

O Novo Ciclo Familiar Após o Nascimento do Primeiro Filho

The new Family Cycle After the Birth of the First Child

Patrícia Rafaela Reis Gouveia¹

Mónica Rute Taveira Pires²

João Evangelista de Jesus Hipólito³

PSIQUE – ISSN 1647-2284 – N.º 11 – Janeiro-Dezembro 2015 – pp. 135-160

Recebido em 08/05/2014; aceite em 08/08/2014

Resumo

Considerando a sua importância da família para o desenvolvimento e saúde dos seus membros, as alterações no ciclo de vida familiar suscitam processos de adaptação individual e sistémica. O nascimento do primeiro filho corresponde a uma fase do ciclo familiar levando a uma ampliação do sistema familiar, acrescentando a dimensão parental. Com objetivo de explorar o processo de mudança na díade marital após o nascimento do primeiro filho, desenvolvemos um estudo exploratório de análise de conteúdo de dados qualitativos, recolhidos mediante entrevistas semiestruturadas a dois participantes. A análise de conteúdo revelou a elevada importância atribuída à vivência da parentalidade e, como principais alterações e constrangimentos sentidos individualmente e maritalmente, a diminuição da independência e liberdade pessoal. Os resultados são concordantes com

¹ CIP-UAL – Universidade autónoma de Lisboa, Lisboa, Portugal. E-mail: patricia_rafaela_1@hotmail.com

² CIP-UAL – Universidade autónoma de Lisboa, Lisboa, Portugal. E-mail: mpires@ual.pt

³ CIP-UAL – Universidade autónoma de Lisboa, Lisboa, Portugal. E-mail: joao.hipolito@ual.pt

o processo de ciclo de vida numa perspetiva sistémica, no qual o desenvolvimento familiar decorre do ajustamento constante, dos processos de entropia e neguentropia como forma de adaptação à mudança.

Palavras-chave: ciclo de vida familiar; díade marital; subsistema parental; mudança

Abstract

Considering the importance of the family for the development and health of its members, changes in the family life cycle raise individual and systemic processes of individual and family adaptation. The birth of first child relates to a phase of the family cycle leading to an expansion of the family system, adding the parental dimension. In order to explore the process of change in marital dyad after the birth of the first child, it was developed an exploratory study of content analysis of qualitative data collected through semi-structured interviews to two participants. Content analysis highlighted the importance of parenting experience and, as related major individual and marital changes and constraints, the decreased independence and personal freedom experienced. Results are consistent with the process of life cycle in a systemic framework, in which the family development stems from the constant adjustment of entropy and negentropy processes as an adaptation to change.

Keywords: family life cycle; marital dyad; parental subsystem; change

Segundo o Paradigma Sistémico, a família é caracterizada como um sistema onde há várias interações que em parte ajudam a compreender cada indivíduo a que ele pertence. A própria família possui a capacidade de auto-organização que faz com que a mesma se adeque às mudanças existentes quer internamente quer externamente (Relvas, 2003).

À luz deste mesmo paradigma, a família é considerada um sistema de cariz social, aberto e capaz de se organizar autonomamente. É um *microsistema* que se encontra dentro de outro sistema maior (*macrossistema*)

como é o caso da sociedade ou a comunidade em que se insere (Relvas, 2003).

Este sistema (a família) fornece aquilo que é necessário para que cada indivíduo que compõe o seio familiar se incorpore na sociedade onde se insere e também permite que o mesmo cresça e se torne autônomo mas sempre com a ideia de que pertence aquele seio familiar (Relvas, 2003).

Pode-se afirmar que a família é um sistema complexo que está sempre em constante mudança e em busca da sua homeostase, sendo que estas alterações devem ser encaradas como algo positivo (Davies & Cicchetti, citados por Flykt et al., 2011; Minuchin, 1985; van Geert, & Lichtwark-Aschoff, 2005). Este sistema é moldado de acordo com as várias transições que ocorrem durante a vida da própria família (Cox & Paley, 1997).

A *neguentropia* e a *entropia* são outros dois conceitos essenciais para entender a família à luz do paradigma sistêmico. Segundo von Bertalanffy (1968/2008), a *neguentropia* é a importação de energia do exterior que vai permitir a mudança e o caminho para a ordem, sendo a *entropia* o oposto, ou seja, há uma tendência por parte dos sistemas para a desordem porque exportam mais do que importam, não trocando energia suficiente para o equilíbrio.

Ser pai e mãe pela primeira vez constitui uma experiência única e marcante para a maioria das pessoas. Esta fase de mudança que corresponde ao ciclo de vida “normal” expectável da família, e implica a necessidade individual e do casal desencadear processos de ajustamento e de adaptação fundamentais para que haja um bom desenvolvimento da família. A chegada de um novo membro à família é algo que pode provocar grandes alterações no funcionamento do sistema familiar anteriormente constituído apenas por duas pessoas. Esta nova etapa corresponde à terceira fase do ciclo vital da vida familiar que acarreta uma maior responsabilidade por parte dos pais pois, os mesmos possuem um “novo estatuto e um novo papel” (Alarcão, 2002, p.131).

O nascimento do primeiro filho é sempre visto como algo positivo, no entanto existem grandes mudanças na vida dos pais após o nascimento, nomeadamente na disponibilidade de tempo e financeiramente, que podem ser vistas como algo negativo e que poderão implicar deterioramento

da relação marital, podendo mesmo chegar à rutura (Dyrdal & Lucas, 2013). Segundo um estudo de Cowan e Cowan (citados por Shapiro, Gottman, & Carrère, 2000) 25% dos casais que decidiram ser pais divorciaram-se, o que poderá indicar que as mudanças necessárias após o nascimento do filho não foram suficientes e/ou adequadas resultando na quebra da relação e consequente separação do casal.

Estudos realizados nesta temática demonstram que a qualidade da relação marital decresce (Velotti, Castellano, & Zavattini, 2011); a satisfação na relação marital diminui (Cowan, Cowan, Heming, & Miller, citados por Paley et al., 2005; Hackel & Ruble, 1992; Papalia & Olds, citados por Jager & Bottoli, 2011; Shapiro et al., 2000; Meijer & Van den Wittenboer, 2007; Medina, Lederhos, & Lillis, 2009); a quantidade e qualidade do diálogo decrescem (Rausch, Barry, Hertel, & Swain, citados por Mosek-Eilon, Hirschberger, Kanat-Maymon, & Feldman, 2013); os conflitos aumentam (Belsky & Kelly, 1994; Belsky & Pensky, 1988; Belsky, Spanier, & Rovine, citados por Shapiro et al., 2000; Hackel & Ruble, 1992); assim como se verifica um aumento de sintomatologia depressiva (Goodman, 2004; Lawrence, Rothman, Cobb, Rothman, & Bradbury, 2008; Leigh & Milgrom, 2008).

A família deixa de ser constituída apenas pela díade marital, passando a ter uma configuração triangular. O espaço e o tempo marital, após o nascimento do primeiro filho, diminui. O tempo, anteriormente preservado e implicado na gestão da relação a dois, passa a ser direcionado aos cuidados e atenção ao bebé, nomeadamente, nos primeiros tempos de vida. A tarefa de criar um filho, educá-lo na sua adaptação e inclusão nos diferentes sistemas sociais mais alargados e de promover a sua autonomia e independência, dificulta a preservação do tempo marital (Alarcão, 2002). Estas alterações podem acarretar sentimentos de exclusão por parte do homem, constituindo potencialmente um momento de crise marital. Essa crise pode levar à adaptação e a uma maturação por parte do casal ou, então, à “desordem” marital e à rutura. A qualidade da relação anterior ao nascimento é considerada um fator importante para a adaptação da família e a coexistência da díade marital, do subsistema parental e do funcionamento da relação triangular (Alarcão, 2002). Numa relação triangular a existência do tempo e do espaço para o desenrolar das relações diádicas é fulcral.

O membro pertencente à tríade que nesse momento é mais afastado não deverá sentir diminuído o seu valor em termos de autoestima e/ou instável na relação (Alarcão, 2002). Segundo Hawkins, Fawcett, Carroll e Gilliland (2006) e Biehle e Mickelson (2012), os conflitos existentes no casal durante este período de adaptação normalmente advém da organização funcional das tarefas domésticas que sofrem um aumento significativo, tornando necessária a atribuição de novas funções a cada elemento do casal.

Segundo Huston e Holmes (2004), as razões que levam os pais a estarem menos satisfeitos com a relação marital do que os casais sem filhos são as seguintes: a insatisfação pode ser prévia ao nascimento; o bebê pode ser a justificativa para a continuidade da relação e a duração da relação dos casais que já são pais é superior à dos casais sem filhos. A satisfação marital é sentida de forma diferente pelos membros do casal, isto é, as mulheres tendem a reduzir a sua satisfação repentinamente após o nascimento do seu filho, e os homens reduzem-na progressivamente (Belsky & Hsieh, 1998; Grote & Clark, 2001). Osofsky e cols. (citados por Frosch, Mangelsdorf, & McHale, 1998) afirmam que a mulher após a maternidade diminui a sua autoestima devido às mudanças corporais resultantes da gravidez. A autoestima poderá ser um preditor das dificuldades conjugais e individuais que podem advir na mudança para a parentalidade, mas também um contributo para o processo de adaptação ou inadaptação à família que está agora a construir. Esta mudança poderá ter implicações não só na mulher mas também na sua relação com o bebê e com o seu companheiro (Cowan, & Cowan, citados por Frosch et al, 1998).

Um estudo realizado por Hooley e Hahlweg (citado por Frosch, et al, 1998) indica que os casais que possuem uma melhor comunicação verbal e não-verbal, tendem a ter uma relação mais satisfatória. O mesmo não sucedendo com os casais cuja comunicação não é fluida, é marcada pela crítica e por expressões negativas. Estudos longitudinais indicam que há uma menor probabilidade dos segundos se separarem e que há uma melhoria na compreensão da qualidade marital quando procuram ajuda terapêutica (Cowan et al., 1985, Cowan & Cowan, citados por Hawkins et al., 2006).

Apesar do nascimento do primeiro filho alterar a estrutura marital, também se pode considerar esta fase como uma meta atingida pelo casal, como algo bastante positivo e incluído num plano investido e delineado pelo casal que resulta na sua realização pessoal (Silva & Figueiredo, 2005). O primeiro contacto com o bebé produz sentimentos de grande contemplação e de alegria aos seus pais, é algo bastante marcante na vida destas duas pessoas (Klaus & Klaus, 2001, Eizirik, citados por Jager & Bottoli, 2011). Se os pais vivenciarem emoções mais positivas do que negativas, esta experiência tem um impacto negativo menor na relação (Easterbrook & Emde, citados por Frosch et al., 1998). A cooperação no sistema familiar, vai proporcionar no casal uma melhor adaptação às mudanças exigidas (Cox & Paley, 1997).

A díade mãe/filho é considerada como um subsistema fundamental, pois a mãe é, normalmente, considerada a cuidadora primária do bebé (Pleck & Masciadrelli, citados por Brandon & Teti, 2012; Monteiro, Veríssimo, Santos, & Vaughn, 2008). No entanto, o papel parental do pai tem sofrido alterações ao longo dos tempos. Se anteriormente o pai tinha uma relação mais distante para com os filhos, assumindo principalmente a função familiar de fornecer suporte financeiro e material, hoje em dia, o pai assume, gradualmente, o papel de educar e de participar mais ativamente no crescimento dos filhos (Biehle & Mickelson, 2012; Houzel, 2004; Pires, 2008). O envolvimento dos pais é, porém, mais presente na parte lúdica da relação, continuando as tarefas mais instrumentais e de cuidados básicos (como a higiene e alimentação) a ser asseguradas pelas mães (Balancho, 2005; Biehle & Mickelson, 2012; Brunschwig, 2008; Pires, 2011; Milkie, Simon, & Powell, 1997). Monteiro et al. (2008), apesar de concluírem que é a mãe a responsável pela maioria das tarefas diárias, o jogo lúdico é assumido por ambos os pais.

As mães reagem de forma distinta dos pais aos problemas do filho, tentando compreender, decodificar as mensagens do bebé, como os diferentes tipos de choro por exemplo, e desencadear as ações necessárias para a promoção do seu bem-estar sem criar sentimentos negativos sobre si mesmas (Meijer & Van den Wittenboer, 2007). Por vezes de forma intencional ou não, a mãe exclui o pai da própria paternidade, focando-se

muito na relação mãe/bebé e atribuindo menor atenção à relação marital e à relação pai/filho (Ramires, citado por Jager & Bottoli, 2011; Schoppe-Sullivan, Brown, Cannon, Mangelsdorf, & Sokolowski, 2008). Quando a mãe permite um maior envolvimento do pai, facilita a harmonia, estimula a participação ativa e aumenta o interesse do mesmo na sua função de parental (Staudt & Wagner, 2008).

Para responder à questão “quais as alterações e processos de adaptação sentidos individualmente e na relação marital devido ao nascimento do primeiro filho?”, desenvolvemos um estudo exploratório qualitativo mediante duas entrevistas semiestruturadas a dois participantes, um pai e uma mãe. Os objetivos do estudo são: apreender o processo de adaptação individual e marital percebido subjetivamente por um pai e uma mãe; compreender a complexidade do funcionamento marital familiar num momento potencialmente gerador de crise.

Atualmente os estudos qualitativos têm ganho maior ênfase na área da psicologia (Madil & Gough, 2008). São estudos que possuem algumas diferenças comparativamente com os estudos quantitativos no que se refere ao seu carácter subjetivo, à sua forma mais compreensiva e descritiva em vez de explicativa, e exploratória ao invés de confirmatória (Rennie, Watson, & Monteiro, 2002). Se para Gilgun (2005) os estudos quantitativos são relevantes para os psicólogos que trabalham com as famílias pois permitem testar teorias e respetivas hipóteses, para Bengtson, Acock, Allen, Dilworth-Anderson, e Klein (2005) os estudos qualitativos adequam-se ao estudo da família e aos constructos subjacentes ao seu funcionamento. Evidenciam a compreensão dos processos, das vivências e das interações contribuindo com uma maior riqueza dos dados. Os estudos sustentados no paradigma positivista cartesiano, dificilmente apreendem tal complexidade. Neste sentido, recorreu-se como metodologia de análise de dados das entrevistas à análise de conteúdo (Bardin, 2009), incidindo numa análise temática/contextual, categorial mas também, quantitativa descritiva. Pretendeu-se apreender as categorias e unidades de registo mais salientes, assim como o processo evidenciado pelos participantes.

Método

Participantes

Os dois participantes selecionados por conveniência são uma mulher e um homem recentemente pais pela primeira vez de bebés do género masculino, com respetivamente 36 e 34 anos de idade da área de Lisboa. A participante do género feminino é de nacionalidade portuguesa, casada há quatro anos e teve o seu primeiro filho há 26 meses. Recentemente licenciada, estava no momento a trabalhar em *part-time* numa empresa. O participante do género masculino é de nacionalidade brasileira, vive em regime de união de facto com a parceira há cinco anos e é pai há 15 meses. É trabalhador-estudante, trabalhando a tempo inteiro e estando no momento a concluir o mestrado.

Instrumento

Tendo como base os objetivos do estudo e a revisão de literatura, para recolha de dados foi construído um guião de entrevista semiestruturada a fim de apreender qual a experiência de ser mãe/pai pela primeira vez, quais as alterações sentidas no sistema familiar após o nascimento do bebé e respetivos processos de adaptação individual e marital. Alguns estudos referem que as mudanças na diáde marital após o nascimento do primeiro filho podem dificultar a relação de ambos (Dyrdal & Lucas, 2013). Se existirem dificuldades anteriores no relacionamento do casal, o nascimento de um filho poderá contribuir para o deteriorar da relação (Huston & Holmes, 2004). A relação parental, difere no homem e na mulher assumindo funções e papéis diferentes nos cuidados e envolvimento com o bebé (Biehle & Mickelson, 2012). Guiados por estas três dimensões, foi selecionada uma pergunta introdutória, nomeadamente, pedindo para relatar a sua experiência de ser pai/mãe pela primeira vez, relatando tudo o que se lembrasse e que achasse mais relevante. As questões seguintes, mais específicas, seguiram os objetivos do estudo incidindo sobre as alterações individuais “Quais foram as maiores mudanças que sentiu após ser mãe/pai?”; do casal “Como era a sua relação com o seu parceiro após o nascimento do vosso bebé?” e “Alguma coisa mudou na vossa vida a dois?”; e na experiência de lidar com o filho “Como foi lidar pela primeira vez com o seu bebé?”.

Procedimento

Após um contacto inicial e explicados os objetivos do estudo e procedimentos, os participantes assinaram um consentimento informado, participando no estudo voluntariamente. Ambas entrevistas foram gravadas e transcritas integralmente. Os dados foram analisados recorrendo à metodologia de análise de conteúdo segundo Bardin (2009), numa abordagem categorial e quantitativa através da representação de casos e valores percentuais retiradas das unidades de registo. A análise dos dados foi assim realizada em três fases: 1) Uma leitura global inicial das entrevistas com intuito de compreender o sentido geral, facilitando a identificação das unidades de sentido/conteúdo; 2) Uma leitura mais aprofundada com intuito de identificar e selecionar as unidades de sentido e respetiva codificação; 3) Análise quantitativa dos dados mediante a contagem de frases, palavras, unidades de registo e categorias e realização da respetiva estatística descritiva.

Resultados

Os resultados são apresentados seguindo a sequência: experiência da parentalidade, mudanças na diade marital e mudanças individuais. O discurso dos participantes é um pouco distinto. A entrevista da participante do género feminino é mais longa com um total de 3371 palavras e 131 frases ($M = 25.73$) podendo indicar uma maior riqueza no discurso, mais extenso e com mais temáticas abordadas, comparativamente ao participante do género masculino, cuja entrevista contém um total de 940 palavras e de 24 frases ($M = 39.16$).

As vivências e sentimentos derivados da experiência da parentalidade que emergiram são de índole positiva. Pode-se observar na tabela 1 que a unidade de registo que mais prevalece é o sentimento de plenitude ($fo=9$; 50%), onde os entrevistados afirmam que foi um dos melhores momentos das suas vidas. A maior proximidade afetiva entre o casal e fortificação da relação de ambos é também referida ($fo=4$; 22%). Com a mesma percentagem (22%) surge o afeto e sentimento de amor no seu seio familiar. Com menor expressão encontra-se o desejo de ser pai apesar de a gravidez não ter sido planeada, com apenas 6%.

Tabela 1*Experiência da parentalidade: Unidades de Contexto, de Registo e Estatística Descritiva*

Categorias	Unidades de registo	fo	%
P	“Uma gravidez muito, muito feliz (...)” M “Foi das experiências mais bonitas que eu tive na minha vida (...) ter sido mãe pela primeira vez.” M “Foi das sensações mais maravilhosas que eu tive na minha vida (...)” M “Muito felizes (...) de se ter um filho e é essa a sensação que eu tenho por isso é que também sou muito babada e falo muito...” M “Foi a experiência mais linda da minha vida” P “Fiquei muito feliz quando vi que era aquela coisa mais perfeita que tava lá” P “Foi uma sensação maravilhosa” P “Foi uma experiência única...” P “É o melhor momento da minha vida” P	9	50
M	“Em relação ao meu marido nós começámos ainda a dar muito melhor do que nos dávamos.” M “A minha relação com o meu marido fortificou.” M “Quando este ser entrou na nossa vida passámos a ser... aí sim passámos a ser uma família... aí sim teria sentido nós sermos casados, (...) a palavra família.” M “Mesmo a nível de alguma discussão... aquelas coisas do bebé, cuida um cuida, cuida outro nunca tivemos” M	4	22
A	“Há muito amor neste núcleo.” M “Nós injetamos muito amor (...) nas crianças.” M “Estamos sempre com muitas brincadeiras e somos muito felizes nesse sentido de... viver para a criança.” M “Ele já passou a ser amado desde então” P	4	22
D	“Não foi planejada, mas foi esperada (...) sempre quisemos, desde o momento (...) que soubemos da gravidez sempre já quisemos ter o filho” P	1	6
Total		18	100

Nota: Categorias: P – Plenitude; M – Maior proximidade afetiva; A – Afeto; D – Desejo; Estatística descritiva da análise categorial: fo - Frequência observada; % - Frequência relativa

As mudanças no relacionamento marital relatadas pelos participantes são semelhantes. A participante do género feminino refere que o tempo que se passa com o cônjuge diminui substancialmente e que é fundamental que a relação de ambos seja forte antes do nascimento do primeiro filho pois se tal

não acontecer pode levar à rutura do relacionamento. A participante revela que a relação com o seu parceiro não se alterou, pelo contrário fortaleceu-se. O participante do género masculino refere que a sua relação marital se deteriorou um pouco após o nascimento do seu filho devido à necessidade de se centrarem bastante no bebé. Refere igualmente alterações negativas na vida íntima sexual atribuindo isto à perceção de que a companheira ficou com uma imagem mais negativa e menos atraente de si mesma após a maternidade. Ambos os participantes referem que o subsistema parental se sobrepõe ao marital nos primeiros tempos após o nascimento do filho. A unidade de contexto mais expressiva refere-se ao relacionamento marital, nomeadamente, no distanciamento nos primeiros meses após o nascimento do bebé ($fo= 7$; 19%), no mal-estar e também a funcionalidade (que se refere às novas funções atribuídas) ($fo= 5$; 14%). Com apenas 5% ($fo=2$) encontram-se as unidades de registo referentes à mudança de funções no quotidiano, o bem-estar marital, a compreensão marital, a confiança e a tranquilidade marital atual (tabela 2). Nas tabelas 3 e 4, apresentamos separadamente os resultados dos participantes relativos às categorias, respetivas unidades de registo exemplificativas e análise descritiva

Tabela 2

Mudanças na Diade Marital: Unidades de Contexto, de Registo e Estatística Descritiva

Categorias		Unidades de registo	<i>fo</i>	%
Quotidiano	Tempo		3	8
	Funções		2	5
Relacionamento Marital	Bem-estar		2	5
	Mal-estar		5	14
	Distanciamento		7	19
	Compreensão		2	5
	Funcionalidade		5	14
	Insatisfação pessoal		4	11
Relação marital atualmente	Bem-estar		3	8
	Confiança Marital		2	5
	Tranquilidade Marital		2	5
Total			37	100

Nota: Estatística descritiva da análise categorial: *fo* - Frequência observada, % - Frequência relativa

Tabela 3

Mudanças na Díade Marital – Percepção Materna: Unidades de Contexto, de Registo e Estatística Descritiva

Categorias	Unidades de registo	fo	%
Quotidiano	“A mudança foi o tempo para nós.”		
T	“Primeiros quatro meses é difícil (...) mãe pai se olharem como mulher e homem.” “Passados aqueles três, quatro meses o (...) bebé já começa a ser (...) mais autónomo (...) nós começamos (união marital).”	3	12.5
F	“É tudo virado... o bebé é que é (...) o nosso foco.” “Só servimos para dar de comer, para transportar as coisas (...) para mudar fraldas, então (...) é difícil haver uma relação”	2	8.3
Relacionamento Marital	“Há uma grande cumplicidade ainda e que (...) não foi os filhos que mudou isso (...) por isso é que eu digo, tem que haver uma boa base (...) senão depois não aguentamos.”	2	8.3
B	“Há que haver uma boa base senão depois não aguentamos”		
M	“Com os pais é tão difícil (...) nem queremos saber deles” “Há a quebra porque quando não há o amor” “É saturação, as pessoas já não têm que aturar ninguém e depois (...) acabam por dizer coisas que não devem, o que não diz leva à falta de respeito.” (Quando não há amor na relação) “O cansaço é tanto que nós não queremos pensar em nada” “Tanto a mulher como o próprio homem começam a sentir falta de... se se amam não é? Quando tá uma relação estável...”	5	20.8
D	“Primeiros meses há (...) distanciamento” (casal) “Três quatro meses (...) há um bocadinho de separação (...) não é só a nível sexual mas assim de namoro” “Estamos cansadas e quando temos (...) descanso (...) queremos estar (...) sossegados, não queremos (...) namorar (...)”	3	12.5

Tabela 3 (continuação)

Categorias	Unidades de registo	fo	%
C	“E o homem que é paciente ganha com isso.” (dar o tempo) “Os homens que respeitam facilmente percebem (...) a mãe naquele momento está para ali”	2	8.3
Relação marital atualmente	“Eu sempre tive um excelente relacionamento com o meu marido.” “Somos muito (...) unidos (...) e cúmplices (...) ele é (...) muito dado á família e eu também então (...) somos muito cúmplices.”	3	12.5
B	“Temos (...) boa união facilmente depois nos procuramos” (casal)		
CM	“Com ele (...) as coisas tinham e funcionam, porque ele é uma pessoa muito dada aguentar (...) o prazo da mulher” “Mais facilmente me divorciava por outro motivo qualquer do que por (...) filhos.”	2	8.3
TM	“É bom para o casal” “Stress (...) quando (...) têm de (...) acordar durante a noite”	2	8.3
Total		24	100

Nota: Categorias: T – Tempo; F – Funções; B – Bem-estar; M – Mal-estar; D – Distanciamento; C – Compreensão; CM – Confiança marital; TM – Tranquilidade marital; Estatística descritiva da análise categorial: fo - Frequência observada, % - Frequência relativa

Tabela 4

Mudanças na Díade Marital - Percepção Paterna: Unidades de Contexto, de Registo e Estatística Descritiva

Categorias	Unidades de registo	fo	%
Relacionamento Marital	“Começámos a perder a parte do, do relacionamento” “Esquecemos de olhar um para o outro como marido e mulher”	4	30.8
D	“Perdemos muito na nossa vida sexual” “Fez com que ela se afastasse de mim sexualmente e isso com certeza interferiu no nosso relacionamento.” (a insatisfação pessoal)		

Tabela 4 (continuação)

Categories	Unidades de registo	fo	%
Fc	“Ficámos os dois muito voltados ao filho” “Exigem muito de nós” “Acordava 50 vezes à noite pra ver se ele estava a respirar, se ele estava a mexer, (...) pra ver se ele já tinha feito chichi, para mudar a fralda, pra colocar ele no peito da mãe” “A mãe estava a dormir e ia eu mesmo colocava ele deitado na cama pra (...) mamar” “Ficámos os dois muito paizinhos”	5	38.5
I	“A minha mulher (...) não estava satisfeita (...) com o seu próprio corpo, então não se achava atraente para mim.” “Problema de não saber lidar (...) com ela própria, naquelas condições (...) habituada a ter um corpo (...) desejado, que ela (...) se sentia bem, se sentia atraente, se sentia sexy” “Tava com o corpo... um pouco (...) deformado devido à gravidez (...) uns quilos a mais, as mamas muito grandes (...) os quadris mais largos, (...) retenção de líquido, coisas que acontecem” “Ela... não soube muito bem lidar com isso, andou muito stressada”	4	30.8
Total		13	100

Nota: Categorias: D – Distanciamento; Fc – Funcionalidade; I – Insatisfação pessoal; Estatística descritiva da análise categorial: fo - Frequência observada; % - Frequência relativa

Ambos os participantes referem que ser pai/mãe foi a melhor e mais marcante experiência das suas vidas. Também demonstraram alguma insegurança na função parental, nomeadamente nos primeiros tempos após o nascimento, ao sentirem receio que algo de mal acontecesse ao filho. Afirmam também que essa preocupação e angústia sentidas eram excessivas. Podemos observar na tabela 5, que a apreensão foi a unidade de contexto com maior expressão ($fo=8$; 42%), com a presença de preocupação e receio para com os filhos quando estes são ainda “frágeis”. Seguidamente encontra-se o afeto, i.e., o amor que é dado ao novo elemento do seio familiar ($fo=5$; 26%). Com menor percentagem (5%), encontram-se as unidades de registo relativas à vivência da mudança e também da responsabilidade que a paternidade/maternidade acarreta.

Tabela 5

Relacionamento parental – experiência da parentalidade: Unidades de Contexto, de Registro e Estatística Descritiva

Categorias	Unidades de registro	fo	%
F	Sentimentos “Foi (...) maravilhoso para mim” M “Na maternidade (...) estava sempre a dizer “e o meu bebé é tão lindo...” (...) depois olhava para os outros “mas o meu bebé é mais lindo” M	2	11
	A “Chorava muito (...) porque (...) às vezes olhava para o meu bebé na alcofa e achava que já não ia viver sem ele.” M “Tive aquele momento de angústia de pensar (...) o quê que vai ser de mim se lhe acontecer alguma coisa” M “Aquela coisinha (...) que nos enche tanto e que dizemos se lhe acontecer alguma coisa (...) eu já não sei viver”. M “Eu já não sei viver sem ele” M “Se acontece alguma coisa ao meu menino, eu acabo com a minha vida (...) não vivo mais (...) sem o meu menino” M “Nós temos medo que eles não respirem” M “Ouvimos tudo e vimos tudo na internet” M “O meu filho a primeira febre que teve foi aos 17 meses, com 40º e eu fui a correr a chorar para o Santa Maria” M	8	42
T	“Eu tive um bebé muito sossegado, tive uma sorte” M “Tive um bebé que dormia (...) toda a noite” M	2	11
Af	“Nosso filho sempre estivemos muito voltados com muito amor e carinho e dedicação a ele, isso nunca faltou” P “Sempre fiquei, (...) brinquei com ele, estimulei (...) levei ao parque, e fui mesmo pai, ainda sou muito pai” P “Ele gosta muito de mim, e eu gosto muito dele” P “A gente convive, (...) brinca, (...) vivencia, (...) estimo ele sempre na positiva” P “Ele é um grande homem que vai ser uma grande pessoa que eu acho que isso é o fundamental” P	5	26
R	“Nunca (...) deixar o filho inseguro e diminuir as potencialidades do filho coisas que eu jamais fiz, nem a mãe (...), ele é o nosso super filho mas também não passamos a mão na cabeça dele pra (...), tudo o que ele faz” P	1	5
M	Vivência “As mães quando tem (...) o bebé (...) ficam com as hormonas (...) elevadas e isto faz (...) uma discrepância a nível de emoções e (...) de pensamento” M	1	5
Total		19	100

Nota: Categorias: F-Felicidade; A-Apreensão; T-Tranquilidade; Af.-Afecto; R-Responsabilidade/directividade; M-Mudanças vivenciadas pela mãe; Estatística descritiva da análise categorial: fo-Frequência observada, % - Frequência relativa

A nível individual, os participantes identificam diversas mudanças na sua vida: A mãe afirma que a maior mudança é a perda de liberdade “não pode fazer tudo aquilo que lhe apetece” (sic.) e a falta de tempo “não consegue elaborar tudo o que planeia durante o dia” (sic.), já o pai, refere o aumento substancial da responsabilidade como maior alteração. É relevante referir que a mãe, após a maternidade, reconhece sentir alterações na perceção de si, sentindo-se mais valorizada/importante por ter o seu filho. O pai afirma, que tanto a nível pessoal como profissional, denotou um crescimento devido ao facto de ter sido pai. Na tabela 6 podemos observar que a falta de independência e a liberdade é a vivência com maior expressão ($fo=7$; 25%). Com 21% ($fo=6$) surge a maturidade individual exigida após o nascimento do bebé. Com menos expressão encontra-se o tempo, i.e., abdicar do tempo pessoal em prol do bebé ($fo=3$; 11%).

Tabela 6

Mudanças Individuais: Unidade de Contexto, de Registo e Estatística Descritiva

Categoria	Unidade de Registo	fo	%
T	“Falta de tempo” M	3	11
	“Foi a mudança da disponibilidade” M		
	“Ser mãe deixa de ter tempo para fazer tudo o resto” M		
F	“Poder agarrar no carro e fazer tudo o que me apetecia” M	7	25
	“Já não se pode ir às lojas, tratar dos assuntos e fazer aquelas listas (...) na agenda” M		
	“É uma prisão ter um filho” M		
	“Deixamos de (...) ter muita coisa na nossa vida” M		
	“É ótimo termos liberdade (...) mas na fase do bebé é muito complicado de se fazer tudo como nós fazemos” M		
	“Viagens acabam, as férias à maluca (...)” M		
“Passamos a pensar por eles, (...) e depois as nossas.” M			
R	“No meu caso fortificou muito a minha relação” M	4	14
	“Mesmo casados eramos como (...) namorados” M		
	“Quando há aquele pequenino ser ali (...) faz a diferença na relação, e melhora” M		
	“Há uma mudança em que nós deixamos de olhar para nós antes de termos filhos” M		

Tabela 6 (continuação)

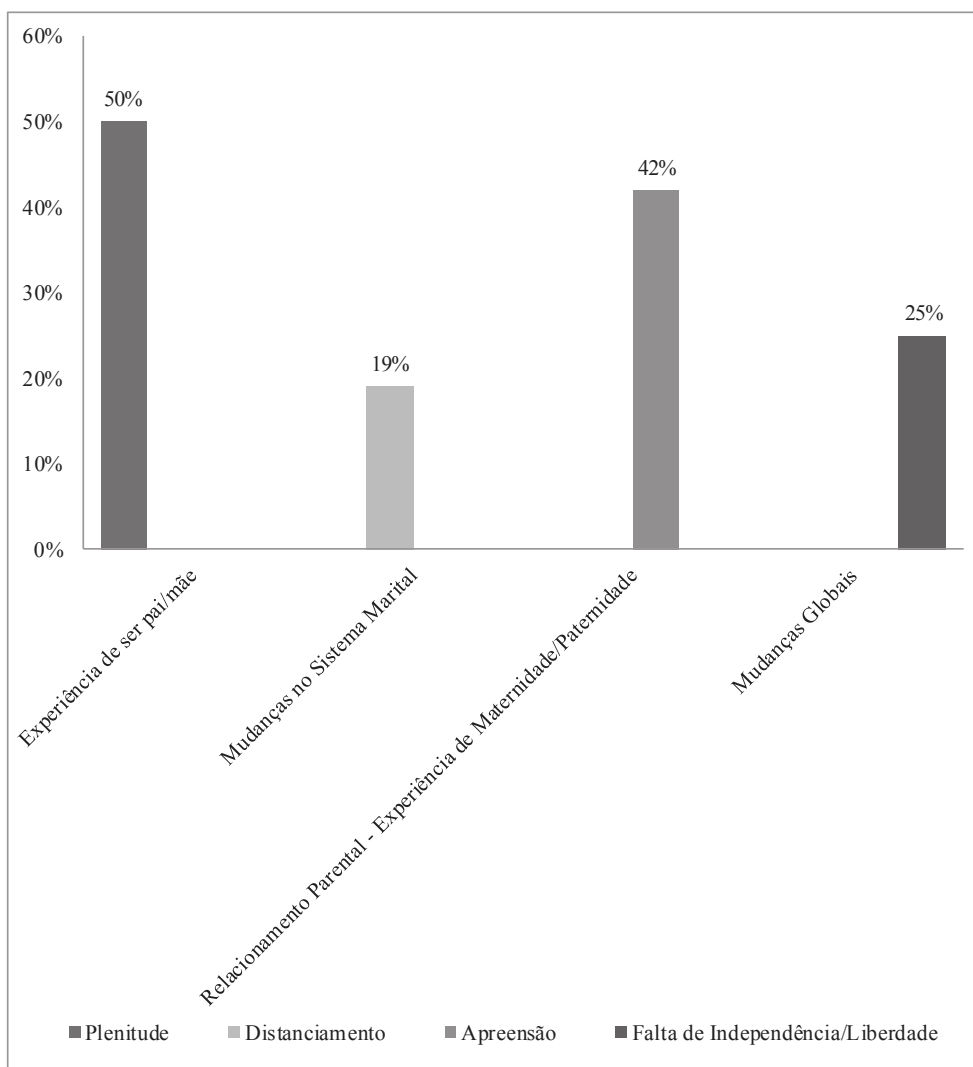
Categoria	Unidade de Registo	fo	%
P	“Tudo, tudo muda” M	4	14
	“Grande mudança nas nossas vidas e... não volta a ser igual” M		
	“A partir de hoje tudo muda (...) nada mais será igual” M		
	“Muda muita coisa...” M		
M	“Passei a (...) não ter só a minha responsabilidade, mas com a responsabilidade pelo outro” P	6	21
	“Dei um salto de maturidade, abdiquei de (...) muitas coisas (...) que fazia antes” P		
	“Ser pai (...) é ser o exemplo” P		
	“Não podia continuar (...) a fazer a nossa vida de namorados (...) fazer noites, (...) não combinava” P		
	“Não estava só a pensar em mim também estava a pensar nele” P		
	“Deu um grande estímulo pra crescimento profissional e pessoal também para oferecer o melhor a ele” P		
V	“Senti-me (...) a pessoa mais importante do mundo” M	4	14
	“Sou uma pessoa muito importante eu tenho um filho” M		
	“Ainda hoje foi a coisa mais maravilhosa que eu (...) pude ter na minha vida” M		
	“É muito gratificante saber que existe um ser (...) que te ama (...) e depende de si, dá muito mais sentido à vida” P		
Total		28	100

Nota: Categorias: T – Tempo; F – Falta de Independência/ Liberdade; R - Relação Marital; P - Projeto de vida; M - Maturidade (responsabilidade); V – Valor (relevância); Estatística descritiva da análise categorial: fo - Frequência observada, % - Frequência relativa.

A figura 1 ilustra e sintetiza as unidades de registo de maior expressão de acordo com os objetivos do estudo. Isto é, a experiência de ser pai e mãe é associada pelos participantes ao sentimento de plenitude. Referente às mudanças no sistema marital verificou-se que sucede o distanciamento do casal, mesmo que este seja temporário. Na experiência de parentalidade verifica-se alguma apreensão por parte dos sujeitos, associada ao receio pela segurança e bem-estar do bebé considerado como ainda muito frágil. A nível individual global a mudança apontada mais frequente é a perda da independência e liberdade, ou seja, limitando o desenvolvimento de atividades pessoais realizadas anteriormente ao nascimento.

Ao analisar os textos na globalidade, observamos a sequência de categorias: inicialmente surge o sentimento de plenitude pessoal, seguido de apreensão quanto à insegurança nos cuidados perinatais e responsabilidade de cuidar do recém-nascido, posteriormente surge a falta de independência e liberdade e por fim o distanciamento na relação marital sentido nos primeiros meses de vida do bebé.

Figura 1
Unidades de registo mais verificadas em cada objetivo



Discussão

Ainda que a experiência da parentalidade implique alterações e mudanças no funcionamento familiar podendo desencadear um momento de crise, os resultados encontrados expressam vivências e sentimentos positivos. Os participantes referem que com esta experiência advém com um sentimento de plenitude, ou seja, é visto como algo maravilhoso e como uma das experiências mais marcantes das suas vidas. Os resultados são concordantes com Szejer e Stewart (1997, citados por Menezes, 2001) que afirmam que a experiência de ser pai ou mãe pela primeira vez é algo único e visto, normalmente, como sendo bastante desejado por ambas as figuras parentais. Antes e a partir do início da gravidez inicia-se um processo de idealização do bebé e do seu papel na família e na herança transgeracional, sendo que este permite que o casal possua algumas formas em lidar com o novo elemento familiar. A própria maneira como se relacionam com o seu cônjuge após o nascimento do filho pode ser transmitida através da sua família.

Os resultados encontrados nas mudanças na diáde marital corroboram os resultados obtidos em estudos anteriores. Colman e Colman (1994, citados por Antunes, 2008) demonstraram que mesmo em casais que possuem uma relação forte, por vezes durante a gravidez e após o parto a atividade sexual e a estabilidade emocional do casal deteriora-se. Também, Scheer (2013) num estudo realizado com dois homens pais recentes, demonstrou que os mesmos percecionavam que as suas companheiras diminuían a atenção prestada e que acham necessária. Para eles as maiores mudanças existentes na relação do casal era o distanciamento devido ao facto de existir uma sobrecarga nas tarefas e nas responsabilidades no subsistema parental. Ambos demonstram que tem de haver um período de adaptação a esta nova fase das suas vidas e que só posteriormente é que ambos se procuram a nível sexual e afetivo. No presente estudo, este sentimento é referido maioritariamente pelo pai, afirmando ainda assim, o seu carácter temporário. Este afastamento e impacto na relação marital poderá corresponder à readaptação das funções e papeis no seio familiar na passagem da configuração dual para triangular, mediante os processos de entropia

e neguentropia necessários para o funcionamento ótimo da família. O ajustamento constante que resulta da dialética entre estes dois processos é o que permite que a família enquanto sistema reencontre o equilíbrio, ou seja, a homeostasia.

Quanto à experiência da paternidade e maternidade, salientam-se os sentimentos de insegurança expressos pelo receio, apreensão e angústia, avaliada, pelos participantes como excessiva, pelo bem-estar e saúde do bebé. Também Matulaitė-Horwood e Bieliauskaitė (2005) demonstraram que os pais podem ter preocupações para com os seus filhos, sendo saúde uma questão central. Esta preocupação é importante na medida que implica responsabilidade, ou seja, passar de uma relação diática a triática que implica a adequação aos novos papéis e funções exigidos pela parentalidade, ao cuidar, educar, fazer crescer e desenvolver um ser frágil, imaturo e indefeso.

Nas mudanças que ocorrem a nível individual, os resultados do estudo divergem entre os inquiridos. A participante do género feminino afirma que é a falta de independência e liberdade que o filho traz na sua vida pessoal: “Antes podiam ir a qualquer sítio que desejassem sem se preocuparem, mas com a chegada do filho tudo isso muda” (sic.). Já o participante do género masculino salienta o incremento da responsabilidade, deixando de estar centrado em si, mas preocupando-se igualmente e/ou maioritariamente com o seu filho. Para além disso afirma também que a nível pessoal e profissional houve um crescimento incitado pelo nascimento do seu filho. Estes processos de adaptação de cada membro da família são igualmente necessários para a proteção e desenvolvimento do bebé, i.e., a transição do individual para a dimensão parental, assumir os novos papéis familiares inerentes à mesma. Esta transição é importante para o envolvimento na relação mãe/pai-bebé. Por outro lado, um reconhecimento positivo pessoal e profissional referido pelo pai, poderá ser compreendido se considerarmos o estatuto social inerente à importância da família na sociedade em geral.

As mudanças individuais globais relatadas nas entrevistas, são consonantes com os resultados encontrados por Jager e Battoli (2011), que afirmam que após o nascimento, o casal tem de abdicar em parte da sua vida social e na perceção do seu novo papel, deixando de se considerar

apenas como filhos e passando a ser vistos agora como pais. No estudo de caso realizado por Bustamante (2005) os resultados são também semelhantes ao relato do pai, ao sublinhar o acréscimo de responsabilidade e diminuição/abolição de alguns comportamentos menos responsáveis após o nascimento. Também Levandowski e Piccinini (2006) afirmam que após o nascimento do primeiro filho, a liberdade anterior diminui e a responsabilidade tende a aumentar.

Podemos concluir que ambos os participantes possuem uma percepção de ajustamento positivo desta fase do ciclo de vida familiar. Indicam integrar famílias que desencadearam os mecanismos de ajustamento individual e marital, necessários à mudança, transformação e aceitação do novo membro familiar, alcançando de novo o equilíbrio. O processo contínuo de ajustamento, num jogo de forças entre o desequilíbrio/equilíbrio correspondendo aos processos de interação entre sistemas, de entropia e neguentropia, podem ser observados em ambas as entrevistas. O equilíbrio parece ser atingido pois em ambas as entrevistas, são relatadas pelos participantes ajustamentos em termos da díade marital e do subsistema parental, i.e., as adaptações nem sempre sentidas como positivas mas avaliadas como necessárias à chegada do bebé.

Verifica-se que há uma circularidade no funcionamento familiar em que as interações que ocorrem nos subsistemas afetam os restantes e o sistema ao nível global. A complexidade do sistema familiar justifica o recurso a dados e metodologias qualitativas, permitindo a compreensão do processo e das vivências subjetivas dificilmente apreendidas pelos estudos de carácter positivista. Conseguimos compreender o contexto e o “como” do processo de ser mãe/pai, ao invés do “porquê”, aspeto importante no estudo de fenómenos de causalidade circular. Na área de estudos da família, os métodos qualitativos podem fornecer outra perspetiva da dinâmica familiar, podendo ser complementares aos de cariz quantitativo. Mesmo com recurso a poucos participantes, os dados qualitativos podem fornecer uma maior riqueza de informação, e assim, melhor apreender a complexidade familiar. A família como um todo rege-se de modo diferente da concepção epistemológica associacionista, i.e., a família constitui uma complexidade que ultrapassa a mera soma dos seus

elementos. Nesta perspetiva, o recurso a métodos qualitativos e mistos é desejável em futuros estudos sobre constructos familiares. Não obstante o seu carácter qualitativo, salientamos porém, como limitação do presente estudo a recolha de dados junto de apenas dois participantes e de nacionalidades diferentes. Esta seleção resultou em experiências positivas e em adaptações e ajustamentos familiares bem-sucedidos, não encontrando resultados de experiências mais negativas ou potenciadoras de crise e vulnerabilidade. O presente estudo poderia ser igualmente enriquecido, pelo recurso a diferentes metodologias de análise qualitativa, tais como a análise fenomenológica ou narrativa, ajudando a ultrapassar as questões relativas à fidelidade dos estudos de carácter qualitativo.

Referências

- Alarcão, M. (2002). *(Des)Equilíbrios Familiares* (2^a ed.). Coimbra: Quarteto.
- Antunes, M.S.C. (2008). *Relação conjugal no após parto: Diferenças de género* (Dissertação de mestrado). Lisboa, Portugal: Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação.
- Bardin, L. (2009). *Análise de conteúdo*. Lisboa, Portugal: Edições 70.
- Balancho, L. S. F. (2005). *Ser pai, hoje*. (6^a ed.). Lisboa, Portugal: Editorial Presença.
- Belsky, J., Hsieh, K. H. (1998). Patterns of marital change during the early childhood years: Parent personality, coparenting, and division-of-labor correlates. *Journal of Family Psychology*, 12, 511-528.
- Bengtson, V. L., Acock, A. C., Allen, K. R., Dilworth-Anderson, P., & Klein, D. M. (2005). *Sourcebook of family theory & research*. London, England: Sage.
- Bertalanffy von, L. (2008). *Teoria Geral dos Sistemas: Fundamentos, desenvolvimento e aplicações* (F. M. Guimarães, Trans.). Pétropolis, Brasil: Vozes. (Obra original publicada em 1968)
- Biehle, S. N., & Mickelson, K. D. (2012). First-time parents' expectations about the division of childcare and play. *Journal of Family Psychology*, 26(1), 36-45. doi: 10.1037/a0026608

- Brandon, T. M., & Teti, D. M. (2012). Coparenting quality during the first three months after birth: The role of infant sleep quality. *Journal of Family Psychology, 26*(6), 886-895. doi: 10.1037/a0030707
- Brunschwig, H. (2008). *Uma Família Inventada-se: Os trunfos dos pais e dos filhos na construção da família*. Casal de Cambra: Caleidoscópio.
- Bustamante, V. (2005). Ser pai no subúrbio ferroviário de salvador: Um estudo de caso com homens de camadas populares. *Psicologia em Estudo, 10*(3), 393-402.
- Cox, M. J., & Paley, B. (1997). Families as systems. *Annual Review of Psychology, 48*, 243-267. doi: 10.1146/annurev.psych.48.1.243
- Dyrdal, G. M., & Lucas, R. E. (2013). Reaction and adaptation to the birth of a child: a couple-level analysis. *Developmental Psychology, 49*(4), 749-761. doi: 10.1037/a0028335
- Flykt, M., Lindblom, J., Punamäki, R., Poikkeus, P., Repokari, L., Unkila-Kallio, L., Vilksa, S., Sinkkonen, J., Tiitinen, A., Almqvist, F., & Tulppala, M. (2011). Prenatal expectations in transition to parenthood: Former infertility and family dynamic considerations. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 1*, 31-44. doi: 10.1037/2160-4096.1.S.31
- Frosch, C. A., Mangelsdorf, S. C., & McHale, J. L. (1998). Correlates of marital behavior at 6 months postpartum. *Developmental Psychology, 34*(6), 1438-1449
- Geert van, P. L. C., & Lichtwark-Aschoff, A. (2005). A dynamic systems approach to family assessment. *European Journal of Psychological Assessment, 21*(4), 240-248.
- Gilgun, J. F. (2005). Qualitative Research and Family Psychology. *Journal of Family Psychology, 19*(1), 40-50. doi: 10.1037/0893-3200.19.1.40
- Goodman, J. H. (2004). Paternal postpartum depression, its relationship to maternal postpartum depression, and implications for family health. *Journal of Advanced Nursing, 45*(1), 26-35. doi:10.1046/j.1365-2648.2003.02857.x
- Grote, N. K., & Clark, M. S. (2001). Perceiving unfairness in the family: Cause or consequence of marital distress? *Journal of Personality and Social Psychology, 80* (2), 281-293. doi: 10.1037//0022-3514.80.2.281

- Hackel, L. S., & Ruble, D. N. (1992). Changes in the marital relationship after the first baby is born: Predicting the impact of expectancy disconfirmation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(6), 944-957.
- Hawkins, A. J., Fawcett, E. B., Carroll J. S., & Gilliland, T. T. (2006). The marriage moments program for couples transitioning to parenthood: Divergent conclusions from formative and outcome evaluation data. *Journal of Family Psychology*, 20(4), 561-570. doi: 10.1037/0893-3200.20.4.561
- Houzel D. (2004). As implicações da parentalidade. In L. Solis-Pontom, (Ed.) (2004). *Ser pai, ser mãe. Parentalidade: Um desafio para o terceiro milênio* (cap. 4). São Paulo, SP, Brasil: Casa do Psicólogo.
- Huston, T. L., & Holmes, E. K. (2004). Becoming parents. In A. Vangelisti (Ed.), *Handbook of Family Communication* (pp.105-133). New Jersey, NJ, EUA: Lawrence Erlbaum Associates.
- Jager, M. E., & Bottoli, C. (2011). Paternidade: vivência do primeiro filho e mudanças familiares. *Psicologia: Teoria e Prática*, 13(1), 141-153
- Lawrence, E., Rothman, A., Cobb, R., Rothman, M., & Bradbury, T. (2008). Marital satisfaction across the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology*, 22(1), 41-50. doi:10.1037/0893-3200.22.1.41
- Leigh, B., & Milgrom, J. (2008). Risk factors for antenatal depression, postnatal depression and parenting stress. *BMC Psychiatry*, 8, 24-35. doi:10.1186/1471-244X-8-24
- Levandowski, D. C., & Piccinini, C. A. (2006). Expectativas e sentimentos em relação à paternidade entre adolescentes e adultos. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 22(1), 17-28.
- Madil, A., & Gough, B. (2008). Qualitative research and its place in psychological science. *Psychological Methods*, 13(3), 254-271. doi: 10.1037/a0013220
- Matulaitė-Horwood & Bieliauskaitė (2005). The subjective content of psychological anxiety in the last month of pregnancy. *Acta Medica Lituanica*, 12(2), 31-36.
- Medina, A. M., Lederhos, C. L., & Lillis, T. A. (2009). Sleep disruption and decline in marital satisfaction across the transition to parenthood. *Families, Systems, & Health*, 27(2), 153-160. doi: 10.1037/a0015762

- Meijer, A. M., & Van den Wittenboer, G. L. H. (2007). Contribution of infants' sleep and crying to marital relationship of first-time parent couples in the 1st year after childbirth. *Journal of Family Psychology, 21*(1), 49-57. doi: 10.1037/0893-3200.21.1.49
- Menezes, C. C. (2001). *A relação conjugal na transição para a parentalidade: Da gestação ao segundo ano de vida do bebé* (Tese de Mestrado). Rio Grande do Sul, Brasil: Instituto de Psicologia.
- Milkie, M., Simon, R., & Powell, B. (1997). Through the Eyes of Children: Youths' Perceptions and Evaluations of Maternal and Paternal Roles. *Social Psychology Quarterly, 60*(3), 218-237.
- Minuchin, P. (1985). Families and individual development: Provocations from the field of family therapy. *Child Development, 56*(2), 289-302.
- Monteiro, L., Veríssimo, M., Santos, A. J., & Vaughn, B. (2008). Envolvimento paterno e organização dos comportamentos de base segura das crianças em famílias portuguesas. *Análise Psicológica, 3*(26), 395-409.
- Mosek-Eilon, V., Hirschberger, G., Kanat-Maymon, Y., & Feldman, R. (2013). Infant reminders alter sympathetic reactivity and reduce couple hostility at the transition to parenthood. *Developmental Psychology, 49*(7), 1385-1395. doi: 10.1037/a0030088
- Paley, B., Cox, M. J., Kanoy, K. W., Harter, K. S. M., Burchinal, M., & Margand, N. A. (2005). Adult attachment and marital interaction as predictors of whole family interactions during the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology, 19*(3), 420-429. doi: 10.1037/0893-3200.19.3.420
- Pires, A. S. R. (2008). *Estudo da conjugalidade e parentalidade através da satisfação conjugal e da aliança parental* (Tese de mestrado não publicada). Lisboa, Portugal: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação de Lisboa.
- Pires, M. (2011). *Valores, estilos parentais, stresse infantil e vivência emocional dos filhos*. (Dissertação de doutoramento não publicada). Faro, Portugal: Universidade do Algarve.
- Relvas, A. P. (2003). *Por detrás do espelho: Da teoria à terapia com a família* (2^a ed.). Coimbra, Portugal: Quarteto.

- Rennie, D. L., Watson, K. D., & Monteiro, A. M. (2002). The rise of qualitative research in psychology. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 43(3), 179-189.
- Scheer, D. H. (2013). *A função paterna primária: O lugar do pai durante a gestação e no início da vida do bebê* (Tese de Mestrado não publicada). Rio Grande do Sul, Brasil: Instituto de Psicologia.
- Schoppe-Sullivan, S. J., Brown, G. L., Cannon, E. A., Mangelsdorf, S. C., & Sokolowski, M. S. (2008). Maternal gatekeeping, coparenting quality, and fathering behavior in families with infants. *Journal of Family Psychology*, 22(3), 389–398. doi:10.1037/0893-3200.22.3.389
- Schulz, M. S., Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (2006). Promoting healthy beginnings: a randomized controlled trial of a preventive intervention to preserve marital quality during the transition to parenthood. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(1), 20-31. doi: 10.1037/0022-006X.74.1.20
- Shapiro, A. F., Gottman, J. M., & Carrère, S. (2000). The baby and the marriage: identifying factors that buffer against decline in marital satisfaction after the first baby arrives. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 59-70. doi: 10.1037//0893-3200.14.1.59
- Silva, A. I., & Figueiredo, B. (2005). Sexualidade na gravidez e após o parto. *Psiquiatria Clínica*, 25(3), 253-264.
- Staudt, A. C. P., & Wagner, A. (2008). Paternidade em tempos de mudança. *Psicologia: Teoria e Prática*, 10(1), 174-185.
- Velotti, P., Castellano, R., & Zavattini, G. C. (2011). Adjustment of couples following childbirth – The role of generalized and specific states of mind in an Italian sample. *European Psychologist*, 16(1), 1-10. doi: 10.1027/1016-9040/a000022