Juliana Moreira Fernandes

# FAMÍLIAS EM TEMPOS DE CRISE

## Novas Tecnologias, Funcionamento e Resiliência Familiar: Um estudo comparativo entre Famílias com e sem Filhos em Casa, na Pandemia de COVID-19

INSTITUTO SUPERIOR MIGUEL TORGA

ESCOLA SUPERIOR DE ALTOS ESTUDOS

**Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica**

Área de Especialização em Terapias Familiares e Sistémicas

COIMBRA, 2024

# FAMÍLIAS EM TEMPOS DE CRISE

## Novas Tecnologias, Funcionamento e Resiliência Familiar: Um estudo comparativo entre Famílias com e sem Filhos em Casa, na Pandemia de COVID-19

JULIANA MOREIRA FERNANDES

Dissertação apresentada ao ISMT para obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica
Ramo de Especialização em Terapias Familiares e Sistémicas

**Orientadora:** Professora Doutora Joana Carvalho

**Coimbra, 2024**

## Agradecimentos

Às vezes a vida reserva-nos capítulos que são um misto de coisas boas e ruins. É como um livro com páginas repletas de coisas bonitas, mas que também nos desafiam com situações difíceis.

Encerro agora um capítulo que sem dúvida foi muito intenso, mas que também me ensinou uma lição valiosa sobre resiliência e crescimento pessoal, e que não teria sido possível sem o apoio e a colaboração de várias pessoas, às quais gostaria de expressar a minha sincera gratidão.

Em primeiro lugar, agradeço à minha orientadora, Professora Doutora Joana Carvalho por toda a orientação, paciência e incentivo ao longo deste processo. Estou-lhe grata pelo apoio, pelas críticas construtivas que me fez acreditar poder fazer melhor e pela motivação nos momentos mais desafiadores.

Agradeço também ao Instituto Superior Miguel Torga, pelo ambiente académico e pelos recursos disponibilizados, que foram essenciais para a concretização com sucesso destes anos.

Aos meus colegas de turma pelo companheirismo, pelas conversas, pelas discussões e pelo apoio mútuo. Sem vós, esta caminhada teria sido muito mais difícil.

À minha família, aos meus pais, por todo o amor, compreensão e apoio incondicional, tanto nos bons como nos momentos mais difíceis. A vós, devo grande parte da minha formação e sucesso. Agradeço também à minha irmã, por estar sempre ao meu lado, pela cumplicidade e ajuda em todos os momentos que partilhou como seus, oferecendo palavras de encorajamento e compreensão quando mais preciso.

Finalmente, agradeço a todos que, de alguma forma, se cruzaram no meu caminho ao longo destes cinco anos. Quer com palavras de incentivo, sugestões, ou mesmo com o simples gesto de me apoiarem ao longo do caminho.

A todos, o meu muito obrigado!

## Nota Introdutória

O tema das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs) ganhou especial importância para mim durante a fase da pandemia por *COVID-19* devido à experiência dos meus pais que são profissionais de saúde. Durante os vários confinamentos e restrições impostas pela pandemia, testemunhei de perto os desafios e o *stress* que enfrentavam ao colocarem as suas vidas em risco para puder ajudar o outro. Esta situação fez-me valorizar ainda mais a importância de ficar em casa e manter a segurança das pessoas que mais gosto, mesmo quando as circunstâncias eram difíceis e as tensões aumentavam.

Tendo então de pensar num tema para a minha tese, lembrei-me de todas as memórias passadas ao longo destes cinco anos e em como este período de crise esteve tão presente e marcante. Foi aí que pensei na resiliência familiar que me levou a comparar a situação dos meus pais com a dos meus avós, que viviam isolados e sem a presença dos filhos em casa. Para eles, as videochamadas tornaram-se a única forma de combater o isolamento, algo que até aqui desconheciam. Este contraste entre gerações reforçou a minha convicção sobre o papel crucial das TICs como meio de fortalecimento e apoio emocional durante estes tempos difíceis. O que mais tarde veio a alavancar as hipóteses de investigação deste trabalho.

## Resumo

**Objetivo:** Considerando o contexto atípico enfrentado pelas famílias – situação de pandemia *COVID-19* –, as pessoas encontraram-se diante de uma situação particularmente desafiadora, para o seu funcionamento e resiliência familiar. O presente estudo tem como objetivo analisar as diferenças na perceção do impacto da utilização das TICs, na resiliência e no funcionamento familiar, em famílias com filhos e sem filhos em casa durante o período da pandemia por *COVID-19*.

**Metodologia:** Participaram neste estudo 1799 inquiridos, que foram divididos em duas subamostras – famílias com filhos em casa e famílias sem filhos em casa. O protocolo é composto pelo *questionário sociodemográfico de dados complementares e de avaliação da situação COVID-19,* a *Family Technology Adoption Scale* – (FTAIS)*,* a *Escala de Avaliação da Flexibilidade e da Coesão Familiar versão IV* (FACES-IV) e o *Walsh Family Resilience Questionnaire* (WFRQ).

**Resultados:** Durante a pandemia de *COVID-19*, as TICs assumiram um papel essencial nas dinâmicas familiares sendo percecionadas de forma mais positiva em comparação com o período pré pandémico. Os dados sugerem que as famílias sem filhos em casa têm uma perceção mais positiva do impacto das tecnologias no contexto familiar em comparação com as famílias com filhos. A presença de filhos em casa mostrou-se associada a um funcionamento familiar mais equilibrado e funcional (especialmente em termos de coesão e organização) em comparação com as famílias sem filhos. Além disso, não foram observadas diferenças significativas entre os grupos quanto à resiliência familiar, indicando que a presença de filhos não foi determinante na perceção desta variável.

**Conclusão:** Este estudo permitiu explorar como é que as famílias com e sem filhos em casa percecionaram alguns dos impactos da pandemia por COVID-19 no contexto familiar. Os resultados evidenciam a necessidade para o desenvolvimento de políticas e intervenções que promovam o bem-estar, o funcionamento e a resiliência familiar em tempos de adversidade.



**Palavras-Chave:** TICs; Funcionamento Familiar; Resiliência Familiar; *COVID-19;* Famílias com Filhos em casa; Famílias sem Filhos em casa.

## Abstract

**Objective:** Considering the atypical context faced by families - the *COVID-19* pandemic situation - people have found themselves facing a particularly challenging situation for their family functioning and resilience. This study aims to analyze the differences in ICT use, resilience and family functioning in families with children and without children at home during the *COVID-19* pandemic.

**Methodology:** 1,799 respondents took part in this study, which was divided into two sub-samples - families with children at home and families without children at home. The protocol consists of the *sociodemographic questionnaire of complementary data and assessment of the COVID-19 situation, ,* a *Family Technology Adoption Scale – FTAIS*, the *Family Flexibility and Cohesion Assessment Scale version IV* (FACES-IV) and the *Walsh Family Resilience Questionnaire* (WFRQ).

**Results:** During the *COVID-19* pandemic, ICTs have taken on an essential role in family dynamics and have been perceived more positively compared to the pre-pandemic period. The data suggests that families without children at home have a more positive perception of the impact of technologies in the family context compared to families with children. The presence of children at home has been shown to be associated with a more balanced and functional family functioning (especially in terms of cohesion and organization) compared to families without children. Furthermore, there were no significant differences between the groups in terms of family resilience, indicating that the presence of children was not a determining factor in the perception of this variable.

**Conclusion:** This study allowed us to explore how families with and without children at home perceived some of the impacts of the COVID-19 pandemic in the family context. The results highlight the need to develop policies and interventions that promote family well-being, functioning and resilience in times of adversity.



**Keywords**: ICTs; Family Functioning; Family Resilience; *COVID-19* ; Families with Children at Home; Families without Children at Home.

**Abreviaturas**

FACES-IV - *Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale*

FTAIS - *Family Technology Adoption Scale*

ISMT – Instituto Superior Miguel Torga

TICs – Tecnologias de Informação e Comunicação

SPSS - *Statistical Package for the Social Sciences*

WFRQ - *Walsh Family Resilience Questionnaire*

# Índice

**Introdução** ..... 1

**COVID-19** ..... **1**

**A Família na Perspetiva Sistémica** ..... **2**

**TICs na Vida Familiar durante a Pandemia COVID-19** ..... **7**

**Materiais e Métodos** ..... 10

**Tipo de Estudo** ..... **10**

**Participantes** ..... **10**

**Procedimentos** ..... **14**

**Instrumentos** ..... **15**

**Análise Estatística** ..... **22**

**Resultados** ..... 23

**Perceção do impacto da utilização das TICs considerando a presença ou ausência de filhos na família em casa e de infeção por COVID-19** ..... **26**

**Perceção do funcionamento familiar considerando a presença ou ausência de filhos na família e no lar e de infeção por COVID-19** ..... **26**

**Perceção da resiliência familiar considerando a presença ou ausência de filhos na família e no lar e de infeção por COVID-19** ..... **28**

**Discussão dos Resultados** ..... 29

**Conclusão** ..... 34

**Referências bibliográficas** ..... 37

## Introdução

Uma das maiores crises de saúde pública da atualidade foi o *COVID-19*, causado pelo vírus "síndrome respiratória aguda grave coronavírus 2" (*SARS-CoV-2*). Desde o seu surgimento em Wuhan, em dezembro de 2019, o vírus difundiu-se rapidamente pelo mundo, o que resultou em milhares de casos confirmados e centenas de milhares de mortes (OMS, 2021).

A crise global desencadeada pelo vírus do *SARS-CoV-2* afetou não só a economia e a saúde pública, mas também o bem-estar e o funcionamento das famílias. Tendo repercussões significativas na dinâmica familiar, provocando alterações profundas nas rotinas e no seu funcionamento (Silva, et al., 2020; Prime, Browne, & Wade, 2020).

Como estratégia de combate ao isolamento social, muitas pessoas viram-se obrigadas a recorrer às Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs), especialmente no que diz respeito aos relacionamentos, uma vez que todos os contactos, fora da família nuclear, só eram possíveis através da utilização dos meios tecnológicos (Júnior, 2020; Lebow, 2020). Assim, as TICs destacaram-se como ferramentas inovadoras de interação e comunicação, sendo utilizadas como meio de manutenção do contacto entre as pessoas, o que contribuiu para o seu bem-estar emocional e social.

## COVID-19

A pandemia causada pelo coronavírus SARS-CoV-2 exerceu uma influência de grande magnitude na saúde mental e bem-estar de milhões de pessoas em todo o mundo.

Desde o seu surgimento em 2019 na China, a ansiedade, o medo da doença e a incerteza em relação ao futuro têm crescido em escala global. De modo, a responder à pandemia, a Organização Mundial de Saúde (OMS) em conjunto com os países adotou estratégias e coordenação de esforços para conter a propagação do vírus e garantir o acesso a cuidados de saúde adequados. Dentro destas medidas de saúde pública, destacam-se o uso de máscaras, higienização das mãos, isolamento e distanciamento social para controlar a transmissão e proteger as populações.

Em Portugal, o Estado de Emergência foi decretado em março de 2020 (DL n.14-A/2020), e renovado duas vezes (DL n.17-A/2020 e n.20-A/2020) devido às medidas de restrição à circulação da população e ao fecho das escolas e muitas empresas.

Segundo Barbosa (2020), a pandemia impactou significativamente a sociedade de forma duradoura e abrangente, em uma magnitude ainda não completamente quantificada. Este evento sem precedentes na história exigiu uma rápida adaptação da sociedade em geral, pois além dos efeitos diretos do vírus, existem várias consequências que impactam indiretamente a família (Barbosa, 2020; Lebow, 2020). O confinamento obrigatório e o isolamento social tornaram-se uma realidade, com impactos significativos nas vidas das pessoas, em especial das famílias. Desde a dificuldade em separar o trabalho e o lazer, ao aumento da exigência no acompanhamento dos filhos no ensino remoto, a redução dos contactos sociais e a dificuldade em fazer planos futuros, fez com que as famílias se vissem obrigadas a redefinir as suas rotinas, regras e dinâmicas numa tentativa de reduzir a propagação do vírus (Brooks, 2020).

**A Família na Perspetiva Sistémica**

*"We are born into families. They are the foundation of our first experiences of the world, our first relationships, our first sense of belonging to a group. We develop, grow, and hopefully die in the context of our families."*

(McGoldrick et al., 2014)

Segundo Relvas (1996), "Todos sabemos o que é a família, como funciona, quais os seus principais problemas e competências. Particularmente no que diz respeito à nossa família...". Contudo, de acordo com os diferentes autores, o conceito família tem enfrentado profundas transformações, sendo influenciado por diversos fatores: internos e externos. Portanto, podemos afirmar que família não é um conceito estático, mas sim um sistema (um todo) em constante evolução e adaptação (Dias, 2011). Os sistemas são então conjuntos de elementos independentes que interagem dinamicamente entre si para alcançar um objetivo comum. Contudo, as famílias são diferentes de todos os outros sistemas devido à sua capacidade única de integrar novos membros apenas por nascimento, adoção, compromisso ou casamento, permanecendo unidos até à morte (McGoldrick et al., 2014). O que não se aplica a nenhum outro sistema, tornando a família singular na sua estrutura e funcionamento.

O sistema familiar, de acordo com Alarcão (2006) e Relvas (1996), deve caraterizar-se por estar em constante transformação, ser ativo e autorregulado, estar aberto à interação com outros subsistemas e organizar-se numa hierarquia sistémica.

Ao adotar a ideia de família como um sistema aberto, Alarcão (2006) discute como compartilham propriedades sistémicas, tais como totalidade, feedback e equifinidade. A totalidade manifesta-se na inter-relação e interdependência dos comportamentos de todos os membros da família, cujas interações únicas diferem dos contextos individuais. A família é uma unidade que transcende a simples soma dos seus membros, pois mudanças em um elemento afetam todo o sistema. O *feedback* reflete a capacidade do sistema familiar em ajustar o seu comportamento em resposta à informação interna e externa, garantindo assim a sua continuidade. Por fim, a equifinalidade realça a habilidade do sistema em focar em objetivos comuns. Assim, a família é compreendida como um sistema dinâmico em evolução constante.

Esta estrutura familiar pode ser impactada por dois tipos de crises ao longo do seu ciclo vital. As crises normativas são as que resultam do processo evolutivo e natural do ciclo de vida das famílias, enquanto as crises acidentais ocorrem devido a acontecimentos *stressantes* imprevisíveis, como é o caso da pandemia *COVID-19* (Minuchin et al., 1978).

Este momento de crise específico exigiu que as famílias fizessem adaptações significativas, tanto para prevenir a doença como para cuidar da saúde no caso dos membros que eventualmente contraíssem o coronavírus. De acordo com Walsh (2020), a pandemia resultou em experiências de perda de entes queridos e amigos, interrupção de eventos significativos, aumento do *stress* e de desafios, tristeza intensificada e uma sensação de incerteza em relação ao futuro.

Segundo McGoldrick et al. (2014), o *stress* familiar pode ser esquematizado em dois eixos. O eixo vertical refere-se às influências de marcos históricos na família, como fatores genéticos, religião e cultura, que integram o funcionamento familiar. Já o eixo horizontal retrata o funcionamento familiar ao longo do tempo, onde se enquadram as estratégias de *coping* utilizadas em situações de mudança e transição no ciclo familiar, como o *stress* do desenvolvimento normativo e eventos inesperados que podem perturbar a homeostase familiar, como a pandemia de *COVID-19.* Nas famílias na etapa do ciclo vital com filhos adolescentes e adultos experienciam assim uma fase de *stress* horizontal, agravada pela pandemia (Alarcão, 2002; McGoldrick et al., 2014).

De acordo com Minuchin et al. (1978), o funcionamento familiar depende da habilidade da família em trabalhar em conjunto diante de situações adversas.

O Modelo Circumplexo dos Sistemas Conjugais e Familiares, desenvolvido por Olson et al. (1979), aponta a coesão, a flexibilidade e a comunicação como dimensões essenciais do funcionamento familiar. Segundo este modelo, as famílias equilibradas têm um funcionamento familiar saudável, enquanto as famílias desequilibradas apresentam disfunções familiares (Olson & Gorall, 2006).

A coesão é então definida como a ligação emocional entre os membros familiares (Olson & Gorall, 2006). Olson (2000) destaca que níveis extremos de coesão, como desmembrada ou emaranhada, podem ser problemáticos. Famílias desmembradas possuem limites rígidos no interior e difusos com o exterior, o que reduz os laços afetivos entre os membros. Já as famílias emaranhadas têm limites internos difusos e fronteiras externas rígidas, prejudicando a autonomia dos membros. Contudo, níveis intermédios de coesão são considerados indicadores de equilíbrio familiar (Olson, 2000).

A flexibilidade refere-se à capacidade de adaptação de regras e papeis em situações de *stress* e/ou desenvolvimento (Olson & Gorall, 2006). Esta pode ser classificada em quatro níveis – rígida e caótica (extremos) e estruturada e flexível (intermédios), sendo que os dois primeiros níveis são prejudiciais ao desenvolvimento individual e relacional, enquanto os níveis intermédios indicam uma flexibilidade saudável (Olson, 2000). Por fim, Olson (2011) destaca a comunicação como a dimensão facilitadora entre a coesão e a flexibilidade, pois esta organiza a proximidade e promove mudanças na família. Engloba a capacidade de escuta (atenta e empática), a autorrevelação (partilha de sentimentos sobre si mesmo e da relação), o diálogo e o respeito entre os membros da família.

A origem etimológica da palavra "resiliência" remonta ao latim *resiliens*, que significa retornar a um estado anterior (Brandão et al., 2011). Na Psicologia, a resiliência é definida como os processos que explicam a capacidade do ser humano em se adaptar, promover mudanças, superar momentos de crise e eventos adversos de forma positiva e evolutiva (Brandão et al., 2011).

A situação pandémica e os desafios e adaptações provocados pelo *COVID-19* testaram a capacidade de adaptação e resiliência, tanto dos indivíduos como para as famílias, aumentando a vulnerabilidade e exigindo um processo de reorganização e resiliência. Segundo Walsh (1998), existem três processos-chave envolvidos na resiliência familiar: o sistema de crenças familiares, os padrões de organização e os processos de comunicação.

A primeira dimensão, o sistema de crenças, refere-se às perspetivas e significados que a família atribui às situações de crise, influenciada pelas soluções adotadas (Walsh, 2006). A segunda dimensão, padrões organizacionais, envolve a abertura, mudança, flexibilidade, conectividade e a identificação/utilização de recursos durante a crise (Walsh, 2006). Por último, a terceira dimensão, comunicação e resolução de problemas, aborda a importância da comunicação familiar, da transmissão de crenças, da expressão emocional e das estratégias de resolução de problemas, implicando a aceitação das diferenças entre os membros, o incentivo à liberdade e à expressão emocional (Walsh, 2006).

A comunicação desempenha então um papel fundamental dentro deste sistema familiar, sendo o elo que interliga os seus membros e sustenta as relações familiares. Através da comunicação, os indivíduos podem expressar as suas emoções, pensamentos e necessidades, promovendo a integração e coesão familiar (Giddens, 2004).

Neste contexto sistémico e comunicacional, Dias (2011) reflete sobre a família como um sistema que vai para além de um conjunto de pessoas ligadas por laços sanguíneos, desempenhando múltiplas funções cruciais na sociedade, tais como a transmissão de valores, a socialização dos membros e a reprodução da espécie.

De acordo com Prime et al. (2020), é possível observar na literatura que as famílias que conseguem manter esta proximidade e coesão, mesmo diante de eventos adversos, além da procurarem suporte social, demonstram maior resiliência em comparação com aquelas que não apresentam estas características, sobretudo diante do cenário da pandemia de *COVID-19*.

Durante este evento *stressante*, crianças e adolescentes passaram por um longo período de isolamento, o que impactou significativamente as dinâmicas familiares e os processos normativos expectáveis nestas fases desenvolvimentais (Barreto, 2023). Lopes (2020), constatou que os adolescentes percecionam um funcionamento familiar menos equilibrado e uma comunicação mais deficitária durante este período de crise. Hussong et al. (2021), vem corroborar estes resultados, identificando uma redução na perceção de funcionamento e satisfação familiar, na qualidade da relação entre pais e filhos, bem como na comunicação aberta, por parte do subsistema filial durante a pandemia de *COVID-19*.

Fegert (2020) destacou que o confinamento prolongado pode levar ao desenvolvimento de sintomas de ansiedade, maioritariamente em adolescentes que são filhos únicos, devido à redução de oportunidades de interação com os pares.

De acordo com Sequeira (2020), um estudo de investigação sobre o funcionamento e a resiliência familiar no início da crise pandémica revelou uma elevada perceção de resiliência familiar, especialmente na forma como as famílias percebem a crise como uma oportunidade, dentro da dimensão de sistemas de crenças. Nas dimensões de padrões organizacionais e comunicação e resolução de problemas, também foi observada uma perceção elevada de resiliência (Sequeira, 2020). Conclui-se que as famílias conseguem lidar melhor com esta crise pandémica em comparação com as pessoas que residem sozinhas, ajustando o seu funcionamento familiar com coesão e flexibilidade e mantendo prioridades e rotinas estáveis (Sequeira, 2020).

Através do relatório preliminar sobre o impacto psicossocial da *COVID*-19 em Portugal de Relvas et al. (2020), a perceção dos participantes sobre o impacto da *COVID-19* nas suas vidas revela que 47,2% relataram ter sido afetados de forma severa. Ao considerar a variável "ter ou não filhos", observou-se que os participantes com filhos apresentaram níveis significativamente mais baixos de *stress* emocional durante o período de isolamento social, em comparação com aqueles que não têm filhos. Estes dados sugerem que a presença de filhos pode atuar como um fator protetor contra o impacto emocional da pandemia (Relvas et al., 2020).

Segundo Pereira (2022), foi possível identificar que tanto os pais quanto as mães, independentemente da sua situação relacional, tendem a perceber o seu funcionamento familiar como equilibrado, sendo classificados no grupo das "Famílias Equilibradas". Contudo, aqueles que se encontram em união de facto ou casados, bem como os solteiros que coabitam com cônjuge e filhos, percebem um funcionamento familiar mais positivo em termos de comunicação e satisfação, em comparação com pais e mães separados, divorciados ou recasados que coabitam apenas com os filhos. Além disso, este primeiro grupo de pais e mães que coabitam com cônjuge e filhos apresenta uma maior perceção de resiliência familiar e cooperação, e os seus níveis de triangulação e conflito são mais baixos. Por outro lado, os pais separados ou divorciados mostram maiores níveis de triangulação e conflito, o que se correlaciona negativamente com indicadores de cooperação e equilíbrio familiar, como a coesão e flexibilidade. Assim, a investigação revela que um funcionamento familiar mais desequilibrado está associado a um impacto negativo na cooperação parental e no bem-estar familiar (Pereira, 2022).

**TICs na Vida Familiar durante a Pandemia COVID-19**

O termo "transformações digitais" abrange diversos efeitos tecnológicos, económicos e sociais resultantes dos processos de digitação e digitalização. Estes processos consistem na conversão de dados (como áudio, vídeo, texto) em código binário legível por máquinas e na utilização destes dados digitais para criar novas atividades ou modificar existentes (OCDE, 2019).

Historicamente, a Revolução Digital, conhecida como a terceira Revolução Industrial, marcou o início da Era do Conhecimento. Antes dela, a Primeira Revolução Industrial (1760 – 1840) envolveu a transição de métodos artesanais para maquinais com a energia a vapor. A Segunda Revolução Industrial (1850 – 1945) trouxe avanços na indústria química, elétrica e de aço. A Terceira Revolução Industrial, ocorrida entre os anos 50 e 70, representou a transição de sinais analógicos para digitais e inclui o desenvolvimento da estrutura do computador, a introdução dos primeiros computadores pessoais nos anos 80 e a popularização da internet nos anos 90 (OCDE, 2019). Estes avanços permitiram a rápida evolução de tecnologias como fibra ótica e redes sem fio, criando uma rede global de comunicação digital (Encyclopedia.com, 2020).

As Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) evoluíram para englobar uma ampla gama de dispositivos e serviços, desde tablets e videoconferência até aos dispositivos mais convencionais como a televisão e telefone fixo (Eurostat, 2021). Levando-nos à Quarta Revolução Industrial, ou Indústria 4.0, introduzida por Klaus Schwab em 2014, que combina técnicas de produção avançadas com sistemas inteligentes (Compete 2020). Esta revolução baseia-se em tecnologias como inteligência artificial, armazenamento em nuvem, impressão 3D, robótica, biotecnologia, *internet* das coisas e realidade virtual, baseadas na infraestrutura da revolução digital (Schwab & Davis, 2018). Esta nova era caracterizada por interconetividade, virtualização, descentralização e resposta em tempo real, está transformando a produção e o consumo de bens e serviços, trazendo benefícios para a sociedade em geral (Compete 2020).

A incorporação das TICs nas nossas vidas tem transformado os cenários de interação e os modelos de relacionamento em uma sociedade em rede (Aponte, 2009; Bacigalupe & Lambe, 2011; Blinn-Pike, 2009; Castells, 2006; Lanigan, 2009; Stafford & Hillyer, 2012; Stern & Messer, 2009).

A pandemia de *COVID-19* acelerou esta mudança de paradigma, alterando fundamentalmente a forma como vivemos, trabalhamos e nos relacionamos (Maeneja & Abreu, 2020; Nouwen & Duflos, 2021; Santos et al., 2020; Schwab & Davis, 2018).

Com as restrições de interação externa devido às medidas de isolamento implementadas para conter a propagação do vírus e proteger as pessoas, as famílias passaram a estar mais tempo em casa. Por conseguinte, a dependência das novas tecnologias tornou-se crucial para trabalhar, estudar, socializar e realizar atividades de lazer (Ordem dos Psicólogos Portugueses [OPP], s.d.).

A utilização das novas Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs), que já vinham a crescer, alcançaram um uso notavelmente elevado, tornando-se essenciais para muitas famílias nas suas atividades profissionais, educacionais e sociais (Instituto Nacional de Estatística [INE], 2020; Maeneia & Abreu, 2020; Santos et al., 2020).

As medidas de distanciamento social e quarentenas aumentaram o uso doméstico da tecnologia, com a educação que passa a ser online e muitas famílias veem-se obrigadas a adotar o teletrabalho. Desta forma, a pandemia acelerou a integração das TICs nas dinâmicas familiares, que já estavam em crescimento, consolidando o seu uso nas relações e na organização familiar (Coutinho et al., 2021).

Em abril de 2020, cerca de 4,57 bilhões de pessoas, aproximadamente 60% da população mundial, eram utilizadores ativos da internet, um número que cresceu devido às medidas de distanciamento social, confinamentos e teletrabalho (OPP, s.d.; Coutinho et al., 2021). As TIC demonstraram ser um fator crucial durante a pandemia, tanto pelas suas limitações quanto pelas oportunidades que oferecem (Yang et al., 2020). Negativamente, houve problemas como a disseminação de desinformação e falta de informações claras sobre a *COVID-19* (Yang et al., 2020). Positivamente, as TICS facilitaram o acesso rápido a informações, a colaboração internacional e o suporte técnico e voluntário à população (Ariadne Labs, 2020 citado em Paek & Hove, 2021; Oh et al., 2020 citado em Paek & Hove, 2021; Yang et al., 2020).

Hooper (2022) realizou uma análise de conteúdo de métodos mistos das postagens de pais em um grupo fechado do Facebook focado na COVID-19, com o objetivo de identificar os tipos de suporte que os pais procuravam e ofereciam durante a pandemia. Os resultados mostraram que a maioria das postagens envolvia a oferta de suporte informativo, especialmente por meio de republicações de conteúdos de outras fontes, enquanto as solicitações de suporte

eram menos frequentes, mas geravam mais interação em forma de comentários. Sendo os tópicos mais abordados pelos participantes a parentalidade, o desenvolvimento infantil, o suporte ao ensino remoto, a alfabetização e a saúde mental de adultos. As conclusões apontam para os benefícios e limitações das comunidades online para pais, indicando que as mídias sociais podem ser um recurso importante de apoio social, especialmente em períodos de crise como o da pandemia de COVID-19 (Hooper, 2022).

## Materiais e Métodos

O presente estudo tem como objetivo analisar as diferenças do impacto da utilização das TICs, da resiliência e do funcionamento familiar, em famílias com filhos e sem filhos em casa durante o período da pandemia por *COVID-19*.

Os objetivos específicos desta investigação são:

- Analisar as diferenças na perceção do impacto da utilização das TICs em famílias com e sem filhos em casa, no período por *COVID-19;*

- Analisar as diferenças do funcionamento familiar (através das dimensões: coesão, flexibilidade e comunicação) em famílias com e sem filhos em casa, no período por *COVID-19;*

- Analisar as diferenças da resiliência familiar (através dos processos-chave envolvidos: sistema de interesses familiares, padrões de organização e processos de comunicação) em famílias com e sem filhos em casa, no período por *COVID-19*.

### Tipo de Estudo

A metodologia deste estudo é quantitativa e de carácter transversal, caracterizada pela inquirição e compreensão de um problema com base numa teoria composta por várias variáveis e analisadas por procedimentos estatísticos, com recurso ao *software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 29 para MacOS, procurando determinar a generalização dos dados para um dado nível de probabilidade (Pocinho, 2012, p.32). Trata-se de um estudo transversal, onde não existe uma avaliação contínua da população em estudo, sendo os dados recolhidos em um único momento (Pocinho, 2012).

### Participantes

O estudo contou com a participação de 1799 inquiridos, recolhidos de uma amostragem não probabilística (Vogt, 1999) e mediante o preenchimento de um protocolo de investigação. Tendo em conta os objetivos do estudo, a amostra foi divida em duas subamostras – famílias com filhos em casa e famílias sem filhos em casa (Tabela 1) – para que se possa diferenciar a utilização das TICs, na resiliência e no funcionamento familiar, durante o período da pandemia por *COVID-19*.

**Tabela 1**

*Divisão dos participantes em subamostras (N=1799)*

| Variável | *n* | *%* |
|---|---|---|
| **Famílias com/sem filhos em casa** | | |
| Sem filhos em casa | 362 | 20,1 |
| Com filhos em casa | **1437** | **79,9** |

*Legenda: N = amostra total; n = n.º de participantes; % = percentagem de participantes*

A amostra afigurou-se maioritariamente do género feminino - 72,3%, com idades compreendidas entre os 19 e os 29 anos – 39,5% e com nacionalidade portuguesa – 92,9%. Relativamente ao estado civil, a maioria dos inquiridos é solteiro(a) – 49,1%, estando casado(a) – 30,1% e em união de facto – 8,2%. Quanto à orientação sexual, a maioria dos indivíduos identifica-se como sendo heterossexual – 70,3%.

Dos 1799 participantes, 34,2% concluíram a licenciatura e 32,4% têm o ensino secundário. No que concerne a sua situação profissional, prevalecem os trabalhadores por conta de outrem – 43,1%, seguido dos estudantes – 33,3% e trabalhadores por conta própria – 8,1%.

Na Tabela 2, podemos observar a caracterização sociodemográfica dos participantes.

**Tabela 2**

*Caracterização sociodemográfica dos participantes (N=1799)*

| Variável | *Amostra Total* | | *Famílias com Filhos em Casa* | | *Famílias sem Filhos em Casa* | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | *n* | *%* | *n* | *%* | *n* | *%* |
| **Género** | | | | | | |
| Masculino | 498 | 27,7 | 392 | 27,3 | 106 | 29,3 |
| Feminino | **1301** | **72,3** | **1045** | **72,7** | **256** | **70,7** |
| **Idade** | | | | | | |
| 12 – 18 | 213 | 11,8 | 210 | 14,6 | 3 | 0,8 |
| 19 – 29 | **711** | **39,5** | **583** | **40,5** | **128** | **35,3** |
| 30 – 39 | 252 | 14,0 | 186 | 13 | 66 | 15,8 |
| 40 – 49 | 350 | 19,5 | 300 | 20,9 | 50 | 13,9 |
| 50 – 59 | 180 | 10,0 | 127 | 8,8 | 53 | 14,6 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 60 – 69 | 46 | 2,6 | 17 | 1,2 | 29 | 8,1 |
| 70 – 79 | 40 | 2,2 | 30 | 0,9 | 25 | 7,7 |
| 80 – 89 | 7 | 0,4 | 2 | 0,2 | 5 | 1,5 |
| **Nacionalidade** | | | | | | |
| Portuguesa | **1671** | **92,9** | **1338** | **93,1** | **333** | **92** |
| Brasileira | 79 | 4,4 | 57 | 4 | 22 | 6,1 |
| Angolana | 11 | 0,6 | 7 | 0,5 | 4 | 1,1 |
| Espanhola | 31 | 1,7 | 31 | 2,2 | - | - |
| Outras | 7 | 0,6 | 4 | 0,4 | 3 | 0,9 |
| **Estado Civil** | | | | | | |
| Solteiro(a) | **883** | **49,1** | **745** | **51,8** | **138** | **38,1** |
| Em União de Facto | 147 | 8,2 | 88 | 6,1 | 59 | 16,3 |
| Casado(a) | 542 | 30,1 | 426 | 29,6 | 116 | 32 |
| Divorciado(a) | 97 | 5,4 | 66 | 4,6 | 31 | 8,6 |
| Recasado(a)/Nova União de Facto | 17 | 0,9 | 10 | 0,7 | 7 | 1,9 |
| Viúvo(a) | 21 | 1,2 | 11 | 0,8 | 10 | 2,8 |
| **Orientação Sexual** | | | | | | |
| Heterossexual | **1264** | **70,3** | **1019** | **70,9** | **245** | **67,7** |
| Homossexual | 31 | 1,7 | 21 | 1,5 | 10 | 2,8 |
| Bissexual | 42 | 2,3 | 34 | 2,4 | 8 | 2,2 |
| **Habilitações Literárias** | | | | | | |
| Sabe ler e escrever (sem possuir grau académico) | 5 | 0,3 | 5 | 0,3 | - | - |
| 1º Ciclo do Ensino Básico | 19 | 1,1 | 9 | 0,6 | 10 | 2,8 |
| 2º Ciclo do Ensino Básico | 63 | 3,5 | 53 | 3,7 | 10 | 2,8 |
| 3º Ciclo do Ensino Básico | 235 | 13,1 | 212 | 14,8 | 23 | 6,4 |
| Ensino Secundário | 583 | 32,4 | **484** | **33,7** | 99 | 27,3 |
| Licenciatura | **616** | **34,2** | 471 | 32,8 | **145** | **40,1** |
| Mestrado | 239 | 13,3 | 177 | 12,3 | 62 | 17,1 |
| Doutoramento | 39 | 2,2 | 26 | 1,8 | 13 | 3,6 |
| **Situação Profissional** | | | | | | |
| Trabalhador(a) por conta de outrem | **776** | **43,1** | **590** | **41,1** | **186** | **51,4** |
| Trabalhador(a) por conta própria | 146 | 8,1 | 109 | 7,6 | 37 | 10,2 |
| Estudante | 599 | 33,3 | 560 | 39 | 39 | 10,8 |
| Trabalhador(a)-Estudante | 103 | 5,7 | 82 | 5,7 | 21 | 5,8 |
| Desempregado(a) com subsídio de desemprego | 29 | 1,6 | 18 | 1,3 | 11 | 3,0 |
| Desempregado(a) sem subsídio de desemprego | 78 | 4,3 | 59 | 4,1 | 19 | 5,2 |
| Reformado(a) | 68 | 3,8 | 19 | 1,3 | 49 | 13,5 |

*Legenda: N = amostra total; n = n.º de participantes; % = percentagem de participantes*

De acordo com a Tabela 3 (*Caracterização familiar)*, quanto ao meio de residência, 894 inquiridos vivem na cidade (49,7%), 478 na aldeia (26,6%) e 427 vivem numa vila (23,7%). Constatamos que a tipologia familiar mais frequente é família nuclear intacta – 55,9%, seguindo-se casal – 13,5% e família monoparental – 11,9%.

Em relação à etapa do ciclo vital, a amostra inclui adultos que, apesar de sua idade, ainda se encontram na posição de filhos, ou seja, não estão numa relação conjugal, residem com os pais e não têm filhos próprios. Predominantemente, temos famílias com filhos adultos (52%) e famílias com filhos adolescentes (14,1%). A maioria dos participantes que responderam ao questionário, têm um agregado familiar composto por 4 elementos (*N* = 595; 33,1%).

Relativamente a distribuição das famílias quanto à presença ou ausência de filhos 1540 são famílias com filhos (85,6%), no que diz respeito às famílias que possuem ou não filhos em casa no momento da aplicação do questionário 79,9% têm filhos em casa.

**Tabela 3**

*Caracterização familiar (N=1799)*

| **Variável** | ***Amostra Total*** | | ***Famílias com Filhos em Casa*** | | ***Famílias sem Filhos em Casa*** | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | *n* | *%* | ***n*** | ***%*** | ***n*** | ***%*** |
| **Meio de Residência** | | | | | | |
| Cidade | **894** | **49,7** | **679** | **47,3** | **215** | **59,4** |
| Vila | 427 | 23,7 | 348 | 24,2 | 79 | 21,8 |
| Aldeia | 478 | 26,6 | 410 | 28,5 | 68 | 18,8 |
| **Tipologia Familiar** | | | | | | |
| Agregado Unipessoal | 126 | 7,0 | 13 | 0,9 | 113 | 31,2 |
| Casal | 242 | 13,5 | 4 | 0,3 | **238** | **65,7** |
| Família Nuclear Intacta | **1006** | **55,9** | **999** | **69,5** | 7 | 1,9 |
| Família Nuclear Alargada | 178 | 9,9 | 174 | 12,1 | 4 | 1,1 |
| Família Monoparental | 214 | 11,9 | 214 | 14,9 | - | - |
| Família Reconstituída | 33 | 1,8 | 33 | 2,3 | - | - |
| **Etapa do Ciclo Vital** | | | | | | |
| Formação do Casal | 154 | 8,6 | - | - | **154** | **42,5** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Família com Filhos Pequenos | 97 | 5,4 | 97 | 6,8 | - | - |
| Família com Filhos na Escola | 150 | 8,3 | 150 | 10,4 | - | - |
| Família com Filhos Adolescentes | 254 | 14,1 | 254 | 17,7 | - | - |
| Família com Filhos Adultos | **936** | **52,0** | **936** | **65,1** | **-** | **-** |
| Ninho Vazio | 104 | 5,8 | - | - | 104 | 28,7 |
| Agregado Unipessoal | 104 | 5,8 | - | - | 104 | 28,7 |
| **Nº de pessoas no Agregado Familiar** | | | | | | |
| 1 | 122 | 6,8 | 17 | 1,2 | 105 | 29 |
| 2 | 327 | 18,2 | 111 | 7,7 | **216** | **59,7** |
| 3 | 515 | 28,6 | 503 | 35 | 12 | 3,3 |
| 4 | **595** | **33,1** | **573** | **39,9** | 22 | 6,1 |
| 5 | 184 | 10,2 | 180 | 12,5 | 4 | 1,1 |
| 6 | 45 | 2,5 | 43 | 3 | 2 | 0,6 |
| 7 | 8 | 0,4 | 7 | 0,5 | 1 | 0,3 |
| 8 | 1 | 0,1 | 1 | 0,1 | - | - |
| 9 | 2 | 0,1 | 2 | 0,1 | - | - |

*Legenda: N = amostra total; n = n.º de participantes; % = percentagem de participantes*

## Procedimentos

Este estudo faz parte de um projeto de pesquisa mais amplo intitulado "Funcionamento Familiar e Resiliência em Contexto de Pandemia *COVID-19*", conduzido por uma equipa de investigadores do Instituto Superior Miguel Torga (ISMT).

Recorreu-se a uma amostra não probabilista, por conveniência. A recolha de dados foi realizada, *online,* através da plataforma *Google Forms* e divulgada nas redes sociais *Facebook, Instagram, Messenger, WhatsApp*, além de ser enviada por email. Um link para o questionário foi partilhado, incluindo a apresentação dos objetivos do estudo e o consentimento informado, que esclarecia sobre a participação confidencial e voluntária. O tempo estimado para responder ao questionário era de 15 a 20 minutos. O estudo foi aprovado pela Comissão de Ética dos ISMT, cumprindo as normas éticas da Declaração de Helsínquia (WHO, 2004).

O processo de recolha ocorreu no período de abril de 2020 a junho de 2021. Sendo que os critérios de inclusão foram ter idade igual ou superior a 12 anos e residir em Portugal. Os participantes menores de 18 anos, tiveram o consentimento dos pais ou representantes legais.

## Instrumentos

Neste estudo foi utilizado um protocolo de recolha de dados que incluiu quatro instrumentos principais: o Questionário Sociodemográfico e de Dados Complementares Relativos à *COVID-19*, a *Family Technology Adoption Scale* (FTAIS), a *Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale* (FACES-IV) e a *Walsh Family Resilience Questionnaire* (WFRQ).

### *Questionário Sociodemográfico e de Dados Complementares Relativos à COVID-19*

Este questionário foi elaborado especificamente para este estudo e procurou conhecer informações abrangentes sobre as características sociodemográficas e familiares dos participantes. Foram recolhidas informações sobre variáveis como género, idade, nível de escolaridade, estado civil, situação profissional, rendimento familiar, tipo de família e número de filhos.

### *Family Technology Adoption Scale* (FTAIS)

A *Family Technology Adoption Scale* (FTAIS), criada por Bacigalupe et al. (2014) e adaptada para a população portuguesa por Carvalho et al. (2021), avalia a perceção do impacto da utilização das TICs nas famílias.

A escala é composta por dez itens, classificados em uma escala Likert de cinco pontos que vai de “concordo totalmente” (1) a “discordo totalmente” (5). Cinco itens medem o impacto positivo das TICS (por exemplo, "As TIC promovem uma boa comunicação na família"), enquanto os outros cinco avaliam o impacto negativo (por exemplo, "As TIC reduzem o tempo passado em família") - Tabela 5 (*FTAIS – distribuição de itens).* A pontuação é calculada invertendo os valores dos itens positivos, somando todos os itens e dividindo pelo total para obter uma média. Pontuações mais altas indicam uma perceção mais positiva das TICs no contexto familiar.

**Tabela 5**

*FTAIS – distribuição de itens*

| Subescalas | Itens | Nº total de itens |
|---|---|---|
| ***FTAIS* Positiva** | 2, 4, 6, 8, 10 | 5 |
| ***FTAIS* Negativa** | 1, 3, 5, 7, 9 | 5 |

A Tabela 6 mostra os valores do Alfa de Cronbach, que serve como um indicador da consistência interna e é utilizado para verificar a fiabilidade das escalas. O alfa de Cronbach é uma ferramenta estatística que quantifica, numa escala de 0 a 1, a confiabilidade de um questionário. O valor mínimo aceitável para se considerar um questionário confiável é 0,7.

**Tabela 6**

*Coeficiente da consistência interna das subescalas da FTAIS*

| Subescalas | *Alfa de Cronbach* | *Alfa de Cronbach* (Carvalho et al., 2021) | Nº total de itens |
|---|---|---|---|
| ***FTAIS* Positiva** | 0,720 | 0,75 | 5 |
| ***FTAIS* Negativa** | 0,806 | 0,78 | 5 |
| ***FTAIS*** | 0,749 | 0,70 | 10 |

***Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale* (FACES-IV)**

A *Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale* (FACES-IV) é uma escala de autoavaliação destinada a medir a perceção sobre o funcionamento familiar nas dimensões de coesão e flexibilidade. Desenvolvida por Olson, Gorall e Tiesel (2004), a FACES-IV baseia-se no Modelo Circumplexo de Olson et al. (1979) e foi traduzida e validada por Sequeira e colaboradores em 2015 (Sequeira et al., 2021).

A escala é composta por sessenta e dois itens classificados em uma escala *Likert* de 1 a 5, onde 1 representa “discordo completamente” e 5 “concordo completamente”. A FACES-IV é dividida em seis subescalas:

1. Coesão Equilibrada: Avalia a proximidade e a conexão emocional entre os membros da família (exemplo: "Os membros da família sentem-se muito próximos uns dos outros").

2. Flexibilidade Equilibrada: Mede a capacidade da família de se adaptar e ajustar a mudanças (exemplo: "Minha família é capaz de se ajustar às mudanças quando necessário").
3. Coesão Desmembrada: Reflete níveis excessivos de separação entre os membros da família (exemplo: "Quando estão em casa, os membros da família parecem evitar o contato um com o outro").
4. Coesão Emaranhada: Avalia a pressão para passar tempo excessivo juntos, levando a uma coesão excessiva (exemplo: "Os membros da família sentem-se pressionados a passar a maior parte do tempo livre juntos").
5. Flexibilidade Rígida: Examina a rigidez na adaptação e a imposição de regras severas (exemplo: "Quando as regras da família são quebradas, há consequências graves").
6. Flexibilidade Caótica: Avalia a falta de estrutura e a instabilidade na capacidade de adaptação (exemplo: "Na nossa família, não conseguimos estabelecer regras consistentes").

Adicionalmente, a FACES-IV inclui duas subescalas complementares:

- Comunicação: Mede a qualidade da comunicação familiar, incluindo a clareza, a partilha de sentimentos e o respeito (exemplo: "Estamos satisfeitos com a forma como comunicamos uns com os outros").

- Satisfação: Avalia o nível de satisfação dos membros da família com o funcionamento geral da unidade familiar (exemplo: "O grau de proximidade entre os membros da família").

A distribuição destas subescalas e dos respetivos itens encontra-se descrita na Tabela 7 (*Subescalas da FACES-IV)*.

**Tabela 7**

*Subescalas da FACES-IV – distribuição de itens*

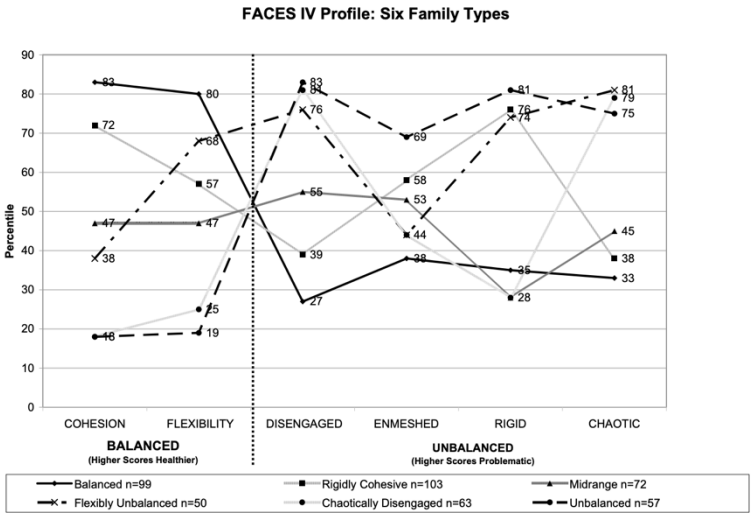
| Subescalas | Itens | Nº total de itens |
|---|---|---|
| **Coesão equilibrada** | 1, 7, 13, 19, 25, 31, 37 | 7 |
| **Flexibilidade equilibrada** | 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38 | 7 |
| **Desmembrada** | 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39 | 7 |
| **Emaranhada** | 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40 | 7 |
| **Rígida** | 5, 11, 17, 23, 29, 35, 41 | 7 |

| | | |
|---|---|---|
| **Caótica** | 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42 | 7 |
| **Comunicação** | 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52 | 10 |
| **Satisfação** | 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62 | 10 |

A avaliação é calculada somando os valores das respostas de cada item e interpretando de acordo com as subescalas, onde resultados baixos nas subescalas equilibradas indicam um funcionamento familiar problemático, enquanto pontuações altas sugerem um funcionamento saudável. Para as subescalas desequilibradas, baixas pontuações são indicativas de uma estrutura familiar saudável, enquanto os resultados elevados podem refletir disfunção (Olson, 2011; Sequeira et al., 2021).

**Figura 1**

*Folha de perfil representativa das seis tipologias familiares de Olson e Gorall (2006)*




Os seis *Clusters* ou tipologias familiares desenvolvidas por Olson e Gorall (2006) são caracterizadas por diferentes níveis de coesão e flexibilidade, variando do mais funcional aos mais problemático, sendo estes:

*Cluster* 1 – Família Equilibrada ou *Balanced*: são famílias que se distinguem por obterem resultados mais elevados nas subescalas de equilíbrio e mais baixos nas subescalas desequilibradas. Demonstram uma maior capacidade de gerir o *stress,* adaptam-se com eficácia aos desafios e são coesas.

*Cluster* 2 – Família Rigidamente Coesa ou *Rigidly Cohesive*: estas famílias destacam-se por pontuações altas nas subescalas *Coesão* e *Coesão Rígida*, pontuações moderadas na

subescala *Emaranhada* e baixas nas subescalas *Desmembrada* e *Caótica*. Apresentam uma forte proximidade emocional e uma estrutura rígida. Embora possam funcionar bem em situações estáveis, enfrentam desafios significativos ao lidar com transições ou exigências de flexibilidade.

*Cluster* 3 – Família de Média Funcionamento ou *Midrange*: este tipo de família apresentam pontuações médias em todas as subescalas, exceto na subescala *Rígida* onde há uma divisão entre valores muito altos ou muito baixos. No geral, são famílias com um funcionamento adequado, sem atingir níveis os níveis de força e resiliência das famílias equilibradas, mas também sem demonstrar os mesmos problemas das famílias mais problemáticas.

*Cluster* 4 – Família Desequilibrada *Flexibly Unbalanced*: esta tipologia familiar é caracterizada por valores altos em todas as subescalas de desequilíbrio, e pontuações de *Coesão* que variam entre médias e baixas, esta família pode parecer disfuncional, mas as suas pontuações elevadas na subescala *Flexibilidade* pode atuar como um fator mitigador das suas disfunções. As famílias deste tipo são menos coesas, mas adaptáveis, o que lhes confere alguma capacidade de recuperação em situações de crise.

*Cluster* 5 – Família Caoticamente Desmembrada ou *Chaotically Disengaged*: são famílias que se caracterizam por pontuações baixas nas subescalas *Emaranhada* e *Rígida*, mas altas nas subescalas *Caótica* e *Desmembrada*. Estas famílias enfrentam dificuldades ao nível da *Coesão* pela falta de proximidade social e são potencialmente problemáticas, o que as coloca em risco de disfunção grave.

*Cluster* 6 – Família Desequilibrada ou *Unbalanced:* estas famílias caracterizam-se por pontuarem alto nas subescalas de desequilíbrio e baixo nas subescalas de equilíbrio, sendo, por isso, o oposto das famílias equilibradas. Este tipo de família é considerado o mais problemático, sendo as mais propensas a buscar terapia, dado o seu elevado grau de instabilidade e disfunção.

A Tabela 8 apresenta os valores do *Alfa de Cronbach*, uma medida de consistência interna utilizada para avaliar a fiabilidade das escalas.

**Tabela 8**

*Coeficiente da consistência interna das subescalas da FACES-IV*

| ***Subescalas*** | | ***Alfa de Cronbach*** | ***Alfa de Cronbach* (Sequeira et al., 2021)** | ***Alfa de Cronbach* (Olson, 2011)** | **Nº total de itens** |
|---|---|---|---|---|---|
| **Equilibradas** | Coesão | 0,791 | 0,77 | 0,89 | 7 |
| | Flexibilidade | 0,756 | 0,64 | 0,84 | 7 |
| **Desequilibradas** | Desmembrada | 0,759 | 0,74 | 0,87 | 7 |
| | Emaranhada | 0,411 | 0,58 | 0,77 | 7 |
| | Rígida | 0,634 | 0,65 | 0,82 | 7 |
| | Caótica | 0,746 | 0,73 | 0,86 | 7 |
| **Comunicação** | | 0,923 | | | 10 |
| **Satisfação** | | 0,953 | | 0,93 | 10 |
| **Total** | | 0,877 | | | 62 |

***Walsh Family Resilience Questionnaire* (WFRQ)**

O *Walsh Family Resilience Questionnaire* (WFRQ) é um instrumento de autoavaliação que permite medir a perceção da resiliência familiar. Desenvolvido por Walsh (2003, 2016) e adaptado para o contexto português por Sequeira e Vicente (2019), o WFRQ contém trinta e dois itens classificados em uma escala Likert de 1 a 5, onde 1 corresponde a "raramente/nunca" e 5 a "quase sempre".

Este questionário avalia três principais dimensões da resiliência familiar:

1. Sistema de Crenças: Refere-se à capacidade da família de manter uma perspetiva positiva em frente às adversidades. Envolve elementos como esperança, aceitação, e a visão da crise como um desafio manejável (por exemplo, "Enfrentamos crises como desafios que podemos superar ao trabalharmos juntos").
2. Padrões Organizacionais: Avalia a flexibilidade, a estabilidade no reajustamento, e a colaboração dentro da família. Inclui aspetos como a parentalidade cooperativa, o suporte mútuo, e a utilização de recursos sociais (por exemplo, "Acreditamos que podemos crescer e nos fortalecer através dos desafios que enfrentamos").

3. Comunicação e Resolução de Problemas: Mede a eficácia da comunicação familiar, a partilha de sentimentos e a colaboração na tomada de decisões. Enfatiza a aceitação das diferenças e a expressão de sentimentos (por exemplo, "Planejamos e nos preparamos para o futuro, tentando evitar crises").

Na Tabela 9 estão detalhadas as dimensões que constituem a escala e os respetivos itens.

**Tabela 9**

*Distribuição dos itens pelas respetivas dimensões da escala WFRQ*

| Dimensões | Itens | Nº total de itens |
|---|---|---|
| **Sistema de Crenças** | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 15, 16, 17, 18, 24, 25, 26, 29 | 16 |
| **Padrões Organizacionais** | 8, 10, 11, 12, 13, 14, 27, 28, 30, 31 | 10 |
| **Comunicação e Resolução de Problemas** | 19, 20, 21, 22, 23, 32 | 6 |

A pontuação do WFRQ é obtida através da soma dos valores atribuídos a cada item com base nas dimensões avaliadas. Os resultados elevados indicam uma resiliência familiar forte, enquanto pontuações baixas podem sugerir dificuldades na resiliência familiar.

Na Tabela 10, apresentam-se os valores do *Alfa de Cronbach* obtidos em cada dimensão nesta investigação. O cálculo das dimensões do estudo de Lino (2023) integra itens diferentes dos considerados neste estudo e no original.

**Tabela 10**

*Coeficiente da consistência interna das dimensões da WFRQ*

| Dimensões | *Alfa de Cronbach* | *Alfa de Cronbach* (Lino, 2023) | *Alfa de Cronbach* (Rocchi et al., 2017) | Nº total de itens |
|---|---|---|---|---|
| **Sistema de Crenças** | 0,968 | 0,96 | 0,928 | 16 |
| **Padrões Organizacionais** | 0,936 | 0,89 | 0,863 | 10 |
| **Comunicação e Resolução de Problemas** | 0,817 | 0,95 | 0,567 | 6 |
| **Total** | 0,975 | 0,98 | 0,946 | 32 |

**Análise Estatística**

Para a análise estatística dos dados, utilizou-se o *software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 29 para MacOS. Os procedimentos estatísticos foram selecionados com base nos objetivos do estudo e nas características das variáveis envolvidas.

Com recurso a este *software,* foram efetuadas análises descritivas dos dados, com ênfase nas frequências absolutas (*n*) e relativas (*%*) das variáveis sociodemográficas. Avaliou-se a normalidade da distribuição das variáveis a serem analisadas e, posteriormente, recorreu-se à estatística paramétrica, especificamente ao Teste *t de Student* para amostras independentes, com o objetivo de comparar duas variáveis.

## Resultados

Nas questões da escala *FTAIS,* as respostas variam entre os extremos de 1 e 5, com valores médios de 3,11. Este resultado sugere, que nas famílias analisadas, a perceção do impacto da adoção da tecnologia é vista de forma equilibrada, com uma ligeira tendência para avaliações positivas relativamente à perceção do impacto das TICS no contexto familiar (*M* = 3,33), o que pode apontar para a coexistência de benefícios e desafios percebidos no uso da tecnologia no ambiente familiar (Tabela 11). Adicionalmente, a tabela apresenta a média da escala global (*M* = 2,95), bem como das subescalas positiva (*M* = 3,14) e negativa (*M* = 2, 76), conforme o estudo de adaptação à população portuguesa.

**Tabela 11**

*Dados descritivos da escala global e subescalas da FTAIS da amostra em estudo e do estudo de adaptação*

| | *M* | *M* (Carvalho et al., 2021) | *DP* |
|---|---|---|---|
| **FTAIS positivo** | 3,3298 | 3,14 | 0,61606 |
| **FTAIS negativo** | 2,8995 | 2,76 | 0,77079 |
| **FTAIS** | 3,1147 | 2,95 | 0,53438 |

*Legenda: N = amostra total; M = Média; DP = Desvio Padrão.*

Na análise das questões da escala *FACES - IV*, as respostas apresentam uma variação entre 1 e 5.

Na tabela 12, (*Dados descritivos da FACES-IV)* encontram-se os resultados médios desta escala. Na subescala da *Coesão*, teve resultados indicam uma perceção elevada de coesão entre os inquiridos, com uma (*M* = 27,07), sugerindo que as famílias são percebidas como coesas. Já na subescala da *Flexibilidade*, que avalia a capacidade de adaptação familiar, os valores indicaram que as famílias demonstram um nível moderado de flexibilidade (*M* = 26,10).

As subescalas que determinam características mais extremas, como *Desmembrada* (*M* = 15,86)*, Emaranhada* (*M* = 19,15)*, Rígida* (*M* = 19,73) *e Caótica* (*M* = 15,61), apresentam resultados médios e baixos que sugerem uma perceção menos predominante destas características nos sistemas familiares.

A subescala da *Comunicação*, apresentou uma (*M* = 37,24), sugerindo que os participantes consideram a comunicação como moderada dentro da família, bem como a *Satisfação* (*M* = 34,75).

Além destes resultados, a Tabela 12 apresenta as médias das subescalas da FACES-IV — *Coesão* (*M* = 28,03), *Flexibilidade* (*M* = 26,06), *Desmembrada* (*M* = 15,14), *Emaranhada* (*M* = 19,88), *Rígida* (*M* = 20,39) e *Caótica* (*M* = 15,10) — conforme o estudo de adaptação à população portuguesa.

**Tabela 12**

*Dados descritivos das subescalas da FACES-IV da amostra em estudo e do estudo de adaptação*

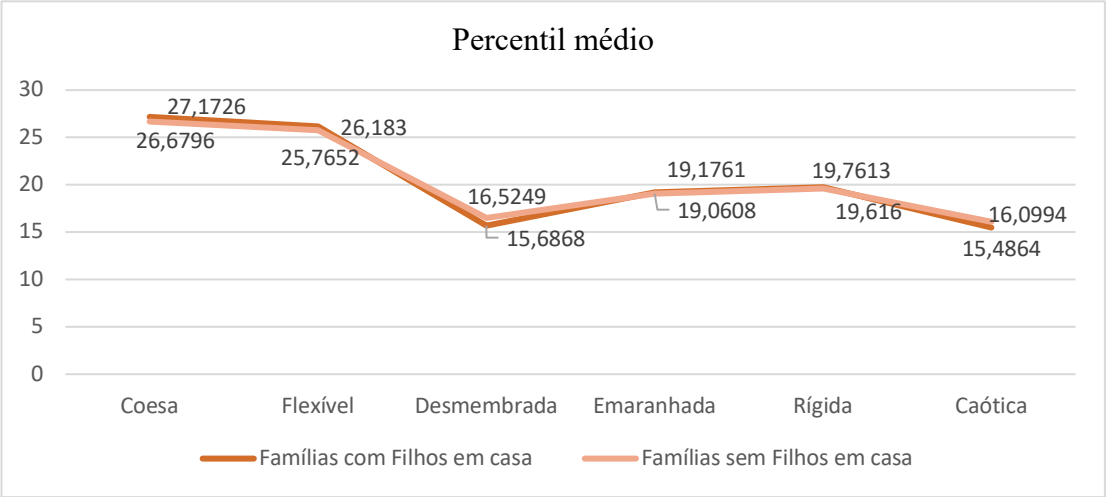
| | *M* | *M* (Sequeira et al., 2021) | *DP* | Intervalo |
|---|---|---|---|---|
| Coesão Equilibrada | 27,07 | 28,03 | 4,141 | 7 – 35 |
| Flexibilidade Equilibrada | 26,10 | 26,06 | 4,084 | 7 – 35 |
| Desmembrada | 15,86 | 15,14 | 4,400 | 7 – 35 |
| Emaranhada | 19,15 | 19,88 | 3,188 | 7 – 35 |
| Rígida | 19,73 | 20,39 | 3,940 | 7 – 33 |
| Caótica | 15,61 | 15,10 | 4,182 | 7 – 33 |
| Comunicação | 37,24 | | 7,282 | 10 – 50 |
| Satisfação | 34,75 | | 8,134 | 10 – 50 |

*Legenda: N = amostra total; M = Média; DP = Desvio Padrão.*

A *Figura* 2, representa o cálculo do *Cluster* em que os participantes deste estudo se encontram, obtido através dos percentis médios em cada subescala. Verifica-se que os participantes se enquadram no *Cluster 1*: Famílias Equilibradas (Olson & Gorall, 2006).

**Figura 2**

*Perfil das famílias com e sem filhos em casa: resultados das subescalas da FACES-IV*




Na análise da escala WFRQ, as respostas variam entre 1 e 5, com valores médios que refletem diferentes aspetos da resiliência familiar.

A Tabela 13, sintetiza os resultados obtidos nas dimensões da *Walsh Family Resilience Questionaire* (WFRQ). Na subescala *Sistema de Crenças*, observaram-se resultados altos – ($M$ = 61,67) e nas dimensões *Padrões Organizacionais* e *Comunicação e Resolução de Problemas* valores médios altos ($M_{padrões\ organizacionais}$ = 37,97) e ($M_{comunicação\ e\ resolução\ de\ problema}$ = 21,71). Adicionalmente, a tabela apresenta as médias das dimensões da escala, conforme o estudo de adaptação à população portuguesa, sendo que o cálculo das dimensões no estudo de Lino (2023) integra itens diferentes dos considerados neste estudo e no original.

**Tabela 13**

*Dados descritivos das dimensões da WFRQ da amostra em estudo e do estudo de adaptação*

| | *M* | *M* (Lino, 2023[a]) | *DP* | Intervalo |
|---|---|---|---|---|
| Sistema de Crenças | 61,67 | 49,15 | 13,121 | 16 - 80 |
| Padrões Organizacionais | 37,97 | 33,91 | 8,029 | 10 - 50 |
| Comunicação e Resolução de Problemas | 21,71 | 38,46 | 4,611 | 6 - 30 |

*Legenda: N = amostra total; M = Média; DP = Desvio Padrão.*

*a)O cálculo das dimensões do estudo de Lino (2023) integra itens diferentes dos considerados neste estudo e no original.*

**Perceção do impacto da utilização das TICs considerando a presença ou ausência de filhos na família em casa e de infeção por COVID-19**

A Tabela 14 apresenta os resultados médios do teste comparativo da *Family Technology Adoption Scale* (*FTAIS*), considerando a presença ou ausência de filhos na família. Os valores variam entre 1 e 5 e cada item pode ser cotado como "concordo totalmente" e "discordo totalmente".

Para examinar as diferenças entre os dois grupos — famílias com filhos em casa e famílias sem filhos em casa — foram calculadas estatísticas descritivas, como a média (M) e o desvio padrão (DP). Adicionalmente, foi aplicado o teste *T de Student* para amostras independentes.

**Tabela 14**

*Teste comparativo da escala global e subescalas da FTAIS tendo em a presença de filhos em casa*

| | Famílias com ou sem filhos em casa | *N* | *M* | *DP* | *t* | *gl* | *p* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ***FTAIS*** | Com filhos em casa | 1437 | 3,3086 | 0,60113 | -2,927 | 1797 | **0,003** |
| **positivo** | Sem filhos em casa | 362 | **3,4144** | 0,66625 | | | |
| ***FTAIS*** | Com filhos em casa | 1437 | 2,9081 | 0,74801 | 0,947 | 1797 | 0,344 |
| **negativo** | Sem filhos em casa | 362 | 2,8652 | 0,85552 | | | |
| ***FTAIS*** | Com filhos em casa | 1437 | 3,1084 | 0,51776 | -1,000 | 1797 | 0,317 |
| | Sem filhos em casa | 362 | 3,1398 | 0,59589 | | | |

*Legenda: N = amostra total; M = Média; DP = Desvio Padrão; t – valor T-Student; gl – graus de liberdade; p – probabilidade de significância.*

Tendo em consideração os resultados apresentados, na subescala positiva (*M* = 3,4144) da *FTAIS*, as famílias sem filhos em casa apresentam uma média significativamente maior do que as famílias com filhos em casa.

**Perceção do funcionamento familiar considerando a presença ou ausência de filhos na família e no lar e de infeção por COVID-19**

A Tabela 15 apresenta os resultados do teste comparativo da *Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale* (FACES-IV), com o objetivo de analisar as diferenças entre famílias com e sem filhos em casa, em termos de coesão, flexibilidade, comunicação e satisfação, bem como diferentes estilos familiares (equilibrada, desmembrada, emaranhada, rígida e caótica).

**Tabela 15**

*Teste comparativo da escala FACES - IV tendo em conta a presença de filhos em casa*

| | Famílias com ou sem filhos em casa | *N* | *M* | *DP* | *t* | *gl* | *p* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ***Coesão*** | Com filhos em casa | 1437 | **27,1726** | 4,06966 | 2,026 | 1797 | **0,043** |
| ***Equilibrada*** | Sem filhos em casa | 362 | 26,6796 | 4,39807 | | | |
| ***Flexibilidade*** | Com filhos em casa | 1437 | 26,1830 | 4,03923 | 1,741 | 1797 | 0,082 |
| ***Equilibrada*** | Sem filhos em casa | 362 | 25,7652 | 4,24624 | | | |
| ***Desmembrada*** | Com filhos em casa | 1437 | 15,6868 | 4,40064 | -3,247 | 1797 | **0,001** |
| | Sem filhos em casa | 362 | **16,5249** | 4,33828 | | | |
| ***Emaranhada*** | Com filhos em casa | 1437 | 19,1761 | 3,13779 | 0,615 | 1797 | 0,539 |
| | Sem filhos em casa | 362 | 19,0608 | 3,38182 | | | |
| ***Rígida*** | Com filhos em casa | 1437 | 19,7613 | 3,90924 | 0,627 | 1797 | 0,531 |
| | Sem filhos em casa | 362 | 19,6160 | 4,06240 | | | |
| ***Caótica*** | Com filhos em casa | 1437 | 15,4864 | 4,09574 | -2,496 | 1797 | **0,013** |
| | Sem filhos em casa | 362 | **16,0994** | 4,48278 | | | |
| ***Comunicação*** | Com filhos em casa | 1437 | 37,3222 | 7,12990 | 0,985 | 1797 | 0,325 |
| | Sem filhos em casa | 362 | 36,9006 | 7,85929 | | | |
| ***Satisfação*** | Com filhos em casa | 1437 | 34,8055 | 8,05512 | 0,598 | 1797 | 0,550 |
| | Sem filhos em casa | 362 | 34,5193 | 8,44542 | | | |

*Legenda: N = amostra total; M = Média; DP = Desvio Padrão; t – valor T-Student; gl – graus de liberdade; p – probabilidade de significância.*

Relativamente às subescalas equilibradas na *Coesão,* a análise de diferenças em função da presença de filhos em casa durante a pandemia, evidenciou a existência de diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos ($p < 0,05$) com uma ($M = 27,1726$). Contudo, na dimensão da *Flexibilidade*, não temos uma diferença significativa entre os dois grupos da amostra.

Nas subescalas desequilibradas, os resultados das subescalas *Desmembrada* e *Caótica*, encontramos uma diferença estatisticamente significativa, indicando que as famílias sem filhos em casa tendem a exibir níveis mais altos nestas.

**Perceção da resiliência familiar considerando a presença ou ausência de filhos na família e no lar e de infeção por COVID-19**

Os resultados apresentados na Tabela 16 referem-se às diferenças das médias entre os dois grupos — famílias com filhos em casa e famílias sem filhos em casa — nas dimensões do questionário *Walsh Family Resilience Questionnaire* (*WFRQ*).

**Tabela 16**

*Teste comparativo das dimensões do WFRQ tendo em conta a presença de filhos em casa*

| | Famílias com ou sem filhos em casa | *N* | *M* | *DP* | *t* | *gl* | *p* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ***Sistema de Crenças*** | Com filhos em casa | 1437 | 61,7321 | 13,04128 | 0,372 | 1797 | 0,710 |
| | Sem filhos em casa | 362 | 61,4448 | 13,44666 | | | |
| ***Padrões organizacionais*** | Com filhos em casa | 1437 | 37,9269 | 7,92669 | -0,435 | 1797 | 0,663 |
| | Sem filhos em casa | 362 | 38,1326 | 8,43414 | | | |
| ***Comunicação e Resolução de Problemas*** | Com filhos em casa | 1437 | 21,8142 | 4,54208 | 1,843 | 1797 | 0,066 |
| | Sem filhos em casa | 362 | 21,3149 | 4,85870 | | | |

*Legenda: N = amostra total; M = Média; DP = Desvio Padrão; t – valor T-Student; gl – graus de liberdade; p – probabilidade de significância.*

Ao analisar na Tabela 16, a dimensão de *Comunicação e Resolução de Problemas*, é possível identificar uma pequena diferença, contudo esta não é estatisticamente significativa ($p = 0,066$). Em suma, a análise indica que não existem diferenças estatisticamente significativas entre as famílias com e sem filhos em casa nas três dimensões da resiliência familiar avaliadas pela *WFRQ*.

## Discussão dos Resultados

Considerando o contexto atípico enfrentado pelas famílias – situação de pandemia *COVID-19* –, as pessoas encontraram-se diante de uma situação particularmente desafiadora, para o seu funcionamento e resiliência familiar.

Esta discussão consiste numa reflexão dos principais resultados encontrados ao longo desta investigação, através da análise das diferenças na perceção do impacto da utilização das TICs no contexto familiar, do funcionamento familiar e da resiliência familiar, em famílias com filhos e sem filhos em casa durante a pandemia de *COVID-19*. Durante este período, aliado aos objetivos propostos, procedeu-se a uma reflexão sobre o estado da arte, a fim de reconhecer e contextualizar a investigação.

Os principais resultados deste estudo permitem concluir que:

1) A amostra deste estudo teve uma perceção mais positiva do impacto das TICs no contexto familiar comparativamente aos valores do estudo para a adaptação à população portuguesa (referenciando a mesma escala);

2) As famílias sem filhos em casa, apresentaram uma perceção mais positiva do impacto da utilização das TICs do que as famílias com filhos em casa;

3) A presença de filhos em casa mostrou-se associada a um funcionamento familiar mais equilibrado e funcional (especialmente em termos de coesão e organização) em comparação com as famílias sem filhos;

4) A presença de filhos em casa não revelou diferenças estatisticamente significativas nas dimensões da resiliência familiar.

Em relação à escala FTAIS, neste estudo, obtivemos um valor médio superior comparativamente à média da escala global, no estudo de adaptação à população portuguesa, o que indica uma mudança significativa na perceção do impacto das TICs no contexto familiar. Sob uma perspectiva ecológica, este resultado sugere que o contexto pandémico impulsionou uma visão mais positiva das TICs, dado que estas passaram a desempenhar um papel fundamental nas dinâmicas familiares, sendo indispensáveis para a comunicação, o trabalho e a educação. Durante o período de crise, as TICs não só facilitaram a adaptação a novas

condições de vida, como também se tornaram um elemento central para o funcionamento das famílias (INE, 2020; Maeneia & Abreu, 2020; Santos et al., 2020).

Na análise da subescala positiva da FTAIS, tendo em conta as diferenças entre os dois grupos (famílias com e sem filhos em casa) verificou-se uma perceção ligeiramente mais positiva do impacto das TICs entre as famílias sem filhos em casa, sugerindo que estas famílias podem ter integrado as tecnologias de forma mais fluida no seu dia a dia, percebendo-as como facilitadoras das suas rotinas.

Este diferencial de perceção entre famílias com e sem filhos em casa pode estar relacionado com as diferentes exigências impostas pela presença de filhos, que requer uma maior gestão do tempo e do espaço partilhado para atividades de trabalho e lazer. Assim, enquanto para famílias com filhos em casa as TICs podem ser vistas como necessárias, mas potencialmente disruptivas, para aquelas sem filhos o impacto positivo das tecnologias no contexto familiar parece ser mais evidente, reforçando a função das TICs como mediadoras de adaptação e facilitadoras de mudanças em tempos de crise.

Com base nos resultados é possível afirmar que ambos os grupos (famílias com e sem filhos em casa) percecionam as suas famílias como equilibradas, obtendo pontuações altas nas subescalas equilibradas e baixas nas subescalas desequilibradas, inserindo-se no *Cluster* 1: Famílias Equilibradas (*Balanced*) (Olson e Gorall, 2006).

Este padrão de resultados oferece *insights* importantes sobre a tendência para a estabilidade e a coesão nas relações familiares, independentemente da presença de filhos em casa, nesta amostra. Este equilíbrio poderá estar associado a capacidades adaptativas desenvolvidas pelos membros dos dois grupos, como uma comunicação eficaz, flexibilidade nas rotinas e capacidade de enfrentar desafios – fatores que, segundo a literatura, são cruciais para o bem-estar familiar. Tal como, no estudo de Sequeira (2020), onde as "famílias ajustaram o seu funcionamento familiar face à crise, com coesão e flexibilidade, mantendo prioridades e rotinas".

Neste estudo, o enquadramento no *Cluster* 1: Famílias Equilibradas sugere que ambos os grupos (famílias com e sem filhos em casa) possuem uma estrutura relacional que favorece o apoio mútuo e a resiliência. Famílias com esta configuração tendem a adaptar-se melhor a eventos stressantes, uma vez que mantêm uma rede de apoio sólida e relações baseadas na compreensão e cooperação. O modelo de Olson e Gorall (2006) reforça ainda a ideia de que

este equilíbrio familiar, caracterizado pela harmonia entre proximidade e individualidade, é um elemento essencial para a saúde emocional dos membros da família, promovendo maior satisfação com as relações e, potencialmente, menores níveis de conflito.

Segundo Relvas et al. (2020), a variável "ter ou não filhos", atua como um fator protetor contra o impacto emocional da pandemia, mas isto não implica necessariamente que famílias sem filhos careçam de equilíbrio e funcionalidade. Em ambas as configurações (famílias com e sem filhos em casa), o equilíbrio familiar emerge, em grande parte, da capacidade de adaptação, da qualidade das interações e do apoio mútuo, e não apenas da sua composição familiar. Esta ideia reforça que as diferentes subescalas podem ser nutridas e sustentadas por outros fatores relacionais, como a comunicação e a capacidade de adaptação, que são essenciais para qualquer estrutura familiar equilibrada.

Desta forma, os resultados revelam a importância de direcionar intervenções que promovam estas qualidades relacionais, como atividades conjuntas e o incentivo a interações significativas, fortalecendo o funcionamento familiar independentemente da sua composição e alinhando-se ao conceito de "Famílias Equilibradas" de Olson e Gorall (2006).

Assim, ao compreender que ambas as tipologias familiares (com e sem filhos em casa) apresentam perceções semelhantes de equilíbrio, é possível inferir que o conceito de "família equilibrada" transcende a presença de filhos em casa e baseia-se, sobretudo, na qualidade das interações e nos recursos internos que a família desenvolve para enfrentar os desafios quotidianos. Esta conclusão abre espaço para refletir sobre as políticas de apoio familiar e como estas podem fortalecer esses recursos, especialmente em contextos de adversidade.

Com base nos resultados apresentados, este estudo revelou valores médios superiores numa das dimensões da escala WFRQ – *Sistema de Crenças* – em comparação com o estudo de adaptação à população portuguesa. No entanto, na dimensão *Comunicação e Resolução de Problemas,* observou-se uma média inferior em relação ao referido estudo de adaptação.

Tendo em conta a diferença de valores na dimensão do *Sistema de Crenças,* que foi observado no contexto de pandemia, este resultado sugere que, em momentos de crise, as famílias tendem a fortalecer as suas convicções e valores partilhados como uma estratégia de coesão e suporte emocional. O sistema de crenças torna-se, assim, um elemento central na forma como a família interpreta e enfrenta as dificuldades, servindo como uma âncora que oferece estabilidade e sentido de propósito quando o mundo externo se torna incerto.

Esta diferença no valor médio em comparação com o estudo de adaptação à população portuguesa pode ser interpretado como um mecanismo de proteção para a família. Em tempos de crise, como durante a pandemia por *COVID-19*, os valores e as crenças comuns permitem que os membros da família mantenham uma visão e objetivos partilhados, o que pode reduzir sentimentos de ansiedade e isolamento. Este reforço das crenças coletivas pode também refletir a necessidade de encontrar segurança em estruturas internas, compensando, de certa forma, a imprevisibilidade do contexto externo.

Por outro lado, a média mais baixa na dimensão da *Comunicação e Resolução de Problemas* sugere que, apesar do fortalecimento dos valores, pode haver dificuldades em traduzir estas crenças num diálogo eficaz e numa resolução prática de conflitos. Isto pode ocorrer porque, em períodos de *stress*, as famílias podem concentrar-se mais em manter os seus princípios e normas internas do que em adaptar a forma como comunicam e resolvem questões. A comunicação eficaz exige flexibilidade e abertura, o que pode ser mais desafiador em ambientes onde a prioridade é a proteção e preservação dos valores comuns.

Estes resultados, no contexto da pandemia, indicam a importância de intervenções que reforcem as competências de comunicação e resolução de problemas para complementar o sistema de crenças elevado. Assim, famílias que se fortalecem nos seus valores podem beneficiar ainda mais se dispuserem de ferramentas eficazes para dialogar e adaptar-se às mudanças. Segundo Prime et al. (2020), as famílias que mantém proximidade e coesão, apesar de eventos adversos, e que procuram suporte social, demonstram maior resiliência em comparação com aquelas que não possuem essas características no contexto da pandemia de *COVID-19*.

Os resultados obtidos da análise das dimensões da WFRQ sugerem que a presença de filhos em casa não exerce uma influência significativa nas três dimensões avaliadas – *Sistema de Crenças, Padrões Organizacionais* e *Comunicação e Resolução de Problemas*. A ausência de diferenças estatisticamente significativas indica que famílias com e sem filhos em casa tendem a manter uma organização familiar estruturada, com papéis e rotinas bem definidas, refletindo uma capacidade organizacional robusta e relativamente homogênea entre ambos os grupos (Brandão et al., 2011).

Na dimensão de Comunicação e Resolução de Problemas, no entanto, observou-se um valor ligeiramente mais elevado para as famílias com filhos em casa, embora essa diferença

não tenha alcançado significância estatística. Este pequeno aumento pode sugerir que, em famílias com filhos em casa, o diálogo e a resolução de conflitos são mais desenvolvidos, possivelmente devido à necessidade de gerir as exigências associadas à presença de crianças ou adolescentes (e.g., associadas à dimensão académica). Esta dimensão, portanto, merece uma investigação mais aprofundada, já que a presença de filhos em casa pode potencialmente estimular práticas de comunicação mais eficientes e maior flexibilidade na resolução de problemas.

Estes resultados, reforçam a ideia de que, em situações adversas ou em contextos de maior pressão, as famílias tendem a recorrer a recursos internos, como valores e crenças compartilhadas, para se manterem coesas. Contudo, a presença de filhos em casa não parece ser um fator determinante na perceção geral de resiliência familiar. Futuras pesquisas poderão explorar com maior profundidade a dimensão de comunicação e resolução de problemas, para verificar se, em contextos específicos ou com amostras mais amplas, esta variável pode revelar uma influência mais acentuada relacionada à estrutura familiar.

## Conclusão

Esta investigação pretendeu contribuir para aprofundar a literatura sobre as diferenças entre as tecnologias de informação e comunicação (TICs), o funcionamento familiar e a resiliência familiar durante a pandemia de *COVID-19*, comparando dois grupos - famílias com e sem filhos em casa.

Este estudo evidenciou que, no contexto da pandemia de *COVID-19*, as TICs foram percecionadas de forma mais positiva em comparação com a adaptação da escala FTAIS à população portuguesa, possivelmente por terem assumindo um papel fundamental nas rotinas familiares, sendo indispensáveis para a comunicação, o trabalho e a educação. Ambas as tipologias familiares (com e sem filhos em casa) mostraram uma estrutura coesa, o que sugere que uma família equilibrada transcende a presença de filhos em casa. No que respeita à resiliência, não foram observadas diferenças significativas entre os grupos nas dimensões do *Sistema de Crenças, Padrões Organizacionais* e *Comunicação e Resolução de Problemas*, sugerindo que a presença de filhos em casa não é um fator determinante na perceção desta variável. Estes resultados destacam a importância de reforçar competências de comunicação e resolução de problemas para fortalecer a resiliência familiar em tempos de adversidade.

As implicações práticas deste estudo são significativas, sobretudo para o desenvolvimento de políticas e intervenções que promovam o bem-estar, o funcionamento e a resiliência familiar em tempos de adversidade. Em primeiro lugar, os resultados destacam a importância de políticas e intervenções que promovam a utilização saudável e equilibrada das TICs no ambiente familiar, dado que estas se tornaram indispensáveis para a comunicação, o trabalho e a educação durante a pandemia. A implementação de programas de formação digital para famílias, que visem melhorar o uso eficiente das TICs e minimizar os potenciais efeitos disruptivos, pode ajudar a manter uma dinâmica familiar coesa.

A evidência de que ambas as tipologias familiares (com e sem filhos em casa) apresentam uma estrutura equilibrada reforça a necessidade de desenvolver estratégias de apoio que valorizem a qualidade das interações e o apoio mútuo, aplicáveis a todas as configurações familiares.

Além disso, a ausência de diferenças significativas na resiliência familiar aponta para a importância de reforçar competências específicas, como a comunicação e a resolução de problemas, que são essenciais para enfrentar adversidades. Intervenções que promovam essas

competências, como workshops familiares ou programas de apoio psicológico focados na gestão de conflitos e comunicação eficaz, podem aumentar a resiliência familiar de forma geral, tornando as famílias mais preparadas para lidar com situações de *stress* e mudança. Estes resultados são fundamentais para orientar políticas públicas e programas de apoio familiar que visem fortalecer os laços e a adaptabilidade das famílias em diferentes contextos sociais e económicos.

Uma das limitações deste estudo foi a escassez de estudos nacionais sobre as TICs, o funcionamento familiar e a resiliência familiar em contexto de pandemia, considerando a presença ou não de filhos na família, o que teria contribuído para enriquecer a discussão dos resultados. Ainda assim, esta limitação pode ser vista simultaneamente como um fator de valorização deste trabalho, por ser um contributo e ser um tema tão relevante a atual.

Para aprofundar a compreensão das variações na perceção do impacto das TICs entre famílias com e sem filhos em casa, a realização de um estudo longitudinal poderá analisar o uso destas tecnologias ao longo do tempo, em diferentes contextos e fases pós-pandémicas. Esse acompanhamento possibilita avaliar como a adaptação ao uso das TICs influencia o funcionamento e a resiliência familiar de forma duradoura, além de permitir verificar se as perceções iniciais observadas neste estudo transversal se mantêm ou evoluem com o tempo em ambos os grupos.

Entre as limitações identificadas neste estudo, destaca-se a necessidade de cautela na interpretação dos dados, visto que outras variáveis contextuais ou psicológicas, não mensuradas nas escalas utilizadas nesta investigação, podem ter influenciado a experiência familiar durante a pandemia, mediando os resultados observados.

Considerando também a amostra deste estudo, identificam-se algumas limitações que podem influenciar os resultados e a sua generalização. Primeiramente, a distribuição da amostra é bastante heterogénea entre famílias com e sem filhos em casa. Este desequilíbrio pode limitar a representatividade e a generalização dos resultados para famílias sem filhos em casa, que constituem uma minoria no estudo. Outro fator de limitação é o viés de género e idade, pois a amostra é maioritariamente composta por participantes do género feminino e com uma concentração significativa de indivíduos entre 19 e 29 anos. Este viés pode restringir a análise das variáveis de resiliência e funcionamento familiar para uma faixa etária jovem e feminina, possivelmente não refletindo as experiências de outros grupos etários e do gênero

masculino. Além disso, observa-se uma predominância de indivíduos solteiros e a tipologia familiar predominante é de famílias nucleares intactas. Este perfil da amostra pode restringir a análise a um tipo específico de configuração familiar, deixando menos representados outros tipos, como famílias monoparentais ou reconstituídas, que podem enfrentar desafios únicos em relação à resiliência e ao uso das TICs.

Estas limitações reforçam a necessidade de uma análise estatística cuidadosa para controlar estes vieses e garantir a validade externa do estudo, bem como uma interpretação cautelosa dos resultados obtidos.

Outro ponto limitador do estudo foi a ausência de uma distinção entre famílias que nunca tiveram filhos e aquelas que atualmente estão sem filhos, mas já os tiveram. Esta falta de diferenciação pode enviesar os resultados, possivelmente gerando uma perceção mais negativa em alguns dos resultados apresentados, devido a fatores como a etapa do ciclo vital do ninho vazio, o que pode exercer uma influência considerável nos resultados.

Este estudo evidencia que o funcionamento e a resiliência familiar transcendem a presença de filhos em casa, destacando o papel essencial das TICs na comunicação e rotina durante a pandemia. Os resultados reforçam a importância de promover o uso saudável destas tecnologias e desenvolver competências de comunicação e resolução de problemas, essenciais para fortalecer a coesão familiar em tempos de adversidade, com vista à promoção de um ambiente familiar coeso e resiliente em qualquer configuração.

## Referências bibliográficas


Alarcão, M. (2002). *(Des)equilíbrios familiares: Uma visão sistémica* [Family (un)balances: A systemic view] (2ª ed.). Quarteto Editora.

Aponte, R. (2009). The communications revolution and its impact on the family: Significant, growing, but skewed and limited in scope. *Marriage & Family Review*, 45, 576-586. doi:10.1080/01494920903396778

Associação Médica Mundial. (2008). *Declaração de Helsínquia da associação médica mundial: Princípios éticos para a investigação médica em seres humanos.* https://file:///Users/julianafernandes/Downloads/Declara%C3%A7%C3%A3o%20de%20Hels%C3%ADnquia.pdf

Bacigalupe, G., & Lambe, S. (2011). Virtualizing intimacy: Information communication technologies and transnational families in therapy. *Family Process, 50, 12-26. doi:10.1111/j.1545-5300.2010.01343.x*

Bacigalupe, G., Camara, M., & Buffardi, L. E. (2014). Technology in families and the clinical encounter: Results of a cross-national survey. *Journal of Family Therapy, 36*, 339-358. http://doi.org/10.1111/1467-6427.12042

Barbosa, J. A. (2020). *A aplicabilidade da tecnologia na pandemia do novo coronavírus (Covid-19).* Revista da FAESF, 4, 48–52. https://www.faesfpi.com.br/revista/index.php/faesf/article/view/116/102

Barreto, C. M. S. A. M. (2023). *Funcionamento e resiliência familiar na pandemia COVID-19: Estudo com filhos* (Dissertação de mestrado). Instituto Superior Miguel Torga.

Blinn-Pike, L. (2009). Technology and the family: An overview from the 1980's to the present. Marriage & Family Review, 45, 567-575. doi:10.1080/01494920903224459

Brandão, J. M., Mahfoud, M., & Gianordoli-Nascimento, I. F. (2011). A construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, *21*, 263-271. https://doi.org/10.1590/S0103-863X2011000200014

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, J. R. (2020). *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence.* The Lancet, 395(10227), 912–920. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8

Carvalho, J., Francisco, R., & Relvas, A. P. (2019). e-Famílias: O impacto das TIC na vida contemporânea de famílias com crianças. *In book: Crianças, famílias e tecnologias. Que desafios? Que caminhos,* 184-197

Carvalho, J., Francisco, R., Roberto, M., Bacigalupe, G., & Relvas, A.P. (2021). *How do Portuguese use digital technologies?* Developing an instrument to measure its use and impact [Manuscrito em preparação]. Universidade de Coimbra

Carvalho, J. S. V. D. (2022). *Famílias no mundo digital: Padrões de utilização, ciclo de vida e dinâmica familiar* (Tese de Doutoramento). Universidade de Coimbra

Compete 2020 (2022, january). Indústria 4.0 a quarta revolução industrial. https://www.compete2020.gov.pt/noticias/detalhe/Industria_4ponto0

Decreto-Lei n.º 20-A/2020. (2020). *Diário da República*. https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/decreto-lei/20-A-2020-133161452

Decreto-Lei n.º 17/2020. (2020). *Diário da República*. https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/decreto-lei/17-2020-132332504

Decreto n.º 14-A/2020. (2020). *Diário da República*. https://diariodarepublica.pt/dr/analise-juridica/decreto-presidente-republica/14-a-2020-130399862

Dias, M. O. (2011). Um olhar sobre a família na perspetiva sistémica–o processo de comunicação no sistema familiar. *Gestão e desenvolvimento*, (19), 139-156. 10.7559/gestaoedesenvolvimento.2011.140

Encyclopedia.com (2020). Digital technology. Retrieved from https://www.encyclopedia.com/history/dictionaries-thesauruses-pictures-and-pressreleases/digital-technology

Eurostat. (2021). Digital economy and society statistics – households and individuals. Statistics. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-

explained/index.php?title=Digital_economy_and_society_statistics_households_and_individuals

Fegert, J., Vitiello, B., Plener, P., & Clemens, V. (2020). Desafios e carga da pandemia coronavírus para a saúde mental de crianças e adolescentes: Uma revisão narrativa para destacar necessidades clínicas e de pesquisa em fase aguda. *Crianças e Adolescentes, Psiquiatria e Saúde Mental, 14*(1), 1–11. https://doi.org/10.1186/s13034-020-00329-3

Gioddens, A. (2004). *Sociologia,* Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Hooper, A., Schweiker, C. & Kerch, C. (2022). *Social support in a parenting Facebook group during the covid-19 pandemic. Family Relations*, 70(1), 5-19. https://doi.org/10.1111/fare.12804

Hussong, A., Midgette, A., Richards, A., Petrie, R., Coffman, J., & Thomas, T. (2021). COVID-19 life events spill-over on family functioning and adolescent adjustment. https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-90361/v1

Instituto Nacional de Estatística. (2021). Inquérito à utilização de tecnologias da informação e da comunicação pelas famílias. https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=473557834&DESTAQUESmodo=2

Júnior, M. E. (2020). Como a utilização da tecnologia impacta nas relações familiares em tempos de pandemia da covid-19*?* Revista Jurídica Luso-Brasileira, 5, 1527–1540. https://www.cidp.pt/revistas/rjlb/2020/5/2020_05_1527_1540.pdf

Lanigan, J. D. (2009). *A sociotechnological model for family research and intervention: How information and communication technologies affect family life. Marriage & Family Review*, 45(6-8), 587-609. https://doi.org/10.1080/01494920903224194

Lebow, J. L. (2020). *Family in the age of covid-19*. Family Process. https://doi.org/10.1111/famp.12543

Lino, C. (2023). *Adaptação e validação da versão portuguesa do walsh family resilience questionnaire (WFRQ-PT).* (Dissertação de Mestrado). Instituto Superior Miguel Torga.

Lopes, B. (2020). *Perceção do funcionamento familiar em contexto de pandemia COVID-19: Um estudo com adolescentes portugueses* [Dissertação de Mestrado, Instituto Superior Miguel Torga]. Repositório do Instituto Superior Miguel Torga. http://repositorio.ismt.pt/jspui/handle/123456789/1243

Maeneja, R.; & Abreu, A. M. (2020). *Ubiquidade das TIC: Perigos para a saúde mental reforçados pela crise COVID-19. Psicologia, Saúde e Doenças,* 21(3), 571-581. Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde. http://dx.doi.org/10.15309/20psd210303

McGoldrick, M., Carter, B., & Garcia-Preto, N. (2014). *The expanded family life cycle: Individual, family, social perspectives* (4th edition). Pearson Education Limited.

Minuchin, S., Rosman, B., & Baker, L. (1978). *Psychosomatic families: Anorexia nervosa in context*. Harvard University Press.

Nouwen, M.; & Duflos, D. (2021). *Tik Tok as data gathering space: The case of grandchildren and grandparents during the Covid-19 pandemic. Interaction Design and Children*, 24-30, 498-502. https://doi.org/10.1145/3459990.3465201

Ordem dos Psicólogos Portugueses. (s.d.). *Cibercomportamentos e risco de ciberdependência: Recomendações para a intervenção psicológica*. https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/cibercomportamentos_ciberdependencia.pdf

Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of Marital and Family Therapy*, *22*(2), 144–167. https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144

Olson, D. H., & Gorall, D. M. (2006). *FACES IV & the circumplex model*. https://www.societyofpediatricpsychology.org/sites/default/files/files/3_innovations.pdf

Olson, D. H. (2011). FACES IV and circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, *37*(1), 64–80. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00175.x

Organização Mundial da Saúde. (2021). *Coronavirus disease (COVID-19) dashboard.* https://covid19.who.int/

Organização Mundial da Saúde. (2021). *COVID-19 strategic preparedness and response plan*. https://www.who.int/publications/i/item/WHO-WHE-2021.02

Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (2019). How's life in the digital age? Opportunities and risks of the digital transformation for people's well-being. OCDE Publishing. https://doi.org/10.1787/9789264311800-en

Pereira, I. (2022). *Funcionamento familiar, resiliência e coparentalidade Estudo com pais e mães em famílias com e sem divórcio* (Dissertação de Mestrado). Instituto Superior Miguel Torga.

Prime, H., Wade, M., & Browne, D. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist, 75*(5), 631–643. https://doi.org/10.1037/amp0000660

Pocinho, M. (2012). *Metodologia de investigação e comunicação do conhecimento científico*. Lidel.

Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da família. Perspectiva sistémica*. Afrontamento.

Relvas, A. P. & Alarcão, M. (2002). *Novas formas de família*. Quarteto Editora.

Relvas, A. P. (2020). Resultados Preliminares sobre Impacto Psicossocial da COVID-19 em Portugal. *Centro de Estudos Sociais da Universidade de Coimbra. https://www. ces. uc. pt/ficheiros2/files/RELATORIO_Resultados% 20Preliminares% 20sobre% 20Impacto% 20Psicossocial*, *20*.

Rocchi, S., Ghidelli, C., Burro, R., Vitacca, M., Scalvini, S., Della Vedova, A. M., Roselli, G., Ramponi, J. P., & Bertolotti, G. (2017). The Walsh Family Resilience Questionnaire: The Italian version. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, *13*, 2987–2999. https://doi.org/10.2147/NDT.S147315

Santos, T., Couceiro, M., Carvalho, J., Pimentel, I., Lopes, B., Vivente, H., Daniel., Guadalupe, S., & Sequeira, J. (2020, november 21). Funcionamento e resiliência familiar: Reflexões em torno da pandemia COVID-19 [Conference session]. Congresso Internacional Conversas com Psicologia Olhar o presente, pensar o futuro! Online. www.cncdp.net.

Schwab, K., & Davis, N. (2018). Shaping the fourth industrial revolution: A guide to255 building a better world. World Economic Forum. Sharaievska, I., & Stodolska, M. (2015).

Redefining boundaries in families through social networking leisure. Leisure Sciences, 37(5), 431-446. https://doi.org/10.1080/01490400.2015.1021882

Sequeira, J. (2020). *Adaptação e resiliência familiar na crise. Reflexões em torno da pandemia COVID-19*. Congresso (Inter)Nacional Conversas de Psicologia, Coimbra.

Sequeira, J., Vicente, H. T., Daniel, F., Cerveira, C., Silva. M. I., Neves, S., Santo, H. E., & Guadalupe, S. (2021). Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale – Version IV (FACES IV): validation study in the portuguese population. *Journal of Child and Family Studies, 2021*(30), 1650–1663. https://doi.org/10.1007/s10826- 021-01941-3

Silva, I., Schmidit, B., Lordello, S., Noal, D., Crepaldi, M., & Wagner, A. (2020). As relações familiares diante da COVID-19: Recursos, riscos e implicações para a prática da terapia de casal e família. *Revista Pensando Famílias, 24*(1), 12–28. http://pepsic.bvsalud.org/pdf/penf/v24n1/v24n1a03.pdf

Stafford, L., & Hillyer, J. D. (2012). Information and communication technologies in personal relationships. *Review of Communication*, 12(4), 290-312. https://doi.org/10.1080/15358593.2012.685951

Stern, M. J., & Messer, C. (2009). How family members stay in touch: A quantitative investigation of core family networks. *Marriage & Family Review*, 45, 654-676. doi:10.1080/01494920903224236

Walsh, F. (1998). *Strengthening family resilience* (1st ed.). Guilford Press.

Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience* (2nd ed.). The Guilford Press.

Walsh, F. (2020). Loss and resilience in the time of COVID-19: Meaning making, hope, and transcendence. *Family Process, 59*(3), 898–911.

Yang, S., Fichman, P., Zhu, X., Sanfilippo, M., Li, S., & Fleischmann, K. R. (2020). The use of ICT during COVID-19. *ASIS&T,* 57(1). https://doi.org/10.1002/pra2.297