



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

Como nasce um pai? A transição para a parentalidade

Mónica Isabel Piriquito Valente José

Orientadora: Prof.^a Doutora Constança Maria Sacadura
Biscaia da Silva Pinto

Mestrado em Psicologia

Área de Especialização | Psicologia Clínica
Dissertação

Évora, 2018



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA

**Como nasce um pai? A transição para a
parentalidade**

Mónica Isabel Piriquito Valente José

Orientadora: Prof.^a Doutora Constança Maria Sacadura
Biscaia da Silva Pinto

Mestrado em Psicologia

Área de Especialização | Psicologia Clínica
Dissertação

Évora, 2018



UNIVERSIDADE DE ÉVORA

Dissertação de Mestrado em Psicologia
realizada sob a orientação da Prof.^a
Doutora Maria Sacadura Biscaia da Silva Pinto,
apresentada na Universidade de Évora,
Departamento de Psicologia,
para obtenção do grau de Mestre
na especialidade de Psicologia Clínica.

Agradecimentos

A realização desta Dissertação de Mestrado, só foi possível, graças ao contributo de forma direta e indireta, de várias pessoas, às quais gostava de exprimir algumas palavras.

Agradeço...

À minha orientadora, Prof^a Doutora Constança Biscaia, pela partilha de conhecimento, pela ajuda, disponibilidade e exigência.

À Dr.^a Susana Teixeira, Presidente da Comissão de Ética para a Saúde da Administração Regional de Saúde do Alentejo, IP.

À Dr.^a Laurência Gemito, Diretora Executiva, ACES – Alentejo Central.

À Dr.^a Cristina Pereira, Coordenadora da Unidade de Saúde Familiar Lusitânea.

A todas as enfermeiras da Unidade de Saúde familiar Lusitânea.

Ao meu marido, pelo apoio, desde o primeiro dia. Pelo incentivo nos momentos mais difíceis.

À minha filha, obrigado Leonor, foste a força maior desta última caminhada.

Aos meus pais, por me ajudarem a acreditar que sou capaz, desde o primeiro momento.

À tia Almerinda e à tia Duarte. Um apoio incondicional até ao fim.

À colega Filipa Almeida, pela partilha de conhecimento, e pelos bons e maus momentos que passámos.

Obrigado. Muito Obrigado!

COMO NASCE UM PAI? - A TRANSIÇÃO PARA A PARENTALIDADE

Resumo

O presente estudo procura investigar quando e como é que os homens se sentem *tornar pais*. Foram definidos como objetivos específicos deste estudo, conhecer e compreender o processo intrapsíquico e intersubjetivo de cada sujeito, durante o processo de transição para a parentalidade. Participaram neste estudo cinco homens primíparos, cujos os filhos tinham aproximadamente oito/doze meses de idade. Realizaram-se cinco entrevistas narrativas e os dados foram analisados com base na abordagem metodológica qualitativa de natureza fenomenológica. Os resultados sugerem que as experiências subjetivas internas dos homens, são influenciadas por vários fatores ao longo do processo de tornar-se. A experiência da transformação corporal da mulher, o momento da ecografia, e participar na preparação do espaço familiar para integrar um terceiro elemento na família, contribui para a experiência de se sentirem *tornar pais*, por volta dos quatro/cinco meses de gestação da mulher.

Palavras-Chave: *tornar-se pai; paternidade; parentalidade.*

HOW IS A FATHER BORN? - THE TRANSITION TO PARENTING

Abstract

The present study seeks to investigate when and how men feel to become parents. The specific objectives of this study was to understand and understand the intrapsychic and intersubjective process of each subject during the process of transition to parenthood. Five primiparous men, whose children were approximately eight / twelve months old, participated in this study. Five interviews were conducted and the data were analyzed based on the qualitative methodological approach of a phenomenological nature. The results suggest that the internal subjective experiences of men, are influenced by various factors, throughout this process of becoming. The experience of the body's transformation of the woman, the moment of the ultrasound, and participate in the preparation of the family space to integrate a third element in the family, contributes to the experience of becoming parents, around four / five months of gestation woman.

Keywords: *become a father; paternity; parenting.*

Índice Geral

	<i>Página</i>
Agradecimentos	iv
Resumo	v
Abstract	vi
Índice Geral	vii
Índice de Tabelas	ix
Índice de Figuras	ix
Introdução	1
Parte I - Enquadramento Teórico	3
1. Parentalidade e Transição para a Parentalidade	4
2. Tornar-se Pai	9
Parte II - Estudo Empírico	17
1. Enquadramento e Objetivos do Estudo	18
2. Metodologia	19
2.1. Desenho de Investigação	19
2.2. Participantes	21
2.2.1. Caracterização Geral dos Pais Participantes	21
2.3. Instrumentos	22
2.3. Processo de Recolha de Dados	23
2.4. Procedimentos para a Análise de Dados	24
Parte III – Apresentação de Resultados	26
1. Determinação da Estrutura Geral de Significados Psicológicos da experiência vivida pelos participantes (P1; P2; P3; P4; P5)	27
2. Apresentação dos Constituintes Essenciais	28
2.1. Análise dos Constituintes Essenciais	30
2.1.1. Desejo de tornarem pais	30
2.1.2. Passar de dois para três	31
2.1.3. Desejar estar presente no momento do parto	32
2.1.4. Preocupação com o estado de saúde do bebé	32

2.1.5. Aumento de ansiedade com a aproximação do momento do parto	32
2.1.6. O primeiro encontro (pai-filho)	33
2.1.7. Insegurança e inexperiência em relação ao cuidar do bebê	36
2.1.8. A experiência de relação nas novas rotinas	36
2.1.9. A experiência da interação na criação de laços de vinculação	37
2.1.10. Licença Parental reduzida	39
2.1.11. Apoio insuficiente	39
2.1.12. Uma experiência sentida como complexa	41
3. Discussão dos Resultados	43
Conclusão	50
Referências Bibliográficas	53
Anexos	63
Anexo I – Pedido de Autorização para a realização do estudo	64
Anexo II – Autorização para a realização do estudo	67
Anexo III – Carta de explicação do estudo	71
Anexo IV – Consentimento informado livre e esclarecido	74
Anexo V – Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Caráter Psicológico	76

Índice de Tabelas

Página

Tabela 1.

Dados sociodemográficos dos participantes	22
---	----

Índice de Figuras

Página

Figura 1.

Representação esquemática dos Constituintes Essenciais	29
--	----

Introdução

O nascimento de um filho, em especial o primeiro, é um acontecimento que altera, transforma e reestrutura de uma forma irreversível a vida dos pais, enquanto pessoas, mas também na dimensão da sua conjugalidade. Na literatura, tanto a gravidez, como o parto e o pós-parto são evidenciados como momentos importantes no processo de transição para a parentalidade, pelas acentuadas mudanças que implicam quer no relacionamento conjugal, nas rotinas diárias dos membros da família, ou ainda nos papéis familiares e sociais (Sotto-Mayor & Piccinini, 2005). “Tornar-se pai e tornar-se mãe é entendido como um processo complexo, pois envolve além dos níveis conscientes e inconsciente do funcionamento psíquico, todo o contexto psicossocial do sujeito” (Martins, 2014, p. 46).

A transição para a parentalidade compreende os três subsistemas familiares: conjugal, mãe-criança e pai-criança. Cada elemento da tríade familiar irá contribuir na relação dos outros dois, e cada relação irá afetar a outra relação (díade) (Martins, 2009). No entanto, e apesar de considerado um acontecimento normativo no ciclo de vida de uma família (Boss, 2002), o nascimento de um filho pode ser entendido como “gerador” de *stress*, pela exigência que constitui a prestação de cuidados, e por toda a reorganização individual, conjugal, familiar e profissional que exige, implicando uma série de mudanças (intrapíquicas e interpessoais) que vão levar à necessidade de uma reorganização na vida dos pais (Canavarro & Pedrosa, 2005; Gameiro, Moura-Ramos & Canavarro, 2009; Goldberg, Michaels & Lamb, 1985; Pereira & Canavarro, 2008). Contudo, para Belsky (1984, 2014), a transição para a parentalidade não deve ser considerada um momento de crise, mas sim um acontecimento na vida do casal e na restante família em função de vários fatores: características pessoais dos pais, características da criança e do contexto social, pois nem todas as pessoas interpretam e atribuem significados negativos a estas mudanças, sendo encaradas como uma oportunidade de crescimento para os pais (Gameiro et al. 2009; Polomeno, 2000).

Na revisão sistemática da literatura realizada por Nyström e Öhrling, em 2004, o início da transição para a parentalidade não é consensual. Uns autores reportam-se ao período gravídico, outros ao período pós-parto, e outros reportam-se aos 18 meses de vida da criança. E, não podemos restringir a parentalidade apenas à gravidez e ao nascimento de um filho, pois as relações objetais precoces de cada um dos pais, vão influenciar e determinar a forma como cada pai pensa a parentalidade (Zornig, 2010). Os pais, ao pensarem no desejo de ter um filho, vão ativar fantasias da própria infância

e do tipo de cuidados que tiveram. Desta forma, o processo de vinculação terá início antes do nascimento da criança, a partir da transmissão consciente e inconsciente da história infantil dos pais, dos seus conflitos inconscientes, e da relação que estabeleceram com os seus próprios pais. É a partir desta história anterior que se constrói a própria representação sobre a parentalidade, que vai ser determinante na criação de laços de vinculação.

Sabemos que nem todos os pais se sentem envolvidos com o bebé durante o período gestacional, e que muitos homens apenas se sentem como pais depois do nascimento e, em alguns casos, após este momento, pois o sentimento de paternidade ainda não é percebido, assim como o peso da responsabilidade deste acontecimento (Freitas, Coelho & Silva, 2007; Piccinini, Levandowski, Gomes, Lindenmeyer & Lopes, 2009). A ligação afetiva estabelecida entre cada díade será exclusiva, e existem laços de vinculação muito específicos que englobam fantasias parentais, medos, sonhos, lembranças da própria infância e expectativas sobre o futuro da própria criança (Rebelo, 2013).

Constatamos que a grande maioria dos trabalhos de investigação sobre a transição para a parentalidade, referem-se aos processos psicológicos intrapsíquicos do *tornar-se mãe* e da relação mãe-bebé no período da gravidez e pós-parto. Contudo, ainda pouco se sabe sobre o processo de transformação intrapsíquico e intersubjetivo através do qual um pai se sente *tornar pai*.

O presente trabalho, encontra-se organizado em três partes. A primeira parte aborda o conhecimento sobre *parentalidade* e *transição para a parentalidade*, e são analisadas questões relativas ao processo de *tornar-se pai*.

A segunda parte deste trabalho corresponde ao estudo empírico. É efetuado o enquadramento do estudo, e são apresentados os principais objetivos e a metodologia utilizada.

Na terceira parte são apresentados os resultados e respetiva discussão. Por último, são apresentadas as principais conclusões do estudo.

Parte I

Enquadramento Teórico

1. Parentalidade e Transição para a Parentalidade

A parentalidade é encarada como um processo maturativo que permite a dois adultos tornarem-se pais. “Através de uma reestruturação psicoafectiva, vai permitir aos dois responder às necessidades físicas, afetivas e psíquicas do(s) seu(s) filho(s), que numa perspetiva antropológica designa os laços de aliança, filiação, etc.” (Bayle, 2005, p. 322). Quando pensamos em parentalidade, pensamos no conjunto de “atividades propositadas no sentido de assegurar a sobrevivência e o desenvolvimento da criança, num ambiente seguro, de modo a socializar a criança e atingir o objetivo de torná-la progressivamente mais autónoma” (Barroso & Machado, 2010, p. 17). Para Sousa e Silva e Carneiro (2014) “a parentalidade poderá ser entendida como um modelo cultural, fruto de modelos familiares” (p. 18). Para estes autores, apesar de pai e mãe terem adquirido modelos familiares, estes modelos tenderão a transformar-se devido às exigências sociais, religiosas, políticas e económicas durante a gravidez, nascimento e pós-parto. E, o investimento que os dois vão fazer, irá exigir uma grande disponibilidade de tempo e recursos, planeamento e dedicação prolongada. Fatores como as normas sociais e culturais vão contribuir para a interação pai (s) - filho (s), e para a criação de vínculos emocionais e dependências particularmente fortes (Kohl, Autry & Dulac, 2017).

Foi o psicanalista Paul-Claude Racamier a propor pela primeira vez o termo parentalidade, em 1961. Traduziu o termo *motherhood* por maternidade e uniu-o ao neologismo paternidade, dando origem ao conceito de parentalidade (Kruel & Lopes, 2012), que designa uma atitude de coresponsabilização e partilha nas tarefas de cuidar dos filhos, atendendo para a necessidade de participação de ambos os progenitores (Balancho, 2012).

Belsky (1984) realçou a necessidade de integrar e organizar a investigação acerca da parentalidade, propondo um modelo que a apresenta como tendo três grandes determinantes. Em primeiro lugar, a personalidade dos pais e os seus recursos psicológicos, que influenciam não só o desenvolvimento da criança de uma forma direta, mas também o contexto alargado em que se insere a relação pais-criança. É necessário atender ao percurso de vida dos pais para compreender a relação que estes estabelecem com os filhos, nomeadamente as experiências que tiveram com a família de origem e as suas próprias características (Belsky, 1990). A parentalidade liga-se desta forma, ao bem-estar e à maturidade psicológica dos pais. Em segundo lugar, o autor refere-se às características individuais da criança, cujo temperamento e características medeiam a qualidade e quantidade do investimento parental. O autor

realça a reciprocidade subjacente às relações entre os pais e a criança (Belsky, 1990). Por fim, ele alude aos recursos e ao contexto social alargado onde pais e filhos estão inseridos, que poderão ser fontes de *stress* ou, inversamente, de apoio. Entre estes, Belsky (1984) destaca a relação conjugal, que é apontada como o fator contextual mais significativo, associando-se o apoio instrumental e emocional entre o casal com um melhor exercício da parentalidade (Belsky, 1990). Para além da relação conjugal, também a rede social é uma variável contextual importante (apoio na comunidade e de amigos e familiares), pelo que os pais que dela beneficiam relacionar-se-ão de forma mais positiva com os filhos (Belsky, 1990). O contexto laboral dos pais é outro dos elementos influentes apontados por Belsky (1984). A parentalidade é assim multideterminada, podendo a competência parental ser afetada por qualquer de um dos determinantes anteriormente referidos. O autor defende ainda, que os determinantes da parentalidade irão ser progressivamente cada vez mais multifatoriais (Belsky, 1990).

Para Houzel (2004), o conceito de parentalidade envolve três eixos em torno dos quais se articula o conjunto de funções adquiridas pelos pais: 1) o exercício da parentalidade, os direitos e deveres jurídicos subjacentes ao papel parental, sendo um domínio de certa forma subjetivo, pois situa cada pessoa nos seus laços de parentesco e, com eles, direitos e deveres; 2) a experiência da parentalidade, experiência subjetiva consciente e inconsciente de tornar-se pai e de preencher papéis parentais; 3) a prática da parentalidade, ou tarefas quotidianas que os pais devem efetuar junto à criança, podendo ser designadas de cuidados parentais (Houzel, 2004).

Já Hoghugh e Long (2004), seguindo as propostas de Bronfenbrenner e de Belsky, preconizam a existência de onze dimensões da parentalidade, divididas em três eixos: a) *as atividades parentais* (conjunto de atividades necessárias para uma parentalidade suficientemente adequada); b) *Áreas funcionais* (principais aspetos do funcionamento da criança) e c) *Pré-requisitos* (conjunto de especificidades necessárias para o desenvolvimento da atividade parental). Neste processo de construção da parentalidade, não podemos esquecer que a criança é ativa e age sobre os pais, esforçando-se para parentalizá-los e assim assumirem sua função.

Apesar do termo parentalidade ser recente, e das dimensões inerentes à mesma terem sido estudadas por outras áreas do saber (antropologia, filosofia, sociologia), é na psicologia e no campo da psicanálise que encontramos alguns estudos relativamente aos processos psíquicos e às mudanças subjetivas que ocorrem nos pais, logo a partir do momento em que pensam no desejo de ter um filho (Zornig, 2010).

O nascimento de uma criança atualizará questões referentes ao modelo familiar de origem dos pais, e a criança será inserida numa sucessão de desejos, expectativas e fantasias (Campana, Gomes & Lerner, 2014). E, para se tornar pai ou mãe, é necessário um trabalho interior que começa por aceitarmos que herdamos algo de nossos pais (Solis-Ponton & Lebovici, cits. por Campana et al. 2014). “Pensar na concepção de um filho, coloca assim em movimento aspetos do narcisismo de cada um dos pais, assim como lembranças e fantasias sobre as suas relações objetais primárias” (Freud, cit. por Zornig, 2010 p. 457). Esta transformação, inicia-se com o desejo de ter um filho, é vivida de uma forma intensa durante a gravidez, e depois do nascimento da criança adquire uma nova dimensão. Os futuros pais, irão criar um espaço psíquico para incluir um terceiro, e este espaço é formado pela disponibilidade afetiva de cada um, e pelas suas vivências e expectativas, constituindo-se um longo processo de co-construção (Dornelles, 2009). Também para Menezes (2001), a construção da parentalidade inicia-se antes da concepção, já que a possibilidade ou não dessa construção dá-se a partir da história particular do indivíduo, e/ou mesmo através da história de cada casal, e só a partir dessas condições, será possível ou não a inclusão de um novo elemento na família. O autor afirma que o nascimento de um primeiro filho é um momento de extrema importância na vida familiar, conjugal e individual, e que surgirão oportunidades, mas também perigos, pois o casal terá de ajustar o seu papel no sistema familiar, quer enquanto indivíduos, quer enquanto casal e pais.

A gravidez e a maternidade são processos dinâmicos, de construção e desenvolvimento. Segundo Canavarro (2001), “embora muitas vezes estes conceitos se encontrem associados, representam realidades distintas” (p. 19). Neste sentido, também podemos afirmar a sua similaridade com a paternidade, e a investigação tem contribuído e pode continuar a contribuir para compreender melhor este processo no homem, e para incentivar mudanças nas mentalidades, pois as várias linhas de investigação conduzem à ideia de que a parentalidade é um processo desenvolvimental, multifacetado e multideterminado (Gomez, 2005).

O nascimento de um filho implica assim uma reestruturação na vida do homem e da mulher e a adaptação à nova condição, de *pai* e de *mãe*. A *parentalidade* poderá ser entendida mais como um processo de desenvolvimento dos pais, do que um papel ou função, que surge e se desenvolve na interação pais-filho (s), que envolve os direitos e deveres dos pais com os seus filhos, e processos psíquicos e afetivos para responder às necessidades da criança (Coordination des ONG pour les droits de l`enfant, 2011). E, o *processo de transição para a parentalidade* é manifestamente uma fase da vida da

família que implica um conjunto de transformações quer individuais, quer conjugais e mesmo sociais para os novos pais. É um momento de grande vulnerabilidade emocional tanto para as mães como para os pais, sendo ambos fortemente afetados pela gravidez e com o nascimento dos seus filhos (Brandão, 2009).

A literatura utiliza o termo transição, para descrever um processo de mudança nos estágios de desenvolvimento de vida, uma mudança na forma de ser ou de estar, e até alterações de saúde e contextos sociais.

Para Schumacher, Jones e Meleis (1999), uma transição é uma “passagem entre dois períodos de tempo estáveis, e com esta passagem, a pessoa passa de uma fase, situação ou estado de vida para outra. São processos que ocorrem ao longo do tempo e têm um sentido de fluxo e de movimento” (p. 2). Autores como Gottman e Notarius (cits. por Menezes & Lopes, 2007) sugerem que existe um conhecimento intuitivo de que os casais se relacionam de forma diferente de acordo com a fase vivida. Durante a transição, a pessoa vivência profundas mudanças devido à forma como as percebe, tendo um impacto significativo na sua saúde, na sua vida em geral e na família que a rodeia.

A transição para a parentalidade é uma das maiores mudanças por que o sistema familiar pode passar. É o momento em que marido e mulher, anteriormente um casal, se tornam pais, progenitores de uma nova família (Menezes & Lopes, 2007). O nascimento do primeiro filho, em especial, é a primeira experiência de parentalidade vivida pelo casal.

A literatura evidencia três momentos importantes no processo de transição para a parentalidade, encarados como transições: a gravidez, o parto e o pós-parto. Estes momentos são marcados por acentuadas mudanças no relacionamento conjugal, nos papéis familiares e sociais, e em geral, nas rotinas diárias dos elementos que constituem a família (Sotto-Mayor & Piccinini, 2005). Com a chegada de um novo elemento à família, a tensão familiar pode aumentar, pela necessidade de reformulação nos papéis e nas regras de funcionamento dos elementos já existentes (Minuchin, cit. por Piccinini, Pereira, Marin, Lopes & Tudge, 2007). Por este facto, a transição para a parentalidade compreende os três subsistemas familiares: conjugal, mãe-criança e pai-criança. Cada elemento da tríade familiar irá contribuir na relação dos outros dois, e cada relação irá afetar a outra relação em diáde (Martins, 2009). No que se refere à figura paterna, esta tem um papel importante na construção da relação da mãe com o bebé, pois o apoio paterno durante a gravidez e nos primeiros meses de vida do bebé, é decisivo no

desenvolvimento psíquico da criança, bem como na qualidade da interação mãe-bebé (Gomes, Marin, Piccinini & Lopes, 2015; Prino et al., 2016).

Para Belsky (1984, 2014), a transição para a parentalidade não deve ser considerado um momento de crise, mas sim um acontecimento na vida do casal e na restante família em função de vários fatores. Cada período de desenvolvimento dos filhos, exige novas adaptações nas expectativas, sentimentos, comportamentos e preocupações dos pais (Palácios, 2005), e por este facto, o início desta transição não é consensual (Nyström & Öhring, 2004), sendo associada a mudanças de várias naturezas – intrapsíquicas e interpessoais, com um tempo que lhe é único – a sua irreversibilidade (Pereira & Canavarro, 2008).

Contudo, de uma forma geral, esta vivência é (e de uma forma tradicional) associada a sentimentos de satisfação e alegria, através da qual a pessoa se sente realizada e completa enquanto ser humano. Esta nova família nuclear, será a produção de um casal que vem de diferentes famílias e culturas, trazendo as marcas e as histórias dessas famílias. O nascimento do primeiro filho, é entendido como a inter-relação de todas estas histórias (Relvas, 2004).

No que se refere à maternidade, o processo de construção inicia-se muito antes da concepção, a partir das primeiras relações e identificações da mulher, passando pela atividade lúdica infantil, a adolescência, o desejo de ter um filho e a gravidez propriamente dita (Piccinini, Lopes, Gomes & Nardi, 2008; Piccinini, Marin, Gomes, & Lopes, 2011). Será na gravidez que a maternidade irá adquirir um carácter de “desempenho”, na medida em que já existe de facto um bebé (Piccinini et al., 2011), e só mais tarde é que as expectativas da mãe em relação ao bebé tornam-se presentes, através do seu próprio mundo interno, das relações que estabeleceu no passado e das suas necessidades conscientes e inconscientes relacionadas com este bebé (Gomes et al., 2015).

No que se refere ao pai durante o período gestacional, este pode desenvolver uma relação com o filho e ocupar o seu lugar como pai (Gomes & Resende, 2004). E atualmente, pelo menos em algumas culturas, o pai começa a relacionar-se com o bebé de uma forma mais ativa, estabelecendo um contato mais direto com o bebé desde a gestação (Piccinini, Silva, Gonçalves, Lopes & Tudge, 2004), situação que anteriormente apenas acontecia com a mãe (gestante), pois de uma forma tradicional, o pai ficava apenas no lugar de cuidar da mãe para que esta fosse capaz de proporcionar um bom ambiente ao bebé (Gomes & Resende, 2004).

As projeções e as expectativas dos pais e das mães em relação ao filho são muito semelhantes. Apesar das mulheres vivenciarem mais intensamente as transformações fisiológicas da gestação (Cramer & Palácio-Espasa, 1993/1993), e de existir o conceito tradicional de bebê imaginário para explicar as expectativas e representações que a mãe constrói acerca do bebê, acreditamos que este conceito esteja também presente no psiquismo do pai (Piccinini et al., 2009).

Durante a gravidez, o pai revive os seus desejos e fantasias infantis, o que poderá desencadear conflitos em relação à própria paternidade: inveja da mulher “carregar” o bebê, sintomas somáticos, dificuldade em perceber as necessidades da esposa, medos de assumir responsabilidades familiares e domésticas, e ansiedade financeira (Krob, Piccinini & Silva, 2009). Neste momento, o envolvimento paterno pode variar bastante, de acordo com o desenvolvimento do bebê e conforme as características de cada pai. E, a formação do vínculo entre pai e filho vai desenvolver-se mais lentamente, consolidando-se gradualmente, após o nascimento e no decorrer do desenvolvimento da criança. O envolvimento do pai com o filho inicia-se durante a gravidez da mulher (Piccinini, Silva et al., 2004), e quanto mais intenso for o envolvimento emocional do pai, o apoio prestado à mãe e o envolvimento do pai no momento do nascimento do filho, maior será o envolvimento do pai depois do nascimento (Santis & Barham, 2017).

A pesquisa sobre a transição para a parentalidade centrou-se tradicionalmente nas mulheres, mas na última década, o interesse pela transição dos homens para a paternidade aumentou. A metáfora "montanha-russa" indica a tensão entre diferentes sentimentos sobre o futuro dos homens que se vão tornar pais. Existem algumas evidências, relativamente à saúde mental, que os homens estão em grande risco durante a transição para a paternidade, especialmente no período perinatal (Asenhed, Kilstam, Alehagen & Baggens, 2014). A saúde mental dos homens, durante este processo, tem mostrado ter impacto no desenvolvimento emocional e comportamental nos filhos e, desta forma, torna-se imprescindível focar a nossa atenção para as relações entre pais e filhos (Wong et al., 2016).

2. Tornar-se Pai

Nas últimas décadas o papel do pai tem sofrido alterações, e hoje sabemos que o pai ocupa um lugar especial no desenvolvimento dos seus filhos, mesmo antes do nascimento (Castoldi, 2002). Durante várias décadas, a mãe era considerada a principal cuidadora das crianças (McBride et al., 2005), e os pais eram vistos como pessoas

distantes e não envolvidas nos cuidados dos filhos. A função do pai era praticamente associada ao sustento económico da família, e sua importância para o desenvolvimento infantil, principalmente nos primeiros anos de vida, foram temáticas pouco exploradas pela psicologia (Silva, 2007). Mesmo após o nascimento, o pai era descrito como ausente nos cuidados que a mãe prestava à criança (Brazelton & Cramer, 1991). Foi só a partir de meados do séc. XX que começou a surgir a imagem de um pai ativo e envolvido nos cuidados à família (Moreira & Fernandes, 2000), desde o acompanhamento da sua esposa durante a gravidez (consultas pré-natais), como também nas aulas de preparação para o parto e no nascimento (Bayle, 2006). O pai passou a assumir novas funções, participando de forma mais ativa na vida dos filhos (Bernardi 2017), e assim foram surgindo novos olhares sobre as dimensões biológica, social e psicológica da paternidade (Balacho, 2012).

Nos dias de hoje, sabe-se que pai assume uma importância equivalente ao da mãe (Castoldi, 2002), e tem uma influência direta e indireta em três aspetos do desenvolvimento infantil: cognitivo, sócio emocional e identidade de género (Frascarolo, 2004). “Tanto o pai, assim como a mãe, têm um importante papel no desenvolvimento infantil, não apenas na provisão das necessidades materiais, mas também nas relações de afeto e cuidado” (Lamb & Lyra et al., cit. por Pereira Junior, Siqueira & Rezende, 2011, p. 133). O (novo) pai aparece como uma figura renovada, capaz de se envolver de forma empenhada no período da gravidez, parto e pós-parto, assim como na prestação de cuidados aos filhos, com uma vivência da paternidade mais ativa e participativa (Castoldi, 2002), e com características relacionais tipicamente associadas ao género feminino (em termos de disponibilidade e do afeto), e características tradicionalmente masculinas (como a autoridade, a disciplina e a brincadeira), adaptando-se a diferentes papéis e funções dentro da família (Pimenta, Veríssimo, Monteiro & Costa, 2010).

Para Camus (cit. por Camarinho, 2011), “a paternalização edifica um processo de reorganização identitária, carregado de sentido e explicado à luz da história existencial do indivíduo” (p.78). Nos primeiros meses, com a chegada do (s) filho (s), o pai pode reativar no plano inconsciente, dificuldades que possivelmente o tenham marcado na infância (Golse, 2001), nomeadamente experiências infantis com os seus próprios pais, podendo ser este momento mais difícil para alguns pais (Raphael-Leff, cit. por Gonçalves, Guimarães, Lopes & Piccinini, 2013). A forma como o pai foi amado e valorizado pelos pais permitiu-lhe ir construindo o seu narcisismo (Coimbra de Matos, 2001), influenciando o modo como se coloca perante a paternidade, podendo

experienciar sentimentos intensos de satisfação, alegria e vaidade pelo (s) seu (s) filho (s) e, por vezes, de exclusão da relação mãe-bebé e de inexperiência (Gonçalves et al. 2013). Para Malpique (1990), o pai existe, perante o filho real, e vai interagir com ele consoante as representações que construiu dele. E, nos primeiros tempos de vida, os pais poderão ser igualmente “boas mães”, por curtos períodos de tempo, atribuindo-se assim aos homens funções de *maternage* (Winnicott, 1964/1957). No entanto, a aproximação do pai ao bebé, dependerá da atitude da mãe (Stern, cit. por Silva & Piccinini, 2009). Se consideramos que o homem e a mulher são sempre pensados numa perspectiva relacional (Cia, Williams & Aiello, 2005), e que o exercício da parentalidade começa logo no momento da gravidez e mantém-se ao longo de toda a vida do indivíduo (Bornstein, 2001), quanto maior for a interação entre pais e filhos, maior é a satisfação do pai com o seu papel, e esta satisfação repercutir-se-á diretamente na dinâmica familiar, nomeadamente no relacionamento com a sua mulher (Cia et al., 2005).

Com o nascimento do primeiro filho, os dois (pai e mãe) vão passar de uma identidade de filhos, para uma identidade de pais (Relvas, 1996), em que o papel parental assume novas funções, novas tarefas e um conjunto de reorganizações relacionais, intra e inter familiares (Krob et al., 2009). A forma como o pai se vai envolver neste processo, dependerá da satisfação com a relação conjugal, e quanto maior for a satisfação conjugal, maior será também o envolvimento paterno (Simões, Leal & Maroco, 2010), pois as experiências relacionais da relação conjugal transferem-se para a relação pai-criança (Bradford & Hawkins, 2006; Finchman, 1998).

O significado de se *ser pai*, vai sendo construído por cada homem ao longo do tempo, sendo um processo complexo, relacionado com diferentes fatores (fatores biológicos, sociais, culturais, económicos, familiares e pessoais) (Lamb, 2000). As alterações que ocorrem na experiência da paternidade, influenciam a identidade masculina (Jablonski, cit. por Vieira et al., 2014), e as transformações familiares, irão gerar expectativas e exigências em relação ao homem, tanto nas suas funções de pai como de esposo. Ao considerarmos o percurso de vida de cada pai, as experiências que tiveram com a sua família, a relação com os próprios pais e as suas próprias características, iremos compreender a relação que estabelecem com os próprios filhos (Belsky, 1990).

Este “novo pai”, associado a uma mudança de expectativas, crenças e representações sociais (Balacho, 2004), está cada vez mais a procurar respostas em como ser um bom pai, manifestando diferentes sentimentos. Por vezes, sentem-se excluídos quando visitam centros de saúde (ou outros estabelecimentos), e dizem ter

dificuldades em descobrir como apoiar a sua mulher (Åsenhed, Kilstam, Alehagen & Baggens, 2014). Desta forma, questiona-se atualmente que mudanças ocorrem com o pai durante este processo, sendo uma temática ainda pouco explorada, sendo a vivência neste momento (também) bastante intensa para muitos homens.

Ser pai, é um processo que se aprende, não nascendo ninguém preparado o ser.

Apesar da escassa literatura sobre as mudanças que ocorrem com o pai neste processo, alguns estudos abordam a chamada "*Síndrome de Couvade*", e descrevem-na como uma expressão somática da ansiedade, relacionada com diversos fatores emocionais presentes neste período (e.g. uma identificação do pai com a esposa grávida ou até mesmo uma ambivalência em relação à paternidade e ao processo de adaptação a essa nova situação) (Piccinini, Silva et al. 2004). Para Ramalho (2015), esta sintomatologia associa-se não só com *stress* e com dificuldades ao nível da parentalidade, mas também com o conflito conjugal. Esta expressão singular, sentida por cada pai, também pode de certa forma estar relacionada com o sentimento de exclusão, presente neste processo, e também ao desenvolvimento de diferentes fantasias nos homens. Por exemplo, medo que o bebé destabilize o casamento, pois muitos homens relatam existir uma diminuição da satisfação conjugal, bem com uma diminuição da vida social e sexual do casal (Bornholdt, Wagner & Staudt, 2007). Neste sentido, tornar-se imprescindível centrarmos a nossa atenção no homem, futuro pai, pois apesar de cada um sofrer com algumas dúvidas na fase de adaptação ao seu novo papel, poucos têm um espaço para expressar todas as suas angústias e expectativas.

Os pais que tiverem uma representação do seu próprio pai como apoiante, estimulante e participativo nas tarefas domésticas, vão mostrar-se mais envolvidos a nível da parentalidade, e a proximidade e o afeto em relação à família de origem constituem-se, por isso, como preditores de uma maior proximidade e adequação em relação à paternidade (Lima, Serôdio & Cruz, 2011). De igual forma, se tiveram uma relação negativa com os seus próprios pais, o "sentimento de falta" na relação com os seus próprios pais, vai tornar o pai mais envolvido na relação com os seus filhos. Quando o modelo na família de origem do homem não foi sentido como "suficientemente bom", então ele dará importância a poder constituir-se como um bom modelo de identificação para o seu próprio filho (Floyd & Morman, 2000). Além da família de origem, e da relação conjugal, também o contexto social e profissional dos pais é uma variável imprescindível para pensarmos a parentalidade. Os determinantes da parentalidade vão ser cada vez mais multifatoriais (Belsky, 1990), e o processo de se tornar pai envolve

grandes mudanças de vida (Håland, Lundgren, Lidén & Eri, 2016), tendo início muito antes do nascimento da criança (Gomez, 2005).

Apesar de ser ainda escassa a literatura, relativamente à experiência dos homens neste processo, alguns estudos foram efetuados.

Na Suécia, foram investigadas as expectativas dos pais quanto à forma de atendimento pré-natal. As conclusões do estudo revelam, que os pais têm baixas expectativas em estar envolvidos no processo, e as expectativas para obter apoio emocional ou frequentar as aulas de preparação para o parto são muito baixas. As maiores expectativas dos pais eram que os cuidados pré-natais se centravam no cuidado da saúde da criança e da mulher. Atualmente, todos os pais são agora assumidos como participantes ativos na gravidez e no parto (Andersson, Norman, Kanlinder & Plantin, 2016).

Também Poh, Koh e He (2014) examinaram as experiências e as necessidades dos pais durante a gravidez e o parto. Os autores concluíram que os pais experimentaram sentimentos mistos, durante a gravidez e o parto. Os pais referiram necessitar de apoio por parte das suas esposas e profissionais de saúde, e que queriam ser informados, envolvidos e respeitados. Relataram também a ausência de mecanismos de apoio para o novo papel na paternidade, e referiram que precisavam de mais informações sobre a parentalidade, nomeadamente no que se refere aos cuidados com o bebé, e ao nível do relacionamento conjugal no período pré-natal, pois a transição para a paternidade envolve diferentes reações emocionais, tal como a necessidade de se identificar com o papel do pai e uma redefinição do *self* e da relação com a esposa (Håland et al., 2016).

Genesoni e Tallandini (2009) investigaram a transição psicológica dos homens para a parentalidade, desde a gravidez da esposa até ao primeiro ano de vida da criança. A atenção foi colocada sobre as dimensões sociais e relacionais intrapsíquicas dos homens, e os resultados revelam três estádios paternos específicos: pré-natal, momento do parto e nascimento e pós-natal. A gravidez da esposa foi considerada o período mais exigente em termos de reorganização psicológica do *self*; o momento do parto e o nascimento foram os momentos mais intensos emocionalmente, e o período pós-natal foi mais influenciado por fatores contextuais. Este último, também foi evidenciado como sendo o mais interpessoal e intrapessoalmente desafiador na forma de lidar com a nova realidade de *ser um pai*. Para os mesmos autores, existem três áreas distintas que dificultam todo o processo de vinculação do homem durante a gravidez. A primeira elucida-nos para o sentimento de irrealidade, por não existirem

provas visíveis do filho, e o homem tem mais dificuldades em criar uma ligação emocional. A segunda área refere-se ao relacionamento com o objeto materno, uma vez que a divergência entre as expectativas e necessidades femininas e masculinas são distintas, o que pode levar a um desequilíbrio no casal. A terceira área diz respeito à formação da identidade como futuro pai, sem nunca esquecer as já existentes, nomeadamente de esposo e filho.

Enquanto na mulher, “a gravidez leva a uma readaptação tanto ao nível dos mecanismos corporais como ao nível psicológico e emocional” (Frias & Franco, 2008, p. 38), o homem vivencia o medo, a responsabilidade sobre o bebé que está na barriga da sua esposa e as alterações no comportamento dela muitas vezes sem causa aparente, levando-o a viver uma fase conflituosa. Será por este facto que muitos homens só se sentem pais após o nascimento, e em alguns casos após esta fase o sentimento de paternidade ainda não é perceptível, bem como o peso da responsabilidade que este evento pressupõe (Freitas et al., 2007).

Mais tarde, nos primeiros anos de vida, os atributos e a vocação de um pai vão-se desenvolver, quando a criança aprende a receber e a dar afeto. Relativamente ao pai, será a mãe que vai introduzir a figura e o valor simbólico do pai, e esta relação irá desenvolver-se quer pela mediatização da mãe, quer pela própria presença e contribuição do pai (Barros de Oliveira, 1994). Neste sentido, podemos dizer que “para um desenvolvimento saudável da criança, é necessário que exista uma função continente, que seja contentora - bi-parenta (pai e mãe). Será a integração destas duas componentes (materna e paterna) que vão dar consistência à organização psíquica da criança” (Vidigal, 2013, p. 31).

Barros de Oliveira (1994) sugere algumas qualidades que caracterizam um bom pai (ou mãe): a capacidade de manifestar afeto, de respeitar a criança e de se alegrar com ela; de ser tolerante e de a aceitar como ela é; de lhe dar todo o apoio e de ser paciente e esforçar-se continuamente por compreender e amar a criança. O mesmo autor refere que o homem procura preparar-se emocionalmente para assumir, tanto quanto a mulher, um papel ativo nos cuidados e na criação de seus filhos (Barros de Oliveira, 1994). Atualmente, o pai sente-se tão responsável pelo filho, quanto a mãe, e sabe que não basta ver o filho de vez em quando para ser um bom pai. Por este facto, acreditamos que quanto mais precoce for o contato do pai com o filho recém-nascido, maior é a possibilidade de se criarem laços adequados entre ambos. A ligação afetiva estabelecida entre cada díade é exclusiva, com laços de vinculação muito específicos, que englobam fantasias parentais, medos, sonhos, lembranças da própria infância e

expetativas sobre o futuro da própria criança (Rebelo, 2013). Ao pensarmos no papel dos pais no desenvolvimento da criança, devemos tornar significativo o “triângulo que enfatiza a importância da relação entre a mãe e o pai ou duas figuras parentais” - a *intersubjetividade da tríada* (Martins, 2014, p. 64).

Atualmente, sabemos que o interesse e envolvimento dos pais com os filhos começa durante a gestação e é concretizado não só através do apoio instrumental e emocional prestado à mãe, mas também pela sua participação em diversas atividades relativas à gestação e na sua interação com o feto, em conversas e afetos na barriga da mãe (Piccinini, Silva et al., 2004). Ao contrário da mulher, durante a gravidez, o homem não vivencia a satisfação libidinal de ter um bebê no seu interior e todo este processo (gravidez e nascimento do filho) é puramente psíquico - “um processo de pensamento” (Martins, 2014). Contudo, tal não significa que o pai esteja “adormecido” nos primeiros tempos de vida do bebê (Bayle, 2006), pois progressivamente ao longo da gravidez, o pai vai elaborar uma representação de si enquanto pai (Figueiredo, 2005), e a relação pai-bebê parece desenvolver-se de forma simultânea com a relação mãe-bebê, desde as primeiras semanas de vida, e os três vão-se reconhecer-se mutuamente ligados, numa tríada mãe-pai-bebê (Noël & Cyr, 2009, 2010).

Existem evidências, que o envolvimento do pai com seus filhos, na infância, terá impactos a longo prazo, tanto a nível comportamental, na saúde mental, na idade escolar, como na autoestima na adolescência (McMunn, Martin, Kelly & Sacker, 2015), e que os pais são tão capazes como as mães de serem sensíveis e responsáveis na interação com os filhos (Cia et al., 2005). Contudo, o envolvimento do pai passa por uma interação mais física e menos íntima, focalizada em brincadeiras (Cowan & Cowan, 2000), pois não tiveram a experiência de uma relação corporal como a mãe (Vidigal, 2013).

Já Malpique, num trabalho em 1984 (cit. por Malpique, 1990), referia que apesar de existir uma relação dominante com a mãe nos primeiros oito meses, e a vinculação do bebê à mãe ser reforçada por comportamentos específicos e ativos, a ligação dos pais à criança estabelece-se desde os primeiros momentos de vida. A mesma autora evidencia no seu livro o estudo de Parke, Schaffer e Emerson (cits. por Malpique, 1990), onde se conclui que o preconceito de que os homens não se interessam por bebês e só estimulam os filhos quando eles são maiores não se confirma. Esta situação faz-nos pensar, e de certa forma acreditar, que o pai é mais ativo e estimulante na interação com o bebê neste século. Porém, para Vidigal (2013), os pais só mais tarde tenderão a brincar com a criança, depois dela aprender a sentar-se ou quando começa a colocar-

se de pé. A autora refere até alguns jogos favoritos que os pais desenvolvem com a criança: lançar a criança ao ar, circular com ela ou encavalitá-la nos ombros.

Em suma, podemos encarar o processo de se *tornar pai* quer como uma condição, quer como uma função da paternidade no homem que reconhece aquele filho como seu, que reconhece a mulher como mãe da sua criança, que aceita essa criança na sua nova função, e que simultaneamente também é reconhecido como pai pela mãe e pela própria criança (Noël & Cyr, 2009, 2010).

Neste desafio da parentalidade, um dos desafios que os pais precisam enfrentar é o de viabilizar o dia-a-dia do trabalho com o exercício constante da paternidade, pois a vida atual é complicada devido às horas gastas em atividade profissional que limitam o tempo do pai na família, preocupações, etc. (Espírito Santo & Bonilha, 2000).

Nos dias de hoje, o pai está mais consciente da importância do seu papel paternal relativamente ao desenvolvimento e acompanhamento dos filhos (Vidigal, 2013), contribuindo para o estabelecimento de uma relação afetiva mais próxima (Martins, cit. por Gama, 2015). O homem quer mais de si mesmo na relação com os filhos e deseja estar presente, ser reconhecido, e tudo faz para não ser um elemento externo à vida dos filhos (Balancho, 2012). Como refere Lamb (2002), o pai forma com o seu filho um laço, desde os primeiros tempos de vida.

Apesar de existir alguma evolução ao longo dos tempos, espera-se que a sociedade continue a valorizar de forma desejável as experiências dos futuros pais como relevantes, e de elevado significado para a família (Balancho, 2012; Bernardi, 2017). O papel de pai ainda é muitas vezes definido como o de apoio à mulher, e atualmente pouco sabemos como vivenciam este processo, neste momento tão importante da história das suas vidas.

Parte II

Estudo Empírico

1. Enquadramento e Objetivos do Estudo

A transição para a parentalidade compreende os três subsistemas familiares sendo influenciado por fatores complexos nos quais se incluem questões do contexto social no qual o sujeito está inserido, das relações que estabelece com as outras pessoas, dos modelos de paternidade com os quais se relaciona, das características pessoais dos pais e das características da criança (Belsky, 1984, 2014; Nyström & Öhrling, 2004; Martins, 2009).

Sabemos que o homem tem algumas dúvidas na fase de adaptação ao seu novo papel, e tornar-se pai envolve grandes mudanças de vida (Håland et al., 2016). Embora não seja consensual o momento em que se inicia a transição para a parentalidade, podemos colocá-la antes da concepção. A possibilidade ou não dessa construção dá-se a partir da história particular do sujeito e/ou mesmo através da história de cada casal, uma vez que a partir dessas condições será possível ou não incluir um novo ser na família. A existência um bebé imaginário antes do nascimento e antes da concepção, surge com o desejo de ter um filho que está inserido no espaço psíquico e emocional dos seus pais. Neste sentido, o projeto de ter um filho constrói-se antes do momento da concepção, e nasce primeiro no imaginário e fantasia parental, como um investimento narcísico, no qual os pais projetam no bebé o seu desejo subjacente da continuação da sua família, como forma de manter a sua história, as suas crenças e os valores da sua família (Leal, 2005; Sá, 2004).

Pouco se sabe sobre o processo de transformação intrapsíquico e intersubjetivo através do qual um pai se torna pai, podendo este ser também um momento bastante intenso na história das suas vidas. Apenas sabemos que a formação do vínculo entre pai e filho ocorre mais lentamente, consolidando-se gradualmente após o nascimento e no decorrer do desenvolvimento da criança, parecendo também que muitos homens apenas se sentem como pais após o nascimento, e em alguns casos após este acontecimento (Freitas et al., 2007; Piccinini, Silva et al., 2004). Por este facto, adotamos investigar: “*Quando e como é que os pais se sentem tornar pais?*”

Tendo por base o objetivo geral supracitado, formulámos e procurámos obedecer aos seguintes objetivos específicos:

- Compreender o processo de transformação psíquica intrasubjetiva e intersubjetiva dos homens, desde o início da gravidez até aos oito/doze meses de vida da criança;

- Compreender o momento em que o homem se começa a *sentir como pai*;
- Identificar os fatores que os pais percebem como tendo influenciado o seu processo de transição para a parentalidade;
- Compreender a percepção que os pais têm sobre a forma como se construiu e se desenvolveu o investimento emocional no seu filho.

2. Metodologia

2.1. Desenho de Investigação

O método de investigação deve ser escolhido, ajustado e desenvolvido conforme a natureza do fenómeno em estudo, sendo que é o fenómeno que determina o método, assim como as características dos participantes (Groenewald, 2004). A abordagem metodológica qualitativa de natureza fenomenológica foi considerada a mais adequada para esta investigação. Como referem Giorgi e Souza (2010), “trata-se de uma metodologia qualitativa que contempla os requisitos do método fenomenológico e da Psicologia como ciência” (p. 13). Tem os seus pressupostos com base na ciência da filosofia, sendo um grande contributo à psicologia, pois tem como objetivo investigar as experiências únicas e individuais tais como elas são sentidas e descritas (Groenewald, 2004).

A abordagem metodológica qualitativa de natureza fenomenológica defende que não nos devemos preocupar com os factos em si que a pessoa refere (relativamente ao seu passado), mas sim compreender o seu passado a partir da perspetiva do participante; compreender a realidade subjetiva e o significado individual das experiências vividas pelas pessoas envolvidas no processo do objeto de estudo (Harper, 2012; Larkin & Thompson, 2012). Como refere DeCastro e Gomes (2011), “em pesquisa fenomenológica, o método empírico tem sido definido como uma investigação clara e precisa, de aspetos particulares da experiência humana, bem como um método para a análise da vivência de um sujeito em determinadas situações do seu cotidiano” (p.155). Procura relacionar *como* os dados são representados à consciência, e não propriamente o que eles *são ou qual a sua realidade*, mas *como* eles são *sentidos* por cada pessoa em particular (Giorgi & Souza, 2010).

Como refere Holloway (cit. por Groenewald, 2004) é a “*experiência interna de estar consciente de alguma coisa*”. Neste sentido, o mais importante para a pesquisa

fenomenológica nesta perspectiva, seja qual for o instrumento utilizado, será a priorização da experiência, a procura pelo significado da experiência (Moreira, 2004), “investigar o *sentido* da experiência humana” (Giorgi & Souza, 2010, p. 13).

Nas descrições fornecidas está a base para uma análise estrutural reflexiva para compreender as essências da experiência. Primeiro, os dados originais são recolhidos por descrições obtidas através de perguntas abertas e diálogo. De seguida, o investigador descreve a estrutura da experiência baseada na reflexão e interpretação da história do participante da pesquisa, e o objetivo é compreender todo o processo das pessoas que vivenciaram a experiência (Moustakas, cit. por van Esch & van Esch, 2013). Parte-se do pressuposto metodológico de que o sujeito sabe dessa experiência, que a vivenciou, e o investigador propõe-se a aprender com quem já viveu ou vive a experiência sobre a qual ele quer aperfeiçoar os seus conhecimentos (van Esch & van Esch, 2013).

Para Almeida e Freire (2017), existem três princípios que reforçam a pertinência e a necessidade de uma postura interpretativa dos comportamentos e dos fenómenos sociais: 1- a importância da experiência subjetiva como fonte do conhecimento; 2- estudar os fenómenos através da perspectiva do outro; 3- o interesse em conhecer a forma como as pessoas interpretam o mundo social que também acabam por construir interactivamente. Neste sentido, compreender as experiências não se insere numa abordagem quantitativa, pois procuram-se significados e essências de experiências através de relatos na primeira pessoa, sendo os dados da experiência imperativos na compreensão do comportamento humano (Moustakas, cit. por van Esch & van Esch, 2013). De acordo com Christensen, Johnson e Turner (cit. por Simon & Goes, 2011), o objetivo primário de um estudo fenomenológico é explicar o significado, a estrutura e a essência das experiências vividas de uma pessoa, ou de um grupo de pessoas, em relação a um fenómeno específico. É direcionada para a descoberta e não para confirmar hipóteses ou testar teorias. Como refere Schmidt (cit. por Dutra, 2002), “cabe ao pesquisador colocar-se, então, mais como um recolhedor da experiência, inspirado pela vontade de compreender, do que como um analisador à procura de explicações” (p. 70).

Sendo a fenomenologia um método de investigação intuitivo e descritivo, tanto da parte da descrição concreta das experiências vividas e narradas pelos participantes, como do processo de análise dessas experiências, através de interpretação da essência psicológica do fenómeno (Giorgi & Giorgi, 2008), não se pretende generalizar

resultados, mas sim interpretar analiticamente o fenómeno investigado, recorrendo a entrevistas narrativas.

2.2. Participantes

No âmbito deste estudo, tendo em conta os objetivos desta investigação, os critérios de seleção da amostra assentam na temática principal sobre o “processo de transformação intrapsíquico e intersubjetivo através do qual um pai *se torna pai*”.

A amostra intencional é constituída por cinco homens primíparos. Consideraram-se como critérios de inclusão: a) Nacionalidade Portuguesa; b) pais de filhos com aproximadamente doze meses de idade; c) residentes no concelho de Évora.

Consideraram-se como critérios de exclusão: a) Situações de perturbação de saúde mental ou situações diagnosticadas pela Psiquiatria.

O contacto com os participantes foi feito no Centro de Saúde de Évora, Unidade de Saúde Familiar Lusitânea.

Por motivo de preservar o anonimato das participantes nesse estudo, eles são identificados por P1, P2, P3, P4 e P5.

2.2.1. Caracterização Geral dos Pais Participantes

Os pais participantes têm idades compreendidas entre os 29 e os 36 anos, com a média a fixar-se nos 32.6 anos. Quanto às habilitações literárias, maioritariamente, têm o 9º Ano de Escolaridade. Somente dois pais participantes possuem o 12º Ano de Escolaridade. A ocupação profissional concentra-se no setor dos serviços, e todos os pais coabitam apenas com a mãe dos filhos, como podemos verificar na *Tabela 1*.

Tabela 1

Dados sociodemográficos dos participantes

Participante	Estado Civil	Residência (Concelho)	Profissão	Habilitações Literárias	Idade	Idade do Filho(a)
P1	Casado	Évora	Técnico Produção	9º Ano	29	12 meses
P2	Casado	Évora	Técnico/ Comercial	12º Ano	31	11 meses
P3	Casado	Évora	Técnico Produção	9ºAno	34	12 meses
P4	Casado	Évora	Técnico Produção	9º Ano	36	10 meses
P5	Casado	Évora	Técnico/ Comercial	12º Ano	33	12 meses

2.3. Instrumentos

Neste estudo, foi utilizado como método para a recolha dos dados – a *entrevista narrativa*.

Na pesquisa qualitativa, a fonte dos dados pode ser obtida através de “entrevistas, observações, documentos, registos, filmes” (Strauss & Corbin, 2008, p. 24). Para Giorgi e Sousa (2010) “O desenvolvimento dos conhecimentos científicos em saúde esteve sempre ligado à investigação quantitativa para criar teorias e leis gerais, com ênfase no explicar, no predizer. Todavia, a investigação com metodologias quantitativas parece não conseguir uma abrangência de todas as situações com necessidade de pesquisa, nomeadamente, quando se considera a decisão de estudar fenómenos particulares” (p. 232). Por este facto, a entrevista “representa um instrumento básico que possibilita recolher dados descritivos na linguagem própria do sujeito, permitindo ao investigador desenvolver intuitivamente uma ideia sobre a maneira como os sujeitos interpretam aspetos do mundo” (Bogdan & Biklen, cits. por Giorgi & Sousa, 2010, p. 239).

A entrevista narrativa é um instrumento não estruturado, que se utiliza com o objetivo de aprofundar momentos específicos de histórias de vida, tanto do entrevistado, como de outras pessoas que estão inseridas no contexto situacional e relacional do mesmo (Muylaert, Sarubbi Jr., Gallo, Neto & Reis, 2014). Trata-se de um instrumento mais adequado para a recolha de informação acerca do que os pacientes expressam, daquilo que sentem ou desejam e do que sabem ou creem (Giorgi & Sousa, 2010). Neste tipo de entrevista, o principal objetivo é encorajar e estimular o sujeito entrevistado

a contar algo sobre um determinado acontecimento importante da sua vida, e a influência do investigador na narrativa deverá ser mínima (Muylaert et. al., 2014). Assim, o importante durante a entrevista é o que está a acontecer no momento da narração, sendo que o tempo presente, passado e futuro são articulados, pois a pessoa pode projetar experiências e ações para o futuro e o passado pode ser redefinido quando o sujeito recorda e narra a sua experiência. Em todo o processo de entrevista, estão envolvidas características para-linguísticas: tom da voz, pausas, mudanças na entonação, silêncio, expressões entre outras. Estas características são fundamentais para se entender o não dito, pois no processo de análise de narrativas explora-se não apenas o que é dito, mas também a forma como é dito (Muylaert, Sarubbi Jr., Gallo, Reis & Neto, 2015).

Neste sentido, podemos eleger a entrevista narrativa como um instrumento metodológico apropriado aos estudos que se fundamentam em ideias fenomenológicas e existenciais. Através da narrativa, podemos aproximar da experiência tal como ela é vivida pelo narrador, e compreender todo o processo. Todos os valores e percepções presentes na experiência narrada estão contidos na história do sujeito, e será transmitida naquele momento para o investigador (Dutra, 2002). O narrador não “informa” sobre a sua experiência, mas conta sobre ela, dando oportunidade para que o outro a escute e a transforme de acordo com a sua interpretação, levando a experiência a uma maior extensão. O investigador não se exclui da situação, e será sensível aos efeitos subjetivos das trocas conscientes e inconscientes, verbais e não-verbais, nos quais ele próprio é parte implicada (Muylaert et.al., 2015).

No presente estudo, foi solicitado aos participantes que elaborassem uma narrativa oral sobre o tema do estudo, recorrendo apenas a uma questão aberta: “*Fale-me sobre este momento da história da sua vida, sobre este processo de se tornar pai*”.

2.4. Processo de Recolha de Dados

Num primeiro momento, iniciou-se o contato com a Comissão de Ética para a Saúde (CES) da Administração Regional de Saúde do Alentejo (ARSA), no sentido de solicitar autorização para a realização do estudo, na Unidade de Saúde Familiar (USF) Lusitânea. O pedido de autorização foi fundamentado teoricamente quanto à relevância e pertinência do estudo.

Num segundo momento, recebido o parecer positivo por parte da Comissão de Ética para a Saúde, da Administração Regional de Saúde do Alentejo, contactaram-se os

diversos profissionais e foram enviados para a Comissão de Ética para a Saúde todos os documentos devidamente assinados;

Num terceiro momento, iniciaram-se os devidos procedimentos para a recolha de dados. O primeiro contato foi efetuado presencialmente, pela enfermeira coordenadora, no dia em que os pais se deslocaram à Unidade de Saúde Familiar com o seu filho, para levar vacina/s. A enfermeira apresentou a cada pai a finalidade do estudo, e o contexto em que o mesmo se realizava. De seguida, e com a autorização dos pais, a enfermeira referenciou os mesmos, facultando o contato telefónico de cada pai, de forma a ser agendada a realização da entrevista.

Num quarto momento, os pais foram contactados telefonicamente, tendo-lhes sido esclarecido detalhadamente a finalidade e os procedimentos do estudo, ficando agendada uma data para a realização das entrevistas, com cada um dos pais.

Num quinto momento, procedeu-se à realização das entrevistas. As entrevistas foram realizadas na Unidade de Saúde Familiar Lusitânea, num gabinete médico, tendo todos os aspetos éticos sido cumpridos. Todas as entrevistas foram registadas num gravador áudio, e transcritas integralmente para um documento digital. As entrevistas foram realizadas entre Maio de 2017 e Novembro de 2017, e tiveram uma duração média de 30 minutos.

Durante a realização das entrevistas, foi primeiramente criado um ambiente empático e informal com os participantes. A investigadora agradeceu a sua disponibilidade, esclareceu novamente os objetivos do estudo, e deu a cada participante a carta de explicação do estudo e o respetivo consentimento informado para assinar. A cada participante, foi dado espaço para colocar questões que julgasse necessárias, a fim de tomar uma decisão mais informada. Não foi estabelecido um tempo limite para se responder à questão de investigação, e ao longo da entrevista tentou-se aprofundar a mesma no sentido de recolher informação para responder à questão de investigação - *“Fale-me sobre este momento da história da sua vida, sobre este processo de se tornar pai”*.

2.5. Procedimentos para a Análise de Dados

A transcrição das entrevistas realizou-se com o registo integral dos conteúdos expressos, incluindo tempos de pausa e expressão de sentimentos (e.g., chorar, rir). Concluindo este passo, iniciou-se a análise de dados, de acordo com o método

fenomenológico de investigação em Psicologia, baseado em Giorgi e Sousa (2010), que se apresenta, de seguida, de forma resumida.

De acordo com o método fenomenológico, foram efetuados quatro passos fundamentais: 1) Estabelecer o Sentido Geral; 2) Determinação das Partes: Divisão das Unidades de Significado; 3) Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico; 4) Determinação da Estrutura Geral de Significados Psicológicos.

Assim sendo, num primeiro momento, leu-se a transcrição completa das cinco entrevistas, para obter o sentido do todo. Num segundo momento, foi retomada a leitura de cada entrevista, e identificadas todas as unidades de significado. Num terceiro momento, transformaram-se as unidades de significado (em linguagem comum dos participantes), em expressões de carácter psicológico (em linguagem mais rigorosa para o discurso científico); Por último, integraram-se as unidades de significado (de cada participante), transformadas em constituintes essenciais, e sintetizámos o todo numa estrutura essencial e geral da experiência vivida pelos participantes, relativamente ao fenómeno em estudo.

Parte III

Apresentação de

Resultados

Começamos por apresentar a Estrutura Geral de Significados Psicológicos, que é comum aos cinco participantes, e que transmite aquilo que consideramos ser o verdadeiramente essencial, a nível psicológico, nesta experiência, independentemente dos detalhes e particularidades que lhe possam estar associados. Como referimos no ponto anterior, da Estrutura Geral de Significados fazem parte os Constituintes Essenciais que, no fundo, categorizam os significados invariantes ou elementos-chave encontrados no conjunto destas descrições.

Após a apresentação da estrutura geral de significados, faremos a descrição dos constituintes essenciais identificados, e a representação esquemática. Serão também apresentados exemplos das citações diretas dos participantes, correspondentes a cada constituinte específico.

1. Determinação da Estrutura Geral de Significados Psicológicos da experiência vivida pelos participantes (P1, P2, P3, P4, P5)

O processo de *tornar-se pai* é sentido como um misto de experiências positivas e negativas. No discurso manifesto dos participantes, aparece o *desejo consciente de se tornarem pais*. Porém, no desejo de ambos, parece existir um desejo inconsciente de satisfazer o desejo dos próprios pais. A partir deste desejo, surge todo um processo de transformação interna, que vai acontecendo durante a gravidez, parto, pós-parto e ao longo do acompanhamento da criança. Entre o quarto e o quinto mês de gestação, os pais *sentem-se tornar pais*. Existe uma transição intrapsíquica do investimento de uma *relação a dois, para uma relação a três*. A particularidade deste período de gestação (transformação corporal da mulher, o momento da ecografia, a preparação do espaço familiar), permite mentalizar a existência de um bebé, que ainda que existente na fantasia de um pai, se vai tornar real.

Há medida que se aproxima o momento do nascimento, a *ansiedade experienciada pelos pais aumenta*; pela *preocupação com o estado de saúde do bebé* e quando pensam na sua *presença no momento do parto*.

Quando olham o bebé pela primeira vez, *sentem-se como pais*. Este momento é experienciado com um sentimento de felicidade, pois nasceu um bebé de um imaginário intrapessoal. E, as primeiras horas a sós com o bebé, são a *primeira experiência de relação da díade* (pai-filho), vividas com um sentimento de bem-estar.

Contudo, os pais sentiram-se *inexperientes e inseguros*, em relação ao cuidar do bebê. Em relação à *vivência da paternidade*, nos primeiros dias e meses seguintes, os pais contam sobre a sua *experiência de interação nas novas rotinas* e percebem os dias da licença de parentalidade, como imprescindíveis no processo de transição para a parentalidade. Contudo, sentem a sua presença nesta fase, “limitada”. Os pais (*re*)contam as suas *experiências de interação com os seus filhos*, e em algum momento sentem-se correspondidos, passando a interagir (mais) com o seu filho, brincando, e criando laços de vinculação. Porém, os pais gostariam de ter recebido mais apoio (família e profissionais de saúde), neste processo de “se tornar pai”, que é sentido como complexo.

2. Apresentação dos Constituintes Essenciais

Neste processo, foram identificados e selecionados doze constituintes essenciais (o *desejo de se tornarem pais; o passar de dois para três; desejar estar presente no momento do parto; a preocupação com o estado de saúde do bebê; o aumento de ansiedade com a aproximação do momento do parto; o primeiro encontro (pai-filho); insegurança e inexperiência em cuidar do bebê; a experiência de interação nas novas rotinas; a experiência de interação na criação de laços de vinculação; licença parental reduzida; apoio insuficiente; uma experiência sentida como complexa*). Estes constituintes nascem dos momentos da experiência narradas (*sentir-se tornar pai; sentir-se como pai; vivência da paternidade*), nas quais eles se depararam ao longo do processo.

Na *Figura 1* estão representados estes constituintes, devendo a leitura ser entendida como um todo e não como uma relação linear e hierárquica entre as partes.

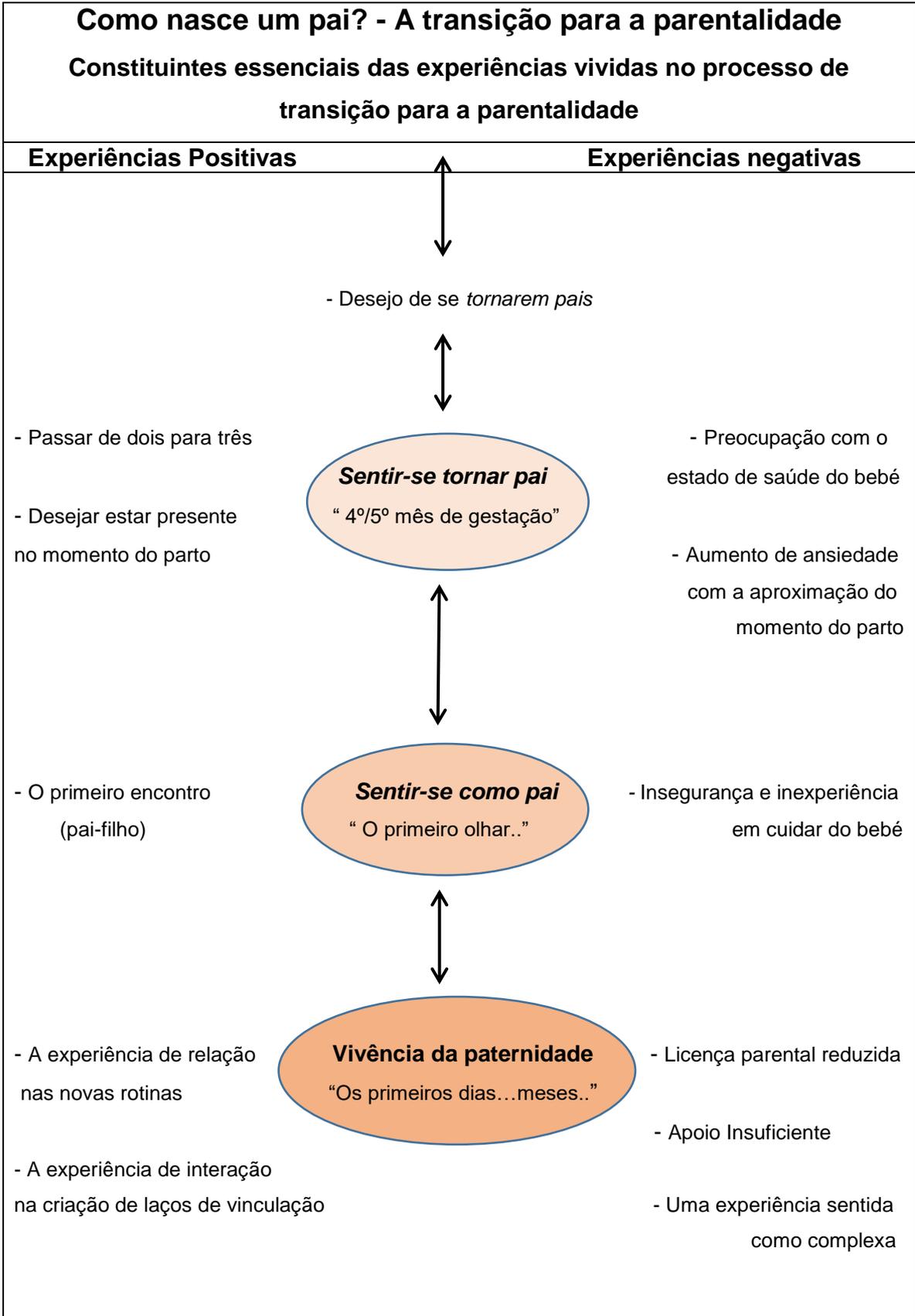


Figura 1. Representação esquemática dos Constituintes Essenciais.

2.1. Análise dos Constituintes Essenciais

2.1.1. Desejo de se *tornarem* pais

O processo de transmissão pode começar bem antes da criança ser concebida, quando os pensamentos, sentimentos e fantasias de uma mãe, de um pai e da família, começam a preparar o lugar que esse filho ocupará na sua vida (Bowen, 1965).

O discurso manifesto dos cinco participantes é condizente com esta motivação consciente dos pais, que num determinado momento, *desejaram tornarem-se pais.*

P1: *“Falávamos muito em ter um filho. Além de nós desejarmos um filho, sempre quisemos ter um casal de filhos”.*

P2: *“Logo quando pensámos em ter filhos não tínhamos preferências”.*

P3: *“A gente queria ter um filho”.*

P4: *“A gente sempre falou em ter um filho logo quando casámos”.*

P5- *“A gente queria muito ter um filho e falávamos nisso logo antes de casar..depois casámos e passado um ano tivemos a Maria”.*

Neste desejo conjunto, parece existir também o *desejo inconsciente de satisfazer o desejo dos próprios pais*, de os tornar avós.

P2: *“Se fosse menino era engraçado...e os meus pais ficavam contentes”.*

Sendo a parentalidade uma parte fundamental de um projeto de vida de homens e mulheres, na qual a família e a sociedade em geral transmitem grandes expectativas, um pai e uma mãe, são parte de um produto do inconsciente, de um passado relacional. A singularidade psíquica de cada um dos pais, e até mesmo dos avós, permite criar expectativas em relação ao género do bebé.

P3: *“A gente queria ter um filho..eu queria menino e ela menina” ; “depois quando soubemos o que era ficamos todos contentes e os meus pais adoraram” ; “os meus pais também queriam menino”.*

P4: *“a minha mãe até dizia: têm de ter dois, e se for menino e sair a ti vais sofrer bem”;* *“a minha mãe mesmo sendo menina diz que é igual a mim”*

Para **P1**, apesar de existir no espaço intersubjetivo o desejo de se *tornarem* pais, o casal teve dificuldade em adaptar-se à transição para a nova fase do ciclo vital.

P1: *“Foi um filho desejado pelos dois, embora não fosse propriamente aquela altura que nós queríamos para o ter mas...aconteceu e estamos muito felizes...e os avós também pois.. também queriam (sorrisos)”*

2.1.2. Passar de dois para três

O homem percorre o seu próprio caminho para se *tornar pai*, embora de uma forma mais lenta no tempo em relação à mulher.

Ao longo desta fase do processo, os pais criaram uma ligação emocional ao bebé, e começaram a ajustar-se à transição da relação a dois, para uma relação a três. No discurso manifesto dos participantes, é no segundo trimestre, a partir do quarto/quinto mês de gestação, que se torna consciente da existência de um bebé, e os pais se *sentem tornar pais*.

P4: *“Antes disso a gente não percebe bem o que se está a passar..”; “ não sei...lá para os quatro/cinco meses...é quase como saber que ela já era gente”.*

Para **P2** e **P4**, com a experiência da transformação corporal da mulher, o bebé começa a ser visto como um ser separado da mãe.

P2: *“Logo quando a barriguinha começou a crescer lá para os quatro meses eu fui-me logo mentalizando...pensei: “agora é que vai ser”!*

P4: *“Quando a criança começa a crescer na barriga da mãe é que a gente sente as coisas e que qualquer dia vai nascer”.*

Para **P3**, o momento da ecografia e conhecer o género do bebé, contribuiu para a sua experiência consciente de se *sentir tornar pai*, permitindo atribuir ao bebé características de personalidade.

P3: *“A gente começa a ver “já está quase” depois a barriga cada vez maior”; “Lembro-me daquela ecografia a 3D que levamos para casa...os meus pais diziam”ah, é a cara do pai”..depois os pais dela diziam “ah é a cara da mãe”. “Dizem que as minhas orelhas são engraçadas porque são pequenas e a minha mãe dizia que ela ía ser assim como eu (sorrisos) e eu fui logo ver.”*

P3: *“Lá para os quatro/cinco meses quando soubemos o que era é que uma pessoa fica assim com outra vontade e tem noção do que aí vem”*

Para **P1**, foi a experiência de participar na preparação do espaço familiar, para integrar o novo elemento na família.

P1: *“Assim que começaram os preparativos das coisas eu comecei logo a sentir-me diferente e a ganhar consciência das coisas e aquela ansiedade e aquela vontade”.*

2.1.3. Desejar estar presente no momento do parto

O momento do parto é um dos momentos mais importantes da vida de um pai, e de uma mãe. No discurso manifesto dos participantes, ao longo da gravidez, os pais desejavam estar presentes nesse momento.

P2: *“Eu queria era assistir ao parto...”*

P5: *“Eu assisti ao parto...sempre disse que queria assistir...”*

Para **P1** e **P3**, este momento do processo (gravidez), foi vivenciado com alguma angústia. Um desejo de estar presente, e confirmar se está tudo bem.

P1: *“Acho que é normal uma pessoa estar à espera daquele momento e esperar que corra tudo bem.”*

P3: *“A gente só descansa quando eles estão cá fora e quando os vemos.”*

2.1.4. Preocupação com o estado de saúde do bebé

Todos os pais participaram ativamente durante a gravidez. Participavam nas consultas pré-natal, e preocupavam-se com o bem-estar da mulher e do bebé. Contudo, a expectativa dos pais, antes das consultas, prendia-se essencialmente com a preocupação com o estado de saúde do bebé.

P1: *“Por exemplo em relação às consultas, tinha alguma curiosidade, mas nada por aí além...era apenas para saber se estava tudo bem”.*

P2: *“Uma pessoa até nascer não sabe se a criança vem bem” ; “se fosse menino ou menina o que eu esperava era que viesse com saúde”.*

P3: *“Cada vez que ia às ecografias ia sempre preocupado com ele, se estava tudo bem ou se não. É sempre uma preocupação”.*

P4: *“é sempre aquela coisa de sabermos se está tudo bem ou não” ; “o que interessa é que veio com saúde”.*

P4: *“uma pessoa só fica descansava depois do médico falar e da gente ver a criança”.*

2.1.5. Aumento de ansiedade com a aproximação do momento do parto

No discurso manifesto dos participantes, o último trimestre da gestação traz a certeza que o momento do parto é único e irreversível para o casal. Tanto os pais, como

as mães, experienciaram níveis elevados de ansiedade, e são várias as respostas emocionais associadas a esta experiência.

P1: *“Principalmente ansiedade. Acho que é normal uma pessoa estar à espera daquele momento e esperar que corra bem não é”.*

Para **P2** o medo experienciado quando pensava na possibilidade de surgir algum problema de saúde com o bebé.

P2: *“Aqueles dias em que ela estava assim com medos..Eu tive alguns receios, se estava a correr bem, se não estava” ; “uma pessoa até nascer não sabe se a criança vem bem”.*

Para **P3** e **P4**, o medo experienciado quando pensava na possibilidade do bebé nascer antes do tempo previsto, e de surgir algum problema de saúde.

P3: *“Depois quase quando está para nascer é que é pior” ; “mas também fiquei com medo por causa de nascer antes de tempo. ..uma pessoa fica sempre nervosa pelo que se ouve e dos problemas”*

P4: *“Para o fim é que uma pessoa fica assim com medo e mais nervosa” ; “Com tanta coisa que ouvimos e dos abortos e malformações é normal ficarmos com medo”.*

Há medida que o momento do parto se aproximava, os pais sentiram-se cada vez mais receosos e inseguros. Para **P2**, **P3** e **P5**, a ansiedade experienciada, é sentida como um contágio da experiência de ansiedade da mulher.

P2: *“Além de alguns medos que ela também me passava...não sou muito ansioso, mas acho que ficava ansioso por causa dela”.*

P3: *“e para o fim fiquei mais nervoso mas acho que foi por causa das coisas dela. Depois uma pessoa tenta manter a calma mas é muito difícil”.*

P5 *“por qualquer coisa chorava e irritava-se, tinha dor nas costas...estava com medo que acontecesse alguma coisa à criança, e pronto...eu depois ficava igual...já pensava que estava com alguma depressão e comecei logo a ver que as coisas iam piorar”.*

2.1.6. O primeiro encontro (pai-filho)

No discurso manifesto dos participantes, o desejo concretizado da sua presença no momento do parto, foi percebido como fator positivo, pelo sentimento de realização que experienciaram. O primeiro encontro com o bebé permitiu aos pais *sentirem-se como*

pais, tendo-se inscrito num espaço intrapsíquico, um momento único, na história de um pai.

P1: *“quando vi o meu filho pela primeira vez foi uma explosão de sentimentos”; “Ele nasceu e eu fiquei muito feliz”.*

P2: *“Alegria, um bocado também de medo...”.*

P3: *“foi uma sensação muito boa, uma alegria.”.*

Contudo, para **P2**, a experiência de *assistir* ao parto, foi percebida como um momento delicado.

P2: *“depois ali a verem a meter os tubos e a fazer aquelas limpezas aos pulmões...mas depois passou...”.*

Para **P5**, a sua experiência durante o *trabalho de parto*, foi sentida com um sentimento de frustração e impotência, face à experiência de dor da mulher, pela preocupação com o estado de saúde do bebé e pela ausência de empatia por parte das enfermeiras, face ao momento experienciado.

P5: *“mas foi complicado...aquelas horas quando ela estava na dilatação é muito mau.”; “A gente ver o sofrimento dela e depois pensar na criança e nunca mais”; “depois parece que as enfermeiras é tudo igual e uma pessoa dizia alguma coisa e elas respondiam logo mal e lá ficava uma pessoa a ver aquele sofrimento”.*

E, para **P1** e **P4**, o fato do parto ter sido por cesariana, foi percebido como um fator negativo no processo. As expectativas dos pais em relação ao momento do parto, prendia-se com um parto dito normal, com a experiência de um momento a três. Desta forma, os pais sentiram que a sua presença foi “bloqueada”, e sentiram-se excluídos neste momento.

P1: *“O momento do parto eu não pude assistir porque foi de cesariana”; “E, pronto, lá fiquei eu à espera” ; “Acho que é mais fácil quando o pai assiste ao parto do que*

propriamente ficar de fora...acho que já andam a tentar que os pais possam assistir às cesarianas”.

P4: *“eu meti na cabeça que ia ver o parto e depois não vi...acho que fiquei muito nervoso por isso...não pensei de ficar de fora..”.*

No discurso manifesto dos participantes, a experiência de se *sentir como pai*, também remete para sentimentos ainda pouco perceptíveis e para a responsabilidade que esse acontecimento carrega. Parece ser apenas o início de uma caminhada, em que os pais vão tomando consciência do novo papel paternal.

P3: *“Uma pessoa nem sabe o que há-de pensar nem dizer. Parece que não estamos em nós e só quando olhamos a criança é que temos a noção das coisas e que a partir de agora é que é a sério” ;*

P4: *“parece que não é real, parece um sonho. Tinha as orelhas como as minhas (sorrisos). Só não queria que viesse com algum problema e que tudo tivesse no sítio e correu tudo bem”.*

P5: *“depois pronto...nasceu e foi uma alegria, agente não pensa em nada, assim que vê a criança é que pensa “agora já está” e parece que começamos uma vida nova”.*

No discurso manifesto dos participantes, a primeira experiência de relação ocorreu momentos após o parto, na ausência da mãe. As primeiras horas a sós com o bebé, permitiu aos pais experienciarem o primeiro momento da relação, um momento de intimidade e proximidade, importante no processo de transição para a parentalidade. Contudo, para **P1** e **P4**, por ter sido um parto por cesariana, o primeiro encontro ocorreu na primeira experiência de relação.

P1: *“Ele nasceu e eu fiquei logo com ele ao colo até ela poder subir e pronto...tive logo aquelas horas sozinho com ele, um par de horas (sorrisos)”.*

P3: *“Eu tive um bocado com o meu filho ao colo e foi uma sensação muito boa..não tive medo mas ao mesmo tempo não sabia o que fazer”.*

P4: *“depois o tempo que tive ao colo com ela foi muito bom. Fazia festinhas na cara e foi muito bom” ; “só nessa altura é que agente percebe bem o que temos à nossa frente e o medo que é uma coisinha tão pequenina”.*

P5: *“depois levaram a criança para o quarto e eu tive com ela ao colo ...tinha medo mas depois passou”.*

2.1.7. Insegurança e inexperiência em relação ao cuidar do bebê

No discurso manifesto dos pais, na magia dos primeiros momentos no contato com o bebê, e pela condição de pais que passam a assumir, surgem as primeiras dificuldades e o sentimento de insegurança na adaptação ao bebê e à nova condição parental. Os pais sentiram-se inseguros e inexperientes, em relação ao cuidar do bebê, ainda na maternidade e nos dias seguintes.

P1: *“Acho que ter um filho é um...é uma coisa de muita responsabilidade” ; “Tive alguns medos...além de não ter experiência nenhuma, acho que há sempre o medo de falhar em alguma coisa”.*

P2: *“mesmo depois de nascer agente não sabe muita coisa..lidar com algumas situações” , “é que agente começa a ver que as coisas não são tão simples...e por vezes não sabemos bem como fazer as coisas” ; “depois agente não sabe muito bem de certas coisas e com mais medos ficamos”.*

P3: *“depois a criança nasceu e a preocupação ainda foi maior” ; “Aí é que temos a noção da responsabilidade que é..” ; “Nós assistimos às aulas de preparação para o parto mas não falam cá em certas doenças e como é que é depois de nascer e depois há sempre dúvidas” ; “depois há coisas que agente não sabe e não tem experiência e temos de ser nós a desenrascar e é um stress às vezes”.*

P4: *“ já na gravidez tínhamos medo que acontecesse alguma coisa..ou a ela ou à menina, e depois quando chegámos a casa tavámos sempre com medos e stressados...”*

P5: *“agente não sabe bem quando uma criança chora se é fome se o que é...se lhe dói a barriga e é complicado...uma pessoa não sabe bem o que fazer”*

2.1.8. A experiência de relação nas novas rotinas

No discurso manifesto dos pais, a vivência da paternidade nos primeiros quinze dias, após o nascimento, foi percebida como uma experiência importante no processo de transição para a parentalidade. Depois do nascimento, passou a existir um bebê real, que desencadeou novas preocupações e também novas rotinas na família.

P1: *“Bem, obviamente uma mudança de rotina, mas...ele até se tem portado bem, não adocece assim, apesar de ser uma criança que até teve muitas cólicas...participava nos cuidados..sempre troquei fraldas e ajudar com os banhos e fazer essas coisas normais. Também lhe dava papas, também lhe dava biberons, levantava-me a meio da noite se fosse preciso..”*

No discurso manifesto dos participantes, na experiência de relação nas novas rotinas, os pais reconhecem a sua dedicação e a importância do seu papel de pai na tarefa de cuidar. Esta experiência, proporciona sentimentos de realização pessoal, e representam importantes momentos de contato e interação com o filho e com a mãe, enquanto se tornam pais.

P2: *“Aqueles quinze dias de trabalho....aqueles quinze dias em que se fica em casa, não é bem umas férias, é um bocadinho cansativo...Esses quinze dias com atenção, tar sempre a ver...se se engasga, se está bem, se está mal...”* , *“Sem ser dar de maminha...de resto faço tudo. Mudar fraldas, dar-lhe banho, levantá-la para ir busca-la para o berço, dar-lhe de comer...faço tudo.”*

P3: *“Sempre a ajudei com tudo. Faço comer quando posso, ajudo com o menino, dou banho, mudo fraldas, brinco com ele.”*

P4: *“depois fomos para casa e depois foi uma novidade e depois é que são elas ...um dizia uma coisa outro dizia outra e era sempre assim”; “sempre a ajudei em tudo..faço comer quando posso, ajudo com o menino, dou banho, mudo fraldas, brinco com ele”*

P5. *“Nos banhos, nos biberons, a mudar fraldas e ficava com ela ao colo quando a mãe precisava de ir a algum lado ou quando tinha alguma coisa para fazer..ah..e também fazia comida e estendia roupa..há sempre muita coisa para fazer e muda tudo..o descanso não é o mesmo...até fazia limpeza à casa se fosse preciso...não brincava muito com ela porque era só comer e dormir..”*

2.1.9. A experiência de interação na criação de laços de vinculação

No discurso manifesto de quatro pais, aos quatro/cinco meses de idade do bebé, sentiram-se mais próximos dos seus filhos. Os pais sentiram-se correspondidos, e a principal forma de interação foi a brincadeira, criando laços de vinculação.

P1: *“Quando estou com ele tento dar-lhe colo, atenção, brincar com ele..ah..pelo menos para ele sentir que estou presente.”* ; *“Ele gosta de rebolar de barriga para cima*

e...(sorrisos)..não gosta muito de dar às pernas para gatinhar..no parque também se diverte e também se tenta levantar”; “Brinco com ele com os bonequinhos que ele gosta, às vezes também o ponho a ver desenhos animados que sei que ele gosta e está entretido...ele gosta muito de ver o pocoyo e pronto, entretem-se um bocadinho”.

P2: “Depois lá para os quatro meses quando a agarrava ao colo, se lhe fizesse cócegas na barriga ela ria-se, brincava com ela com os bonequinhos de corda, aqueles de música e era uma sensação muito boa”.

P3: “Ele antes mais ou menos dos quatro meses era só comer e dormir, depois começaram as papas e ele começou a rir e a perceber que estava ali a brincar e quando estou com ele brincamos muito”.

P4: “logo quando ela começou a ficar mais acordada...foi na altura das papas como disse, começamos logo a brincar mais...porque ela já via também agente de outra maneira, já era maiorzinha..” ; “ Nessa altura já é diferente que ela já começou a perceber que tava ali a dar-lhe a papa e a brincar com ela e essas coisas”.

P5: “O primeiro, segundo...e até ao terceiro mês...é aquela adaptação complicada..que agente não sabe o que fazer e temos mais medo...depois a Maria começou a crescer, já percebia as brincadeiras...e as coisas correram um bocado melhor...Lá para os quatro/cinco meses quando começou a comer a sopa as coisas mudam um bocado..até lá era só biberons e nessa fase já se ria e percebe que tamos ali com ela e já dá para brincar..e ela já está mais acordada e é diferente..”; “temos uma relação boa, desde cedo lá para os quatros cinco meses que começámos logo a brincar e isso é que é importante.

No discurso manifesto dos participantes, ao longo do desenvolvimento da criança, a criança torna-se cada mais participativa e a diversidade de brincadeiras aumenta, contribuindo para a sua experiência de tornar-se pai.

P1: *Ele agora já está maiorzinho, já vai dizendo umas palavras...*”

P4: “Depois eles vão fazendo cada dia que passa mais coisas e agente faz com eles e inventamos brincadeiras e essas palhaçadas (sorrisos) “

P5: “A gente começa a ver a evolução e já brincamos mais com os bonecos dela, com umas gracinhas e essas coisas assim...depois vai sendo maiorzinha e as brincadeiras são diferentes e ela já percebe mais as coisas”

Para **P1**, apesar de se sentir como pai, a ligação emocional que estabelece com o seu filho, ainda não é suficientemente próxima.

P1: *“Mas eu apesar de saber que estou numa relação com ele acho que só mais tarde é que vai ser forte quando ele for maiorzinho”; “Com o desenvolver dos anos, e o entendimento dele, quando ele falar, acho que vai ser uma coisa mais próxima”*

Contudo, em todos os pais, existia manifestamente o desejo de estar junto, de conviver, de confortar, de transmitir segurança, e até sentimentos de saudade quando se ausentam.

P3: *“quando estou no trabalho não vejo a hora de chegar a casa para estar com o meu filho e pronto...quando se pensa nos filhos vence tudo”.*

2.1.10. Licença Parental reduzida

No discurso manifesto dos participantes, é reconhecida a importância dos primeiros dias de licença parental, na relação da tríade. Contudo, os pais sentem estes dias como reduzidos, e gostariam de ter permanecido mais tempo com a família, nesta fase do processo. Existe manifestamente um sentimento de injustiça, pois percebem a sua presença como imprescindível nesta fase do processo.

P3: *“porque aqueles dias que a gente tem para tar com a criança eu penso que são importantes e passaram num instante”.*

P4: *“os dias que fiquei em casa foi bom mas passaram a correr e depois tive de ir trabalhar e preocupado que elas podiam precisar de mim”.*

P5: *“depois aqueles dias passam a correr e uma pessoa mal tem tempo para estar ali como deve ser”; “devíamos ter mais tempo para estar em casa...mas pronto, lá se fazia o que se podia”.*

2.1.11. Apoio insuficiente

No discurso manifesto dos participantes (**P1**, **P2**, **P4** e **P5**), os pais percebem o apoio recebido por parte dos pais e dos profissionais de saúde, como insuficiente, e sentem que foi (e é) um fator negativo no processo.

Para **P1** e **P4**, há a ausência total de suporte familiar, nesta fase do processo.

P1: *“Nós gostávamos que toda a gente tivesse mais próxima...mas é a vida..é sempre um fator negativo os familiares estarem distantes em termos de localização, especialmente porque a família dela está a 400 quilómetros”*

P4: *“Oh..eu sempre fiz tudo..então não tínhamos ajudas e tínhamos de ser os dois a fazer as coisas..tudo...”*; *“tirando a situação dos nossos pais tarem longe e a gente não ter experiência pois..”*.

P3 e **P5** percebem a existência de suporte familiar. Contudo, sentem a presença permanente dos avós no espaço familiar, como uma intromissão e como um fator negativo no processo.

P3: *“Depois os pais dela vivem perto da nossa casa e estavam sempre lá metidos”*; *“nós mal conseguíamos respirar”*; *“ Tudo bem que nos ajudaram com algumas coisas que compraram para a criança mas este momento devia ser mais nosso”*.

P5: *“Ficava descasado que a mãe dela ia lá a casa de vez em quando ajudar nalguma coisa, pelo menos isso foi bom. Depois a parte em que ela se metia e começava a meter coisas isso é que foi pior..agente querer fazer as coisas há nossa maneira e ela a mandar bitaites”*.

Também para **P2**, **P3**, **P4** e **P5**, a ausência de suporte por parte dos profissionais de saúde ao longo do processo, é sentida como um fator negativo.

Para **P2** e **P4**, o desconhecimento e a necessidade de obter esclarecimento sobre as doenças mais frequentes nas crianças.

P2: *“Na parte das doenças é que uma pessoa pode entrar um bocado em pânico porque nunca passou por isso e também no centro de saúde não falam muito nessas coisas. Só nas vacinas”*; *“ as dúvidas são muitas e há coisas que não falam lá, por isso é que ela anda agarrada à internet às vezes à procura das dúvidas. Depois isso mexe é com todos. E acabamos por ir ao centro de saúde às vezes. Mas às vezes olham-nos assim com uma cara “já cá estão outra vez”*.

Para **P3**, **P4** e **P5**, existe manifestamente um sentimento de impotência, e uma motivação para obter esclarecimento sobre estratégias de adaptação ao processo de transição para a parentalidade.

P4: *“E com as coisas que ouvimos também dos outros pais e dos filhos e das doenças e depois de uma pessoa não saber lidar com isso”*.

P3: *“agente devia saber lidar com isto porque a gente houve que é normal mas depois não sabemos se é normal se não é, se faz parte ou não”*.

P5: *“Mas se agente soubesse às vezes mais qualquer coisa ajudava a lidar com isto e as coisas corriam melhor e era tudo mais calmo...pelo menos quando estou com a Maria não penso nos problemas e estamos ali a brincar e entretidos”.*

2.1.12. Uma experiência sentida como complexa

No discurso manifesto dos participantes, o processo de transição para a parentalidade, é sentido como complexo.

P1, P2 e P3 sentem-se a lutar contra o tempo, ao tentar conciliar o papel parental com o trabalho, dividindo-se entre ser pai e trabalhador. Estão conscientes de que um filho requer a presença e atenção da sua parte, e por terem consciência que não podem colocar a profissão de parte, e que não conseguem ter mais tempo para a família, sentem-se de certa forma impotentes.

P1: *“Há que ganhar a vida..tem de ser..”; “Há que aproveitar os momentos em que é possível” “Mas também...pronto...a maior parte das noites estou ausente” ; “Foi uma fase muito positiva mas, mais complicado durante o parto” ; “ O positivo disto tudo é eu ter o meu filho e ele ser saudável”...com altos e baixos como tudo na vida mas é mesmo assim”.*

P2: *“eu por enquanto tenho o meu trabalho, e há duas coisas...ou decrescer lá dentro ou deles despedirem pessoas e uma pessoa não sabe...”*

P3: *“As responsabilidades são muitas, sabemos que temos de estar presentes e fazer o melhor que conseguimos, mas com o trabalho é difícil”.*

Com a vivência da paternidade, surgiram os primeiros conflitos na relação conjugal. Os conflitos aumentaram ao longo do processo, e hoje **P2** e **P5** sentem-se cada mais angustiados e não sabem como gerir a situação.

P2, sente-se incompreendido e impotente, experienciando vários momentos de solidão e tristeza.

P2: *“Às vezes vai assim mais ao limite e às vezes não sei muito bem o que hei-de fazer...como sou uma pessoa sossegadinha às vezes vou até ao café ou fico no quarto sozinho a sossegar e depois passa” ; “Mas andamos chateados às vezes pois..porque ela diz que eu não a compreendo...só ela é que está mal...mas isto é agora porque antes não era assim”.*

P5, experiência cansaço físico e psicológico.

P5: *“Mas pronto...uma pessoa depois fica cansada e é pior e por alguma coisa dispara logo..mas pronto..depois pensamos na criança que não tem culpa e pronto..”*
e existe manifestamente a vivência de um sentimento de exclusão.

P5: *“É sempre uma fase complicada até a criança ser maior...” ; “ depois vira-se mais para a criança e uma pessoa sente-se assim mais de parte e pronto...vai-se passando”*

Para **P3** e **P4**, é o medo que experienciam quando pensam na possibilidade dos filhos ficarem doentes. Esta emoção, fá-los experienciarem uma paternidade carregada de angústia, pressão e cansaço.

P4: *“Andávamos sempre preocupados...ainda hoje andamos...não temos descanso na cabeça porque tá doente e agente não sabe às vezes o que fazer e o que é e ficamos logo aflitos e lá vamos ao hospital ou ela vai ver à net ou liga para a saúde 24”*

P3: *“O problema mesmo é saber lidar com tudo...com os problemas das crianças, doenças e essas coisas, e com a mãe. É tudo uma pressão.”; “Cansado..já me sentia mais nervoso antes de nascer e cansado e agora acho que piorou”.*

No discurso dos participantes decorre (ainda que inconsciente) um processo de individuação, por superar. O novo papel assumido com a parentalidade, ainda não permitiu aos pais, (re) definir o seu *self* e a separação com os seus próprios pais.

P2: *“a minha mãe diz-me sempre para fazer isso “se a menina está mal levem-na ao centro de saúde” era como fazia comigo e pronto...eles ficam logo descansados e eu também e faço tudo para que ela esteja bem. Os meus pais faziam o mesmo comigo e eu o que mais quero é que a menina esteja bem” ; “Os meus pais nunca falharam em nada e eu sou assim. Sempre que é preciso estou lá como eles estavam comigo”*

P3: *“os meus pais também fizeram tudo por mim e pronto, quero que ele seja feliz e que consiga falar-lhe tudo o que posso”*

P4: *“Somos muito chegados..eu também sou com os meus pais..”*

Neste processo diário da vivência parental, os pais vão sentindo uma adaptação progressiva enquanto participam, vivem e interpretam a sua condição parental. O “tempo” assume uma dimensão determinante no processo de se tornar pai, e atualmente têm dificuldade em planear o futuro.

P1: *“não sabemos o dia de amanhã...eu só quero que ele consiga crescer saudável...e que...e que pronto..se sinta bem com a família”*

P4: “e se temos dinheiro para a vida..tem de ser tudo muito bem orientado e muita calma dos dois para as coisas se resolverem”

P5: “o futuro agente não sabe...vão sempre havendo problemas...há sempre..”

E, apenas para **P5**, o processo de transição para a parentalidade é experienciado como uma oportunidade de desenvolvimento.

P5: “e também são com os problemas que agente fica mais juntos”.

3. Discussão dos Resultados

Com a análise das narrativas dos cinco pais participantes, tivemos acesso a experiências singulares (positivas e negativas), no processo de *tornar-se pai*. O início das entrevistas, o (re) contar a experiência, foi um momento difícil para os pais (**P2:** “foi-se passando...um dia de cada vez...uns dias melhores, outros dias piores”; **P3:** “Ah, não foi fácil...foi bom mas não foi fácil...aliás, não está a ser ainda...é difícil dizer...”). As suas expressões faciais, o olhar e o tom de voz, no início, foram sinais que permitiram compreender a dificuldade que iria ser “mergulhar” neste processo.

*Temos consciência, que o significado desta experiência,
difere de pessoa para pessoa.*

Neste estudo, não ficaram explícitas as motivações do desejo de ter um filho. Mas sabemos, que em algum momento das suas vidas, estes pais *desejaram tornar-se pais* (**P1:** “Falávamos muito em ter um filho”). Neste desejo, produto de um inconsciente e consciente, existe uma representação deles como pais, como família (Zornig, 2010). Todos nasceram enrolados num novelo de desejos maternos e paternos (conscientes e inconscientes), que ultrapassa a biologia, mas que através desta, revela o sentimento de pertença às suas famílias (Ribeiro, cit. por Francisco, Pinto & Pinto, 2016). Em todos os participantes, neste desejo consciente *de tornarem-se*, parece existir também um desejo inconsciente de satisfazer o desejo dos próprios pais, de os tornar avós. Sabemos que é a nossa família quem nos dá o sentido de *ser*, transmitindo valores, crenças, experiências e expectativas em relação a nós próprios e ao outro. E, este desejo de parentalidade vai-se desenvolver no homem e na mulher, desde a infância, a partir da relação estabelecida com as figuras parentais, assumindo uma dimensão gradual mais consciente, quando um casal tem um projeto de vida em comum (Winnicott,

1964/1957). Desta forma, acreditamos estar perante um processo de transmissão psíquica, que vai permitir aos pais, num dado momento, desejar tornarem-se pais. Se cada pessoa é produto de um passado relacional, não podemos limitar a parentalidade à gravidez e ao nascimento (Campana et al., 2014). Se a vivência na infância influencia e determina a forma como cada pai pensa a parentalidade (Zornig, 2010), e se a transformação psíquica de cada um começa por desejar um filho (Dornelles, 2009), podemos pensar que o início da transição para a parentalidade, começará (para alguns pais) pela motivação consciente de *tornarem-se pais*, e não apenas a partir do momento da gravidez (Nyström & Öhring, 2004) (**P5**: “*A gente queria muito ter um filho e falávamos nisso logo antes de casar, depois casámos e tivemos a Maria*”). Se considerarmos este desejo de tornar-se um estado psicológico, e que a partir daqui o casal se vai relacionar de forma diferente, poderemos considerar o **desejo de tornarem-se** o primeiro momento neste processo de transição, e não “limitá-lo” a partir da gravidez (Menezes & Lopes, 2007).

O discurso dos pais parece evidenciar que durante a gravidez, ocorreram algumas transformações próprias, na díade (mãe-pai). O envolvimento dos pais em relação ao (ainda) feto, foram limitados no primeiro trimestre (Condon, 1993), e as suas experiências subjetivas internas foram particularmente importantes, pois para alguns pais, até ao quarto/quinto mês, foi difícil mentalizar a existência de um bebé (**P4**: “*porque antes disso a gente não percebe bem o que tá a passar*”). Foi como que estivessem num período de sonolência, e com a sensação que algo desconhecido estava a acontecer. Respondendo à pergunta de investigação deste estudo: “*Quando e como é que os pais se sentem tornar pais?*”, só a partir deste momento (segundo trimestre), os participantes da nossa amostra se *sentem tornar pais*, tornando consciente a existência (agora) de um bebé, que se vai tornar real. A experiência da transformação corporal da mulher, a experiência do momento da ecografia do segundo trimestre, a preparação do espaço familiar e conhecer o género da criança, tornaram consciente a existência de um “terceiro” elemento na família – **passar de dois a três**. Apesar de serem “invisíveis um para o outro” (Piccinini, Silva et al., 2004), o bebé começou a ser visto pelos pais como um ser separado da mãe, e os pais passam de atores secundários a principais, começando a integrar num espaço intrapsíquico uma gestação também sua, com expectativas e representações singulares sobre o bebé, e sobre eles mesmos como pais. Como refere Teixeira (2006), “este momento correspondeu à tomada de consciência do acesso à paternidade, ou pelo menos o acesso à consolidação do sentimento de se tornarem pais” (p. 35). Porém, questionamo-nos, que ligação (ainda

desconhecida) teria ocorrido no primeiro trimestre? Que processo de pensamento? Não sabemos. Segundo os dados do estudo, só a partir do segundo trimestre, o pai se “ligou” ao filho, ainda que em “processo de pensamento” (Martins, 2014).

A partir deste momento e ao longo da gravidez, os pais fantasiaram expectativas. (P2: “*eu tive alguns receios...se estava a correr bem..se não estava..*”). As suas fantasias, nomeadamente a experiência de medo, pode estar relacionada com a possibilidade ou diagnóstico de um problema (na mãe e no bebé), e à impossibilidade da sua resolução (P3: “*Nós assistimos às aulas de preparação do parto mas não falamos cá em certas doenças*”; P4: “*Só não queria que viesse com algum problema e que tudo tivesse no sítio*”). Quando iam às consultas pré-natal, os pais **preocupavam-se essencialmente com o estado de saúde do bebé**, e com a aproximação do momento do parto (nos últimos meses). Os pais **desejavam estar presentes no momento do parto**. Este desejo, parece evidenciar um desejo em participar em algo que é também seu, um projeto que envolveu escolhas, decisões, e motivações de duas pessoas. Contudo, este desejo de estar presente no momento do parto, também nos faz pensar numa angústia que experienciavam pelas fantasias que criaram (P4: “*com tanta coisa que ouvimos e dos abortos e malformações é normal ficarmos com medo*”) (Bornholdt et al., 2007), ou até uma ambivalência em relação à paternidade, **aumentando a sua experiência de ansiedade**, à medida que o momento do parto se aproximava. Desta forma, a ansiedade que sentiram, poderá estar relacionada com diversos fatores emocionais e relacionais (Piccinini, Gomes, Moreira & Lopes, 2004), por exemplo, sentirem-se contagiados pela experiência de ansiedade da mulher (P3: “*ela já andava nervosa no final da gravidez e eu também ficava*”).

A magia da paternidade estava prestes a acontecer. Apesar de nem todos os pais percecionarem a experiência do trabalho de parto, esta parece ter sido um período delicado para alguns, onde esteve presente o medo, o desconforto, a frustração e a sensação de impotência face à experiência de dor de mulher, e medo que algo acontecesse ao bebé. Como refere Lima da Motta e Crepaldi (2005) “o homem pode experimentar sensação de impotência e frustração diante da dor, e outro aspeto é que os homens se preocupam é com o estado de saúde do bebé”, como constatámos (p.108).

Mais tarde, a magia aconteceu, o primeiro encontro com o bebé. Este momento, permitiu aos pais **sentirem-se como pais** (P1: “*quando vi o meu filho pela primeira vez foi uma explosão de sentimentos*). Os pais sentiram-se realizados e experienciaram sentimentos de bem-estar, satisfação (Gonçalves et al., 2013), ainda na sala de partos.

Contudo, enquanto para uns a “magia” aconteceu no momento do parto, para outros, esta experiência aconteceu momentos após o parto, por ter sido parto por cesariana. Sabemos que a presença do pai na sala de partos, não se traduz só em vantagens para o pai enquanto sujeito individual, mas também para os dois, enquanto casal para a tríade mãe-pai-filho que se está a formar. Para alguns pais, esta experiência não aconteceu, e ao sentirem a sua presença “bloqueada”, sentiram-se excluídos. Ficou bem patente nas entrevistas a tristeza com que falaram desta experiência de exclusão - “*eu não queria, mas teve de ser assim*”.

Sabemos que o momento do nascimento, não é condição suficiente para se ser pai ou mãe, nem para a tomada de consciência da responsabilidade. Contudo, este momento contribuiu de forma significativa para o processo de *tornar-se* (Solis-Ponton & Lebovici, 2004), tendo sido percecionado como um fator positivo, para os que tiveram presentes, e negativo para os que se sentiram excluídos. O nascimento do filho, pode assim ser experienciado como o momento em que o bebé sai do imaginário do pai, e passa a ser representado como vida concreta, confirmada pela possibilidade de tê-lo nos braços, de lhe prestar cuidados. Também é sentido como que um “alívio”, pelas angústias e fantasias que criaram – confirmando que está tudo bem. E se não estivesse?

As primeiras horas a sós com os filhos, são a **primeira experiência de relação da díade** (pai-filho), uma ligação emocional nos primeiros momentos de vida (Malpique, 1984). Naquele momento, todos os pais se sentiram gratos, felizes, e experienciaram bem-estar psicológico e confiança perante o papel de pai (Greenhalgh, Slade & Spiby, 2000). O falar desta experiência, foi marcado pelo entusiasmo, o sorriso e a felicidade dos pais a (re) contar este momento. Contudo, ainda na maternidade e nos dias seguintes, veio ao de cima o **sentimento de insegurança, inexperiência**, e mais tarde (para alguns) o sentimento de exclusão que nalguns pais parece manter-se sobre a construção da tríade (Gonçalves et. al. 2013) (P3: “*Depois ela era só bebé bebé e não via mais nada*”).

A **experiência de relação das novas rotinas** foi um desafio para todos os pais. Todos se sentiram envolvidos nestas novas rotinas, apesar do cansaço experienciado. Todos se sentiram realizados e todos gostariam de ter conseguido estar mais tempo com a família, percecionando a **licença parental** como **reduzida**. Acreditamos que a importância destes primeiros dias para os pais, se deve à criação de momentos íntimos com o bebé (ligação emocional) através dos cuidados que lhes prestavam (Colman & Colman, 1971/1994) - o dar o banho, mudar a fralda e aprender formas de consolar o

bebé, são cuidados fundamentais, e os pais criaram uma rotina de envolvimento, que permitiu consciencializar os pais do seu papel, e da sua importância na família (P2: “*sem ser dar de maminha...de resto faço tudo, um bocadinho de tudo*”). Esta experiência (até ao presente) foi percebida como psicologicamente exigente.

Com a **vivência da paternidade**, as transformações na relação conjugal, a reorganização familiar de forma a incluir um novo elemento na família, obrigou a redimensionar valores, expectativas e prioridades (Bornholdt et al., 2007). Por volta dos quatro/cinco meses de vida do bebé, os pais (*re*) contam a experiência de interação com os seus filhos. Só a partir deste momento se sentem afetivamente correspondidos pelo bebé, e a brincadeira, é a principal forma de interação (P3: “*Ele antes mais ou menos dos quatro meses era só comer e dormir, depois começaram as papas e ele começou a rir e a perceber que estava ali a brincar e quando estou com ele brincamos muito*”). Esta experiência de interação percebida pelos pais, neste momento específico, leva-nos a refletir. Na gravidez, não sabemos como é que estes pais iniciaram a vinculação ao seu filho, sendo uma experiência pouco explorada. Também não sabemos que disponibilidade, proximidade e afetividade tinham com o bebé. Apenas sabemos, que os pais criaram uma ligação emocional “em pensamento” e nos primeiros dias de vida, e que entre os quatro/cinco meses (fase específica de desenvolvimento emocional do bebé), tenha existido o reconhecimento por parte do bebé, da presença do “outro” - o pai - dando origem a uma relação afetiva percebida como mais próxima e gratificante, e a um sentimento de *sentir-se correspondido*.

*Vem que amor
Não é o tempo
Nem é o tempo
Que o faz
Vem que amor
É o momento
Em que eu me dou
Em que te dás*

(António Variações)

A partir desde momento, foi como que os pais se tivessem sentido atraídos pelos filhos, e os filhos pelos pais, experienciando uma relação emocionalmente significativa,

abrindo as portas à brincadeira, a principal forma de **interação na criação de laços de vinculação**, contrariando a ideia de Vidigal (2013), de que só mais tarde os pais brincavam com os filhos, quando estes aprendessem a sentar-se ou a colocar-se de pé. Contudo, para um participante, apesar de contar sobre a sua experiência de interação, sente-se um pai ausente, e não se sente numa relação afetiva próxima com o seu filho. Leva-nos a refletir, que uma série de fatores influenciaram esta experiência interna (**P1**: “*mas acho que a relação com o meu filho ficará melhor quando ele for maior*”) – um sentimento de estar aqui e não estar.

Toda a vivência neste processo foi assim associada a sentimentos e emoções positivas e negativas, num dado período de tempo e contexto relacional em que se desenvolveu. Contudo, de uma forma geral, a **experiência dos pais neste processo** de tornar-se, foi **sentida como complexa**. Existe um novo pai, e existem dificuldades singulares experienciadas por todos. As experiências subjetivas que os pais tiveram ao longo do processo, não se devem a uma “experiência corporal” mas, no entanto, a transformação pessoal e social de cada um, poderá ter sido tão grande quanto a das suas mulheres.

As redes de suporte social têm sido consideradas como um dos principais fatores que influenciam a parentalidade (Belsky 1984), e os pais sentiram este suporte insuficiente. Para uns, a ausência de apoio por parte da família, para outros, a inexistência de apoio por parte dos profissionais de saúde. Contudo, os pais que perceberam a existência de apoio por parte da família (próprios pais), sentiram a sua presença como uma intromissão no espaço da tríade, e este sentimento, poderá ter levado ao surgimento de conflitos na relação conjugal, ou à intensificação dos mesmos, como refere Belsky (1984).

Em relação aos profissionais de saúde, os pais sentiram-se “desprotegidos”, durante todo o processo. Recorriam constantemente à Saúde 24, à Internet e ao Centro de Saúde, mas sentem que muito ficou e ainda está por responder. Atualmente, alguns pais sentem-se incompreendidos pela mulher, outros experienciam um sentimento de frustração e impotência perante os conflitos que vão surgindo, e outros continuam angustiados quando pensam na possibilidade do filho ter uma doença, ou quando pensam na situação económica e profissional. Apenas a experiência intra e interpessoal de um pai, se apresenta como uma oportunidade de desenvolvimento pessoal (**P5**: “*e também são com os problemas que a gente fica mais juntos*”).

Alguns pais experienciam o “reviver” e a “prática” do modelo de relação que estabeleceram com os próprios pais, percebido como “suficientemente bom”,

constituindo-se como um modelo de identificação para os seus filhos (P4: “Somos muito chegados..eu também sou com os meus pais e sempre disse que o que queria para a minha filha era a união e que ela pudesse contar comigo como os meus pais fizeram comigo”) (Floyd & Morman, 2000). Contudo, apesar de ser percebido como suficiente bom, este modelo de relação parece modificar-se (consciente e inconscientemente) devido a toda uma experiência passada, inscrita num inconsciente relacional – foi bom, mas não em tudo, e por isso.... (P4: “Eles foram um bocado duros comigo quando eu era pequeno porque eu me portava mal, mas sempre fomos unidos. Eu não quero ser assim tão duro com a minha filha...mas pronto acho que algumas coisas que eles fizeram não foram boas mas pronto..o tempo era outro”). E, desde cedo, a relação que estabelecem com os seus filhos, a criação de laços de vinculação, está envolvida em “compensações – o que não tiveram, e o que tiveram de menos bom. O “acesso” à experiência passada seria a chave imprescindível para compreender parte deste processo.

As dificuldades experienciadas, existem na relação com os próprios pais, na vida profissional, na relação conjugal e na comunidade em geral. Todas estas variáveis importantes influenciam e determinam a forma como cada pai experiencia este processo, pois como constatámos, os determinantes da parentalidade são cada vez mais multifatoriais (Belsky, 1990).

Constatamos que estes pais sentem a necessidade de apoio, por parte da família e dos profissionais de saúde. Eles gostavam de saber mais sobre a parentalidade (Poh et al., 2014), e apesar de um participante referir a crença de que os homens não falam sobre determinados assuntos, acreditamos que existe neste momento um desejo (consciente e inconsciente) por “falar”, de procurar respostas, de pedir ajuda.

Desejaram um filho....sentiram-se tornar pais...sentiram-se como pais....mas o processo de tornar-se continua. Até quando, não sabemos. (P5) “Apesar de ser difícil, tem sido bom, e cada fase é uma fase até serem adultos”.

Conclusão

Apesar da transição para a parentalidade ser uma experiência quase universal para todas as pessoas e famílias, verifica-se que ainda é reduzida a investigação, particularmente em Portugal, que se foque especialmente na compreensão das experiências parentais dos pais primíparos, durante o primeiro ano de vida da criança.

A presente investigação teve por base as vivências dos pais, primíparos, no processo de transição para a parentalidade, até aos dozes meses de idade dos filhos. Constatamos que as experiências subjetivas internas que recolhemos, apontam para uma variedade de experiências (positivas e negativas) ao longo do processo de tornar-se. A maneira como (*re*) constroem a sua narrativa, permite-nos pensar num processo contínuo, com início em determinado momento das suas vidas, pelo desejo de se tornarem pais, e que se apresenta de mãos dadas com um passado e presente relacional, onde os valores, crenças e expectativas individuais, influenciam as suas vivências individuais, ao longo do processo.

Nesta perspetiva, verificamos que o nascimento de um primeiro filho vai implicar um conjunto de reorganizações a nível individual, conjugal e social, que poderão, por um lado, causar ansiedade e/ou perturbação emocional, e por outro, poderá constituir-se como uma oportunidade de desenvolvimento. Os pais experienciam dificuldades na adaptação à nova etapa de vida, e os fatores que contribuem para o bem-estar e para o “não bem-estar”, não se prendem apenas com as características (particulares) dos pais (aqui desconhecidas), mas com particularidades relacionais, focalizando assim a necessidade de uma abordagem holística a este fenómeno. Desta forma, o processo de transição para a parentalidade nos homens, não poderá ser compreendido (apenas) em termos de uma transição individual, pois é sempre influenciado pela forma como a mulher/mãe se envolve nessa relação e neste “reajuste”. Também as características temperamentais e comportamentais da criança, e a relação que estabelecem com a restante família e comunidade em geral, são variáveis importantes neste processo.

Neste estudo, não conseguimos aprofundar aspetos específicos da conjugalidade dos pais. Relativamente às mulheres, a compreensão das suas experiências, dar-nos-ia também um contributo relevante para melhor compreender esta vivência.

O envolvimento da família é percebido como um fator relevante, positivo e negativo. Desta forma, torna-se imprescindível compreender melhor o passado relacional e presente dos pais, o que sentem, as suas necessidades internas, pois o que ontem era, hoje deixa de ser. Ou o que ontem era, hoje continua a ser. Especificamente em relação

aos avós, seria uma mais valia compreender como é que estes percecionam o seu novo papel. Os pais destes pais passaram a ser avós, e a forma como experienciam este novo papel, influencia direta e indiretamente a tríade que se está a formar. Alguns avós poderão querer fazer de tudo para estar mais presentes nesta transição, que se apresenta comum a todos. Por telefone ou presencialmente e de forma permanente. Os pais deste estudo perceberam esta “presença” ora como um fator positivo, ora como uma intromissão e “sufoco”, e como um fator negativo, respetivamente.

No âmbito do estudo da paternidade, este estudo poderá dar suporte a outras pesquisas, que impliquem procurar compreender como o passado relacional dos pais, se repercute nesta experiência. Compreender a própria vivência relacional dos avós, num estudo transgeracional, para analisar e comparar as vivências, sentimentos, emoções e necessidades dos demais intervenientes da família, que também se transformam com o nascimento do primeiro filho; analisar também os fatores que as mães percebem, como tendo influenciado o processo de transição para a parentalidade, e refletir sobre o que poderá ser diferente, ou igual, comparativamente aos pais no processo de tornar-se.

Este estudo, permitiu-nos compreender o quão desafiador foi e está a ser este processo, para uns e para outros. Atrevia-me a dizer, para tantos outros. Com as suas experiências singulares, permitiu-nos chegar à conclusão, que é fundamental garantir a qualidade dos cuidados à mãe, ao pai e ao bebé, à família, no que à saúde mental diz respeito. Do ponto de vista da promoção da saúde e prevenção de perturbações relativas à mesma, devemos promover a entrada dos pais e também das mães nos serviços de saúde, nomeadamente nos centros de saúde. Os pais deste estudo, percecionaram o apoio recebido por parte dos profissionais de saúde, como um fator negativo. Constatamos que eles têm dúvidas, preocupações e medos nesta fase de transição para a parentalidade. Por vezes, sentem-se um “fardo” por recorrer tantas vezes ao centro de saúde. Acreditamos que ainda não se encontrem preparados psicologicamente, para pedir ajuda. Desta forma, temos que ser nós, profissionais, psicólogos, a abrir este caminho e a ir ao encontro destes pais.

Onde estão estes pais? Como se sentem? Acredito que se sintam “perdidos”, e que desejem ser “encontrados”. Possivelmente, as mães também.

Se o mundo virtual habita nas nossas vidas, porque não o estabelecimento de uma linha telefónica de apoio aos pais, ou a criação de uma plataforma virtual, a nível de cada centro de saúde, durante o período de transição para a parentalidade? Porque não

a formação de grupos de apoio nos centros de saúde, onde haja um espaço para estes pais esclarecerem as suas dúvidas e falarem dos seus medos e da sua experiência?

Estes pais têm diferentes necessidades de ajuda, e devem ser atendidas tendo em conta as suas preocupações e dificuldades. Desta forma, devemos prevenir e intervir, desenvolvendo estratégias que possibilitem identificar claramente as necessidades destes pais e mães, e promovendo competências emocionais e relacionais para experienciarem um processo de transição para a parentalidade tranquilo e “saudável”.

Esta investigação constitui-se como ponto de reflexão e sensibilização para a mudança/ inovação dos contextos de prática clínica, enfatizando a importância da presença do psicólogo, no processo de transição para a parentalidade, apoiando e acompanhado pais, mães e filhos. Um maior conhecimento e compreensão da natureza das suas vivências, vai oferecer a possibilidade de implementar estratégias de intervenção que melhore a qualidade de vida destas e de tantas famílias que vivenciam esta transição.

Eu senti que perdi estes pais...
Porque não, ir ao encontro deles?

Referências Bibliográficas

- Almeida, S. L., & Freire, T. (2017). *Metodologia de investigação em psicologia e educação* (5ª ed.). Braga, Portugal: Psiquilíbrios.
- Andersson, E., Norman, Å., Kanlinder, C., & Plantin, L. (2016). What do expectant fathers expect of antenatal care in Sweden? A cross-sectional study. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 9, 27-34. doi:10.1016/j.srhc.2016.06.003
- Åsenhed, L., Kilstam, J., Alehagen, S., & Baggens, C. (2014). Becoming a father is an emotional roller coaster – An analysis of first-time fathers' blogs. *Journal of Clinical Nursing*, 23, 1309-1317. doi:10.1111/jocn.12355
- Balancho, L. F. (2004). Ser pai: Transformações intergeracionais na paternidade. *Análise Psicológica*, 22, 377-386. doi:10.14417/ap.198
- Balancho, L. F. (2012). *Ser pai, hoje* (9ª ed.). Barcarena, Portugal: Presença.
- Barros de Oliveira, J. H. (1994). *Psicologia da educação familiar*. Coimbra, Portugal: Almedina.
- Barroso, R. G., & Machado, C. (2010). Definições, dimensões e determinantes da parentalidade. *Psychologica*, 52(1), 211-229. doi:10.14195/1647-8606_52-1_10
- Bayle, F. (2005). A parentalidade. In I. Leal (Ed.), *Psicologia da gravidez e da parentalidade* (pp. 317-346). Lisboa, Portugal: Fim de Século.
- Bayle, F. (2006). *À volta do nascimento*. Lisboa, Portugal: Climepsi.
- Belsky, J. (1984). The determinants of parenting: A process model. *Child Development*, 55, 83-96. doi:10.2307/1129836
- Belsky, J. (1990). Parental and nonparental child care and children's socioemotional development: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 52, 885-903. doi:10.2307/353308
- Belsky, J. (2014). Social-contextual determinants of parenting. In R. E. Tremblay (Ed.), *Encyclopedia on early childhood development – Parenting skills* (pp. 61-65). Retrieved from <http://www.child-encyclopedia.com/parenting-skills/according-experts/social-contextual-determinants-parenting>
- Bernardi, D. (2017). Paternidade e cuidado: “Novos conceitos”, velhos discursos. *Psicologia Revista*, 26, 59-80. doi:10.23925/2594-3871.2017v26i1p.59-80
- Bornholdt, E. A., Wagner, A., & Staudt, A. C. P. (2007). A vivência da gravidez do primeiro filho à luz da perspectiva paterna. *Psicologia Clínica*, 19(1), 75-92. doi:10.1590/s0103-56652007000100006

- Bornstein, M. H. (2001). Parenting: Science and practice. *Parenting*, 1, 1-4. doi:10.1207/s15327922par011&2_1
- Boss, P. (2002). *Family stress management: A contextual approach* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Bowen, M. (1965). Family psychotherapy with schizophrenia in the hospital and in private practice. In I. Boszormenyi-Nagy, & J. L. Framo (Eds.), *Intensive family therapy: Theoretical and practical aspects* (pp. 213-243). New York, NY: Harper & Row.
- Bradford, K., & Hawkins, A. J. (2006). Learning competent fathering: A longitudinal analysis of marital intimacy and fathering. *Fathering: A Journal of Theory, Research, & Practice about Men as Fathers*, 4, 215-234. doi:10.3149/fth.0403.215
- Brandão, S. M. (2009). *Envolvimento emocional do pai com o bebé: Impacto da experiência de parto* (Tese de doutoramento, Universidade do Porto, Instituto de Ciências Biomédicas de Abel Salazar, Porto, Portugal). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10216/16151>
- Brazelton, T. B., & Cramer, B. (1991). *The earliest relationship: Parents, infants, and the drama of early attachment*. London, England: Karnac.
- Camarneiro, A. P. F. (2011). *Vinculação pré-natal e organização psicológica do homem e da mulher durante a gravidez: Relação com o tipo de parto e com a patologia obstétrica dos II e III trimestres de gestação* (Tese de doutoramento, Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10451/6526>
- Campana, N. T., Gomes, I. C., & Lerner, R. (2014). Contribuições da clínica da parentalidade no atendimento de um caso de obesidade infantil. *Psicologia Clínica*, 26(2), 105-119. doi:10.1590/s0103-56652014000200007
- Canavarro, M. C. (2001). Gravidez e maternidade – Representação e tarefas de desenvolvimento. In M. C. Canavarro (Ed.), *Psicologia da gravidez e da maternidade* (pp. 17-49). Coimbra, Portugal: Quarteto.
- Canavarro, M. C., & Pedrosa, A. (2005). Transição para a parentalidade: Compreensão segundo diferentes perspetivas teóricas. In I. Leal (Ed.), *Psicologia da gravidez e da parentalidade* (pp. 225-255). Lisboa, Portugal: Fim de Século.
- Castoldi, L. (2002). *A construção da paternidade desde a gestação até o primeiro ano do bebé* (Dissertação de doutoramento, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia, Rio Grande do Sul, Brasil). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10183/1576>

- Cia, F., Williams, L. C. A., & Aiello, A. L. R. (2005). Influências paternas no desenvolvimento infantil: Revisão da literatura. *Psicologia Escolar e Educacional*, 9, 225-233. doi:10.1590/s1413-85572005000200005
- Coimbra de Matos, A. (2001). Textos sobre o narcisismo, depressão e masoquismo. In A. Coimbra de Matos (Ed.), *A depressão: Episódios de um percurso em busca do seu sentido* (pp. 239-257). Lisboa, Portugal: Climepsi.
- Colman, L. L., & Colman, A. D. (1994). *Gravidez – A experiência psicológica* (I. Belchior, Trad.). Lisboa: Edições Colibri. (Obra original publicada em 1971)
- Condon, J. T. (1993). The assessment of antenatal emotional attachment: Development of a questionnaire instrument. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 66, 167-183. doi: 10.1111/j.2044-8341.1993.tb01739.x
- Coordination des ONG pour les droits de l'enfant. (2011, Juin). *Dossier parentalité et droits de l'enfant: 1. Définition et historique de la notion de parentalité*. Bruxelles, Belgique: Auter. Récupéré de http://www.lacode.be/IMG/pdf/Analyse_parentalite_1-definition.pdf
- Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (2000). *When partners become parents: The big life change for couples*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Cramer, B., & Palácio-Espasa, F. (1993). *Técnicas psicoterápicas mãe-bebê: Estudos clínicos e técnicos* (F. F. Settineri, trad.). Porto Alegre, RS: Artes Médicas. (Obra original publicada em 1993)
- DeCastro, T. G., & Gomes, W. B. (2011). Aplicações do método fenomenológico à pesquisa em psicologia: Tradições e tendências. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 28, 153-161. doi:10.1590/S0103-166X2011000200003
- Direção-Geral da Saúde. (2012). *Plano nacional de saúde 2012-2016*. Lisboa, Portugal: Autor.
- Dornelles, L. M. N. (2009). *Tornar-se pai e mãe no contexto da reprodução assistida* (Tese de doutoramento, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia, Rio Grande do Sul, Brasil). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10183/23022>
- Dutra, E. (2002). A narrativa como uma técnica de pesquisa fenomenológica. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 7, 371-378. doi: 10.1590/S1413-294X2002000200018
- Espírito Santo, L. C., & Bonilha, A. L. L. (2000). Expectativas, sentimentos e vivências do pai durante o parto e nascimento de seu filho. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 21(2), 87-109. Recuperado de <http://seer.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem>

- Figueiredo, B. (2005). Psicopatologia da maternidade e paternidade. *População e Sociedade*, 12, 83-102. Recuperado de <http://www.cepese.pt/portal/pt/publicacoes/colecoes/populacao-e-sociedade-1>
- Fincham, F. D. (1998). Child development and marital relations. *Child Development*, 69, 543-574. doi:10.2307/1132183
- Floyd, K., & Morman, M. T. (2000). Affection received from fathers as a predictor of men's affection with their own sons: Tests of the modeling and compensation hypotheses. *Communications Monographs*, 67, 347-361. doi:10.1080/03637750009376516
- Francisco, R., Pinto, C. J., Pinto, R. H. (Orgs.). (2016). *Família e psicologia: Contributos para a investigação e intervenção*. Lisboa, Portugal: Universidade Católica.
- Frascarolo, F. (2004). Paternal involvement in child caregiving and infant sociability. *Infant Mental Health Journal*, 25, 509-521. doi: 10.1002/imhj.20023
- Freitas, W. M. F., Coelho, E. A. C. & Silva, A. T. M. C. (2007). Sentir-se pai: A vivência masculina sob o olhar de gênero. *Cadernos de Saúde Pública*, 23, 137-145. doi:10.1590/S0102-311X2007000100015
- Frias, A., & Franco, V. (2008). Percepção do parto e envolvimento emocional da mãe com o recém-nascido. *International Journal of Developmental and Educational Psychology/INFAD: Revista de Psicología*, 1(1), 37-48.
- Gama, E. B. B. (2015). *A transição para a paternidade: Vivências de pais, três meses após o nascimento do primeiro filho* (Dissertação de mestrado, Escola Superior de Saúde de Viana do Castelo, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Viana do Castelo, Portugal). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10198/13546>
- Gameiro, S., Moura-Ramos, M., & Canavarro, M.C. (2009). Maternal adjustment to the birth of a child: Primiparity versus multiparity. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 27, 269-286. doi:10.1080/02646830802350898
- Genesoni, L., & Tallandini, M. A. (2009). Men's psychological transition to fatherhood: an analysis of the literature, 1989–2008. *Birth*, 36, 305-318. doi:10.1111/j.1523-536x.2009.00358.x
- Giorgi, A. & Giorgi, B. (2008). Phenomenology. In J. A. Smith (Ed.), *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (2nd ed., pp. 25 -50). London, England: Sage.
- Giorgi, A., & Souza, D. (2010). *Método fenomenológico de investigação em psicologia*. Lisboa, Portugal: Fim de Século.

- Goldberg, W. A., Michaels, G. Y., & Lamb, M. E. (1985). Husbands' and wives' adjustment to pregnancy and first parenthood. *Journal of Family Issues*, 6, 483-503. doi:10.1177/019251385006004005
- Golse, B. (2001). Réflexions sur l'oeuvre de Serge Lebovici. *La psychiatrie de l'enfant*, 44, 5-25. doi:10.3917/psy.441.0005
- Gomes, A. G., Marin, A. H., Piccinini, C. A., & Lopes, R. C. S. (2015). Expectativas e sentimentos de gestantes solteiras em relação aos seus bebês. *Temas em Psicologia*, 23, 399-411. doi:10.9788/tp2015.2-12
- Gomes, A. J. S., & Resende, V. R. (2004). O pai presente: O desvelar da paternidade em uma família contemporânea. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20, 119-125. doi:10.1590/S0102-37722004000200004
- Gomez, R. (2005). O pai paternidade em transição. In I. Leal (Ed.), *Psicologia da gravidez e da parentalidade* (pp.257-286). Lisboa, Portugal: Fim de Século.
- Gonçalves, T. R., Guimarães, L. E., Silva, M. R., Lopes, R. C. S., & Piccinini, C.A. (2013). Experiência da paternidade aos três meses do bebê. *Psicologia: Reflexão e Crítica* 26, 599-608. doi:10.1590/s0102-79722013000300020
- Greenhalgh, R., Slade, P., & Spiby, H. (2000). Fathers' coping style, antenatal preparation, and experiences of labor and the postpartum. *Birth*, 27, 177-184. doi:10.1046/j.1523-536x.2000.00177.x
- Groenewald, T. (2004). A phenomenological research design illustrated. *International Journal of Qualitative Methods*, 3(1), 42-55. doi:10.1177/160940690400300104
- Håland, K., Lundgren, I., Lidén, E., & Eri, T. S. (2016). Fathers' experiences of being in change during pregnancy and early parenthood in a context of intimate partner violence. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 11, Article 30935. doi:10.3402/qhw.v11.30935
- Harper, D. J. (2012). Choosing a qualitative research method. In D. Harper, & A. R. Thompson (Eds.), *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: A guide for students and practitioners* (pp. 83-98). Chichester, West Sussex: Wiley & Sons.
- Hoghugh, M., & Long, N. (Eds.). (2004). *Handbook of parenting: Theory and research for practice*. London, England: Sage.
- Houzel, D. (2004). As implicações da parentalidade. In L. Solis-Ponton (Org.), *Ser pai, ser mãe – parentalidade: Um desafio para o terceiro milênio* (pp. 47-52). São Paulo, SP: Casa do Psicólogo.

- Kohl, J., Autry, A. E., & Dulac, C. (2017). The neurobiology of parenting: A neural circuit perspective. *BioEssays*, 39(1), e201600159. doi:10.1002/bies.201600159
- Krob, A. D., Piccinini, C. A., & Silva, M. R. (2009). A transição para a paternidade: Da gestação ao segundo mês de vida do bebê. *Psicologia USP*, 20, 269-291. doi:10.1590/S0103-65642009000200008
- Kruel, C. S., & Lopes, R. C. S. (2012). Transição para a parentalidade no contexto de cardiopatia congênita do bebê. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 28, 35-43. doi:10.1590/S0102-37722012000100005
- Lamb, M. E. (2000). The history of research on father involvement: An overview. In H. E. Peters, G. W. Peterson, S. K. Steinmetz, R. D. Day (Eds.), *Fatherhood: Research interventions and policies* (pp. 23-42). New York, NY: Haworth Press.
- Lamb, M. E. (2002). Infant-father attachments and their impact on child development. In C. S. Tamis-LeMonda, & N. Cabrera (Eds.), *Handbook of father involvement: Multidisciplinary perspectives* (pp. 93-117). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Larkin, M., & Thompson, R. A. (2012). Interpretative phenomenological analysis in mental health and psychotherapy research. In D. Harper, & A. R. Thompson (Eds.), *Qualitative research methods in mental health and psychotherapy: A guide for students and practitioners* (pp. 101-106). Chichester, UK: Wiley & Sons.
- Leal, I. (2005). Introdução: da psicologia da gravidez à psicologia da parentalidade. In I. Leal (Coord.), *Psicologia da gravidez e da parentalidade* (pp. 9-19). Lisboa, Portugal: Fim de Século.
- Lima da Motta, C. C., & Crepaldi, M. A. (2005). O pai no parto e apoio emocional: A perspectiva da parturiente. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 15, 105-118. doi:10.1590/s0103-863x2005000100012
- Lima, J. A., Serôdio, R. G., & Cruz, O. (2011). Pais responsáveis, filhos satisfeitos: As responsabilidades paternas no quotidiano das crianças em idade escolar. *Análise Psicológica*, 29, 567-578. doi:10.14417/ap.104
- Malpique, C. (1990). *A ausência do pai*. Porto, Portugal: Edições Afrontamento.
- Martins, C. A. (2009). Transição para a parentalidade: Uma revisão sistemática da literatura. In M. C. Barbieri, M. M. Martins, M. H. Figueiredo, M. J. Martinho, L. M. Andrade, P. C. Oliveira, ... M. R. Santos (Coords.), *Da investigação à prática de enfermagem de família* (pp. 115-128). Porto, Portugal: Escola Superior de Enfermagem do Porto.
- Martins, H. M. (2014). *Tornar-se mãe, tornar-se pai e tornar-se bebé numa gravidez de risco* (Tese de doutoramento, ISPA - Instituto Universitário Ciências Psicológicas,

- Sociais e da Vida, Lisboa, Portugal). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10400.12/3818>
- McBride, B. A., Brown, G. L., Bost, K. K., Shin, N., Vaughn, B., & Korth, B. (2005). Paternal identity, maternal gatekeeping, and father involvement. *Family Relations*, *54*, 360-372. doi:10.1111/j.1741-3729.2005.00323.x
- McMunn, A., Martin, P., Kelly, Y., & Sacker, A. (2015). Fathers' involvement: Correlates and consequences for child socioemotional behavior in the United Kingdom. *Journal of Family Issues*, *38*, 1109-1131. doi:10.1177/0192513x15622415
- Menezes, C. C. (2001). *A relação conjugal na transição para a parentalidade: da gestação ao segundo ano de vida do bebê* (Dissertação de mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia, Rio Grande do Sul, Brasil). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10183/1952>
- Menezes, C. C., & Lopes, R. C. S. (2007). Relação conjugal na transição para a parentalidade: Gestação até dezoito meses do bebê. *Psico-USF*, *12*, 83-93. doi:10.1590/S1413-82712007000100010
- Moreira, R., & Fernandes, C. (2000). Factores que influenciam a não presença do pai no momento do nascimento do filho. *Sinais Vitais*, *33*, 33-37.
- Moreira, V. (2004). O método fenomenológico de Merleau-Ponty como ferramenta crítica na pesquisa em psicopatologia. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, *17*, 447-456. doi:10.1590/S0102-79722004000300016
- Muylaert, C. J., Sarubbi, V., Jr., Gallo, P. R., Neto, M. L. R., & Reis, A. O. A. (2014). Entrevistas narrativas: Um importante recurso em pesquisa qualitativa. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, *48*, 184-189. doi:10.1590/S0080-623420140000800027
- Muylaert, C. J., Sarubbi, V., Jr., Gallo, P. R., Reis, A., & Neto, M. (2015). A importância das narrativas em pesquisa qualitativa. In A. P. Costa, L. P. Reis, F. N. Souza, & R. Luengo (Eds.), *Livro de Atas do "3º Congresso Ibero-Americano em Investigação Qualitativa"* (Vol. 2; pp. 106-110). Badajoz, Espanha: Ludomedia. Recuperado de <https://proceedings.ciaiq.org/index.php/CIAIQ/issue/view/10>
- Noël, R., & Cyr, F. (2009). Le père: Entre la parole de la mère et la réalité du lien à l'enfant. *La Psychiatrie de l'Enfant*, *52*, 535 -591. doi:10.3917/psy.522.0535
- Noël, R., & Cyr, F., (2010). Comment penser la fonction de triangulation du père? Vers une vision systémique de la fonction de triangulation. *Filigiane*, *19*(1), 91-106. doi:10.7202/044182ar

- Nyström, K., & Öhrling, K. (2004). Parenthood experiences during the child's first year: Literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 46, 319-330. doi:10.1111/j.1365-2648.2004.02991.x
- Palácios, J. (2005). Prefácio. In O. Cruz, *Parentalidade* (pp. 9-12). Coimbra, Portugal: Quarteto.
- Pereira Junior, G., Siqueira, V. H. F., & Rezende, L. A. (2011). Paternidade e saúde reprodutiva: Discursos de jovens em documentários autobiográficos. *Pro-Posições*, 22(1), 131-149. doi:10.1590/S0103-73072011000100011
- Pereira, M., & Canavarro, M. C. (2008). Adaptação à gravidez e ao nascimento de um filho de mulheres infectadas pelo VIH/SIDA. *Psychologica*, 49, 30-54.
- Piccinini, C. A., Gomes, A. G., Moreira, L. E., & Lopes, R. S. (2004). Expectativas e sentimentos da gestante em relação ao seu bebê. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20, 223-232. doi:10.1590/s0102-37722004000300003
- Piccinini, C. A., Levandowski, D. C., Gomes, A. G., Lindenmeyer, D., Lopes, R. S. (2009). Expectativas e sentimentos de pais em relação ao bebê durante a gestação. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 26, 373-382. doi:10.1590/S0103-166X2009000300010
- Piccinini, C. A., Lopes, R. S., Gomes, A. G., & De Nardi, T. (2008). Gestação e a constituição da maternidade. *Psicologia em Estudo*, 13, 63-72. doi:10.1590/s1413-73722008000100008
- Piccinini, C. A., Marin, A. H., Gomes, A. G., & Lopes, R. C. S. (2011). A constituição da maternidade em gestantes solteiras. *Psico*, 42, 246-254. Recuperado de <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/index>
- Piccinini, C. A., Pereira, C. R. R., Marin, A. H., Lopes, R. C. S., & Tudge, J. (2007). O nascimento do segundo filho e as relações familiares. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23, 253-262. doi:10.1590/s0102-37722007000300003
- Piccinini, C. A., Silva, M. R., Gonçalves, T. R., Lopes, R. S., & Tudge, J. (2004). O envolvimento paterno durante a gestação. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17, 303-314. doi:10.1590/S0102-79722004000300003
- Pimenta, M., Veríssimo, M., Monteiro, L., & Costa, I. P. E. (2010). O envolvimento paterno de crianças a frequentar o jardim-de-infância. *Análise Psicológica*, 28, 565-580. doi:10.14417/ap.375
- Poh, H. L., Koh, S. S. L., & He, H.-G. (2014). An integrative review of fathers' experiences during pregnancy and childbirth. *International Nursing Review*, 61, 543-554. doi:10.1111/inr.12137

- Polomeno, V. (2000). The Polomeno Family Intervention Framework for Perinatal Education: Preparing couples for the transition to parenthood. *The Journal of Perinatal Education*, 9, 31-48. doi:10.1624/105812400X87482
- Prino, L. E., Rollè, L., Sechi, C., Patteri, L., Ambrosoli, A., Caldarera, A. M., ... Brustia, P. (2016). Parental relationship with twins from pregnancy to 3 months: The relation among parenting stress, infant temperament, and well-being. *Frontiers in Psychology*, 7, Article 1628. doi:10.3389/fpsyg.2016.01628
- Ramalho, A. C. (2015). *Relação do envolvimento paterno com variáveis do pai, da criança, da família de origem e da relação conjugal* (Dissertação de doutoramento, Universidade de Lisboa, Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10451/23129>
- Rebelo, J. E. (2013). *Defilhar: Como viver a perda de um filho*. Lisboa, Portugal: Casa das Letras.
- Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da família: Perspectiva sistémica*. Porto, Portugal: Edições Afrontamento.
- Relvas, A. P. (2004). *O ciclo vital da família: Perspectiva sistémica* (3ª Ed.). Porto, Portugal: Edições Afrontamento.
- Sá, E. (2004). *A maternidade e o bebé*. Lisboa, Portugal: Fim de Século.
- Santis, L., & Barham, E. J. (2017). Envolvimento paterno: construção de um modelo teórico baseado em uma revisão da literatura. *Temas em Psicologia*, 25, 941-953. doi:10.9788/TP2017.3-03Pt
- Schumacher, K. L., Jones, P. S., & Meleis, A. I. (1999). Helping elderly persons in transition: A framework for research and practice. In E. A. Swanson, & T. Tripp-Reimer (Eds.), *Life transitions in the older adult: Issues for nurses and other health professionals* (pp. 1-26). New York, NY: Springer.
- Silva, M. R. (2007). *Paternidade e depressão pós-parto materna no contexto de uma psicoterapia breve pais-bebê* (Tese de doutoramento, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia, Rio Grande do Sul, Brasil). Recuperado de <http://hdl.handle.net/10183/13578>
- Silva, M. R., & Piccinini, C. A. (2009). Paternidade no contexto da depressão pós-parto materna: Revisando a literatura. *Estudos de Psicologia (Natal)*, 14, 5-12. doi:10.1590/S1413-294X2009000100002
- Simões, R., Leal, I., & Maroco, J. (2010). Envolvimento paterno num grupo de crianças do 1º ciclo. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 11, 339-356. doi:10.15309/10psd110211

- Simon, M. K., & Goes, J. (2011). *Dissertation and scholarly research: Recipes for success*. Seattle, WA: Dissertation Success LLC.
- Solis-Ponton, L., & Lebovici, S. (2004). Diálogo Leticia Solis-Ponaton e Serge Lebovici. In M. C. P. Da Silva, & L. Solis-Ponton (Eds.), *Ser pai, ser mãe – Parentalidade: Um desafio para o terceiro milênio* (pp. 21-27). São Paulo, SP: Casa do Psicólogo.
- Sotto-Mayor, I .M. B. & Piccinini, C. A. (2005). Relacionamento conjugal e depressão materna. *Psico*, 36, 135-148. Recuperado de <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/index>
- Sousa e Silva, C., & Carneiro, M. (2014). Adaptação à parentalidade: O nascimento do primeiro filho. *Revista de Enfermagem Referência*, 4(3), 17-26. doi:10.12707/RIII13143
- Strauss, A., & Corbin, J. (2008). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Teixeira, M. C. M. (2006). *Tornar-se pai: Um estudo acerca de homens que são pais pela primeira vez* (Dissertação de mestrado, não publicada). Universidade de Lisboa, Faculdade Psicologia e de Ciências da Educação, Lisboa, Portugal.
- van Esch, P., & van Esch, L. J. (2013). Justification of a qualitative methodology to investigate the emerging concept: The dimensions of religion as underpinning constructs for mass media social marketing campaigns. *Journal of Business Theory and Practice*, 1, 214-243. doi:10.22158/jbtp.v1n2p214
- Vidigal, J. M. (2013). Pai: Afasta de mim esse cálice. *Revista Portuguesa de Pedopsiquiatria*, 34, 37-45.
- Vieira, M. L., Bossardi, C. N., Gomes, L. B., Bolze, S. D. A., Crepaldi, M. A., & Piccinini, C. A. (2014). Paternidade no Brasil: revisão sistemática de artigos empíricos. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 66(2), 36-52. Recuperado de <http://seer.psicologia.ufrj.br/index.php/abp>
- Winnicott, D. W. (1966). *A criança e seu mundo* (A. Cabral, Trad.). Rio de Janeiro, RJ: Zahar. (Obra original publicada em 1957)
- Wong, O., Nguyen, T., Thomas, N., Thomson-Salo, F., Handrinos, D., & Judd, F. (2016). Perinatal mental health: Fathers—the (mostly) forgotten parent. *Asia-Pacific Psychiatry*, 8, 247-255. doi:10.1111/appy.12204
- Zornig, S. M. A.-J. (2010). Tornar-se pai, tornar-se mãe: O processo de construção da parentalidade. *Tempo Psicanalítico*, 42, 453-470. Recuperado de <http://revista.spid.com.br/index.php/tempopsicanalitico>

ANEXOS

Anexo I

Pedido de Autorização para a realização do estudo

Évora, 21 de Novembro, 2016

Ex.ma Sra. Diretora Executiva, ACES – Alentejo Central

Dr.^a Laurência Gemitto

Assunto: Pedido de autorização para realização de investigação

Eu, Mónica Isabel Piriquito Valente José, venho por este meio solicitar a colaboração da V. prestigiada instituição, no sentido de realizar recolha de dados para fins de investigação, no âmbito do meu Mestrado em Psicologia, área de especialização Psicologia Clínica, pela Universidade de Évora, sob orientação da Professora Doutora Constança Biscaia.

No presente ano letivo encontro-me a realizar o estágio curricular no serviço de Psicologia do ACES-Alentejo Central sob supervisão da Dra. Alexandra Oliveira e Dr.^a Isabel Fernandes. Desta forma, penso que seria pertinente desenvolver a minha investigação nesta instituição, mais propriamente na Unidade de Saúde Familiar Lusitânea.

No âmbito de uma investigação subjugada ao tema:” *Como nasce um Pai – A transição para a parentalidade*”, procuro investigar quando é que os Pais se tornam pais. Objetiva-se conhecer e compreender o processo psicológico intrapsíquico e intersubjetivo de cada sujeito inerente ao processo de transição para a parentalidade. Neste sentido, pretendo efetuar uma entrevista a cinco pais, primíparos, aproximadamente entre o oitavo e décimo segundo mês de vida da criança.

Num primeiro momento seria efetuado um contacto telefónico com os pais de forma a perceber a sua motivação em colaborar no estudo (Dezembro, 2016); Num segundo momento, seria agendado um primeiro contacto presencial na USF para explicar a natureza do estudo e preencher o devido consentimento informado. Por último, seria agendada uma data para efetuar a entrevista - Fevereiro e/ou Março de 2017.

Neste sentido, para efetuar o primeiro contacto com os Pais, preciso da preciosa ajuda das enfermeiras da Unidade para selecionar os mesmos.

Os dados recolhidos são confidenciais e, em momento algum, os participantes serão identificados, acrescentando ainda sob compromisso de honra que o funcionamento da instituição não será posto em causa.

Anexo II

Autorização para a realização do estudo

INT-ARSA/2014/100 *Herzologia-ze*
10-01-2014



09.01.2017
(17/2016/CES)

PARECER N.º 02/2017/CES

O CONSELHO DIRETIVO *5.1.2017*

O Presidente: José Marques Rôbalo

O Vogal: José António Martinho Lopes

A Vogal: Paula Ribeiro Marques

Sobre o estudo «Como nasce um pai – a transição para a parentalidade»

A – Relatório.....

A.1. A Comissão de Ética para a Saúde (CES) da Administração Regional de Saúde do Alentejo (ARSA) deu início ao processo nº 17/2016/CES com base no pedido formulado a esta CES, em 29 de Novembro de 2016, pela investigadora **Mónica Isabel Piriquito Valente José**, no âmbito de Mestrado em Psicologia, área de especialização Psicologia Clínica, pela Universidade de Évora, sob orientação da Professora Doutora Constança Biscaia. O projecto de investigação, intitulado “Como Nasce um Pai - A transição para a parentalidade”, insere-se num estágio curricular a decorrer na USF Lusitânia do ACES Alentejo Central sob supervisão de duas profissionais psicólogas desta entidade. Trata-se de um estudo de natureza qualitativa e procura investigar quando é que os pais se tornam pais.....

A.2. Fazem parte do processo de avaliação os seguintes documentos:.....

- 1) Projecto de Dissertação – Documento de apresentação do curso de mestrado cumpre a estrutura científica estabelecida e permite uma visão geral do processo investigativo a desenvolver;.....
- 2) Cronograma;
- 3) Carta de explicação do estudo;
- 4) Declaração de Consentimento Informado, Esclarecido e Livre para utentes;
- 5) Declaração de Consentimento Informado, Esclarecido e Livre para profissionais de saúde; ..
- 6) Parecer de solicitação de apoio/autorização dirigido ao Diretor do ACES/Presidente do Conselho Diretivo/Coordenador de Unidade de Saúde;
- 7) Declaração de Compromisso da Investigadora relativa à entrega do relatório final da investigação à CES;.....
- 8) Curriculum da Investigadora;.....
- 9) Declaração da investigadora sobre a propriedade de dados.....

A.3 Resumo de parte da documentação.....

Trata-se de um estudo exploratório qualitativo. O Projecto de Investigação – Documento de apresentação do curso de mestrado cumpre a estrutura científica estabelecida e permite uma visão geral do processo investigativo a desenvolver. Do estudo consta, título da investigação; Resumo; palavras-chave; Introdução; objectivos; metodologia, amostra, métodos de recrutamento dos participantes e procedimento, e cronograma.....

O estudo procura investigar quando é que os Pais se tornam pais. Através de uma metodologia qualitativa de investigação com recurso à entrevista narrativa, pretende conhecer e compreender o processo psicológico intrapsíquico e intersubjectivo de cada sujeito inerente ao processo de transição para a parentalidade. A amostra é constituída por cinco sujeitos do sexo masculino primíparos, e com filhos entre os oito e doze meses de idade.....

Este estudo tem como objectivos: Compreender o processo de transformação psíquica intrasubjectiva e intersubjectiva desde o início da gravidez até aos oito/doze meses de vida do seu filho; O momento em que se começa a *sentir* como pai; Os fatores que percebe como tendo influenciado o seu processo de transição para a parentalidade; A percepção que tem sobre a forma como se construiu e se desenvolveu o investimento emocional no seu filho.....

Este estudo realiza-se com a colaboração do Departamento de Psicologia da Universidade de Évora. A participação do utente consiste em participar numa entrevista narrativa, respondendo a uma questão aberta. Antes da entrevista, é solicitado autorização para que a mesma possa ser gravada em formato áudio, de forma a permitir a posterior transcrição e análise da sua narrativa. Na metodologia prevê a utilização de *Grounded Theory* enquanto metodologia de análise qualitativa de investigação, recorrendo à entrevista narrativa como técnica de recolha de dados.

As questões indutoras da entrevista narrativa são: "Quando é que os pais se sentem tornar pais?; Quais os fatores que os pais percebem como tendo influenciado o seu processo de transição para a parentalidade?"; que percepção têm os pais sobre a forma como se construiu e se desenvolveu o investimento emocional no seu filho?".....

A investigadora assume a garantia, confidencialidade e o anonimato de todos os dados assim recolhidos, sendo os mesmos exclusivamente utilizados no âmbito do estudo e a identificação dos participantes/utentes não será revelada, uma vez que serão atribuídos nomes fictícios. O investigador compromete-se em destruir a gravação um ano e meio depois de realizada da entrevista.....

B – IDENTIFICAÇÃO DE QUESTÕES COM IMPLICAÇÕES ÉTICAS.....

B.1 A relevância e pertinência do estudo estão cabalmente justificadas com a fundamentação teórica apresentada. O objeto do estudo é pertinente e enquadra-se no âmbito de estágio

curricular com a participação ativa dos profissionais de saúde do ACES Alentejo Central, USF Lusitânia;.....

B.2 A investigadora assume a garantia, confidencialidade e o anonimato de todos os dados recolhidos, sendo os mesmos exclusivamente utilizados no âmbito do estudo e a identificação dos participantes/utentes não será revelada. O investigador compromete-se em destruir a gravação um ano e meio depois de realizada a entrevista;.....

B.3 A participação no estudo não acarreta encargos financeiros para os participantes;.....

B.4. A investigadora comprometeu-se a enviar a esta CES a Declaração dos profissionais de saúde que referenciam participantes antes do início da colheita de dados;.....

B.5. A investigadora deve apresentar a esta CES o Curriculum/nota curricular da Professora Orientadora da investigação;.....

B.6. A investigadora deve proceder à correção do modelo de CI mediante o acordado anteriormente, e enviar este modelo a esta CES antes do início da colheita de dados.....

C – CONCLUSÃO

Face ao exposto a CES delibera dar parecer favorável à autorização deste estudo, condicionado ao cumprimento do enunciado nos pontos B4, B5 e B6.....

Aprovado em reunião do dia 09 de Janeiro de 2017, por unanimidade.

A Presidente da Comissão de Ética para a Saúde da ARS Alentejo


(Susana Teixeira)

Anexo III

Carta de explicação do estudo

Antes de decidir se vai colaborar neste estudo, deve primeiro compreender o seu propósito, o que se espera da sua parte, os procedimentos que se irão utilizar, os riscos e os benefícios de participar neste estudo.

Pedimos para que leia todo o documento e se sinta à vontade para colocar todas as questões que pretender antes de aceitar fazer parte do estudo.

Mónica Isabel Piriquito Valente José, a frequentar o Curso de Mestrado em Psicologia, área de especialização Psicologia Clínica, pela Universidade de Évora, pretende desenvolver um estudo de investigação sobre “*Como nasce um Pai? – A transição para a parentalidade*”. Este estudo tem como objetivos:

- 1- Compreender o processo de transformação psíquica intrasubjectiva e intersubjectiva desde o início da gravidez até aos oito/doze meses de vida do seu filho;
- 2- O momento em que se começa a *sentir* como pai;
- 3- Os fatores que percebe como tendo influenciado o seu processo de transição para a parentalidade;
- 4- A percepção que tem sobre a forma como se construiu e se desenvolveu o investimento emocional no seu filho.

PARTICIPAÇÃO: A sua participação no estudo é voluntária. Se decidir participar, poderá sempre deixar de o fazer a qualquer momento. A sua decisão de participar ou não neste estudo, não afetará a sua relação atual ou futura com a instituição.

PROCEDIMENTO: Se aceitar participar neste estudo, vai-lhe ser solicitada a realização de uma entrevista narrativa, com uma questão aberta: “*Fale-me sobre este momento da história de vida, sobre este processo de se tornar Pai*”. A entrevista será gravada em sistema áudio, de modo a garantir que todo o conteúdo das suas respostas possa ser analisado e compreendido.

RISCOS E BENEFÍCIOS DE PARTICIPAR NO ESTUDO: Não existem quaisquer riscos para os participantes do estudo e não se preveem benefícios imediatos. Os custos na execução deste projeto são do próprio investigador.

ANONIMATO / CONFIDENCIALIDADE: Todos os dados relativos a este estudo serão mantidos sob sigilo. Em nenhum tipo de relatório que se venha a produzir, será incluído qualquer tipo de informação que possa conduzir à identificação dos intervenientes.

Anexo IV

Consentimento informado livre e esclarecido

O presente consentimento tem como objetivo solicitar a sua participação informada num estudo de investigação sobre “*Como nasce um Pai? – A transição para a parentalidade*”.

Este estudo realiza-se com a colaboração do Departamento de Psicologia da Universidade de Évora. A sua participação consiste em participar numa entrevista narrativa, respondendo a uma questão aberta.

No âmbito desta entrevista, solicitamos também a sua autorização para que a mesma possa ser gravada em formato áudio, de forma a permitir a posterior transcrição e análise da sua narrativa.

Garantimos a confidencialidade e o anonimato de todos os dados assim recolhidos, sendo os mesmos exclusivamente utilizados no âmbito deste estudo. A identificação dos participantes/utentes jamais será revelada, mesmo que futuramente os resultados deste estudo sejam apresentados em congresso e/ou publicados. O investigador compromete-se em destruir a gravação um ano e meio depois de realizada a entrevista.

Assinatura da Investigadora,

Assinatura do Orientador,

Declaro ter lido e compreendido este documento, bem como eventuais esclarecimentos que me foram facultados. Foi-me garantida a possibilidade de, em qualquer altura, recusar participar neste estudo sem qualquer tipo de consequências. Se existirem algumas dúvidas contatarei o investigador através de email (monikavalente84@gmail.com). Desta forma, aceito participar neste estudo e permito a utilização dos dados que de forma voluntária forneço, confiando em que apenas serão utilizados para este âmbito e com as garantias de confidencialidade e anonimato.

Assinatura do Utente/Participante,

Évora, ____/____/____

*Este consentimento é efetuado em duplicado, ficando uma cópia para o Utente/Participante.

Anexo V

***Transformação das unidades de significado em Expressões de
Caráter Psicológico***

- Participante 1 (P1) -

Unidades de Significado	Unidade de Significado Psicológico
<p>1. Investigador: Fale-me sobre este momento da história da sua vida, sobre este processo de se tornar pai.</p> <p>Participante 1: Bem, acho que como toda a gente teve, alturas mais boas e menos boas..mas...no geral foi..foi uma fase muito positiva, mais complicado durante o parto, porque teve de ser induzido e acabou por ter de ser de cesariana. Mas..estou muito feliz por ser pai.</p>	<p>1. Em resposta à pergunta do investigador, P1 refere ter experienciado o processo de uma positiva. Contudo, sente que o parto por cesariana foi uma experiência negativa do processo. P1 sente-se feliz.</p>
<p>2. Investigador: Como experienciou a gravidez da sua esposa, desde o momento que soube que iria ser pai?</p> <p>Participante 1: Pronto, ela não tem muito mau feitio, portanto não tive de lidar com grandes alterações de humor. Ah, obviamente que ela precisava de atenção e..e de alguns cuidados e repouso..mas foi muito tranquilo, muito mais tranquilo do que aquilo que eu estava a espera.</p>	<p>2. P1 apesar de ter experienciado alterações de humor, por parte da sua esposa, conseguiu ultrapassar esta fase com tranquilidade.</p>
<p>3. Investigador: Como se ia sentindo ao longo dos meses?</p> <p>Participante 1: Principalmente ansiedade. Mas acho que é normal uma pessoa estar à espera daquele momento e esperar que tudo corra bem não é (...)</p>	<p>3. Em resposta à pergunta do investigador, P1 sentiu-se ansioso e preocupado à medida que o momento do parto de aproximava.</p>
<p>4. Por exemplo em relação às ecografias tinha alguma curiosidade, mas nada por aí além. Para mim não era uma coisa que eu tivesse muita expectativa de..era apenas para saber se estava tudo bem, não estava a espera de mais nada (...)</p>	<p>4. P1 percebe o momento da ecografia como importante no processo. A sua principal preocupação era com o estado de saúde do bebé.</p>
<p>5. O momento do parto eu não pude assistir porque foi de cesariana..entretanto rebentaram-lhe as águas só que a criança não tinha espaço</p>	<p>5. P1 refere não lhe ter sido permitido assistir ao parto, por ter sido cesariana.</p>

para nascer porque nasceu com 4 quilos e 100g...(…)	
6. (...) E pronto, lá fiquei eu à espera....	6. P1 percebe o momento do parto, sentindo-se insatisfeito, por ter ficado longe e não ter participado no momento do parto.
7. Investigador: O que sentiu nesse momento? Participante 1: Ah..ah..é assim..foi um bocado complicado porque ela queria não queria cesariana e eu preocupado com ela..e com o que ela queria e com as consequências disso..obviamente eu também não queria mas..o que foi teve de ser..foi (...)	7. Em resposta à pergunta do investigador, P1 sentiu-se preocupado com a sua esposa, pela forma em que ocorreu o parto. O casal desejava um parto dito normal. Desta forma, P1 receava as consequências negativas que podiam surgir por ter sido um parto por cesariana.
8. (...) Quando vi o meu filho pela primeira vez foi uma explosão de sentimentos e foi muito bom. Infelizmente depois estava preocupado com ela por não saber nada dela (...)	8. P1 percebe o momento em que viu pela primeira vez o seu filho, sentindo esta experiência bastante positiva. Contudo, sentia-se preocupado com a sua esposa, por desconhecer onde se encontrava no momento, e se se encontrava bem de saúde.
9. (...) Acho que é mais fácil quando o pai assiste ao parto do que propriamente ficar de fora. Acho que já andam a tentar que o pai possa assistir às cesarianas. Acho que isto é um aspeto positivo para quem tem estomago para aguentar. Eu não sei se ia ter se não..mas...pronto, talvez um dia venha a descobrir outra vez (sorrisos).	9. P1 sentiu-se excluído por não ter assistido ao parto. O facto do pai não poder assistir ao parto por cesariana, foi sentido como uma experiência negativa do processo.
10. Investigador: Ainda voltando ao momento da gravidez, assistiu a aulas de preparação para o parto? Participante 1: Nada disso. E a minha esposa também não. Porque é assim, quando no hospital nos disseram que havia essas aulas já ela estava de mais semanas do que o que eles pretendiam para as aulas. Portanto, mas também...acho que não..não teve assim grande influência nós assistirmos ou não (...)	10. Em resposta à pergunta do investigador, P1 não participou em aulas de preparação, tal como a sua esposa. Para P1, não foi um fator importante no processo.
11. (...) E em relação ao sexo da criança, ainda que possam haver preferências..isto é daquelas coisa que se colocam sempre em questão..eu	11. Em relação ao género da criança, P1 refere que ambos (pai-mãe) desejavam uma criança do género masculino. P1 revela ter confiado no

<p>confio no instinto dela e ela já tinha instinto que era um rapaz. Portanto, viesse o que viesse e com saúde era o mais importante. Mas o meu instinto também era para o mesmo lado (sorrisos) (...)</p>	<p>instinto materno, e que o seu instinto paterno, também lhe remetia para o nascimento de uma criança do género masculino.</p>
<p>12. (...) Depois como lhe disse ele nasceu e fiquei muito feliz. Ele nasceu e eu fiquei logo com ele ao colo até ela poder subir e pronto... tive logo aquelas primeiras horas sozinho com ele, um par de horas (sorrisos). Mas também, um recém nascido não dá trabalho nenhum....tar ali sossegadinho...(..)</p>	<p>12. Para P1, as primeiras horas após o nascimento foram percebidas como uma experiência bastante importante no processo, nomeadamente a primeira experiência da relação.</p>
<p>13. (...) Mas tive alguns medos...além de não ter experiência com crianças, praticamente não tinha experiencia nenhuma..ah..acho que há sempre o medo de falhar...falhar em alguma coisa..E isso é uma coisa que..que só se sabe depois de passar pelas situações.....(...)</p>	<p>13. Momentos após o parto, P1 sente-se receoso e inexperiente em relação ao cuidar da criança.</p>
<p>14. Investigador: Por exemplo... Participante 1: Não sei...acho que... ter um filho é um... além de ser uma coisa para a vida, é uma coisa de muita responsabilidade.. e isso trás peso na consciência e peso sobre a pessoa e isso acho que vai causar medo de falhar em muitos aspetos. Porque temos sempre alguém para cuidar...durante...o resto da vida. Podia dizer uns bons anos, mas...os filhos precisam sempre de nós...</p>	<p>14. Em resposta à pergunta do investigador, apesar de P1 se sentir receoso com exigência que implica todo o processo, sente que irá cuidar sempre do seu filho.</p>
<p>15. Investigador: Quando a criança nasceu, como experienciou os primeiros meses? Participante 1: Bem, obviamente uma mudança de rotina, mas...ele até se tem portado bem, não adoce assim, apesar de ser uma criança que até teve muitas cólicas..mas..foi tudo muito.....natural...por assim dizer...participava nos cuidados, mas infelizmente a minha vida, o meu trabalho e a minha troca de sonos não me permite tar mais presente, mas eu sempre troquei fraldas e ajudar com banhos e fazer</p>	<p>15. Em resposta á pergunta do investigador, P1 perceciona alteração nas rotinas diárias. P1 participou nos cuidados diários da criança (dar biberons, trocar as fraldas, ajudar no momento do banho). Atualmente, P1 sente que não pode estar mais presente, motivos profissionais (trabalho noturno),</p>

<p>essas coisas normais. Também lhe dava papas, também lhe dava biberons, levantava-me a meio da noite se fosse preciso, mas também..pronto...a maior parte das noites estou ausente..</p>	
<p>16. Investigador: Sente-se um pai ausente? Participante 1: Humm...meio...mas...há que ganhar a vida..tem que ser..há que aproveitar os momentos em que é possível (...)</p>	<p>16. Em resposta à pergunta do investigador, P1 sente-se de certa forma um pai ausente. Contudo, P1 sente-se efetivado nos momentos em que está presente.</p>
<p>17. (...) Ele agora já está maiorzinho, já aprende mais coisas, já vai dizendo umas palavras..mas..é tudo normal..a partir dos 6 meses começou a introdução de algumas papas..sempre com biberom obviamente. Agora aguenta-se de pé, andar ainda não e gatinhar também não. Acho que é o que ..vai ser daqueles que vai começar primeiro a andar do que propriamente gatinhar, porque ele gosta é de rebolar de barriga para cima e..(sorrisos) não gosta muito de dar às pernas para gatinhar.Ele gosta que nós o seguramos de pé... e....pronto, mas também se cansa rápido. Também ainda não tem 1 ano, pronto. Também não insistimos assim muito por aí além para ele não andar cansado. Mas pronto, ele no parque também se diverte..também se tenta levantar e ..também dá tombos..faz tudo parte..</p>	<p>17. P1 percebe a evolução da criança a partir dos seis meses de vida. P1 percebe as preferências da criança, em relação ao brincar e à respetiva interação.</p>
<p>18. Quando estou com ele tento dar-lhe colo, atenção, brincar com ele,..ah..pelo menos para ele sentir que estou presente....porque nos dias de trabalho é um bocado complicado. Eu tenho de dormir durante o dia e à noite vou-me embora. Também ele está a dormir a noite..mas..praticamente vejo-o de manhã e à parte quando me levanto antes de ir trabalhar. É um bocado mais complicado..ter..tempo...</p>	<p>18. Apesar da situação profissional que experiencia, P1 sente compensar a sua ausência, brincando com a criança, quando está presente.</p>

<p>19. Investigador: Como está a lidar com essa situação?</p> <p>Participante 1: Acho que como qualquer pai gostava de ter mais tempo para ele..mas...(lágrimas)...acho que já me habituei à ideia..infelizmente não dá para mudar de vida assim...se eu pudesse tinha um trabalho como toda a gente assim das 8h às 5h e semanal e passava o fim de semana em casa..assim é mais complicado em 4 dias, mas nos outros 4 posso tar o dia inteiro com ele...(..)</p>	<p>19. Em resposta à pergunta do investigador, P1 experiencia emoção negativa, tristeza, por não conseguir estar mais tempo com o seu filho.</p>
<p>20. (...) Brinco com ele com os bonequinhos que ele gosta, às vezes também o ponho a ver desenhos animados que sei que ele gosta e está entretido e..principalmente nas alturas em que ele está um bocadinho birrento..é o melhor a fazer (sorrisos). Ele gosta muito de ver o pocoyo e pronto, entretem-se um bocadinho (sorriso)...</p>	<p>20. P1 percebe formas de interação com o filho.</p>
<p>21. (...) E com a minha mulher sempre nos entendemos muito bem. Apesar de ser uma fase em que ela dá sempre muita atenção ao filho sempre nos entendemos muito bem. Também me dava atenção a mim (sorrisos). Nem antes, nem na altura do parto senti que não me dava atenção...(..)</p>	<p>21. P1 experiencia uma relação conjugal, ausente de conflitos. P1 percebe uma fase em que a esposa despende de muito tempo para o filho, mas não se sente afetado emocionalmente.</p>
<p>22. (...) Também sentimos sempre o apoio dos nossos familiares...(..)</p>	<p>22. P1 percebe a existência de suporte familiar.</p>
<p>23. (...)pronto, gostávamos de ter tido mais posses e ter seguimento a nível privado, e acompanhar melhor as coisas, até porque a 1ª ecografia ela acabou por não a fazer..ela não é de cá e não tinha médico cá..e então quando engravidou ainda tivemos que andar em burocracias para andar a arranjar médico de família. Eu também não estava neste centro de saúde, também estava noutra, tivemos que andar a transferir as nossas coisas e entretanto depois já tinha passado o tempo. Já só fez a 2ª.</p>	<p>23. P1 percebe a existência de algumas burocracias nos centros de saúde, relativamente aos processos de ambos os pais, situação que motivou a ausência da primeira ecografia.</p>

<p>24. (...) Neste entretanto uma pessoa fica sempre um bocado receosa por não saber se está tudo a correr bem ou não mas..as coisas acabam-se por resolver...(..)</p>	<p>24. P1 experiencia preocupação com o estado de saúde da criança, devido ao tempo de espera até à primeira consulta.</p>
<p>25. Investigador: É otimista...</p> <p>Participante 1: (sorrisos) sou, dentro dos possíveis...(sorrisos)...dentro dos possíveis mesmo. Por exemplo logo na gravidez, lá para os 4 meses assim que começaram os preparativos das coisas eu comecei logo a sentir-me diferente e a ganhar consciência que as coisas vão mudar e aquela ansiedade e aquela vontade ...pronto...foi logo a preparação para o que vem a seguir. O que um pai quer é que corra tudo bem (...)</p>	<p>25. Em resposta à intervenção do investigador, P1 sente-se um pai otimista. Durante a gravidez da esposa, P1 percebe momentos em que se sentiu emocionalmente “diferente” e ansioso. P1 sentiu que se ia tornar pai.</p>
<p>26. (...) Depois ele tem um bocadinho da personalidade de cada um de nós. Nós já conseguimos ver isso e acho que é o bastante(...)</p>	<p>26. P1 percebe na criança traços de personalidade de cada um dos pais.</p>
<p>27. Dado o mundo atual e infelizmente as doenças que por aí há e malformações e doenças menos boas, acho que toda a gente acaba por ter receio de que..ou o parto corra mal ou alguma coisa corra mal durante a gravidez ou mesmo depois...porque até no hospital se pode apanhar alguma doença mas, pronto..correu tudo bem..</p>	<p>27. P1 experiencia sentimento de medo durante a gravidez da esposa (malformações, doenças) e na altura do parto (doença).</p>
<p>28. (..) foi um filho desejado pelos dois, embora não fosse propriamente aquela altura que nós queríamos para o ter mas...aconteceu e estamos muito felizes...e os avós também pois, também queriam (sorrisos).. Falávamos muito em ter um filho..pronto, além de nós desejarmos um filho, sempre quisemos ter um casal de filhos, portanto ainda estamos a tentar orientar as nossas vidas para um segundo filho daqui por uns anos (sorrisos).</p>	<p>28. P1 sente ter sido um filho desejado pelo casal. O casal deseja um segundo filho, quando a vida pessoal se encontrar mais estável.</p>

<p>29. Investigador: Uma menina...</p> <p>Participante 1: Uma menina (sorriso). Portanto é assim, se vier um rapaz (sorrisos) nós também ficamos felizes, vamos ver como é que a vida corre. Hoje não podia desejar nem mais nem melhor.</p>	<p>29. Em resposta à intervenção do investigador, P1 deseja futuramente torna-se pai de uma menina.</p>
<p>30. (...) Mas acho que a minha relação com o meu filho ficará melhor quando ele for maior, quando começar a ter entendimento, outro entendimento..talvez possamos ter uma relação bem próxima (...)</p>	<p>30. P1 sente-se um pai ausente na relação (pai-filho). Para P1, a relação apenas será percebida como mais próxima, ao longo do desenvolvimento da criança.</p>
<p>31. Quando ele crescer mais um bocadinho, em vez de ser daqueles pais que não ligam nenhuma e que os filhos não falam com eles pronto...eu quero exatamente o oposto...quero que ele possa falar comigo abertamente e... que acima de tudo... sejamos uma família unida. Basicamente transmitir para ele o que eu e a mãe já ..pronto..somos e....continuamos a tentar ser sempre (...)</p>	<p>31. P1 perspectiva futuramente uma relação de maior proximidade com o seu filho, e com a tríade (pai, mãe e filho).</p>
<p>32. (...) Agora eu não sei qual é o pensamento de um bebé de 11 meses em relação à nossa relação, mas eu apesar de saber que estou numa relação com ele acho que só mais tarde é que vai ser forte quando ele for maiorzinho (...)</p>	<p>32. P1 sente que desconhece o funcionamento psíquico da criança.</p>
<p>33. (...) Com o desenvolver dos anos, e o entendimento dele, quando ele falar, acho que vai ser uma coisa mais próxima..espero eu (sorriso). 11 meses ainda não é tempo suficiente para todas a demonstrações que podem haver. Ele diz papá, mamã, olá quando lhe apetece e..pouco mais...ainda está mesmo a começar..é um dia de cada vez.</p>	<p>33. Para P1, a idade da criança condiciona a criação de laços na díade (pai-filho). Para P1, a aquisição da linguagem, poderá ser um fator que fortalecerá os laços na relação; que estes laços estão de certa forma dependentes da maturidade da criança.</p>
<p>34. Há fases da vida..eu de há uns anos para cá é um dia de cada vez..portanto, nós podemos idealizar um futuro...mas...não sabemos o dia de amanhã..eu só quero que ele consiga crescer</p>	<p>34. Para P1 a vida é constituída por fases. A preocupação de P1 é com o desenvolvimento saudável da criança, e com a sua felicidade.</p>

<p>saudável...e que...e que..pronto..se sinta bem com a família...(.)</p>	
<p>35. (...) por exemplo em relação aos avós eles acabam por não intervirem muito..como não são de cá é umas visitas e pronto...nós cá eles lá..como ele é muito pequenino e não está habituado a lidar com estranhos quando vê os avós pronto, lá vai umas birrinhas. Nós gostávamos que toda a gente tivesse mais próxima...mas...é a vida...é sempre um fator negativo os familiares estarem distantes em termos de localização, especialmente porque a família dela está a 400 km daqui..(.)</p>	<p>35. P1 percebe a ausência de suporte familiar, por parte dos avós da criança, por residirem longe. P1 percebe esta ausência de suporte, um fator negativo no processo, nomeadamente quando a criança é visitada pelos avós e não os reconhece como avós.</p>
<p>36. Investigador: Sente-se sozinho? Participante 1: Sim...sentimos os dois...às vezes...o positivo disto tudo é eu ter o meu filho e ele ser saudável.. com altos e baixos como tudo na vida mas é mesmo assim.</p>	<p>36. Em resposta à questão do investigador, P1 sente que ambos (pai-mãe) experienciam momentos de solidão, e que o filho é o suporte nos momentos mais difíceis.</p>

- Participante 2 (P2) -

Unidades de Significado	Unidade de Significado Psicológico
<p>1. Investigador: Fale-me sobre este momento da história da sua vida, sobre este processo de se tornar pai.</p> <p>Participante 2: Foi-se passando...um dia de cada vez..uns dias melhores, outros dias piores..uns dias mais nervosos, outros menos nervosos (...)</p>	<p>1. Em resposta à pergunta do investigador, P2 experienciou momentos positivos e negativos, com alguma ansiedade.</p>
<p>2. (...) Aqueles dias em que ela estava assim com medos...eu não sou uma pessoa de muitos medos..uns dias elas estava com medos, depois era azias...eu tive alguns receios...se estava a correr bem, se não estava (...)</p>	<p>2. P2 percebe a existência de alguns momentos sentidos com receio durante o processo, tal como a sua esposa.</p>
<p>3. (...) uma pessoa até nascer não sabe se a criança vem bem..</p>	<p>3. Durante a fase da gravidez, P2 sentiu-se expectante e preocupado com o estado de saúde da criança.</p>
<p>4. (...) e mesmo depois de nascer uma pessoa não sabe muita coisa...lidar com algumas situações...mas até agora está tudo bem..(...)</p>	<p>4. Após o nascimento da criança, P2 experienciou algumas dificuldades, nomeadamente situações específicas relacionadas com o processo.</p>
<p>1. Investigador: O que ia sentindo ao longo dos meses de gravidez?</p> <p>Participante 2: Além de alguns medos que ela também me passava...Só no dia que fomos para a maternidade é que tive assim um bocado de ansiedade e até depois da criança nascer...depois passou...não sou muito ansioso...mas acho que ficava nervoso por causa dela..(...)</p>	<p>5. Em resposta à pergunta do investigador, P2 sente-se uma pessoa pouco ansiosa. P2 experienciou ansiedade no dia que foi para a maternidade, e no momento após o nascimento da criança. P2 sente que a ansiedade experienciada, lhe fora transmitida pela esposa.</p>
<p>6. (...) e se fosse menino ou menina o que eu esperava era que viesse com saúde. Os meus pais queriam menino mas para mim tanto fazia. Logo antes quando pensámos em ter filhos não</p>	<p>6. Em relação ao desejo de tornar-se pai, P2 revela que ambos (pai-mãe) não tinham preferências de género, durante a gravidez. Antes da gravidez, P2 percebe empatia por</p>

<p>tinhamos preferências, se fosse menino era engraçado, e os meus pais ficavam contentes..eu também, mas não tinha preferências.</p>	<p>uma criança do género masculino, tal como os seus pais.</p>
<p>7. (...) eu queria era assistir ao parto..e assisti ao parto e foi bom. Ela estava era com medo de eu desmaiar mas não aconteceu..não estou habituado a ver coisas assim mas estou habituado a ver outras...(...)</p>	<p>7. P2 assistiu ao parto, e desde o início do processo sentiu-se motivado por este momento.</p>
<p>8. Investigador: Quando a criança nasceu...o que sentiu?</p> <p>Participante 2: Alegria..um bocado também de medo. Depois a ver ali a meterem os tubos...não estava habituado..quando é fazer aquelas limpezas aos pulmões...mas depois passou...não é nada do outro mundo (...)</p>	<p>8. P2 experiencia sentimento de felicidade e receio, minutos após o nascimento da criança, pela especificidade do momento.</p>
<p>9. Depois no início uma pessoa vai-se habituando...aqueles 15 dias de trabalho...aqueles 15 dias que se fica em casa, não é bem umas férias, é um bocadinho cansativo. Esses 15 dias com atenção, tar sempre a ver...se se engasga, se está bem, se está mal.. depois agente não sabe muito bem de certas coisas e com mais medos ficamos..mas nunca houve assim grandes problemas sem ser assim as cólicas. Qualquer coisa íamos sempre ao centro de saúde...(...)</p>	<p>9. P2 perceciona os primeiros quinze dias após o nascimento da criança. P2 sente ter sido uma experiencia complexa, pela preocupação com o estado de saúde da criança, e pela inexperiência sentida.</p>
<p>10. (...) Ela também é assim muito preocupada, também tem a mania das doenças e qualquer coisa vai ver à internet e às vezes não é bom. Ainda fica pior e mete coisas na cabeça e depois anda sempre a pensar naquilo...(...)</p>	<p>10. P2 perceciona a sua esposa como uma pessoa bastante ansiosa, em determinados aspetos e/ou situações, recorrendo à internet com frequência para atenuar a (s) sua (s) preocupação (s).</p>
<p>11. (...) Depois estou com a Lara todos os dias... Sem ser dar de maminha..de resto faço tudo, um bocadinho de tudo. Mudar as fraldas, dar-lhe</p>	<p>11. P2 sente-se um pai presente e bastante participativo nos cuidados diários à sua filha. P2 menciona alguns exemplos da sua participação.</p>

<p>banho, levantá-la para ir busca-la ao berço, dar-lhe de comer..faço tudo...(…)</p>	
<p>12. (….) No inicio quando nasceu foi aquela adaptação, mas depressa uma pessoa habituase...</p>	<p>12. A fase posterior ao nascimento foi sentida por P2, como uma adaptação parental, em relação ao processo.</p>
<p>13. (….) Depois lá para os 4 meses quando a agarrava ao colo, se lhe fizesse cocegas na barriga ela ria-se, brincava com ela com os bonequinhos de corda, aqueles de música e era uma sensação muito boa...(…)</p>	<p>13. P2 percebe a sua experiência na interação com a criança, a partir dos quatro meses de vida da criança. Para P2, a experiência afetiva foi sentida de forma muito positiva.</p>
<p>14. (….) e agora ela anda no aranhão e tenho de andar a trás dela a tirar-lhe as coisas da mão ou senão atira a televisão ao chão (sorriso)...essas coisas normais que os pais fazem...(…)</p>	<p>14. P2 descreve a sua experiência, no momento presente.</p>
<p>15. (….) Depois também tive muito apoio dos meus pais. Eles adoram-na e estão sempre a ver quando é que eu lá vou, e se tivermos muito tempo sem ir vêm logo cá eles e qualquer coisa vêm logo a correr...ou se faltar qualquer coisa ajudam ou compram...(…)</p>	<p>15. P2 percebe a existência de suporte familiar, por parte dos seus pais.</p>
<p>16. Investigador: Até a esta data, houve algum momento que tenha corrido menos bem? Participante 2: Essa coisa que dizem da depressão pós trauma do lado da mãe.</p>	<p>16. Em resposta à intervenção do investigador, P2 percebe desconhecimento sobre um conceito específico de saúde mental.</p>
<p>17. Investigador: Depressão pós parto.... Participante 2: Sim, isso. Às vezes têm aquelas manias na cabeça e dizem que é normal mas pronto..quando mete coisas na cabeça anda um dia inteiro a pensar nisso. Eu não sei se ela tem isso, mas às vezes chego a casa e ela diz “ah o meu cabelo isto” “ah parece que estou mais gorda”. Eu digo “ah , está bem, deixa isso”. Mas depois anda com aquilo o dia inteiro...depois passa mas já sei que não tarda vem outra coisa..e tenho de lidar com isto e não é fácil</p>	<p>17. Em resposta à intervenção do investigador, P2 sente que a sua esposa poderá estar a passar por um quadro clínico de depressão pós-parto, e sente dificuldade em gerir determinadas situações.</p>

<p>18. (...) Os meus pais às vezes dizem “ah isso pode ser da depressão”. A minha mãe já me disse que quando foi de mim também teve assim uma depressãozita e eu julgo que possa ser daí.(...)</p>	<p>18. P2 perceciona a experiência passada da mãe, e pensa na possibilidade da esposa estar a vivenciar um momento semelhante.</p>
<p>19. (...) Às vezes vai assim mais ao limite e às vezes não sei muito bem o que hei-de fazer..como sou uma pessoa sossegadinha às vezes vou até ao café ou fico no quarto sozinho a sossegar e depois passa..(...)</p>	<p>19. P2 perceciona a existência de conflitos na relação conjugal, e sente-se impotente face aos problemas. Para P2, o contexto social e o isolamento, são o recurso para conseguir gerir a situação.</p>
<p>20. Investigador: Como se sente nesses momentos? Participante 2: Fico um bocado chateado né..e penso: “porque é que ela está com aquelas manias se ela está bem”..eu sei que todas as pessoas devem ter estas manias...ou gordo ou magro ou o cabelo ou sei lá o quê.. que agente não sabe bem às vezes como lidar com isto, mas pronto..penso na minha filha e penso que é assim e depois passa...(...)</p>	<p>20. P2 experiencia momentos de aborrecimento e tristeza, e pensar na filha é percebido como um recurso para atenuar o sofrimento/mau estar.</p>
<p>21. (...) Mas andamos chateados às vezes pois...porque ela diz às vezes que eu não a compreendo...só ela é que está mal..Mas isto é agora porque antes não era assim...</p>	<p>21.P2 sente-se incompreendido pela esposa. P2 perceciona a fase anterior, ausente de conflitos.</p>
<p>22. Investigador: Antes..(?) Participante 2: Na gravidez...era mais calmo..foi uma gravidez bem passada.</p>	<p>22. Para P2 a fase de gravidez foi experienciada de forma positiva, ausente de conflitos.</p>
<p>23. (...) Depois quando nasce é que dá trabalho não é ...e que a gente começa a ver que as coisas não são assim tão simples..e por vezes não sabemos bem como fazer as coisas..mas foi uma altura muito boa. (...)</p>	<p>23. A fase posterior ao parto, foi percecionada por P2 como exigente. P2 perceciona a ausência de conhecimento, de estratégias para fazer face aos problemas e/os situações que iam surgindo.</p>
<p>24. (...) Logo quando a barriguinha começou a crescer lá para os quatro meses eu fui-me logo mentalizando..pensei “agora, agora é que vai ser”...</p>	<p>24. P2, pelos quatro meses de gestação da sua esposa, sentiu que se ia tornar pai.</p>

<p>25. (...) mas depois de nascer é que é aquela coisa “agora, agora agora agora é que é”, que é quando agente vê mesmo a criança com os nossos olhos e não sabemos bem o que pensar nesse momento e parecia um sonho e até tive medo de lhe pegar (sorriso) (...)</p>	<p>25. P2 percebe a sua experiência afetiva, minutos após o parto, sentindo-se tornar pai.</p>
<p>26. (...) Depois a seguir como disse o pior foram os primeiros dias. É muita pressão e depois se eu me ausentava para ir a algum lado ela estava sempre a ligar-me a perguntar onde eu estava e se demorava..uma pessoa quase não podia apanhar ar e espairecer um bocado..ela quer-me sempre em casa..porque é cansativo e agente nem sabe bem o que nos está a espera. Às vezes só de ir beber um cafezinho ali ao lado ela diz logo “onde é que tu já vais” e depois é uma e é outra porque a pequenina assim que fecho a porta começa logo a querer chorar e deve ser porque também me quer lá (...)</p>	<p>26. P2 percebe a sua experiência, nos primeiros dias, como complexa. P2 sentia-se fadigado e pressionado pela esposa, quando se ausentava do contexto familiar.</p>
<p>27. (...) Depois ela foi aquelas aulas do parto e eu não podia ir..mas também aquilo era pouco tempo e pelo que vejo dela ganhou as mesmas porque as dúvidas são muitas e há coisas que não falam lá, por isso é que ela anda agarrada à internet às vezes à procura das dúvidas. Depois isto mexe é com todos. E acabamos por ir ao centro de saúde às vezes (...)</p>	<p>27. P2 sente que as aulas de preparação para o parto, experienciadas pela esposa, não foram suficientemente positivas, pois recorre inúmeras vezes à internet para esclarecer dúvidas, e quando não está totalmente esclarecida, recorrem ambos ao centro de saúde.</p>
<p>28. (...) Mas às vezes olham-nos assim com uma cara “já cá estão outra vez” (sorriso). Mas pronto, vamos sempre que temos dúvidas (...)</p>	<p>28. P2 sente-se incomodado por recorrer inúmeras vezes ao centro de saúde, para esclarecimento de dúvidas.</p>
<p>29. (...) A minha mãe diz-me sempre para fazer isso “se a menina está mal levem-na ao centro de saúde” era como ela fazia comigo e pronto..eles também ficam logo descasados e eu também e faço tudo para que ela esteja bem. Os</p>	<p>29. Para P2, os seus pais são percebidos como figuras de referência para a relação que estabelece com a sua filha.</p>

<p>meus pais faziam o mesmo comigo e eu o que mais quero é que a menina esteja bem (...)</p>	
<p>30. Investigador: Sinto que tem os ensinamentos dos seus pais presentes na relação que estabelece com a sua filha.</p> <p>Participante 2: Os meus pais nunca falharam com nada e eu sou assim. Sempre que é preciso estou lá como eles estavam comigo.. eles às vezes eram um bocado chatos, mas pronto, por agora não têm sido..eu não sou chato, mas sou também muito preocupado..mas pronto é normal ...eles também se preocupam por causa do meu emprego..porque não é estável e posso não conseguir pagar o que é preciso..e depois eles também se preocupam com estas coisas todas...</p>	<p>30. Em resposta à pergunta do investigador, P2 percebe a experiência de relação com os seus pais, como significativa na relação que estabelece com a filha. P2 sente-se uma pessoa preocupada, tal como os seus pais, nomeadamente no que se refere à sua estabilidade profissional.</p>
<p>31. (...) eu por enquanto tenho o meu trabalho e há as duas coisas..ou de crescer lá dentro ou deles despedirem pessoas, e uma pessoa não sabe...também gostava de voltar a estudar e tirar qualquer coisa na universidade..agora não, mas daqui a uns tempos talvez..(...)</p>	<p>31. P2 sente-se preocupado com a sua estabilidade profissional, e sente-se motivado para ingressar nos estudos, num futuro próximo.</p>
<p>32. (...) também o que me preocupa é a minha mulher estar desempregada...anda a tirar uma formaçãozinha de cabeleireira e ela diz que é o que gosta, e a pequenina tem estado com ela em casa</p>	<p>32. P2 sente-se preocupado atualmente com a sua esposa, pelo facto de estar desempregada.</p>
<p>33. (...) e agora fez um aninho e está na altura de procurar uma crechezinha..também para ela começar a conviver com os meninos que lhe faz bem..estar sempre em casa também não é bom. Assim começa a criar rotinas..(...)</p>	<p>33. P2 desejava que a filha entrasse no colégio, pela existência de rotinas e pelo contexto social.</p>
<p>34. (...) mas pronto, já sei que vão começar as doenças na escola e quando ela for crescida as drogas e as más companhias quando ela for</p>	<p>34. P2 sente-se preocupado com a filha, em relação ao futuro.</p>

<p>maior. Uma pessoa nunca está descansada...essas coisas que uma pessoa vê na televisão..ou desaparecem..ou são roubadas...ou cai a escola (sorriso) (...)</p>	
<p>35. (...) A verdade é que todos os dias estou com ela e brinco com ela e preocupo-me. O pior às vezes é para a deixar dormir. Ela não dorme mal mas eu levanto-me muito cedo, às 5h30 da manhã. A mãe como é desempregada sempre fica acordada até mais tarde. Depois é aquela coisa. No outro dia dormem até mais tarde..as duas..e depois à noite a pequenina primeiro que lhe dê o sono...e eu demoro um bocadinho às vezes a conseguir deixar-me dormir..</p>	<p>35. P2 sente-se um pai presente, participativo e preocupado.</p>
<p>36. (...) mas às vezes a minha mulher não compreende que estou cansado e também tenho as minhas coisas..mas pronto..tenho de aguentar (...).</p>	<p>36. P2 experiencia cansaço sente-se e incompreendido pela sua esposa.</p>
<p>37. (...) às vezes as pessoas diziam” é um bocado complicado e não sei o quê”...não é fácil mas não é nada do outro mundo. Se os nossos pais nos criaram, nós também conseguimos fazer o mesmo.</p>	<p>37. P2 perceciona a complexidade do processo. P2 sente-se motivado, e crê que ambos (pai-mãe) vão conseguir cuidar/educar a sua filha, tal como os seus pais o fizeram.</p>
<p>38. Na parte das doenças é que uma pessoa pode entrar um bocado em pânico porque nunca passou por isso e também no centro de saúde não falam muito nessas coisas. Só nas vacinas. Mas pronto...havemos de conseguir passar tudo, e quando não soubermos ou vamos ao centro de saúde ou pesquisamos na internet. Às vezes também pergunto à minha mãe e pronto..um dia de cada vez....uma pessoa às vezes não sabe bem lidar com estas coisas mas pronto..um dia de cada vez..</p>	<p>38. P2 sente-se ansioso e preocupado quando pensa na possibilidade de surgir uma doença na criança. P2 sente que determinadas questões sobre saúde infantil, não são abordadas pelos profissionais de saúde. P2 perceciona a internet, o centro de saúde e a sua mãe, como fonte de recurso, e sente-se inseguro.</p>

- Participante 3 (P3) -

Unidades de Significado	Unidade de Significado Psicológico
<p>1. Investigador: Fale-me sobre este momento da história da sua vida, sobre este processo de se tornar pai.</p> <p>Participante 3: Ah.. Não foi fácil...foi bom mas não foi fácil..aliás, não está a ser ainda..é difícil dizer (...)</p>	<p>1. Em resposta à pergunta do investigador, P3 percebe aspectos positivos e negativos no processo, e sente alguma dificuldade em falar sobre o mesmo.</p>
<p>2. Na gravidez não foi pior, não foi assim tão mal..</p>	<p>2. P3 experienciou a fase da gravidez da esposa com alguma tranquilidade.</p>
<p>3. A gente queria ter um filho, eu queria menino e ela menina (...)</p>	<p>3. O casal desejava tornarem-se pais. P3 desejava uma criança do género masculino e a sua esposa uma criança do género feminino.</p>
<p>4. (...) depois aquele tempo de espera nunca mais sabíamos o que era para comprar as coisas e tudo a perguntar o que era. Depois quando soubemos o que era ficamos contentes e os meus pais então adoraram..</p>	<p>4. P3 experienciou ansiedade, nos primeiros meses de gravidez, até conhecer o género da criança.</p>
<p>5. Investigador: Menino ou menina?</p> <p>Participante 3: Foi menino (sorrisos). E os meus pais também queriam menino e ficaram todos contentes.</p>	<p>5. De uma forma calorosa, P3 diz ser pai de uma criança do género masculino. P3 experienciou um sentimento de grande satisfação, tal como os seus pais.</p>
<p>2. (...) Cada vez que ia às ecografias ia sempre preocupado com ele, se tava tudo bem ou se não. É sempre uma preocupação (...)</p>	<p>6. P3 percebe o momento das ecografias, experienciado com alguma preocupação, em relação ao estado de saúde da criança.</p>
<p>3. (...) Depois ela com os enjoos e com algumas manias na cabeça. Mas não foi pior. Até correu bem.(...)</p>	<p>7.P3 percebe a experiência da esposa na fase da gravidez. P3 experienciou alterações de humor, por parte da esposa.</p>
<p>8. (...)Depois lá para os 4 meses ou 5 quando soubemos o que era é que uma pessoa fica assim com outra vontade e tem noção do que aí vem (...)</p>	<p>8. P3 percebe o momento entre os 4 - 5 meses de gravidez, experienciado com mais tranquilidade, quando conheceu o género da criança, e quando sentiu que se iria tornar pai.</p>
<p>9. (...)Também ele já tá maior e vê-se bem nas ecografias (...)</p>	<p>9. P3 experienciava o desenvolvimento da criança, no momento das ecografias.</p>

<p>10. (...) Depois quase quando está para nascer é que é pior (sorrisos).</p>	<p>10. P3 sentia-se expetante, próximo do momento do parto.</p>
<p>11. Investigador: O que quer dizer com pior? Participante 3: Agente começa a ver “já está quase” depois a barriga cada vez está maior e pronto...</p>	<p>11. Em resposta à pergunta do investigador, P3 experienciou momentos de ansiedade, nos últimos meses de gravidez.</p>
<p>12. (...) mas também fiquei com medo porque causa de nascer antes de tempo. Ela sempre disse que nascia antes do tempo e por qualquer coisa ia a urgência (...)</p>	<p>12. P3 experienciou sentimento de medo, pela possibilidade da criança nascer antes de tempo, medo também experienciado pela esposa, recorrendo inúmeras vezes ao serviço de urgência.</p>
<p>13. Uma pessoa fica sempre nervosa pelo que se ouve e dos problemas.</p>	<p>13. P3 sentiu-se ansioso e preocupado.</p>
<p>14. (...) Depois começou com dores na barriga e nasceu antes de tempo como ela disse que ia ser. Depois ela queria parto normal e epidural....depois preocupava-se que podia não levar epidural e metia macacos na cabeça (...)</p>	<p>14. P3 percebe alterações fisiológicas que a esposa experienciou no momento anterior ao parto. P3 sente que o processo ocorreu tal como previsto pela sua esposa. P3 também percebe preocupação e ansiedade por parte da esposa, relativamente à forma como desejaria que ocorresse o parto.</p>
<p>15. (...) e para o fim fiquei mais nervoso mas acho que foi por causa das coisas dela. Depois uma pessoa tenta manter a calma mas é muito difícil (...)</p>	<p>15. P3 percebe momentos de ansiedade, e que esta lhe fora transmitida pela esposa.</p>
<p>16. Depois tive sempre ao pé dela e o pior foi no parto. Quando eu vi que ela ia para a sala e eu ia vestir aquela roupa é que pensei “agora é que é” e fiquei muito nervoso. Não pensei que ficava assim..</p>	<p>16. P3 esteve presente, ao lado da esposa, na maternidade, no momento antecedente ao parto. P3 sentiu-se bastante ansioso até entrar para a sala de partos e pensava que não iria ser um momento sentido com tanta ansiedade.</p>
<p>17. E depois de ver o meu filho ainda mais fiquei. Uma pessoa nem sabe o que há-de pensar nem dizer. Parece que não estamos em nós e só quando olhamos para a criança é que temos a noção das coisas e que a partir de agora é que é a sério.</p>	<p>17. P3, quando viu o filho pela primeira vez, sentiu-se mais ansioso, e sentiu tornar-se pai.</p>
<p>18. Investigador: Como experienciou o momento após o nascimento?</p>	<p>18. P3 sentiu-se bastante feliz por se ter tornado pai. Ter permanecido ao colo com a criança, nos</p>

<p>Participante 3: Nem sei explicar..foi uma sensação muito boa, uma alegria. Eu tive um bocado bom com o meu filho ao colo e foi uma sensação muito boa. Não tive medo mas ao mesmo tempo não sabia bem o que fazer.</p>	<p>primeiros momentos, foi percebido como uma experiência importante no processo.</p>
<p>19. Depois a minha mulher chegou..eu também estava preocupado com ela se estava tudo bem e foi uma alegria (sorrisos).</p>	<p>19. Para P3, o momento em que a esposa chega ao quarto, onde se encontrava pai-filho, foi sentido com grande satisfação.</p>
<p>20. Agente só descansa quando eles estão cá fora e quando os vemos. Aí é que temos a noção das coisas e da responsabilidade que é.</p>	<p>20. P3 experienciou tranquilidade, após o nascimento da criança. Só após o nascimento, sentiu a responsabilidade de ser pai.</p>
<p>21. Lembro-me daquela ecografia a 3d que levamos para casa.. os meus pais diziam “ah, é a cara do pai”..depois os pais dela diziam “ ah é a cara da mãe”, mas nós estamos sempre preocupados é com a criança, se está bem ou não (...)</p>	<p>21. P3 menciona novamente o momento das ecografias, e que ambos (pai-mãe) experienciaram preocupação com o estado de saúde da criança, até ao nascimento.</p>
<p>22. Quando nasceu é que depois as coisas complicaram...</p>	<p>22. Na fase posterior ao parto, P3 percebeu o início de alguns problemas.</p>
<p>23. Investigador: Em que medida? Participante 3: Ela já andava nervosa para o final da gravidez e eu depois também ficava, sempre preocupada com a criança e se estava tudo bem e se isto ou aquilo era normal, depois ia a internet ver e metia macacos na cabeça, depois a criança nasceu e a preocupação ainda foi pior.</p>	<p>23. Em resposta à pergunta do investigador, P3 experiencia momentos de ansiedade entre o casal, nos últimos meses da gravidez. P3 sente que esta ansiedade aumentou após o nascimento da criança.</p>
<p>24. Depois os pais dela vivem perto da nossa casa e estavam sempre lá metidos “faz isto ao menino, faz aquilo” e ela fazia o que eles mandavam e parece que uma pessoa não tem opinião a dar e eles é que sabiam. Às vezes queria fazer as coisas à minha maneira e não podia que eles tavam sempre lá metidos. Uma vez disse-lhe isso e ela ainda se chateou comigo e disse que eu tinha de compreender e que eram pais dela, mas foi complicado aguentar isso.</p>	<p>24. P3 sentiu-se incomodado com a presença dos sogros. Quando manifestou este sentimento à esposa, sente que não foi compreendido e teve dificuldade em gerir esta situação. P3 percebeu a presença dos sogros um fator negativo do processo.</p>
<p>25. Porque aqueles dias que a gente tem para tar com a criança eu penso que são importantes</p>	<p>25. P3 reconhece os primeiros dias de licença de parentalidade, como importantes na relação pai-</p>

<p>e passaram num instante e eles é que tiveram lá enfiados em casa e nós mal conseguíamos respirar. Porque ela defende-os mas eu sei que de certeza que ela também estava saturada deles de meterem no meio. Tudo bem que nos ajudaram com algumas coisas que compraram para a criança mas este momento devia ser mais nosso. Depois lá passou mas ainda hoje tentam meter-se às vezes.</p>	<p>filho. Contudo, P3 sentiu-se incomodado com a presença dos sogros e sentiu que esta situação interferiu na relação da tríade. Atualmente, P3 ainda se sente incomodado.</p>
<p>26. Ela depois também há coisas que não sabe e ora vai à internet ou pergunta a mãe....</p>	<p>26. P3 percebe a existência de algum desconhecimento, por parte da sua esposa, relativamente a situações específicas do processo, sendo a internet e a mãe um recurso, para esclarecer as suas dúvidas.</p>
<p>26. Investigador: Coisas... Participante 3: Às doenças e se faz cocó ou não e essas coisas. Nós assistimos às aulas do parto mas não falam cá em certas doenças e como é que é depois de nascer e depois há sempre dúvidas. Às vezes aproveitamos para perguntar ao pediatra ou no centro de saúde, mas também pouco lá vamos, só para as vacinas.</p>	<p>27. P3 refere que as dúvidas da sua esposa são relacionadas com questões fisiológicas da criança, e que estas não são abordadas nas aulas de preparação para o parto. Apesar de ambos recorrerem também ao pediatra e ao centro de saúde quando necessário, percebe este suporte como insuficiente.</p>
<p>27. Depois mais para a frente lá para os 4 meses começou a stressar mais e descarregava em mim e às vezes discutíamos. Ainda hoje, qualquer coisa que aconteça ela é que sabe e pronto...é difícil lidar com estas manias.</p>	<p>28. P3 experiencia os primeiros conflitos na relação conjugal, no período a partir dos quatro meses de vida da criança. P3 sente que a sua participação foi e é pouco reconhecida/atendida.</p>
<p>28. Sempre a ajudei em tudo. Faço comer quando posso, ajudo com o menino, dou banho, mudo fraldas, brinco com ele (...)</p>	<p>29. P3, apesar de sentir que é pouco reconhecido no processo, sente-se um pai presente e participativo nos cuidados prestados à criança.</p>
<p>29. (...) ele antes mais ou menos dos 4 meses era só comer e dormir, depois começaram as papas e ele começou a rir e a perceber que estava ali e a brincar e quando estou com ele brincamos muito...</p>	<p>30. P3 percebe a fase a partir dos quatro meses de vida da criança, como importante na criação de laços de vinculação. P3 sentia a empatia da criança face à relação (pai-filho), através da interação que tinham.</p>
<p>30. (...) mas pronto, às vezes ela passa-se e ora fica nervosa ou preocupada não sei...às vezes se estou com o menino é porque estou, se</p>	<p>31. P3 sente-se de certa forma impotente e sem recursos, face aos conflitos e à instabilidade experienciada no sistema familiar.</p>

<p>não estou a tomar conta dele é porque devia estar porque ela está a fazer alguma coisa..há umas alturas que é uma pressão..é complicado lidar com isto....</p>	
<p>31. (..) depois há coisas que agente não sabe e não tem experiência e temos de ser nós a desenrascar e é um stress às vezes...depois as amigas dizem-lhe umas coisas, a mãe diz-lhe outras e é um stress...</p>	<p>32. P3 sente-se inexperiente e de certa forma impotente, face a questões específicas relacionadas com o processo, e as estratégias para lidar com os problemas que vão surgindo.</p>
<p>32. Investigador: Atualmente como se sente? Participante 3: Ah...Cansado...antes de nascer já me sentia mais nervoso e cansado e agora acho que piorou. As responsabilidades são muitas, sabemos que temos de estar presentes e fazer o melhor que conseguimos mas com o trabalho e tudo é difícil...</p>	<p>33. P3 sente-se cansado, ansioso e experiencia tristeza. Estes sintomas tiveram início nos últimos meses de gravidez e aumentaram após o nascimento da criança, até à presente data. P3 sente a responsabilidade de ser pai, e perceciona o seu trabalho atual como um fator negativo que influencia a forma como experiencia o processo.</p>
<p>33. (...) eu sei que tou presente na família mas sei que se pudesse estava mais mas não posso. Depois quando estou com eles tento ajudar sempre no que posso como sempre fiz...mas é difícil gerir isto tudo.</p>	<p>34. P3 sente-se um pai presente, participativo. Contudo, desejava conseguir estar mais tempo com a díade (mãe-filho), sendo difícil para P3 gerir esta situação.</p>
<p>34. Por muitas ajudas que temos dos pais há coisas que têm de ser feitas por nós e nós é que nos temos de desenrascar...e não temos experiência e não sabemos das coisas...se está doente o que é..se tem febre o que será..se o levamos logo ao médico, essas coisas...há muita coisa que agente não sabe e por qualquer coisa é logo um stress...</p>	<p>35. P3 perceciona a existência de suporte por parte dos pais. Contudo, P3 sente-se um pai inexperiente e ansioso perante os problemas que vão surgindo no decorrer do processo.</p>
<p>35. Agora já é maiorzinho e já se aguenta mais, já é mais resistente mas é sempre uma preocupação constante..porque ainda é pequeno e não pode tomar qualquer coisa e depois se ficar doente tem de estar em casa e não pode ir para o colégio e é sempre um stress e andamos sempre a 1000.</p>	<p>36. P3 sente que independentemente da idade da criança, sentir-se-á sempre um pai ansioso e preocupado, nomeadamente quando pensa na possibilidade de a criança adoecer, e por todas as condicionantes que esta situação trará.</p>
<p>36. Investigador: Existiu algum momento que tenha experienciado como menos bom?</p>	<p>37. Em resposta à pergunta do investigador, P3 responde de forma inversa, e menciona</p>

<p>Participante 3: Bom bom foi ter visto o meu filho nascer e aí é que uma pessoa tem noção realmente do que é...do que está a nossa frente...</p>	<p>novamente o momento do nascimento como aquele que mais nutre sentimento de alegria e satisfação.</p>
<p>37. (...) o pior foi depois e ainda acontece..foram os primeiros dias quando viemos do hospital os pais se meterem..</p>	<p>38. P3 perceciona (novamente) os primeiros dias após o nascimento, como uma experiência negativa, no que se refere à presença/influência dos sogros no processo.</p>
<p>38. (...) depois ela também era só bebé bebé e não via mais nada e depois as doenças..se está bem, se é assim que se faz, se é assado...lá íamos para o hospital e andamos sempre nisto..agora as coisas acalmaram mas de vez em quando lá nos chateamos..depois fica amuada e parece que só ela é que sabe e pode dar opinião...</p>	<p>39. P3 perceciona momentos em que a sua esposa dispndia muito tempo e atenção com criança, sentindo-se de certa forma excluído. P3 percebe a existência de uma preocupação excessiva por parte da esposa, em questões relacionadas com a saúde da criança, recorrendo inúmeras vezes ao Hospital. P3 sentiu-se afastado do processo em vários momentos.</p>
<p>39. Investigador: O que me está a dizer é que existem alguns conflitos na relação...</p> <p>Participante 3: Às vezes sim...pois..com isto tudo sim.. o que eu acho é que desde que o parto se aproxima até sempre uma pessoa fica sempre nervosa e não passa...</p>	<p>40. Em resposta à pergunta do investigador, P3 experiencia conflitos na relação conjugal. Perceciona o inicio destes conflitos, antes do nascimento da criança, e sente que estes não vão terminar.</p>
<p>40. (...) ela ficou e eu também fiquei e por qualquer coisa é logo um barulho e discussões..mas pronto...agente devia saber lidar com isto porque agente houve que é normal mas depois não sabemos se é normal se não é se faz parte ou não.</p>	<p>41. P3 sentiu-se e sente-se ansioso pela existência de conflitos, e além de se sentir incapaz e sem recursos para resolver o problema, sente a necessidade de obter algum esclarecimento.</p>
<p>41. (...) e também nunca ninguém nos fala disto e pronto...vamos vivendo...uns dias melhores outros dias piores. Depois também não temos experiência...e pronto..um dia de cada vez..</p>	<p>42. P3 sente que devia ser esclarecido sobre determinadas questões relativas ao processo, e sente-se inexperiente.</p>
<p>42. (...) quando estou no trabalho não vejo a hora de chegar a casa para estar com o meu filho e pronto.. quando se pensa nos filhos vence tudo..</p>	<p>43. Pensar no filho, é para P3 um recurso, uma forma de atenuar a sua insatisfação e tristeza, perante os problemas com que se depara.</p>

<p>43. (...) brinco com ele com os bonecos, agora já gatinha e está quase a andar e já percebe as coisas e ele gosta muito de brincar comigo e pronto...está habituado já às nossas brincadeiras (sorriso)..</p>	<p>44. P3 descreve sucintamente exemplos da interação que estabelece com a criança, e sente-se feliz e reconhecido.</p>
<p>44. (...) mas é duro...por muito apoio que a gente tenha nós pais é que passamos pelas coisas..</p>	<p>45. Para P3, o processo tem sido experienciado com muitas dificuldades.</p>
<p>45. (...) quando falávamos em ter um filho parece que é tudo um mar de rosas...e foi...mas depois é que os problemas aparecem..parece que uma pessoa anda sempre com o coração nas mãos a pensar “ o que é que terá para vir”...quase que não se vive o momento e uma pessoa anda sempre a pensar no pior...</p>	<p>46. P3 percebe que o nascimento da criança, trouxe consigo a responsabilidade que é ser pai.</p>
<p>46. Investigador: Como perspetiva o futuro? Participante 3: Ah...não sei...uma pessoa nem sabe o que dizer..era bom que as coisas alcamassem entre nós os dois. Mas pronto, como lhe disse estar com o meu filho vale tudo...estou presente sempre e se pudesse estava mais porque ele adora estar comigo e quando eu chego ele já sabe que eu estou a chegar e fica todo contente e vou logo brincar com ele...dou-lhe tudo o que posso e faço tudo por ele..</p>	<p>47. Em resposta à pergunta do participante, P3 deseja o término dos conflitos na relação conjugal; ambiciona estar mais tempo com o filho e sente que tem cuidado e continuará a cuidar do filho.</p>
<p>47. (...) os meus pais também fizeram tudo por mim e pronto, quero que ele seja feliz e que consiga dar-lhe tudo o que posso..</p>	<p>48. P3 percebe a relação que estabeleceu com os seus pais, como significativa na relação que estabelece com o seu filho.</p>
<p>48. (...) andamos é sempre com medo se ele fica doente ou se cai ou se aleija...mas pronto, faz parte. Melhores dias virão e pode ser que um dia se tivermos outro filho seja mais fácil e aí já sabemos melhor as coisas e como lidar com elas...o problema mesmo é saber lidar com tudo..com os problemas da crianças, doenças e essas coisas, e com a mãe. É tudo uma presença...</p>	<p>49. P3 sente que um dia, com a presença de outro filho, os problemas com que hoje se depara tenderão a diminuir. P3 sente-se inexperiente, sem recursos para fazer face a este sentimento, e de certa forma pressionado, ansioso e à procura de respostas.</p>

<p>49. (...) e se não nos ajudassem a nível de dinheiro de vez em quando acho que iria ser pior...mas pronto..um dia de cada vez...</p>	<p>50. P3 percebe a existência de apoio financeiro, por parte dos pais de ambos o casal. P3 sente que, se porventura inexistisse esse apoio, os problemas e as dificuldades com que se depara, tenderiam a agravar.</p>
--	---

- Participante 4 (P4) -

Unidades de Significado	Unidade de Significado Psicológico
<p>1. Investigador: Fale-me sobre este momento da história da sua vida, sobre este processo de se tornar pai.</p> <p>Participante 4: Ah..uma pessoa nem sabe muito bem por onde começar..mas pronto, agente sempre falou sempre em ter um filho logo quando casámos.</p>	<p>1. Em resposta à pergunta do investigador, P4 relata que ambos (casal) pensaram no desejo em ter um filho, logo após o casamento.</p>
<p>2. A minha mãe até dizia “têm de ter dois, e se for menino e sair a ti vais sofrer bem” (sorriso)..</p>	<p>2. P4 percebe o desejo que a sua mãe tinha, em torna-se pai de dois filhos.</p>
<p>3. (...) ah..depois passados dois anos de casados tivemos...ela queria menina e eu menino e nasceu menina (sorrisos) e é a melhor coisa (sorrisos)</p>	<p>3. A criança nasceu após o segundo ano de casamento, e P4 percebe o desejo de tornar-se pai de uma criança do género masculino, e a sua esposa de uma criança do género feminino. P3 é pai de uma menina e sente-se feliz com o processo.</p>
<p>4. O que interessa é que veio com saúde...a minha mãe mesmo sendo menina diz que é igual a mim (sorrisos).....</p>	<p>4. P4 experiencia tranquilidade pelo facto da criança ser saudável, e a sua mãe encontrou características físicas entre os dois (pai-filha).</p>
<p>5. Investigador: Como experienciou a gravidez da sua esposa?</p> <p>Participante 4: Correu tudo bem, ela fazia uma alimentação boa, comia bem e não engordou muito. Logo ao princípio uma pessoa não tem bem noção das coisas.</p>	<p>5. Em resposta à pergunta do investigador, o participante 4 experienciou com tranquilidade o início do processo. Contudo, para P4 o início do processo é difícil de mentalizar.</p>
<p>6. É aquela alegria mas só depois quando a criança começa a crescer dentro da barriga da mãe é que agente sente as coisas e que qualquer dia vai nascer...</p>	<p>6.P4 experiencia momentos de satisfação nos primeiros meses de gestação. Contudo, apenas com o decorrer da gravidez da esposa, se sentiu que se ia tornar pai.</p>
<p>7. porque antes disso agente não percebe bem o que tá a passar...</p>	<p>7.P3 percebe alguma dificuldade em mentalizar o que sentiu no início do processo.</p>

<p>8. Investigador: Consegue descrever esse momento?</p> <p>Participante 4: Ah...é quando...quando agente depois vê a barriga a começar a crescer... é que a gente vê que está quase a nascer e vê a evolução...não sei, isto foi lá para os 4 ou 5 meses...é quase como saber que ela já era gente...</p>	<p>8. P4 descreve de forma mais explícita o momento em que sentiu que se ia tornar pai, a partir dos quatro/cinco meses de gestação da sua esposa.</p>
<p>9. (...) ah..depois...ela até teve uma gravidez boa, andava bem...só ficava mais nervosa quando ía fazer as ecografias, porque é sempre aquela coisa de sabermos se está tudo bem ou não, depois de sairmos de lá acalmava...era isso...</p>	<p>9. P4 sente que a esposa experienciou uma gravidez tranquila, apesar de existirem momentos vividos com mais ansiedade, nomeadamente quando efetuava as ecografias, pela preocupação com o estado de saúde da criança.</p>
<p>10. Investigador: Como se sentia nesse momento?</p> <p>Participante 4: Ah..normal..bem... Não tinha nada para correr mal, mas pronto, uma pessoa só fica descansada depois do médico falar e da gente ver a criança. Com tanta coisa que ouvimos e dos abortos e malformações é normal ficarmos com medo. Ainda por cima a minha sogra parece que teve uma depressão a seguir ao parto e eu pensava também nisso, mas nem falava nisso a minha mulher com medo dela ter isso.</p>	<p>10. P4 sentia-se ansioso no momento das ecografias, expressando medo e preocupação com o estado de saúde da criança (malformação, aborto), e também com o estado de saúde da sua esposa. P4 sentia-se preocupado com a possibilidade da esposa experienciar futuramente depressão pós parto, tal como a mãe de P4.</p>
<p>11. Também porque agente ouve falar nas doenças e nessas coisas que não sabemos bem o que é e também ninguém nos diz. Depois quando passamos por elas é que é....ah... Mas no geral.... a gravidez correu bem.</p>	<p>11. P4 perceciona possuir pouco conhecimento em relação a determinados conceitos relacionados com o processo, nomeadamente em relação a questões de saúde, sentindo-se receoso.</p>
<p>12. Para o fim é que uma pessoa fica assim com medo e mais nervosa e ainda por cima eu não assisti ao parto nem nada e acho que fiquei muito nervoso por isso..não pensávamos que ia acontecer isso... da cesariana... e fiquei cá fora sem saber nada e preocupado com eles.. Isto foi o pior e depois naquele momento pensamos em</p>	<p>12. P4 experiencia ansiedade momentos antes do parto. P4 não assistiu ao parto, por ter sido cesariana. Percebe este momento como um fator negativo do processo, pois sentiu-se mais ansioso, preocupado, e de certa forma excluído, por não ter assistido.</p>

tudo e nunca mais nos vêm chamar para ver a criança...	
13. (...) mas depois foi bom...eu meti na cabeça que ia ver o parto e depois não vi....não pensei de ficar cá fora...	13. P4 idealizou estar presente no momento do parto, e não pensou que por algum motivo, poderia não estar presente.
14. Investigador: Depois quando viu a criança pela primeira vez, o que sentiu? Participante 4: Olhe, nem sei..parece que não é real. Parece um sonho. Tinha as orelhas como as minhas (sorrisos)..dizem que as minhas orelhas são engraçadas porque são pequenas e a minha mãe dizia que ela ia ser assim como eu (sorrisos) e eu fui logo ver...Só não queria era que viesse com algum problema e que tudo tivesse no sitio e correu tudo bem...	14. Em resposta à pergunta do investigador, o participante 4 descreve o momento como estando a viver um sonho. A preocupação de P4 estava relacionada com o estado de saúde da criança.
15. (...) depois, o tempo que tive ao colo com ela foi muito bom. Fazia festinhas na cara e foi muito bom. Vi logo que as orelhas eram pequeninas como as minhas e que era parecida comigo. Depois começou a chorar e eu já não sabia o que fazer. Só nesta altura é que uma pessoa percebe bem o que temos à frente e o medo que é uma coisinha tão pequenina...as enfermeiras andam por lá mas agente tem medo à mesma..	15. Para P4, experiencia o momento em que coloca a criança ao colo, pela primeira vez, um fator importante no processo, nutrindo um sentimento de felicidade. P4 percebe o momento em que a criança começou a chorar, sentido alguma insegurança em gerir a situação, sentindo-se como pai, respetivamente.
16. (...) depois a mãe chegou e ficamos os três com ela..foi bom...pois na hora da visita veio a família e foi muito bom..depois fomos para casa e depois foi uma novidade e depois é que são elas....	16. P4 percebe o primeiro momento da tríade, após o nascimento, com um sentimento de gratificação, alegria. P4 percebe o inicio de algumas dificuldades no processo, no contexto familiar.
17. Investigador: Como correram esses dias? Participante 4: Viemos para casa e foi uma alegria mas depois é que começaram os medos...já na gravidez tínhamos medo que acontecesse alguma coisa..ou a ela ou à menina, e depois quando chegámos tavamos sempre com medos	17. No contexto familiar, P4 experienciou sentimentos de preocupação, receio, e alguma ansiedade, em relação a questões específicas do processo. P4 sente que os primeiros dias da licença de paternidade passaram rapidamente, e

<p>e stressados..um dizia uma coisa outro dizia outra e era sempre assim..os dias que fiquei em casa foi bom mas passaram a correr e depois tive de ir trabalhar e preocupado que elas podiam precisar de mim (...)</p>	<p>perceciona nesta fase do processo, a ausência de apoio à díade (mãe-filha).</p>
<p>18. (...) porque agente tem os pais em Elvas os meus e os dela são de lá e nós tamos aqui em Évora sozinhos e uma pessoa tar a trabalhar e preocupada é sempre complicado e depois tava sempre a pensar em ir para casa para o pé deles.</p>	<p>18. P4 perceciona a ausência de apoio por parte dos avós maternos e paternos, um fator negativo que teve influência no processo.</p>
<p>19. (...) também foi bom ter sido assim porque nos desenrascámos sozinhos e não ouve cá a mae dela ou a minha a dizer faz assim ou assim no meio de tudo correu bem..eu sabia que elas precisavam de mim e também tavam sempre a ver quando é que eu chegava mas correu bem....</p>	<p>19. O facto dos avós residirem longe, é percebida por P4 (também) como um fator positivo do processo.</p>
<p>20. Investigador: Quando estava em casa, como descreve a sua participação? Participante 4: Oh...eu sempre fiz tudo..então não tínhamos ajudas e tínhamos de ser os dois a fazer as coisas..tudo...dava banho dava a papa, mudava as fraldas, tudo...depois lá para os 4 meses começou a comer a papa depois já se ria e a papa la vinha para fora (sorrisos) nessa altura já é diferente que ela já começou a perceber que tava ali a dar-lhe a papa e a brincar com ela e essas coisas..assim que eu chegava a casa ela dava logo guinchos e eu ia logo brincar com ela e perguntava logo se tava tudo bem..era assim..ah, mas também fazia comer e essas coisas da casa..o que ela me pedia para fazer eu ajudava-a..tinha de ser assim pois para ela poder cuidar da menina..correu tudo muito bem e foi bom..mas andávamos sempre preocupados.</p>	<p>20. Em resposta à pergunta do participante, P4 sente-se um pai participativo, tanto nos cuidados prestados à criança (banho, alimentação, interação), como em relação aos trabalhos domésticos. P4 perceciona a fase dos quatro meses de vida da criança, a partir da qual começou a criar laços de vinculação. Perceciona compreensão por parte da criança em relação à relação (pai-filha).</p>
<p>21.(...) ainda hoje andamos.. não temos descanso na cabeça porque depois ta doente e</p>	<p>21. Atualmente, P4 sente-se um pai preocupado e de certa forma receoso, em momentos de</p>

<p>agente não sabe às vezes o que fazer e o que é e ficamos logo aflitos e la vamos ao hospital ou ela vai ver a net ou liga para a saúde 24 é assim..agente houve dizer para não ir muitas vezes aos hospitais e essas coisas mas se uma pessoa não sabe nada destas doenças e se é normal ou não tem de ir não é? Nunca ninguém nos falou em certas coisas e agente não sabe, se soubéssemos não íamos tantas vezes não é? Mas pronto....há-de passar quando for maior já não vai tantas vezes...</p>	<p>doença da criança. P4 perceciona desconhecimento por determinados sinais e sintomas, e sente que é um fator negativo, influenciando a forma como experiencia o processo.</p> <p>P4, apesar de mencionar a Saúde 24, a internet e o Hospital como fonte de recurso, sente que devia ser mais esclarecido e apoiado, respetivamente.</p>
<p>22. (...) mas a verdade é que é difícil lidar com isto seja eu ou ela é igual..ela é mais preocupada do que eu e eu la a tento acalmar as vezes e digo “esperamos um bocadinho a ver se passa a febre ou assim” e pronto é o que posso fazer para as coisas correrem bem com todos.....</p>	<p>22. P4 sente dificuldade em gerir determinadas situações, e perceciona a esposa como uma pessoa mais preocupada e receosa. Contudo, P4 sente que presta o apoio necessário à sua esposa.</p>
<p>23. Investigador: Alguma vez sentiu que alguma coisa estava a correr menos bem?</p> <p>Participante 4: Não..agente tem as discussões normais sobre a menina mas nada de mais..é normal ela dizer para fazer de uma maneira e eu de outra..penso que é normal mas depois fica tudo bem e passa..tirando ser a situação dos nossos pais tarem longe e a gente não ter experiência pois..nao vejo assim mais nada de mal.. ah..e depois também é por isso a mãe dela estar sempre a ligar para ela a dizer “faz assim ou assim” e depois também quando cá vêm a menina não os conhece e começa logo a chorar e não quer ir para eles..é um bocado mau..a parte má não é só eles tarem longe mas não haver aquela ligação com os avós...nem ela quer brincar com eles..não há aquela coisa forte que a gente tem logo quando eles nascem..nós é que tamos com ela e é só quem conhece..e os nossos amigos pois..conhece mais os amigos do</p>	<p>23. Em relação à pergunta do investigador, P4 perceciona alguns conflitos, sentidos como típicos no processo.</p> <p>P4 perceciona (novamente) a ausência de suporte por parte dos pais e sogros, como um fator negativo que condiciona a forma como experiencia o processo. Contudo, mesmo ausentes do contexto familiar, P4 perceciona alguma influência (negativa) no processo, por parte da avó materna.</p> <p>P4 perceciona não existir uma relação de proximidade com os avós, refletindo-se na expressão afetiva da criança, quando contacta com os mesmos.</p>

<p>que os avós..mas pronto...tem de ser assim e pronto..não há nada a fazer.</p>	
<p>24. Investigador: Como se sente relativamente ao presente, e à relação que estabelece como a sua filha?</p> <p>Participante 4: Somos muito chegados..eu também sou com os meus pais e sempre disse que o que queria para a minha filha era a união e que ela pudesse sempre contar comigo como os meus pais fizeram comigo...eles foram um bocado duros comigo quando eu era pequeno porque eu me portava mal, mas sempre fomos unidos..eu não quero ser assim tão duro com a minha filha, mas pronto, acho que algumas coisas que eles fizeram não foram boas mas pronto, o tempo era outro e agora agente vê as coisas de outra maneira e tentamos não fazer igual, mas há sempre coisas que são né...</p>	<p>24. Em resposta à pergunta do investigador, P4 sente-se um pai presente na relação que estabelece com a filha, e a sua experiência afetiva é sentida como bastante positiva. P4 percebe a experiência afetiva passada (com os seus pais), como significativa na relação que estabelece atualmente com a sua filha.</p>
<p>25. (...) logo quando ela começou a ficar mais acordada..foi na altura das papas como disse, começamos logo a brincar mais..porque ela já via também agente de outra maneira, já era maiorzinha..depois eles vão fazendo cada dia que passa mais coisas e agente faz com eles e inventamos brincadeiras e essas palhaçadas (sorrisos)...</p>	<p>25. P4 percebe novamente o momento dos quatro meses de vida da criança como significativo na relação (pai-filha). Percebe o desenvolvimento psíquico por parte da criança, como suficiente para compreender a presença do pai.</p>
<p>26. (...) agora já é mais maior e já começou a dar passinhos...uma pessoa está sempre com medo dela cair e se aleijar e pronto..não há descanso e a toda a hora temos a espera da próxima (sorrisos) cada dia é uma coisa diferente e uma alegria..mas temos sempre com medos..a minha mãe dizia que eu andava sempre a cair e a bater com a cabeça e depois uma pessoa ouve estas coisas e às vezes fica pior e em vez de ficarmos mais calmos ainda ficamos pior sempre preocupados...e com as coisas que ouvimos também dos outros pais e dos filhos e das</p>	<p>26. P4 refere aspetos atuais do desenvolvimento da criança, e sente-se preocupado, com receio do futuro, nomeadamente ao facto da criança poder a vir experienciar algum acidente (e.g quedas). P4 refere ter conhecimento de situações similares (e.g própria infância), situação que contribui para continuar a sentir sentimentos de preocupação. P4 também se sente preocupado quando pensa na possibilidade de surgirem problemas financeiros.</p>

<p>doenças e depois de uma pessoa não saber lidar com isso...e se temos dinheiro para a vida...tem de ser tudo muito bem orientado e muita calma dos dois para as coisas se resolverem...</p>	
<p>27. Investigador: Parece ser um pai tranquilo... Participante 4: Eu acho que sou...também fico nervoso né mas acho que não é nada por aí além..o pior foi quando tava quase para ser o parto e depois o tempo que tive lá fora a espera e os dias a seguir..depois foi mais preocupação do que outra coisa.</p>	<p>27. Em relação à pergunta do investigador, P4 sente-se um pai tranquilo. Contudo, percebe alguns momentos de ansiedade, nomeadamente no momento do parto, e pelo facto de se sentir de certa forma excluído, de fora, neste momento importante.</p>
<p>28. (...) a minha mulher também teve sempre bem e mesmo que não concordasse comigo lá se acalmava e pronto lá chegávamos a um entendimento e passava...sempre tivemos sozinhos e isso por um lado acho que nos fez bem porque tínhamos o nosso espaço e tivemos de nos desenrascar sozinhos e pra frente é que é o caminho e pronto.</p>	<p>28. P4 percebe a experiência da esposa no processo. P4 sente que a esposa tem vindo a experienciar o processo com tranquilidade, e que o facto dos seus próprios pais estarem ausentes do processo, foi um fator que influenciou positivamente os laços afetivos da tríade.</p>
<p>29. (...) e também para a menina foi bom..é bom ela ter os pais sempre ali e termos unidos e falar da vida todos...não foi pior...não tarda já está a andar e na escola e pronto...o tempo passa a correr...</p>	<p>29. P4 pensa no bem-estar da criança. A forma como experienciaram o processo (Pai-Mãe) é sentida por P4 como benéfica para o desenvolvimento saudável da criança.</p>

- Participante 5 (P5) -

Unidades de Significado	Unidade de Significado Psicológico
<p>1. Investigador: Fale-me sobre este momento da história da sua vida, sobre este processo de se tornar pai.</p> <p>Participante 5: ah...foi uma experiência boa até agora mas houve muitos altos e baixos (...)</p>	<p>1. Em resposta à pergunta do investigador, P5 experienciou aspetos positivos e negativos durante o processo.</p>
<p>2. Posso falar da gravidez primeiro que foi boa mas foi complicada (...)</p>	<p>2. P5 percebe a fase da gravidez da esposa, apesar de complexa, foi experienciada com (alguma) tranquilidade.</p>
<p>3. (...) Agente queria muito ter um filho e falávamos nisso logo antes de casar, depois casámos e passado um ano tivemos a Maria...(...)</p>	<p>3. P5 evidencia o momento antes do casamento, quando pensaram no desejo de ter um filho.</p>
<p>4. (...) ah..depois a gravidez até aos 4 meses foi normal, ainda não se via bem a criança e uma pessoa ainda não tem consciência das coisas..e depois dos 4 meses ..bom... a barriga a crescer agente começa a perceber que pronto..já falta pouco..(...)</p>	<p>4. P5 percebe o momento dos quatro meses de gestação do bebé, sentindo a existência do bebé, e que brevemente se iria tornar pai.</p>
<p>5. (...) depois a minha mulher é muito nervosa e por as amigas já terem tido abortos e assim, ela pensava que ia acontecer o mesmo e por qualquer coisa ia logo ver a net ou dizia logo que não era normal e estava logo a espera da próxima consulta para ir ao médico para perguntar as coisas..depois era o problema do peso porque não podia engordar e essas coisas todas que depois parecendo que não mexiam comigo e eu não sabia o que havia de dizer e se lhe dizia alguma coisa era logo um problema..(...)</p>	<p>5. P5 experiencia momentos sentidos com alguma ansiedade e preocupação, por parte da esposa, recorrendo esta à internet para acalmar a sua angústia, até a data da próxima consulta. P5 sentiu-se também ansioso, e de certa forma impotente, sem recursos para atenuar a ansiedade experienciada por ambos.</p>
<p>6. (...) mas pronto, depois das consultas vinha mais calma..depois o tempo até a outra consulta nessa altura aparecia outra coisa e era assim sempre...(...)</p>	<p>6. P5 percebe (apenas) o momento após as consultas, sentido com tranquilidade por parte da sua esposa.</p>

<p>7. (...) e depois piorou lá para os 7 ou 8 meses que estava quase a ser o parto e por qualquer coisa chorava e irritava-se, tinha dor nas costas..estava com medo que acontecesse alguma coisa há criança, e pronto...eu depois ficava igual e esse tempo foi assim complicado.....eu já pensava era se ela tava com uma depressão e comecei logo a ver que as coisas iam piorar..depois era com medo do médico não lhe fazer o parto e sei lá mais o quê..mas depois pronto...nasceu e foi uma sensação boa....</p>	<p>7. P5 percebe o momento a partir dos sete/oito meses de gestação, experienciando grande ansiedade, pelas alterações de humor e receios sentidos pela sua esposa, nomeadamente em relação ao estado de saúde da criança. P5 sentiu-se também ansioso e receoso, quando pensou na possibilidade da esposa poder estar a passar por um quadro clínico de depressão pós parto. P5 experienciou de forma positiva o momento do nascimento da criança.</p>
<p>8. Investigador: Como experienciou esse momento? Participante 5: Eu assisti ao parto..sempre disse que queria assistir, mas foi complicado, eu tava muito nervoso mas tava muito contente ao mesmo tempo.</p>	<p>8. O participante 5 percebe o momento em que assistiu ao parto, e sente que que desejou sempre este momento. A experiencia foi sentida por P5 como complexa, pelas características específicas deste momento, experienciando ansiedade e felicidade.</p>
<p>9. (...) Aquelas horas antes quando ela tava na dilatação é muito mau. Agente ver o sofrimento dela e depois pensar na criança e nunca mais..</p>	<p>9. P5 sentiu-se angustiado e ansioso na primeira fase do parto (dilatação).</p>
<p>10.(...) e parece que para as enfermeiras é tudo igual e uma pessoa dizia alguma coisa e elas respondiam logo mal e lá ficava uma pessoa a ver aquele sofrimento...(..)</p>	<p>10. P5 percebe ausência de suporte emocional, por parte dos profissionais de saúde (enfermeiras).</p>
<p>11. (...) depois pronto, nasceu e foi uma alegria, agente não pensa em nada, assim que vê a criança é que pensa “agora já está” e parece que começamos uma vida nova (...)</p>	<p>11. P5 nutre um sentimento de felicidade no momento do nascimento da criança. Sente tornar-se pai.</p>
<p>12. (...) Depois levaram a criança para o quarto e eu tive com ela ao colo..tinha medo mas depois passou..foi muito bom (sorrisos).. é aquela coisa de termos os dois ali à espera da mãe....e pronto, depois ao fim de 3 dias eles foram para casa e foi tudo uma novidade....</p>	<p>12. P5 percebe o momento em que pegou ao colo a sua filha, pela primeira vez, experienciando um sentimento de gratificação, e percebido como importante no processo.</p>
<p>13. Investigador: Como correram os dias? Participante 5: Foi bom mas ao mesmo tempo foi complicado...e passaram rápido...agente não</p>	<p>13. Em resposta à pergunta do investigador, P5 percebe os primeiros dias após o nascimento. Apesar de sentir que foram reduzidos, sentiu-se</p>

<p>sabe bem quando uma criança chora se é fome se o que é...se lhe dói a barriga e é complicado...uma pessoa não sabe bem o que fazer..</p>	<p>de certa forma impotente, em relação ao cuidar do bebê.</p>
<p>14. (...) e depois também uma coisa que achei mal foi a minha sogra estar lá metida e ela dizia a minha mulher para fazer assim e daquela maneira e calça botas e tem calor e uma pessoa quer ser ela a estar ali com os dois e só aos bocadinhos é que estávamos sozinhos e lá eu metia ao colo e tentava dar a minha opinião...não achei isso muito bem mas pronto... (...)</p>	<p>14. P5 percebe a presença da sogra, um fator negativo que teve influência nesta fase do processo, e na relação pai-bebé respetivamente.</p>
<p>15. (...) depois aqueles dias passam a correr e uma pessoa mal tem tempo para estar ali como deve ser...devíamos ter mais tempo para estar em casa..mas pronto, lá fazia o que se podia e ajudava em tudo.....</p>	<p>15. P5 percebe novamente os primeiros dias após o nascimento da criança, no contexto familiar. P5, apesar de sentir que o apoio prestado foi imprescindível e necessário, nesta fase do processo, sente que os dias de licença parental são de certa forma reduzidos.</p>
<p>16. Investigador: Em tudo... Participante 5: Nos banhos, nos biberons, a mudar fraldas e ficava com ela ao colo quando a mãe precisava de ir a algum lado ou quando tinha alguma coisa para fazer..ah..e também fazia comida e estendia a roupa...há sempre muita coisa para fazer e muda tudo, o descanso não é o mesmo..até fazia limpeza à casa se fosse preciso..não brincava muito com ela porque era só comer e dormir mas o cansaço era muito..depois passaram aqueles dias e tive de ir trabalhar, mas tava sempre cansado..(...)</p>	<p>16. Em resposta à pergunta do investigador, P5 percebe algumas das tarefas diárias que desempenhava no contexto familiar. P5 sentia-se fatigado, e percebe nesta fase uma reduzida interação entre a díade (pai-filho).</p>
<p>17. (...) ficava descansado que a mãe dela ia lá a casa de vez em quando ajudar nalguma coisa, pelo menos isso foi bom, depois a parte em que ela se metia e começava a meter nas coisas isso é que foi pior..agente querer fazer as coisas há nossa maneira e ela a mandar bitaites..a minha mulher ainda se chateou com ela e ela não gostou mas pronto..eu disse-lhe que não podia ser</p>	<p>17. P5 percebe a presença da sogra como um fator positivo nesta fase do processo, nomeadamente no que respeita ao suporte que a sogra prestava à sua esposa. Contudo, percebe que a sua presença e participação em determinadas situações, influenciou o casal, de uma forma negativa, no processo de transição para a parentalidade,</p>

<p>e que nós é que somos pais e temos de aprender a fazer as coisas a nossa maneira..depois ela acalmou um bocado e acho que percebeu, depois correu bem (...)</p>	
<p>18. (...) o primeiro, segundo... e até ao terceiro mês.....é aquela adaptação complicada..que agente não sabe o que fazer e temos mais medo...depois a Maria começou a crescer, já percebia as brincadeiras....e as coisas correram um bocado melhor...</p>	<p>18. P5 percebe o primeiro trimestre após o nascimento, como uma fase complexa no processo de transição para a parentalidade. A partir do primeiro trimestre de vida da criança, P5 sente-se mais tranquilo</p>
<p>19. Investigador: A partir de que altura começou a sentir a Maria mais crescida? Participante 5: Lá para os 4 / 5 meses quando começou a comer a sopa as coisas mudam um bocado...até lá era só biberons e nessa fase ela já se ria e percebe que tamos ali com ela e já dá para brincar e ela também já está mais acordada e é diferente..agente começa a ver a evolução e já brincamos mais com os bonecos dela, com umas gracinhas e essas coisas assim..depois vai sendo maiorzinha e as brincadeiras são diferentes e ela já percebe mais coisas..</p>	<p>19. Em resposta à pergunta do investigador, P5 perceciona a fase dos quatro/cinco meses de vida da criança, nomeadamente à criação de laços de vinculação, sentindo-se numa relação de proximidade com a sua filha.</p>
<p>20. Investigador: Mais coisas? Participante 5: Percebe que os pais estão ali com ela e brincam e essas coisas..e agente tem outro sentimento, começa a ver a evolução da criança e um pai fica bem em ver isso e é outro sentimento..(...)</p>	<p>20. Em resposta à pergunta do investigador, P5 perceciona que nesta fase a criança já sente apego por parte de ambos (Pai-filho; Mãe-filho). P5 sente-se de certa forma inscrito no psiquismo da criança.</p>
<p>21. (...) e depois quando começa a andar também é uma fase boa...andamos é sempre atrás dela com medo de cair e se magoar nalguma coisa...mas é muito bom...faz parte..(...)</p>	<p>21. P5 perceciona o momento em que a sua filha começou a andar, como uma fase positiva no processo.</p>
<p>22. (...) mas há muita coisa que nos preocupa sempre e que não sabemos, não temos experiência...são as doenças e depois como é que fazemos e depois a mãe ter de ficar em casa</p>	<p>22. P5 perceciona algum desconhecimento e receio em relação às alterações fisiológicas que possam surgir ao longo do desenvolvimento da filha. P5 sente-se inexperiente e de certa forma</p>

<p>de baixa a tratar dela e depois ganha menos e é mais complicado..(...)</p>	<p>impotente, quando a criança adocece, sendo difícil gerir a situação.</p>
<p>23. (...) e hoje em dia a vida está difícil e as pessoas têm menos dinheiro e com uma criança é tudo para ela e nós ficamos para trás..primeiro ela e depois nós..tá sempre a crescer e temos de comprar sempre roupas e é muito dinheiro que se gasta e hoje os ordenados são pequenos e vive-se com dificuldades...temos de ver muito bem onde gastamos o dinheiro...e quando não há dinheiro há discussões e problemas pois...</p>	<p>23. P5 percebe as dificuldades que o casal enfrenta no dia-a-dia, que contribuem para a forma como vivem o processo.</p>
<p>24. Investigador: O que me está a dizer é que existem alguns conflitos? Participante 5: Alguns...quando ela teve de baixa por 2 vezes quando a menina teve doente ganhou pouco e depois uma pessoa anda logo preocupada...ela às vezes ainda vê na net alguma coisa a ver se sabe o que se passa com a criança para trata-la logo para evitar de ir ao médico porque já tem medo de tar em casa porque depois ganha menos e depois é complicado...há muita coisa que agente não sabe e não está preparados e não sabe o que fazer e se tamos a fazer bem e depois há sempre discussões...(...)</p>	<p>24. Em relação à pergunta do investigador, P5 percebe a existência de alguns conflitos entre o casal, resultantes de situações/problemas existenciais desta nova fase da vida do casal. P5 sente-se mais uma vez impotente e de alguma forma sem recursos para conseguir gerir momentos de tensão.</p>
<p>25. (...) depois vira-se mais para a criança e uma pessoa sente-se assim mais de parte e pronto...vai-se passando...(...)</p>	<p>25. P5 sente-se de certa forma excluído, especialmente em momentos de tensão.</p>
<p>26. (...) depois como somos homens também não temos com quem falar destas coisas e pronto...vai-se passando..um dia de cada vez e pronto...é sempre uma fase complicada até a criança ser maior...agora as coisas estão mais calmas mas pronto...de vez em quando lá há discussões...(...)</p>	<p>26. P5 sente que o facto de ser homem é motivação para não falar sobre questões relacionadas com o processo.</p>
<p>27. (...) na gravidez não era assim, era um bocado mais calmo..agente tem noção que a vida</p>	<p>27. P5 percebe novamente a fase da gravidez, experienciada de forma mais tranquila.</p>

<p>muda mas só nos primeiros dias quando nasce é que percebemos o difícil que é lidar com isto...antes agente não sabe e também por muito que agente ouça algumas conversas se é assim ou assado só passando pelas coisas....deviamos saber de mais coisas....</p>	<p>Atualmente, P5 sente que devia possuir mais conhecimentos e ser esclarecido, em relação a questões específicas do processo.</p>
<p>28. Investigador: Por exemplo... Participante 5: Estarmos preparados para estes problemas...para depois saber o que fazer não é? Agente não tem noção...Depois ficamos a remoer por termos respondido mal à mulher, ou será que ela é que tinha razão...ou o que é que podemos fazer mais para ajudar...não sei...essas coisas assim...nessa altura que eu tinha receio da depressão era mais pelo que eu ouvia dizer mas agente não sabe bem o que se passa e ficamos com medo...o que agente quer é que seja tudo bem né..com a mãe e com a criança...Às vezes até ficamos mais preocupados com elas do que com agente...</p>	<p>28. Em resposta à pergunta do investigador, P5 evidencia alguns exemplos do que sente em relação a questões típicas do processo. P5 percebe momentos em que não pensa em si próprio, focalizando a sua atenção para a díade (mãe-filha).</p>
<p>29. (...) mas pronto...uma pessoa depois fica cansada e é pior e por alguma coisa dispara logo...mas pronto...depois pensamos na criança e que não tem culpa e pronto...</p>	<p>29. P5 percebe a existência de conflitos, resultado da fadiga que experiencia. Quando pensa na criança, P5 sente-se aliviado e de certa forma mais motivado.</p>
<p>30. (...) também não se fala destas coisas com qualquer pessoa...a minha mãe as vezes pergunta se ta tudo bem e eu digo que sim e pronto..</p>	<p>30. P5 sente não ter abertura para falar dos seus problemas, com outros elementos do sistema familiar.</p>
<p>31. (...) mas se agente soubesse às vezes mais alguma coisa ajudava a lidar com isto e as coisas corriam melhor e era tudo mais calmo....pelo menos quando estou com a Maria não penso nos problemas e estamos ali a brincar e entretidos...</p>	<p>31. P5 sente que devia receber algum suporte. P5 percebe os momentos de interação com a filha, como momentos gratificantes e que o ajudam a ultrapassar os problemas.</p>
<p>32. Investigador: Como é que brinca com a Maria? Participante 5: Oh..então com tudo..com os bonecos dela, com as bolas e os legos...ela ainda é pequenina mas eu faço os legos e ela lá</p>	<p>32. Em resposta à pergunta do investigador, P5 descreve momentos de interação com a filha.</p>

brinca também..às vezes quando vamos ao parque brincamos no escorrega e no cavalinho...	
33. (...) agora já anda e é diferente..farta-se de correr e eu atrás dela para não cair e ela já sabe que eu estou ali e que se ela cair eu seguro-a..já tem noção que o pai está ali e sente-se bem (...)	33. P5 evidencia novamente a altura em que a filha começou a andar, com um sentimento gratificante.
34. (...) temos uma relação boa, desde cedo lá para os 4 5 meses que começámos logo a brincar e isto é que é importante..naquelas vezes em que a mãe estava a fazer alguma coisa eu ficava com ela a brincar na sala e foi quando ela começou logo a perceber que agente estava ali com ela e agente também sente-se logo mais próximos não é? (...)	34. P5 evidencia novamente a fase dos quatro/cinco meses de vida da criança, como cruciais para a díade (pai-filho).
35. (...) depois a partir daí vai sendo cada vez melhor e as brincadeiras também começam a ser mais porque ela é maior...tem sido bom apesar dos medos que uma pessoa tem sempre e vai ter para o resto da vida..uma pessoa preocupa-se sempre com tudo e nunca está descansado...mas tem sido uma boa experiência..cada vez vai sendo melhor e cada fase é uma fase...	35. P5 percebe o processo, por fases. P5 experiencia positivamente o processo. Porém, sente que foi e será sempre um pai preocupado, e que um filho é um investimento para a vida.
36. (...) depois é saber gerir tudo que é difícil mas tudo passa...estamos sempre a espera da próxima mas e depois é saber lidar com tudo que é difícil..e agente umas sabe e aprende sozinhos e outras não sabemos e pronto...se soubéssemos era diferente...	36. P5 sente a responsabilidade de ser pai, bem como as dificuldades que têm surgindo ao longo do processo. Atualmente, P5 sente-se apreensivo em relação aos obstáculos que possam surgir.
37. Investigador: Atualmente, como perspetiva o futuro? Participante 5: Penso que vai ser complicado...pelos altos e baixos que uma pessoa tem tido e pelas dificuldades que passa penso que não vai ser fácil...as despesas são muitas e pronto, além de termos algumas ajudas mas não são muitas..(...)	37. Em resposta à pergunta do investigador, P5 sente-se receoso em relação ao futuro, pelas dificuldades sentidas no presente, nomeadamente ausência de suporte familiar.

<p>38.(...) eu às vezes até prefiro que não haja porque assim a família não está sempre lá metida em casa e há dias que uma pessoa não tem vontade para grandes conversas e queremos tar no nosso canto e sermos nós a resolver as coisas...</p>	<p>38. P5 sente que a inexistência de suporte familiar poderá ser um fator facilitador em momentos de tensão do casal.</p>
<p>39.(...) as ajudas que temos é mais a mãe dela ou a minha a levar algum comer ou assim estender a roupa porque em termos de dinheiro não...agora também a menina é maior e já não precisa de tarem sempre lá em casa, e para agente os dois também é melhor não haver entras e saís...</p>	<p>39. P5 descreve o tipo de suporte que recebe por parte dos familiares. P5 percebe que nesta fase do desenvolvimento da criança, não necessita tanto de suporte e percebe novamente a participação dos avós como um fator negativo.</p>
<p>40. (...) gosto de estramos os três e é a melhor coisa...(..)</p>	<p>40. P5 sente-se confortável em relação a momentos da tríade (pai-filho-mãe).</p>
<p>41.(...) agora a Maria já é maior e pronto...já pensamos em ter outro filho mas para o ano secalhar...ela gostava de ter o menino e eu também (sorrisos)..mas a vida está complicada e a Maria ainda precisa muito de nós e de atenção...mas pronto..logo se vê...há-de ser o que for..</p>	<p>41. Nesta fase do processo, P5 pensa no desejo de ser pai de outro filho, uma criança do género masculino</p>
<p>42.(...) também depois a nossa experiência já é outra e já lidamos melhor com as coisas..acho eu (sorrisos)...pronto...apesar de ser difícil tem sido bom e cada fase é uma fase até serem adultos..as preocupações nunca acabam...é mesmo assim...sinto-me bem com isto tudo...(sorrisos)</p>	<p>42. P5 percebe a forma como está a experienciar este processo, acreditando que a próxima experiência, ser diferente da atual.</p>
<p>43. Investigador: Sente-se um pai tranquilo? Participante 5: Sim...ah...apesar de nunca ter tido experiência penso que me desenrasquei bem..mas pronto, há sempre alturas boas e más...que também aprendemos com elas...somos obrigados a isso para as coisas se resolverem pelo melhor não é?</p>	<p>43. Em resposta à pergunta do investigador, P5 sente-se um pai realizado e tranquilo em relação ao processo. Percebe a existência de fatores positivos e negativos, que contribuem para o seu crescimento pessoal e familiar.</p>
<p>44.(...) Com a ajuda de um e a ajuda de outro</p>	<p>44. P5 percebe as dificuldades e problemas existentes durante o processo, como um fator</p>

<p>tudo se faz...mesmo com o trabalho uma pessoa tenta fazer sempre o melhor..e também são com os problemas que agente fica mais juntos..tem de ser...é um dia de cada vez e pronto...não há que fazer grandes planos..o que interessa é estarmos todos bem, juntos e unidos...é o que mais queremos para todos....enquanto podermos fazemos o melhor que conseguimos e pronto...o futuro agente não sabe...vão sempre havendo problemas...há sempre....</p>	<p>benéfico para relação do casal. P5 sente-se mais próximo da sua esposa, à medida que ultrapassa os problemas/obstáculos que surgem.</p>
--	--