Residual	1285,078	85	15,190		
	Total	2120,286	90			

Nota.a. Variável Dependente: ESP2

b. Preditores: (Constante), CD-RISC2, SCORE15\_2

c. Preditores: (Constante), CD-RISC2, SCORE15\_2, Missões Anteriores

d. Preditores: (Constante), CD-RISC2, SCORE15\_2, Missões Anteriores, Filhos, Estado Civil

Tabela S8.  
*Diagnóstico de Colinearidade*

Model	Dimension	Eigenvalue	Condition Index	Variance Proportions					
				(Constant)	SCORE15_2	CD-RISC2	Missões Anteriores	Filhos	Estado Civil
1	1	2,923	1,000	,00	,01	,00			
	2	,073	6,337	,00	,50	,04			
	3	,004	28,107	,99	,49	,96			
2	1	3,387	1,000	,00	,00	,00	,03		
	2	,539	2,506	,00	,01	,00	,86		
	3	,070	6,936	,01	,49	,04	,03		
	4	,003	31,597	,99	,50	,96	,08		
3	1	4,326	1,000	,00	,00	,00	,01	,01	,01
	2	,944	2,140	,00	,01	,00	,04	,12	,10
	3	,362	3,458	,00	,00	,00	,86	,17	,10
	4	,297	3,819	,00	,00	,00	,00	,68	,73
	5	,067	8,006	,01	,50	,04	,00	,00	,05
	6	,003	35,925	,99	,49	,96	,07	,01	,00

*Nota.* a. Variável Dependente: ESP2

Tabela S9.  
Ranks – Amostra Total

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
ESP2-ESP	Negative Ranks	54	48,78	2634,00
	Positive Ranks	34	37,71	1282,00
	Ties	4		
	Total	92		
SCORE15_2-SCORE15	Negative Ranks	30	38,48	1154,50
	Positive Ranks	48	40,14	1926,50
	Ties	14		
	Total	92		
CD-RISC2-CD-RISC	Negative Ranks	42	45,46	1909,50
	Positive Ranks	45	42,63	1918,50
	Ties	5		
	Total	92		

- Nota. a. Soma itens ESP2 < Soma itens ESP  
b. Soma itens ESP2 > Soma itens ESP  
c. Soma itens ESP2 = Soma itens ESP  
d. Soma itens SCORE15\_2 < Soma de itens SCORE15  
e. Soma itens SCORE15\_2 > Soma de itens SCORE15  
f. Soma itens SCORE15\_2 = Soma de itens SCORE15  
g. Soma itens CD-RISC2 < Soma itens CD-RISC  
h. Soma itens CD-RISC2 > Soma itens CD-RISC  
i. Soma itens CD-RISC2 = Soma itens CD-RISC

Tabela S10.  
Wilcoxon Signed Ranks Test Statistics – Amostra Total

	ESP2-ESP	SCORE15_2- SCORE15	CD-RISC2- CD-RISC
Z	-2,822 <sup>a</sup>	-1,928 <sup>b</sup>	-,019 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005	,054	,985

- Nota. a. Baseado em ranks positivos  
b. Baseado em ranks negativos

Tabela S11.  
Ranks – Militares Sem Missões Anteriores

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
ESP2-ESP	Negative Ranks	36	31,76	1143,50
	Positive Ranks	20	22,63	452,50
	Ties	1		
	Total	57		
SCORE15_2-SCORE15	Negative Ranks	16	24,13	386,00
	Positive Ranks	30	23,17	695,00
	Ties	11		
	Total	57		
CD-RISC2-CD-RISC	Negative Ranks	28	27,82	779,00
	Positive Ranks	27	28,19	761,00
	Ties	2		
	Total	57		

Nota. a. Soma itens ESP2 < Soma itens ESP

b. Soma itens ESP2 > Soma itens ESP

c. Soma itens ESP2 = Soma itens ESP

d. Soma itens SCORE15\_2 < Soma de itens SCORE15

e. Soma itens SCORE15\_2 > Soma de itens SCORE15

f. Soma itens SCORE15\_2 = Soma de itens SCORE15

g. Soma itens CD-RISC2 < Soma itens CD-RISC

h. Soma itens CD-RISC2 > Soma itens CD-RISC

i. Soma itens CD-RISC2 = Soma itens CD-RISC

Tabela S12.  
Wilcoxon Signed Ranks Test Statistics – Militares Sem Missões Anteriores

	ESP2-ESP	SCORE15_2- SCORE15	CD-RISC2- CD-RISC
Z	-2,825 <sup>a</sup>	-1,692 <sup>b</sup>	-,076 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005	,091	,940

Nota. a. Baseado em ranks positivos

b. Baseado em ranks negativos

Tabela S13.

*Ranks – Militares Com Missões Anteriores*

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
ESP2-ESP	Negative Ranks	17	17,47	297,00
	Positive Ranks	14	14,21	199,00
	Ties	3		
	Total	34		
SCORE15_2-SCORE15	Negative Ranks	13	13,88	180,50
	Positive Ranks	18	17,53	315,50
	Ties	3		
	Total	34		
CD-RISC2-CD-RISC	Negative Ranks	13	17,50	227,50
	Positive Ranks	18	14,92	268,50
	Ties	3		
	Total	34		

Nota. a. Soma itens ESP2 < Soma itens ESP

b. Soma itens ESP2 > Soma itens ESP

c. Soma itens ESP2 = Soma itens ESP

d. Soma itens SCORE15\_2 < Soma de itens SCORE15

e. Soma itens SCORE15\_2 > Soma de itens SCORE15

f. Soma itens SCORE15\_2 = Soma de itens SCORE15

g. Soma itens CD-RISC2 < Soma itens CD-RISC

h. Soma itens CD-RISC2 > Soma itens CD-RISC

i. Soma itens CD-RISC2 = Soma itens CD-RISC

Tabela S14.

*Wilcoxon Signed Ranks Test Statistics – Militares Com Missões Anteriores*

	ESP2-ESP	SCORE15_2- SCORE15	CD-RISC2- CD-RISC
Z	-,965 <sup>a</sup>	-1,327 <sup>b</sup>	-,403 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,335	,184	,687

Nota. a. Baseado em ranks positivos

b. Baseado em ranks negativos

Tabela S15.  
Ranks Sub-Escalas SCORE15 – Amostra Total

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Recursos2-Recursos	Negative Ranks	27	33,15	895,00
	Positive Ranks	42	36,19	1520,00
	Ties	23		
	Total	92		
Comunicação2-Comunicação	Negative Ranks	31	35,34	1095,50
	Positive Ranks	39	35,63	1389,50
	Ties	22		
	Total	92		
Dificuldades2-Dificuldades	Negative Ranks	25	34,34	858,50
	Positive Ranks	39	31,32	1221,50
	Ties	28		
	Total	92		

- Nota. a. Soma itens Recursos2 < Soma itens Recursos  
b. Soma itens Recursos 2 > Soma itens Recursos  
c. Soma itens Recursos 2 = Soma itens Recursos  
d. Soma itens Comunicação2 < Soma de itens Comunicação  
e. Soma itens Comunicação2 > Soma de itens Comunicação  
f. Soma itens Comunicação2 = Soma de itens Comunicação  
g. Soma itens Dificuldades2 < Soma itens Dificuldades  
h. Soma itens Dificuldades2 > Soma itens Dificuldades  
i. Soma itens Dificuldades2 = Soma itens Dificuldades

Tabela S16.  
Wilcoxon Signed Ranks Test Statistics – Sub-escalas SCORE 15 (Amostra Total)

	Recursos2-Recursos	Comunicação2- Comunicação	Dificuldades2- Dificuldades
Z	-1,883 <sup>a</sup>	-,874 <sup>a</sup>	1,226 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,060	,382	,220

Nota. a. Baseado em ranks negativos

Tabela S17.  
Ranks Sub-Escalas SCORE15 – Militares Sem Missões Anteriores

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Recursos2-Recursos	Negative Ranks	14	19,32	270,50
	Positive Ranks	28	22,59	632,50
	Ties	15		
	Total	57		
Comunicação2-Comunicação	Negative Ranks	20	22,63	452,50
	Positive Ranks	25	23,30	582,50
	Ties	12		
	Total	57		
Dificuldades2-Dificuldades	Negative Ranks	17	21,12	359,00
	Positive Ranks	22	19,14	421,00
	Ties	18		
	Total	57		

- Nota. a. Soma itens Recursos2 < Soma itens Recursos  
b. Soma itens Recursos 2 > Soma itens Recursos  
c. Soma itens Recursos 2 = Soma itens Recursos  
d. Soma itens Comunicação2 < Soma de itens Comunicação  
e. Soma itens Comunicação2 > Soma de itens Comunicação  
f. Soma itens Comunicação2 = Soma de itens Comunicação  
g. Soma itens Dificuldades2 < Soma itens Dificuldades  
h. Soma itens Dificuldades2 > Soma itens Dificuldades  
i. Soma itens Dificuldades2 = Soma itens Dificuldades

Tabela S18.  
Wilcoxon Signed Ranks Test Statistics – Sub-escalas SCORE 15 (Militares Sem Missões Anteriores)

	Recursos2-Recursos	Comunicação2- Comunicação	Dificuldades2- Dificuldades
Z	-2,286 <sup>a</sup>	-,746 <sup>a</sup>	-,441 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,022	,455	,659

Nota. a. Baseado em ranks negativos

Tabela S19.

*Ranks Sub-Escalas SCORE15 – Militares Com Missões Anteriores*

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Recursos2-Recursos	Negative Ranks	13	13,54	176,00
	Positive Ranks	13	13,46	175,00
	Ties	8		
	Total	34		
Comunicação2-Comunicação	Negative Ranks	10	12,00	120,00
	Positive Ranks	14	12,86	180,00
	Ties	10		
	Total	34		
Dificuldades2-Dificuldades	Negative Ranks	7	13,29	93,00
	Positive Ranks	17	12,18	207,00
	Ties	10		
	Total	34		

Nota. a. Soma itens Recursos2 < Soma itens Recursos

b. Soma itens Recursos 2 > Soma itens Recursos

c. Soma itens Recursos 2 = Soma itens Recursos

d. Soma itens Comunicação2 < Soma de itens Comunicação

e. Soma itens Comunicação2 > Soma de itens Comunicação

f. Soma itens Comunicação2 = Soma de itens Comunicação

g. Soma itens Dificuldades2 < Soma itens Dificuldades

h. Soma itens Dificuldades2 > Soma itens Dificuldades

i. Soma itens Dificuldades2 = Soma itens Dificuldades

Tabela S20.

*Wilcoxon Signed Ranks Test Statistics – Sub-escalas SCORE 15 (Militares Com Missões Anteriores)*

	Recursos2-Recursos	Comunicação2- Comunicação	Dificuldades2- Dificuldades
Z	-,013 <sup>a</sup>	-,869 <sup>b</sup>	-1,638 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,990	,385	,101

Nota. a. Baseado em ranks positivos

b. Baseado em ranks negativos

## **ANEXOS**

Anexo A

POR FAVOR COMPLETE COM CANETA PRETA.

**Connor-Davidson - Escala de Resiliência  
(CD-RISC)**

iniciais do nome    data   /   /   visita

idade   estado civil  casado(a)  separado (a)  viúvo(a)  solteiro(a)  divorciado(a) protocolo número

sexo  masculino  feminino  caucasiana  africana  asiática  outra

raça ou origem étnica  caucasiana  africana  asiática  outra

Por favor indique até que ponto concorda com as seguintes afirmações enquanto se aplicam à sua realidade e a si neste último mês. Se alguma destas situações não ocorreu recentemente, responda de acordo com o que pensa que teria sentido caso tivessem ocorrido.

	não verdadeira	raramente verdadeira	às vezes verdadeira	geralmente verdadeira	quase sempre verdadeira
1 Eu sou capaz de me adaptar quando ocorrem mudanças.	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
2	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
3 Quando não existem soluções óbvias para os meus problemas, por vezes o destino ou Deus podem ajudar.	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
4	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
5 Os sucessos do passado dão-me confiança para lidar com os novos desafios e dificuldades.	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
6 Eu tento ver as coisas com humor quando me deparo com problemas.	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
7 Ter de lidar com o stress toma-me mais forte.	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
8	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
9 Bem ou Mal, acredito que a maioria das coisas acontece por uma razão.	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
10 Eu dou o meu melhor independentemente dos resultados que possa vir a ter.	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
11 Eu acredito que posso atingir os meus objectivos, mesmo que existam obstáculos.	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4
12	<input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4

Copyright © 2001, 2003, 2007 by Kathryn M. Connor, M.D. and Jonathan R.T. Davidson, M.D.  
Tradução Faria, J.A. e Ribeiro, M.T. 2008

Pag. 1 de 2

25-09-2008

## Anexo B

### ESP

As perguntas da presente escala questionam-no(a) sobre os seus sentimentos e pensamentos **durante o último mês**. Para cada questão, ser-lhe-á pedido que indique, fazendo um círculo à volta da sua opção, com que frequência se sentiu ou pensou de determinada maneira. Não demore muito tempo a pensar sobre cada questão. A sua resposta deverá ser uma estimativa e não uma contabilização do acontecido no mês passado.

Responda a cada um dos itens que se seguem, fazendo-lhe corresponder uma das opções apresentadas:

**0 = Nunca 1 = Quase nunca 2 = Às vezes 3 = Frequentemente 4 = Muito frequentemente**

**Por exemplo**, se durante o último mês nunca tiver sido capaz de controlar as irritações na sua vida, deve assinalar o número 0 na resposta ao item 7.

	0	1	2	3	4
2. No último mês, com que frequência sentiu que era incapaz de controlar as coisas importantes na sua vida?	0	1	2	3	4
	0	1	2	3	4
4. No último mês, com que frequência se sentiu confiante em relação à sua capacidade para lidar com os seus problemas pessoais?	0	1	2	3	4
5. No último mês, com que frequência sentiu que as coisas estavam a decorrer conforme pretendia?	0	1	2	3	4
6. No último mês, com que frequência verificou que não conseguia lidar com todas as coisas que tinha de fazer?	0	1	2	3	4
	0	1	2	3	4
8. No último mês, com que frequência sentiu que estava "em cima do acontecimento"?	0	1	2	3	4
9. No último mês, com que frequência se sentiu enraivecido(a) por causa de coisas que estavam fora do seu controlo?	0	1	2	3	4
	0	1	2	3	4

(C) Cohen, Kazarek & Mermelstein - 1983  
(T) Rocha & Ribeiro - 2008

## Anexo C

### SCORE-15

(P. Stratton, J. Bland, E. Jones & J. Lask, 2010)

Traduzido por A. P. Relvas, M. Vilaça, L. Sotero, D. Cunha & A. Portugal, 2010

Código do Local   Nr. da família   Posição no agregado \_\_\_\_\_

Descreva a sua família (Data \_\_/\_\_/\_\_\_\_)

Solicitamos que nos descreva a forma como vê a sua família neste momento. Por isso, pedimos-lhe a SUA opinião sobre a sua família.

Quando dizemos "a sua família" referimo-nos às pessoas que vivem em sua casa. Neste sentido, pedimos que reflita sobre a família que irá descrever antes de começar o preenchimento.

Para cada item coloque um visto (v) apenas num dos quadrados numerados de 1 a 5.

Se a frase "Estamos sempre a discutir entre nós" não caracteriza adequadamente a sua família, deverá responder com visto (v) no quadrado 4, que diz respeito à resposta "Descreve-nos: Mal".

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------

Evite reflectir profundamente acerca da resposta, mas procure responder a todas as questões apresentadas.

Como diria que cada afirmação <u>descreve a sua família</u> ?	1. Descreve-nos: Muito bem	2. Descreve-nos: Bem	3. Descreve-nos: Em parte	4. Descreve-nos: Mal	5. Descreve-nos: Muito mal
1)					
2) Na minha família muitas vezes não se diz a verdade uns aos outros					
3)					
4) Sinto que é arriscado discordar na nossa família					
5) Sentimos que é difícil enfrentar os problemas do dia-a-dia					
6) Confiamos uns nos outros					
7)					
8) Na minha família, quando as pessoas se zangam, ignoram-se intencionalmente					
9) Na minha família parece que surgem crises umas atrás das outras					
10) Quando um de nós está aborrecido/perturbado é apoiado pela família					
11)					
12) As pessoas da minha família são desagradáveis umas com as outras					
13) Na minha família as pessoas interferem demasiado na vida umas das outras					
14) Na minha família culpamo-nos uns aos outros quando as coisas correm mal					
15)					