



UNIVERSIDADE  
**CATÓLICA  
DE SANTOS**

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SANTOS  
MESTRADO PROFISSIONAL  
PSICOLOGIA, DESENVOLVIMENTO E POLÍTICAS PÚBLICAS**

**AMANDA SOUZA DE OLIVEIRA CRUZ**

**CONVIVÊNCIA À MESA: PRESENÇA PARENTAL E O  
FORTALECIMENTO DO VÍNCULO FAMILIAR**

**SANTOS**

**2025**

**AMANDA SOUZA DE OLIVEIRA CRUZ**

**CONVIVÊNCIA À MESA: PRESENÇA PARENTAL E O  
FORTALECIMENTO DO VÍNCULO FAMILIAR**

Dissertação e Produto Técnico apresentados à Banca Examinadora da Universidade Católica de Santos, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas.

Orientação Prof.<sup>a</sup> Dra.: Thalita Lacerda Nobre

**SANTOS**

**2025**

[Dados Internacionais de Catalogação]  
Departamento de Bibliotecas da Universidade Católica de Santos  
Viviane Santos da Silva - CRB 8/6746

C957c Cruz, Amanda Souza de Oliveira  
Convivência à Mesa : presença parental e o fortalecimento  
do vínculo familiar / Amanda Souza de Oliveira Cruz  
; orientadora Thalita Lacerda Nobre. -- 2025.  
142 f.  
  
Dissertação (mestrado) - Universidade Católica de  
Santos, Programa de Pós-Graduação stricto sensu em  
Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas,  
2025  
Inclui bibliografia  
  
1. Psicologia. 2. Suporte familiar. 3. Vínculo. 4. Refeições  
em família. 5. Método psicoeducativo. I. Nobre, Thalita Lacerda.  
II. Título.

CDU: Ed. 1997 -- 159.9(043.3)

CRUZ, Amanda S. O. **CONVIVÊNCIA À MESA: PRESENÇA PARENTAL E O FORTALECIMENTO DO VÍNCULO FAMILIAR.** 2025. 141 páginas. Dissertação e Produto Técnico do Programa de Mestrado Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas da Universidade Católica de Santos. Santos, 2025.

Banca Examinadora

Prof. Dr. \_\_\_\_\_

Instituição: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. \_\_\_\_\_

Instituição: \_\_\_\_\_

Prof. Dr. \_\_\_\_\_

Instituição: \_\_\_\_\_

Programa: Programa de Mestrado Profissional em Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas

Área de Concentração: Políticas Públicas

Linha de Pesquisa: Práticas Psicológicas nas Áreas de Saúde e Assistência Social e as Políticas Socioeducacionais.

Dedico esse trabalho à minha família, cuja união ao redor da mesa sempre foi fonte de força, amor e inspiração. Com a esperança de que essa pesquisa sirva de exemplo e incentivo àqueles que também acreditam que o conhecimento floresce onde há apoio e afeto.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus por tudo e por tanto.

Ao meu amado marido Milton da Cruz Jr, por acreditar em mim, mesmo nos momentos mais difíceis em que duvidei da minha capacidade, você me incentivou, abdicou de várias coisas por crer no meu sonho, por me incentivar a continuar pesquisando, sobre o tema da mesa e a conexão familiar, e ser uma experiência vivida no laboratório, dentro do nosso lar.

A sua obstinação, incentivo e parceria são essenciais para o nosso sucesso!

Aos meus queridos filhos Rafael e Victória, que me ensinam a ser mãe e pelos dias e noites de conversas e presença ao redor da mesa!

Agradeço a compreensão e o suporte familiar, das muitas horas de pesquisa, em que estive ausente e meus familiares abriram mão para que pudesse compartilhar a vivência da nossa mesa, com todos que lerem sobre esse trabalho, amo ser esposa e mãe de pessoas tão especiais.

Gratidão eterna pela minha mamãe Alcinda, a sua dedicação, inspiração e suporte como melhor amiga, mãe, avó que sempre me motivou, dizendo que se eu comecei algo precisava ir até o final, e não desistir dos sonhos e propósitos que Deus plantou dentro de mim.

Aos mestres com carinho, agradeço à querida Prof. Dra.: Thalita como orientadora, por ser tão paciente e brilhante em orientar-me em todo o percurso, acolhendo-me em cada momento.

Agradeço também aos meus colegas e professores em especial os da minha banca Dra. Miria e Dra. Marina pelas brilhantes considerações que ajudaram a esculpir este brilhante trabalho de pesquisa.

**Gratidão define o meu coração!**

**“Se é no lar que o coração se forma,  
então é à mesa que ele se conecta”**

Devi Titus

CRUZ, Amanda S. O. **CONVIVÊNCIA À MESA: PRESENÇA PARENTAL E O FORTALECIMENTO DO VÍNCULO FAMILIAR**. 2025. 141 páginas. Dissertação e Produto Técnico do Programa de Mestrado Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas da Universidade Católica de Santos. Santos, 2025.

## **RESUMO**

A pesquisa tem por objetivo analisar se o convívio familiar representado pelo tempo à mesa, impacta no fortalecimento do vínculo entre os seus integrantes. A hipótese formulada é a de que a família, ao estabelecer momentos de interação nas refeições regulares, poderá obter melhoria na percepção de suporte familiar, propiciando a construção do sentimento de segurança e autoestima. O método utilizado foi qualitativo de cunho exploratório, com a intervenção da psicoeducação. Para isso, foram selecionadas famílias, compostas de pais e filhos, que estivessem em atendimento na APASEM (Associação de Promoção e Assistência Social Estrela do Mar), onde a pesquisa foi realizada. Totalizou-se oito encontros, as famílias vivenciaram uma refeição, a cada encontro. No primeiro encontro aplicou-se o Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF). Ao final, o Inventário foi reaplicado como ferramenta consolidada na avaliação das percepções individuais sobre o suporte recebido no contexto familiar, abrangendo aspectos emocionais, adaptativos e de autonomia. Pelos resultados verificados nesse estudo, evidencia-se a relevância na melhoria das dimensões que permitem compreender o funcionamento das famílias, destacando-se três eixos principais que obtiveram mudanças, nos resultados e pontuações conforme o aumento dos encontros e a proposta inserida dentro do cotidiano de cada família como: o afetivo-consciente, a adaptação familiar e autonomia, resultando no aumento e fortalecimento na percepção e do suporte familiar.

**Palavras-chave:** Psicologia, Suporte Familiar, Vínculo, Refeições em família; Método psicoeducativo.



CRUZ, Amanda S. O. **COEXISTENCE AT THE TABLE: PARENTAL PRESENCE AND STRENGTHENING FAMILY BOND.** 2025. 141 pages. Dissertation and Technical Product of the Master's Program in Psychology, Development and Public Policies at the Catholic University of Santos. Santos, 2025.

## **ABSTRACT**

The research aims to analyze whether family life, represented by time at the table, impacts on strengthening the bond between its members. The hypothesis formulated is that the family, by establishing moments of interaction during regular meals, will be able to improve the perception of family support, enabling the construction of a feeling of security and self-esteem. The method used was qualitative and exploratory, with the intervention of psychoeducation, for this purpose, families were selected, made up of parents and children who are receiving care at APASEM (Associação de Promoção e Assistência Social Estrela do Mar), where the research was carried out, totaling ten meetings, the families experienced a meal at each meeting. In the first meeting, the Family Support Perception Inventory (IPSF) was applied. In the end, the Inventory was reapplied as a consolidated tool to evaluate individual perceptions about the support received in the family context, covering emotional, adaptive and autonomy aspects. Based on the results verified in this study, the relevance of improving the dimensions that allow understanding the functioning of families is evident, highlighting three main axes that obtained changes in results and scores according to the increase in meetings and the proposal inserted within the daily life of each family, such as: affective-conscious, family adaptation and autonomy, resulting in an increase and strengthening of perception and family support.

**Keywords:** Psychology, Family Support, Bonding, Family Meals; Psychoeducational Method.

## SUMÁRIO

### APRESENTAÇÃO

### INTRODUÇÃO

<b>1. REDE FAMILIAR: PAPEL FUNDAMENTAL NA SAÚDE E DOENÇA MENTAL.</b>	<b>18</b>
1.1 Breve histórico social familiar .....	19
1.2 Família e sua importância.....	24
<b>2. PSICOEDUCAÇÃO, AFETIVIDADE, ADAPTAÇÃO E AUTONOMIA FAMILIAR</b>	<b>29</b>
2.1 Vínculo e Apego .....	33
2.2 Família à mesa: Símbolo de convivência .....	36
2.3 Vivência à mesa.....	39
<b>3. A PESQUISA .....</b>	<b>40</b>
3.1 Local e período .....	41
3.2 Instrumentos de pesquisa .....	41
3.3 Procedimentos éticos .....	43
3.4 Atividades desenvolvidas.....	43
3.5 Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF) .....	45
3.6 Normas para interpretação .....	50
<b>4. RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>56</b>
<b>RESULTADOS DE AVALIAÇÃO DOS PROTOCOLOS DO IPSF .....</b>	<b>92</b>
<b>DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....</b>	<b>105</b>
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>115</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>120</b>
<b>PRODUTO TÉCNICO .....</b>	<b>125</b>
<b>REFERÊNCIAS PRODUTO TÉCNICO.....</b>	<b>140</b>
<b>ANEXO 1 - IPSF INVENTÁRIO DE PERCEPÇÃO E SUPORTE FAMILIAR .....</b>	<b>142</b>
<b>ANEXO 2 – FOLHAS DE RESPOSTAS PREENCHIDAS .....</b>	<b>144</b>
<b>ANEXO 3 – DESENHOS REALIZADOS NAS ATIVIDADES .....</b>	<b>168</b>

<b>ANEXO 4 - CARTA DE AUTORIZAÇÃO CEP .....</b>	<b>171</b>
<b>ANEXO 5 – LETRA MÚSICA EPITÁFIO .....</b>	<b>175</b>

## **APRESENTAÇÃO**

A presente pesquisa teve origem a partir das inquietações da pesquisadora ao longo de sua formação em Psicologia, especialmente no que tange aos aspectos dos impactos das redes sociais digitais, sobre as interações familiares.

Esse interesse culminou na elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) em 2022, no qual se investigou a correlação entre o aumento do uso dessas plataformas, os desafios de jogos na internet, que resultaram no aumento em suicídios de adolescentes, analisando sobre a redução do tempo de convivência presencial durante as refeições em família.

Refletir sobre o que pode fortalecer no diálogo e na escuta ativa entre pais e filhos, analisando possíveis implicações para o distanciamento afetivo e o enfraquecimento dos vínculos familiares, sobre a influência da internet e do aumento do uso das redes sociais digitais.

Ao iniciar a prática como psicóloga clínica, a pesquisadora identificou um aumento expressivo na demanda por atendimentos de crianças e adolescentes, especialmente em casos relacionados a elevados índices de ansiedade, uso excessivo de dispositivos eletrônicos e participação frequentes em desafios de jogos virtuais.

Ademais, no contexto das orientações parentais, constatou-se uma redução significativa da presença da família durante as refeições, evidenciando um cotidiano cada vez mais acelerado, sobrecarregado de tarefas cotidianas e um possível impacto na qualidade das interações familiares.

Atualmente sendo mãe de dois adolescentes, notou a importância do diálogo e escuta, nessa faixa etária. Esse destaque foi particularmente notável diante das constantes mudanças sociais e do contexto cultural atual, que parecem impactar o bem-estar emocional, e o aumento das demandas compartilhadas na clínica.

A partir dessa experiência como mãe e na prática como psicóloga clínica, em sua maioria da demanda com crianças e adolescentes em atendimento, buscou pesquisar e analisar sobre a temática de vínculo familiar.

## INTRODUÇÃO

Pesquisas e reflexões com as contribuições de psicanalistas, psicólogos e filósofos, nota-se que nas últimas décadas houve uma transformação nas formas de organização familiar, nesse contexto observado, pode levar a um aumento no distanciamento nas relações familiares e interpessoais. A família desempenha um papel fundamental na socialização dos indivíduos. (Cezar-Ferreira, 2004).

No entanto, nas últimas décadas, esse grupo social familiar tem experimentado transformações significativas, decorrentes de fatores como a inserção da mulher no mercado de trabalho, o aumento das separações e contribuições, o crescimento de famílias monoparentais e o aumento das coabitações, entre outros (Allen; Blieszner; Roberto, 2000)

De acordo com Cezar-Ferreira (2004), salienta-se ainda que a qualidade das relações familiares pode estar associada ao ajuste emocional e comportamental entre os membros familiares, e o excesso de tarefas tem exigido um tempo maior dos pais, fora do convívio familiar o que pode ocorrer o distanciamento nas famílias.

Bauman (2001), aponta sobre o enfraquecimento dos relacionamentos pessoais e essa pesquisa sob a ótica da percepção do suporte familiar, pode resultar sobre o uso excessivo da internet e a busca pelas redes sociais digitais podem aumentar esse distanciamento no convívio familiar e assim completar o pensamento sobre o amor liquidificado.

A partir da experiência como psicóloga clínica, a pesquisadora, por meio de estudos e reflexões, com experiências vividas por famílias dentro do consultório, resultou sob um olhar sobre a fragilidade de laços humanos, fortalecendo a ideia de uma tendência, a valorização da exposição da vida cotidiana em detrimento da experiência de convivência, até no meio familiar.

Diante das relações superficiais, ainda segundo Bauman (2001), até mesmo a camada superficial está se tornando algo um pouco comum, em uma sociedade de extrema descartabilidade e excesso da exposição digital atual.

De acordo com Derosa (2022), estudos recentes demonstram que o ato de compartilhar uma refeição em família, pode promover benefícios para a saúde mental

dos membros da família nuclear, além de impactar positivamente o desempenho escolar e outros comportamentos.

No atendimento clínico contudo, um desafio enfrentado pela pesquisadora durante o estudo sobre o tema, foi a escassez de materiais científicos confiáveis que abordassem diretamente o vínculo familiar estabelecido durante as refeições.

O vazio na literatura, sobre o tema da família e o momento das refeições gerou uma inquietação na pesquisadora, que passou a observar a necessidade urgente de mais investigações sobre os aspectos psicológicos e de suporte familiar associados ao momento da refeição.

A maioria dos estudos encontrados relacionava a mesa à nutrição e alimentação ou ainda ao seu papel na decoração e no design de ambientes, mas notou-se uma carência de pesquisa na área da psicologia, sobre o impacto do tempo compartilhado à mesa para o fortalecimento dos vínculos, especialmente no que se refere à presença parental e ao suporte emocional dentro do núcleo familiar.

Entre os poucos estudos científicos relacionados ao tema, destaca-se o *The Family Dinner Project*, (O Projeto Jantar em Família) uma iniciativa sem fins lucrativos, lançada em 2010, desenvolvido e sediado em Boston, na Academia de Psiquiatria do Hospital General Massachusetts.

O projeto em tela, baseado em mais de 20 anos de pesquisa científica, demonstra a importância das refeições em família e explica por que elas são essenciais para o bem-estar familiar. Além disso, o projeto oferece orientações sobre como famílias ocupadas podem incorporar esses momentos de convivência em suas rotinas diárias.

A equipe do *The Family Dinner Project* é composta por profissionais com diversas formações e experiências, incluindo psicologia, educação, terapia familiar, pesquisa, nutrição, serviço social, marketing e comunicação.

A organização opera tanto online quanto em eventos comunitários, com o objetivo de aumentar a frequência e o significado do tempo compartilhado à mesa, além de promover os benefícios de longo prazo associados às refeições familiares.

Por meio do movimento promovido pelo *The Family Dinner Project*, o site oferece uma variedade de sugestões para que as famílias possam criar diferentes oportunidades de se reunirem e compartilharem suas experiências e percepções.

Dessa forma, o projeto visa contribuir de modo que os membros da família se beneficiem com as refeições compartilhadas, promovendo a melhoria na presença parental e qualidade da interação familiar durante as refeições, no fortalecimento dos vínculos familiares, e o aumento da presença parental pode contribuir significativamente para o estreitamento dos laços e suporte familiar.

O suporte familiar, portanto, abrange uma ampla gama de aspectos das interações familiares, refletindo a diversidade e a complexidade das dinâmicas dentro do núcleo familiar.

Baptista (2009) distingue o conceito de suporte familiar da estrutura familiar, que se refere ao número de pessoas que compõem a família, sua disposição e composição. Com base nessa compreensão, o presente trabalho utilizou como ferramenta do próprio autor, o Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF).

O IPSF foi escolhido como um instrumento para verificar a percepção dos indivíduos sobre o suporte emocional recebido dos membros de sua família, o suporte familiar tem sido extremamente reconhecido como um componente crucial para o desenvolvimento e bem-estar do indivíduo.

Baptista (2009) descreve esse suporte como a manifestação de atenção, carinho, diálogo, liberdade, proximidade afetiva, autonomia e independência entre os membros da família.

São essenciais para a construção de um ambiente familiar saudável e equilibrado, diferenciando-se do conceito de estrutura familiar, que está relacionado à quantidade, disposição e composição dos membros familiares.

Enquanto a estrutura familiar é uma definição mais objetiva e externa, o suporte familiar aborda aspectos subjetivos, refletindo a qualidade das interações e das relações previstas dentro do núcleo familiar (Baptista, 2009).

De acordo com Weinstein (2005), o vínculo familiar por sua vez, é afetado por esse novo contexto, e o distanciamento entre os membros da família, e pode se intensificar, mesmo em um ambiente doméstico compartilhado.

Este trabalho de pesquisa observa a dinâmica familiar atual e promove uma reflexão profunda sobre o impacto do vínculo e dessas transformações no bem-estar emocional e social das novas gerações.

Pode-se então analisar a importância de estratégias, que requerem políticas que possam restabelecer a conexão entre os indivíduos, favorecendo o aumento das relações familiares.

Portanto o suporte familiar, tem um papel fundamental em proporcionar ao indivíduo os recursos emocionais necessários para o enfrentamento das adversidades e a promoção do seu desenvolvimento pessoal e social. (Derosa, 2022).

Nesse sentido, é necessário analisar as implicações das formulações de políticas públicas que dizem a respeito do suporte familiar, pois é no âmbito familiar que as marcas podem ser irreversíveis e requerem políticas que contemplem o cuidado, percepção, e o impacto do suporte familiar na vida do indivíduo, das relações familiares sob uma ótica psicossocial.

Este trabalho de pesquisa analisou, de que maneira o convívio familiar, pode promover o fortalecimento dos vínculos entre seus membros.

A hipótese formulada é de que a promoção de momentos de interação durante as refeições diárias em família, tanto no ambiente doméstico quanto nos encontros propostos nesta pesquisa, poderá contribuir para a ampliação da percepção de suporte familiar.

Esse processo pode favorecer o desenvolvimento do sentimento de segurança, afetividade, consistência e autonomia no contexto das relações familiares.

O objetivo geral visa analisar a influência do convívio familiar, representado pelo tempo à mesa, na percepção de suporte emocional, fortalecimento dos vínculos afetivos e desenvolvimento da autonomia no núcleo familiar.

Os objetivos específicos são de investigar a relação entre a frequência das refeições em família e a percepção de suporte familiar por seus membros. Avaliar de que forma a participação em encontros presenciais propostos nesta pesquisa, pode contribuir para o fortalecimento dos laços familiares.



Diante do exposto propor a inserção do tempo compartilhado no convívio familiar, e de que maneira essa prática pode contribuir para o fortalecimento da percepção mútua, o estreitamento dos vínculos afetivos e o aumento do suporte emocional e social entre os membros da família.

No primeiro capítulo são apresentados conceitos e informações acerca do papel da rede familiar nas relações de convivência e sua importância na saúde e adoecimento tendo por base a literatura de área tal como: Cervený (2000), Cezar-Ferreira (2004), Ariès (1981), Weinstein (2005) dentre outros.

No segundo capítulo, é tratada a questão da psicoeducação e o suporte familiar à luz do referencial teórico de partida em relação à importância da psicoeducação familiar na redução da emoção expressa e sobrecarga familiar.

Proposto por Yacubian e Neto (2001) e McFarlane, Belíssimo e Norman (1995) no que tange ao suporte familiar que o evocam como um conjunto de manifestações que envolve afeto, carinho, atenção, diálogo, proximidade afetiva, liberdade e independência entre os membros da família.

No terceiro capítulo, é realizada a discussão dos dados e informações da pesquisa, buscando a articulação entre a sistematização de dados e a discussão teórica norteadora de toda a trajetória.

Nas considerações finais, em uma análise das informações oferecidas no decorrer do material, destacando-se com brevidade os quesitos fundamentais que emergiram da pesquisa.

## 1. REDE FAMILIAR: PAPEL FUNDAMENTAL NA SAÚDE E DOENÇA MENTAL

Segundo Cervený (2000, p.20) "...sob a denominação de família, existe uma pluralidade de composições que incluem: laços sanguíneos, relações não formalizadas por parentesco, família conjugal e extensa, núcleo doméstico e família não legitimada juridicamente, entre outras".

O padrão tradicional de família vem se modificando ao longo dos anos, de acordo com Cervený (2000, p.21) "A família é um grupo social, bem como uma rede de relações. Funda-se na genealogia e nos elos jurídicos, mas se faz convivência social intensa e longa".

Segundo Cezar-Ferreira (2004) destaca que a ausência de uma comunicação eficaz no contexto familiar, pode gerar adoecimento nos membros da família, nota-se que o processo do aumento de vínculos pode ser impulsionado pelo aumento da reflexão, que gera um incremento no diálogo e na escuta, especialmente no ambiente familiar, simbolizado pelo momento, a ser compartilhado ao redor da mesa. Esse espaço de convivência poderá assim, contribuir para o fortalecimento dos vínculos, proporcionando uma presença significativa.

Cervený (2000, p.23) considera família como "um sistema dentro do qual, pessoas vivem no mesmo espaço físico e mantém relações significativas". Nesta visão sistêmica familiar, pode-se dizer que qualquer um de seus membros, bem como seus comportamentos é interdependente dos outros.

A rede familiar como um microuniverso, é a primeira instituição a qual o sujeito tem experiência, e cada membro do sistema influencia e ao mesmo tempo é influenciado. Tais influências mútuas fazem parte do cotidiano da vida das famílias (Cervený, 2000, p. 27).

A partir desse ponto de conexão, nota-se que a família desempenha um papel essencial ao longo do desenvolvimento humano, oferecendo respaldo e apoio durante todos os ciclos de vida.

A família tem um papel fundamental na obtenção da saúde mental através das relações afetivas e por outro ângulo social, a presença de adultos confiáveis e o exercício da autoridade asseguram o convívio democrático entre os sujeitos na sociedade.

Os vínculos familiares são os laços afetivos que as crianças estabelecem com os seus cuidadores, pode ser pensado como agente de proteção frente ao risco a doenças mentais (Cervený, 2000).

É no grupo familiar que a pessoa vai receber a transmissão de valores, crenças e mitos, desenvolver uma missão de mundo e começar a adquirir seu conhecimento tácito. E esse conhecimento advindo da infância e mesclado, mais tarde a outros conhecimentos adquiridos pelo indivíduo terá peso significativo nas ações e relações de sua vida. (Cezar- Ferreira, 2004, p.31)

A partir da citação acima, pode-se refletir que a família constitui uma base fundamental para a formação dos valores e da identidade de cada indivíduo, sendo os conhecimentos adquiridos ao longo da vida profundamente influenciados pelas experiências vividas no contexto familiar.

Nesse sentido, destaca-se que a família é um dos principais meios responsáveis pelo conhecimento da personalidade da criança, principalmente no âmbito de sua infância. Esse processo de aprendizagem, que começa na infância, se estende ao longo da vida, sendo moldado pelas ações da criança e pelas interações com aqueles que a cercam.

Portanto, esse primeiro modelo de referência é essencial para a proteção e a socialização do indivíduo, sendo a família o principal ambiente que contribui para a formação do ser humano na sociedade.

Pais ou figuras parentais desempenham um papel crucial, funcionando como modelos de referência, ensinando à criança a distinguir entre a fantasia e a realidade (Cezar-Ferreira, 2004).

## **1.1 Breve histórico social familiar**

Philippe Ariès (1981) foi um historiador francês conhecido por suas contribuições significativas no campo da história social, especialmente no que se refere à infância e à evolução das relações familiares, em sua obra "História Social da Criança e da Família".

Argumenta que, durante a Idade Média e o início da Idade Moderna, as crianças eram, em grande parte, tratadas como “pequenos adultos”, sem a concepção de infância protegida e distinta que temos hoje.

De acordo com Ariès (1981), ao analisar a história social da criança e seu contexto familiar, observa-se que, durante o século XVII, a mulher e as crianças foram significativamente desvalorizadas na sociedade.

Nesse período, após as crianças se afastarem dos cuidados das amas, foram rapidamente inseridas na vida adulta, o que resultou em um vínculo familiar caracterizado pela ausência de manifestações afetivas entre pais e filhos.

A elevada taxa de mortalidade infantil na época também contribuiu para essa falta de investimento emocional nas relações familiares, sendo o vínculo entre mãe e filho pouco questionado.

Observa-se que no século XVII, a figura da criança era pouco valorizada e, após o afastamento dos cuidados das amas, as crianças eram rapidamente inseridas no mundo adulto. O afeto entre pais e filhos, nessa época, era escasso, o vínculo entre mãe e filho foi pouco questionado durante este período, pois a alta mortalidade infantil tornou o investimento emocional nas crianças mais limitado.

Contudo, a partir do século XVIII, observou-se uma transformação na forma de enxergar a infância, com as crianças passando a ser reconhecidas e diferenciadas, o que marcou o início de uma valorização maior tanto do indivíduo infantil quanto adulto.

No entanto, as crianças passaram a ser vistas como indivíduos com necessidades próprias, e a ideia de uma infância protegida, distinta da vida adulta, começou a se formar. Nesse novo olhar para a infância culminou em uma valorização crescente do afeto familiar e do cuidado parental, alterando profundamente as dinâmicas familiares e a compreensão sobre o desenvolvimento infantil.

A análise de Ariès (1981), propõe uma reflexão profunda sobre como as concepções sociais e culturais relacionadas à infância e à família evoluíram ao longo do tempo, moldando a forma como os indivíduos e as sociedades percebem e estruturam essas relações, as transformações nas percepções da infância, desde a Idade Média até a modernidade, refletiram mudanças significativas nas estruturas sociais e nos valores culturais.

Ao considerar essas transformações, o referido autor oferece uma visão crítica das dinâmicas familiares, ajudando a compreender o impacto dessas mudanças na formação da identidade e do desenvolvimento humano, dentro dos contextos históricos e culturais (Ariès,1981).

Na continuação dessa reflexão, e no decorrer de estudos sobre a temática da família em séculos passados, observou-se pela literatura do Declínio e Queda do Império Romano, comentário completo onde o historiador inglês Edward Gibbon (1788), no início da era moderna relata que as bases de uma grande civilização sucumbem, quando o enfraquecimento começa dentro do construto família.

Segundo Edward Gibbon (1788), o início da lista de fatores que favorecem para a queda do império, que é citado pelo Edward apud Titus (2015, p.20), “Corrosão da dignidade do lar, a base para a sociedade humana, a família”, os maiores impérios do mundo não foram derrotados pela força política ou militar de outros povos, mas sim porque se tornaram vulneráveis ao negligenciar o que acontecia dentro de seus próprios lares.

A desconexão entre os membros da família, a ausência e a falta de contato entre filhos e familiares, resultaram em um enfraquecimento das bases sociais e culturais, comprometendo a coesão interna das sociedades.

Isso ilustra a importância do vínculo familiar e da presença dos pais como elementos fundamentais para a estabilidade e o fortalecimento das estruturas sociais, demonstrando, portanto, como a desconexão familiar pode ter efeitos devastadores.

De acordo com Weinstein (2005), nota-se que referido o tempo à mesa as práticas e preferências alimentares durante a infância encontram-se fortemente condicionadas pelo ambiente familiar.

O simples ato de partilhar refeições regulares em família no contato, face a face e olhar nos olhos, especialmente por se tratar na família como o primeiro espaço de socialização, no qual os comportamentos alimentares são aprendidos e incorporados, junto ao comportamento social e a criação de afetos, vínculos sociais, comendo, conversando juntos ao redor da mesa, fortalecendo vínculos e gerando identidade através da igualdade na empatia compartilhada (Weinstein 2005).

Titus (2015), descreve que no lar não é uma mera estrutura física, onde se vive uma família, vista apenas como um teto, mas o lar é afeto, criação de vínculos familiares e laços do lar como parte central das nossas vidas.

A refeição pode ser um lugar acolhedor, onde os membros da família constroem relacionamentos saudáveis uns com os outros, aprendem, riem, discutem relacionamentos, e crescem juntos, desenvolvendo um senso de identidade e comunidade que forma a base para a sociedade.

De acordo com Cezar-Ferreira (2004), o desenvolvimento humano é profundamente influenciado pelos comportamentos familiares, sendo que tanto os comportamentos saudáveis quanto os não saudáveis podem impactar de forma significativa o bem-estar dos membros da família.

Segundo o autor afirma, quando uma família é caracterizada pela falta de diálogo, escuta, afeto e atenção, esses déficits podem gerar um distanciamento entre os pais e os filhos, que, muitas vezes, persiste durante a adolescência e até na vida adulta.

Cezar-Ferreira (2004) destaca que a ausência de uma comunicação eficaz e de vínculos afetivos sólidos no contexto familiar pode contribuir para o adoecimento emocional e psicológico dos indivíduos.

Nesse sentido, a análise das configurações familiares atuais, à luz desse entendimento, permite observar como a falta de conexão emocional e a deficiência no suporte familiar podem afetar o desenvolvimento e a qualidade de vida das pessoas, destacando a importância do fortalecimento dos laços familiares para o bem-estar psicológico e social.

De acordo com Cezar-Ferreira (2004), enquanto espaço de formação de valores, normas e comportamentos, a família tem um papel fundamental na construção das primeiras relações sociais da criança, o que impacta diretamente sua inserção e adaptação ao mundo exterior.

Observar e analisar como se configuram as famílias na atualidade, especialmente no que tange à sua importância como o primeiro meio de socialização da criança.

A família, como núcleo primordial de convivência social, oferece à criança a base inicial para compreender o que constitui a vida em sociedade.

Nesse contexto, pretende-se avaliar como as diferentes estruturas familiares – seja a família nuclear, modelo predominantemente na sociedade contemporânea, ou outras formas de organização familiar – influenciando o desenvolvimento social e psicológico dos indivíduos (Cezar-Ferreira, 2004).

Portanto, compreender as configurações familiares e atuais suas variações são essenciais para entender como as crianças aprendem a interagir com a sociedade, e como diferentes arranjos familiares.

Samara (2002), relata o que mudou na família brasileira e suas novas configurações desde a colônia até o início do século XXI, relacionou que apesar das variações nos modelos familiares, o dominante era o de famílias extensas baseadas nas relações patriarcais.

Com o passar dos anos, ficou evidente como as mudanças econômicas, especialmente a partir do século XVIII, afetaram o conjunto da sociedade, provocando mudanças no desenvolvimento psicossocial e no estilo de vida de seus habitantes.

Esse período foi marcado por uma evolução significativa das populações, costumes e etnias, refletindo uma sociedade cada vez mais diversa e complexa, que se tornou mais difícil de controlar devido à mistura de raças e origens distintas, o pátrio poder que era, portanto, a pedra angular da família e emanava do matrimônio.

No Brasil, assim como na sociedade portuguesa até o século XIX, o gênero também exercia influência nas relações jurídicas e a autoridade do chefe da família e não significa que esses papéis, necessariamente, devessem existir dentro da rigidez com que estavam sendo vivenciadas, dentro da família (Samara, 2002).

As mudanças econômicas que ocorreram a partir dessa época tiveram um impacto profundo no conjunto da sociedade, provocando mudanças graduais tanto no estilo de vida quanto nas condições físicas e psicológicas de seus habitantes.

A transformação dos sistemas produtivos, o crescimento das cidades, a evolução das relações de trabalho e as mudanças nas estruturas familiares geraram novos desafios e oportunidades.

De acordo com Samara (2002), esses fatores citados acima moldaram a maneira como as pessoas viviam, trabalhavam e interagiam, influenciando diretamente seu bem-estar físico e psicológico, as pressões econômicas, como o aumento da urbanização e da industrialização, trouxeram consigo novos modos de vida, mas também desenvolvidos para o surgimento de questões de saúde mental, estresse e alienação.

Essas transformações econômicas, ao remodelarem a sociedade, geraram um processo contínuo de adaptação que afetou as dinâmicas pessoais e familiares, gerando um impacto na sociedade.

Samara (2002), no que tange o papel reservado aos sexos e à rígida divisão de tarefas e incumbências, gerando uma nova forma de organizar a família, essas novas formas de organizações foram também alternativas importantes de emprego para as mulheres por permitir a combinação das atividades domésticas com o trabalho remunerado, até a atualidade.

## **1.2 Família e sua importância**

Conforme exposto por Cervený e Berthoud (2009), a família é estimada, valorizada e responsabilizada tanto pelo sucesso quanto ao fracasso de seus membros. Sua principal função é formar novas gerações de indivíduos de cidadãos.

De modo geral, a sociedade concebe a família de forma muito positiva, colocando-a como uma instituição muito importante, acima da Igreja e do Estado.

De acordo com Eisenstein (2013), no decorrer dos anos, refletindo sobre o modo de ser do ser humano e suas configurações familiares e o avanço da sociedade, observando os meios de comunicação digital, que tem sofrido grandes impactos positivos e negativos a respeito ao afastamento afetivo, no âmbito familiar na atualidade, os impactos positivos apontam, a tecnologia pode estar causando o maior distanciamento físico entre pais e filhos.

Santos (2005), relata sobre a importância que as redes sociais digitais podem facilitar a comunicação em qualquer lugar e hora, porém no aspecto negativo gera distanciamento quando estão dentro da própria casa, pode resultar na falta de diálogo



e escuta, no decorrer da análise dessa presente pesquisa, observar se pode ser o tempo dedicado da família à mesa, um objeto representativo que gere o aumento do vínculo entre os seus membros.

No âmbito familiar, surge a necessidade de pausar e refletir sobre a importância de oferecer a cada membro seu espaço de amor incondicional e de união, qualidades fundamentais atribuídas ao âmbito familiar.

A família, além de ser o ambiente natural para a formação do indivíduo, é também o principal espaço de referência pessoal e o lócus onde ocorre a construção da identidade (Cervený e Berthoud, 2009).

Esses aspectos ressaltam a expectativa significativa que a sociedade deposita na família, visto que ela desempenha um papel essencial no desenvolvimento emocional, social e psicológico de seus membros.

Conforme apontado por Cervený e Berthoud (2009), a família é considerada o alicerce que sustenta a formação de um ser humano completo, sendo, portanto, um pilar crucial para o equilíbrio e a integração social do indivíduo.

Portanto a reflexão sobre o papel da família, nesse sentido, é fundamental para compreender como ela contribui para o crescimento e a adaptação dos indivíduos.

De acordo com Minuchin (1990), é no grupo familiar onde o primeiro ambiente psicossocial é formado, resultando no desenvolvimento da personalidade de um ser humano. Sendo um modelo das relações a serem estabelecidas com o mundo, pois é na família que se desenvolvem as identidades pessoal e social.

Dessa forma, no âmbito familiar são constituídos os sentimentos de persistência, independência e autonomia, baseados em um processo de diferenciação, que permite a consciência de si mesmo como diferente e separada um do outro.

Pratta e Santos (2007), a família passou por um processo de transformações econômicas trabalhistas, alterações de dinâmicas do papel parental, industrialização, avanço tecnológico, até mesmo o hábito alimentar passou a ser, mais rápido e com outros símbolos e significações a partir da segunda metade do século XX, notou-se que a rotina precisou ser reorganizada, diante das mudanças sociais.

Santos (2005), com os avanços da sociedade moderna, observa-se que o diálogo entre pais e filhos é essencial para uma comunicação eficaz dentro da família, promovendo relacionamentos saudáveis.

Essa reflexão e diálogo não apenas fortalece os laços familiares, mas também se expande para outras esferas sociais, como as relações no ambiente escolar. No entanto, quando esse diálogo é negligenciado por motivos como abandono, falta de tempo ou atenção, a comunicação familiar é interrompida, gerando um distanciamento progressivo.

Eisenstein (2013), a ausência de comunicação e o distanciamento afetivo têm sérias repercussões no desenvolvimento emocional e social dos indivíduos, impactando diretamente suas interações com os outros e nos relacionamentos familiares, pode gerar uma carência emocional significativa, especialmente quando há um distanciamento no olhar, na escuta e na interação direta entre pais e filhos.

De acordo com Romanelli (2006), a prática alimentar situa-se na esfera da cultura e tem inúmeros significados sociais e emocionais, e esse afastamento pode resultar em relacionamentos superficiais e fragilizados, nos quais os laços afetivos são enfraquecidos, com a falta de comunicação presencial, sendo fundamental para o desenvolvimento de vínculos profundos.

Embora atualmente as interações online possam parecer uma forma de conexão, muitas vezes substituem os momentos de presença física, agravando o isolamento tanto social quanto emocional. Isso pode resultar em uma desconexão entre os membros da família, prejudicando o fortalecimento dos laços afetivos e a construção de uma base sólida de apoio emocional dentro do núcleo familiar.

Dutra (2012), na pesquisa sobre o aumento de suicídios entre os universitários, relata sobre o vazio existencial da maioria dos jovens, na contemporaneidade, trazendo uma reflexão do ser humano que pode se ver perdido em meio a tantas informações, mudanças e a superexposição de corpos, as transformações ocasionadas pelo desenvolvimento das redes sociais, que contribuem para que o indivíduo se afaste cada vez mais da sua subjetividade e essência diante da comparação.

Eisensten (2013), retrata sobre o aumento de doenças psíquicas, podendo ser gerado da necessidade do excesso de aprovação do outro, onde pode ser a falta de diálogo e escuta que não foi estabelecida dentro da família.

Dessa decorrência reflete na ausência da presença da presença parental na atualidade, o excesso de informações trazidas pela internet e o tempo em que permanecem conectados no mundo virtual e à excessiva exposição de intimidade, muitos têm buscado no imediatismo da internet o prazer e a visibilidade naquele universo (Allen, 2000).

Titus (2015), relata a importância de estabelecer relacionamentos profundos com o diálogo e escuta entre pais e filhos, e acrescenta que um dos motivos que faz com que as pessoas acessem as redes sociais virtuais com tanta frequência é a ideia de sentirem importantes, e poder ter mais de uma identidade.

Segundo Allen (2000), as redes sociais virtuais são possíveis representar, fantasiar e agir de maneira distinta da vida real, e tem aumentado o excesso de conexão virtual, resultando na diminuição do vínculo familiar.

Na presente pesquisa, observa-se uma crescente necessidade de atenção à forma como a internet, por meio do ambiente virtual, pode estar por vezes substituindo o contato e a presença de pessoas reais nas interações familiares. Isto levanta a questão da falta de apego e dos vínculos familiares, que são fundamentais para o desenvolvimento humano.

Romanelli (2006), retrata que o vínculo que é estabelecido no ato de alimentar-se, está relacionado a diversos significados, diversas maneiras afetivas e na relação que se constitui com o outro.

Segundo Strong (2004), numa pesquisa realizada pelo *chef* francês Escoffier, em 1914, observou uma tendência a velocidade observada para o advento da TV, telefone e o avanço da tecnologia nos espaços domésticos, a análise aponta que, na sociedade contemporânea, a “presença” da família tem sido cada vez mais substituída por “presentes”, de atenção e afeto por bens materiais.

Essa substituição pode comprometer o estabelecimento de vínculos reais, que são essenciais para o fortalecimento das relações familiares e o desenvolvimento de apego emocional das crianças.

De acordo com Meira & Centa (2003), as famílias que sofreram influências de elementos econômicos e sociais, gerando variações de comportamento e dos valores dos membros familiares, gerou as modificações socioculturais que atingiram as rotinas dos indivíduos, e todos os elementos presentes nesse contexto dos hábitos cotidianos, diminuindo os vínculos familiares.

Baptista (2009), utilizou no IPSF três dimensões (Afetividade, Consistência e Autonomia familiares), e assim poder ser obtida uma avaliação mais específica da percepção do suporte familiar, onde iremos explorar mais sobre o tema.

Portanto, nota-se que a presente pesquisa pode resultar em uma nova reorganização familiar, que implica em novos hábitos e comportamentos como um processo educativo psicológico.

Resultando através da psicoeducação que pode ser inserida através de políticas públicas, gerando novas consequências emocionais e comportamentais, que veremos nos próximos capítulos.

## **2. PSICOEDUCAÇÃO, AFETIVIDADE, ADAPTAÇÃO E AUTONOMIA FAMILIAR**

Weinstein (2005), em seus estudos/pesquisas realizados pelo Centro Nacional de Vícios e Abuso de Substâncias da Universidade de Columbia, nos Estados Unidos, revelou que jovens que se alimentam com suas famílias pelo menos cinco vezes por semana enfrentam menos problemas relacionados à ansiedade, tédio ou falta de interesse.

De acordo com Weinstein (2005), sugere que, ao longo do tempo, a presença física dos pais nas dinâmicas familiares, tem sido progressivamente diminuída, diminuindo assim a adaptação familiar, com consequências diretas no fortalecimento ou enfraquecimento dos laços afetivos e emocionais, nesse contexto nota-se que a mesa, pode ser a representação de uma psicoeducação inserida no âmbito familiar.

Segundo Yacubian e Neto (2001), a psicoeducação pode envolver a transmissão de informações sobre o transtorno, estratégias de manejo, medicamentos e terapias disponíveis, além de promover a discussão e a troca de experiências entre os participantes, é um processo educativo psicológico, que tem demonstrado em diferentes meta-análises realizadas nos últimos anos, as intervenções psicoeducativas em grupos de famílias que são muito eficazes em termos quantitativos e qualitativos.

Através desta pesquisa, notou-se que a psicoeducação se torna relevante na contemporaneidade, quando as transformações têm prejudicado a convivência em família em especial as refeições.

O método psicoeducativo dessa pesquisa nos pais/responsáveis, resultou na diminuição da sobrecarga familiar e a emoção expressa. O que vai de encontro ao referido por diversos autores em relação à importância da psicoeducação familiar na redução da emoção expressa e sobrecarga familiar (Yacubian e Neto, 2001).

McFarlane, Belíssimo e Norman (1995) conceituam o suporte familiar como um conjunto de manifestações que envolve afeto, carinho, atenção, diálogo, proximidade afetiva, liberdade e independência entre os membros da família. Essa construção é considerada multidimensional e de operacionalização complexa, devido à ausência de uma definição consensual na literatura.

A presente pesquisa buscou investigar de que maneira o vínculo familiar, pode fortalecer afetividade, com o projeto proposto da psicoeducação sendo um processo que combina informações teóricas e práticas para auxiliar as famílias no desenvolvimento de habilidades emocionais, comportamentais e comunicativas, com o objetivo de fortalecer os vínculos familiares.

**Afetivo-Consciente:** Essa dimensão avalia os laços emocionais no núcleo familiar, incluindo a empatia, o acolhimento e a expressão de afeto entre os membros. Famílias que apresentam índices elevados nesse aspecto oferecem um ambiente emocionalmente seguro, favorecendo o fortalecimento de vínculos e o sentimento de pertencimento (Baptista, 2009).

**Adaptação Familiar:** Refere-se à capacidade do sistema familiar de lidar com adversidades e mudanças de forma flexível e resiliente. Um escore alto nesta dimensão sugere uma estrutura familiar coesa, que é capaz de adotar estratégias eficazes para superar desafios, promovendo estabilidade emocional e funcionalidade no grupo (Baptista, 2009).

**Autonomia:** Essa dimensão avalia o equilíbrio entre o suporte familiar e a promoção da independência dos indivíduos. Altos índices de autonomia indicam que o ambiente familiar favorece a autoconfiança e a capacidade de tomada de decisão, ao mesmo tempo que oferece suporte emocional e relacional quando necessário (Baptista, 2009).

Observando os temas acima expostos como o afetivo-consciente, adaptação familiar e autonomia, resulta na diversidade de interações e formas de apoio que podem incluir o suporte familiar exige um entendimento que abarque suas diferentes dimensões, o que é fundamental para uma análise precisa e abrangente das especificidades em estudos e intervenções clínicas (Yacubian e Neto, 2001).

Weinstein (2005), as refeições em família oferecem uma oportunidade valiosa para os pais se dedicarem ao bem-estar emocional de seus filhos, criando um ambiente propício para o vínculo afetivo. A autora destaca que a mesa de jantar é o local ideal para os pais oferecerem atenção e apoio aos filhos de maneira informal, criando um ambiente propício para a integração no âmbito familiar.

A pesquisadora, ao conduzir este estudo, propõe que uma das formas de fortalecer os laços familiares pode ser o tempo compartilhado ao redor da mesa, visto como um espaço simbólico de convivência que nutre o vínculo familiar.

Destaca a importância da família como o primeiro contexto de socialização, onde as relações de convívio e o vínculo afetivo são moldados, especialmente dentro do ambiente doméstico, com aumento da comunicação afetiva e escuta ativa, com construção de rotinas familiares que incluam momentos de convivência, como refeições em família e brincadeiras conjuntas.

Bauman (2004) propõe uma reflexão sobre as transformações nas relações humanas, apontando que os laços sociais na sociedade contemporânea não mais se fundamentam em comunidades, mas em redes, na correlação do autor, na percepção do vínculo e do suporte familiar, observa-se que os relacionamentos atuais são entendidos como conexões, as quais podem ser formadas, desfeitas e refeitas a qualquer momento.

Os indivíduos, nesse contexto, encontram-se constantemente dispostos a conectar-se e desconectar-se conforme sua vontade, o que implica uma dificuldade crescente em manter laços duradouros.

Segundo Bauman (2004), embora as redes sociais representem uma nova maneira de estabelecer contatos e criar vínculos, elas não favorecem um diálogo genuíno, uma vez que é fácil permanecer em círculos de pessoas com visões divergentes, evitando assim confrontos e divergências.

Ainda na esteira do exposto por Bauman as redes são sustentadas por dois processos fundamentais: conectar e desconectar. O contato, especialmente no ambiente virtual, pode ser rompido diante do primeiro sinal de descontentamento, refletindo uma das características centrais da "sociedade líquida", que se caracteriza pela fragilidade das relações.

A reflexão sobre a nova configuração das famílias e a era digital levanta questões profundas sobre as mudanças nos vínculos familiares, e as dinâmicas de convivência na sociedade contemporânea.

A ideia de uma "sociedade líquida", proposta pelo sociólogo Zygmunt Bauman, é relevante, pois ele descreve a modernidade líquida como uma época caracterizada

pela flexibilidade, instabilidade e falta de compromissos pacíficos, o que reflete diretamente nas relações familiares e no papel dos pais.

Segundo Kellner (2001), relata que no contexto atual, as novas gerações estão imersas no universo digital, criando uma desconexão entre os vínculos presenciais, crianças e adolescentes, muitas vezes, estão mais conectados ao mundo virtual do que ao mundo físico em suas casas.

Interações mediadas por telas e redes sociais, isso pode gerar um distanciamento emocional, já que as relações digitais podem ser superficiais e cuidadosas de um contato genuíno.

Atualmente muitos pais, baseados na lógica do consumo, da produtividade e das expectativas sociais, acabam se distanciando fisicamente de seus filhos, seja por longas jornadas de trabalho ou pela priorização de metas pessoais e profissionais.

Conforme descrito por Bauman (2004), a busca incessante por sucesso e por padrões de consumo pode fazer com que o tempo real seja escasso, o que pode refletir em um vazio emocional e afetivo.

De acordo Kellner (2001), adaptação familiar é um desafio, em análise das transformações sociais, culturais e tecnológicas que caracterizam a sociedade pós-moderna, busca-se refletir e compreender os fatores que contribuem para o afastamento entre pais e filhos.

Refletindo sobre as implicações desse distanciamento no processo de socialização e no desenvolvimento subjetivo das novas gerações. Nota-se uma aparência da desconexão familiar, que se observa especialmente nas interações entre pais e filhos, está intimamente relacionada à influência da vida cotidiana e à crescente no ambiente digital (Kellner 2001).

Podemos notar, que a adaptação familiar se refere à capacidade da família de lidar com as mudanças e desafios, como novas fases de desenvolvimento infantil, e assim estimular a flexibilidade e o apoio mútuo dentro da família

Assim, no cenário contemporâneo, o excesso de compromissos profissionais e a busca por uma produtividade incessante, pode resultar em uma deficiência de tempo e atenção dedicada aos filhos, o avanço da globalização digital e a popularização das



tecnologias de comunicação transformaram a estrutura de linguagem e interação social (Kellner 2001).

Segundo Weinstein (2005), o sujeito contemporâneo, inserido na era digital, está sujeito a uma comunicação globalizada, onde a circulação de palavras, sons e imagens transcende as barreiras físicas e geográficas, refletindo sobre a subjetividade, poder ser moldada por uma linguagem de identidade universal que não apenas interage com o indivíduo, mas também influencia as relações interpessoais e familiares.

Portanto no ambiente digital, ao proporcionar uma integração global instantânea, pode assim promover uma nova forma de socialização, mas também contribui para a erosão da proximidade física e emocional (Weinstein, 2005).

A presente pesquisa aponta para a necessidade de um olhar mais atento às transformações sociais e suas repercussões no campo da subjetividade, o sujeito em formação, enfrenta um cenário de múltiplas influências digitais e culturais, que reconfiguram suas formas de comunicação, de pertencimento e de afeto.

## **2.1 Vínculo e Apego**

Segundo Bowlby (1969), o apego é um sistema comportamental inato que visa garantir a proximidade e segurança com figuras de apego (geralmente pais ou cuidadores) em situações de ameaça ou desconforto o apego é considerado um mecanismo básico do ser humano, sendo um comportamento biologicamente programado, como o mecanismo de alimentação e da sexualidade, sendo um sistema de controle homeostático, que funciona dentro de um contexto de outros sistemas de controles comportamentais.

Bowlby (1969), relata que o apego não é uma necessidade aprendida, mas sim uma tendência biológica presente desde o nascimento, assim como em outras espécies mamíferas. A proximidade com a figura de apego garante a segurança e proteção, fatores cruciais para a sobrevivência, especialmente na infância.

A figura de apego fornece um ambiente seguro, permitindo que a criança explore o mundo ao seu redor e desenvolva confiança em suas interações, enfatiza

que a figura de apego não precisa ser necessariamente a mãe biológica, mas sim qualquer pessoa que forneça cuidados e proteção (Bowlby, 1969).

O significado do apego na vida dos seres humanos, envolve o conhecimento de que uma figura de apego, que está disponível e oferece respostas, proporcionando um sentimento de segurança que é fortificador da relação, entre os seres humanos, gerando o vínculo (Bowlby, 1969).

Ramires & Schneider (2010), no relacionamento da criança com os pais é instaurado por um conjunto de sinais inatos do bebê, que demandam proximidade, com os anos, notou-se ao decorrer do tempo, que um verdadeiro vínculo afetivo se desenvolve, garantido pelas capacidades cognitivas e emocionais da criança, assim como pela consistência dos procedimentos de cuidado, pela sensibilidade e responsividade dos cuidadores.

Por isso, um dos pressupostos básicos da teoria do apego, é de que as primeiras relações de apego, estabelecidas na infância, afetam o estilo de apego do indivíduo ao longo de sua vida com todos os relacionamentos estabelecidos, a teoria do apego, ou teoria da vinculação, é uma teoria que descreve certos aspectos dos relacionamentos entre humanos e outros primatas.

Segundo Bowlby (1969), acredita que o apego é inato e que os seres humanos tendem a buscar instintivamente relações que possam criar vínculos úteis para si próprios e para os outros, para os bebês, estes vínculos são essenciais para a sua sobrevivência, o apego é um comportamento que resulta numa pessoa alcançar e manter proximidade com outra pessoa, considerada mais capaz de lidar com o mundo.

Segundo o autor as figuras de apego podem ser pais, mães, avós, tios, educadores, entre outros. Os bebês apegam-se a adultos que são sensíveis e receptivos às relações sociais com eles, e que permanecem como cuidadores compatíveis durante um período de cerca de seis meses a dois anos de idade.

Bowlby (1969), também destaca que, com base nas experiências de apego, a criança desenvolve um modelo interno de funcionamento, ou seja, uma representação mental de como os relacionamentos funcionam, influenciando seus relacionamentos ao longo da vida. Os sistemas comportamentais incluem não somente manifestações externas, mas também uma organização interna, a qual presume-se que tenha raízes

nos processos neurofisiológicos. Essa organização interna é objeto de mudança e desenvolvimento, não apenas sob orientação genética, mas também pelas influências do ambiente.

Observou-se que o apego, como mecanismo básico do ser humano, mostra o quanto a presença parental pode então se fazer necessária para o fortalecimento do vínculo familiar, sendo o apego-cuidado um tipo de vínculo social baseado no relacionamento complementar entre pais e filhos

De acordo com Bowlby no desenvolvimento, a criança corresponde uma habilidade de representação mental, denominada modelo interno de funcionamento, que engloba as experiências da infância, às percepções do ambiente, de si mesmo e das figuras de apego, através dos cuidados da sensibilidade e da responsividade dos cuidadores.

Referindo às ações de uma pessoa para alcançar ou manter proximidade com outro indivíduo, considerado mais apto para lidar com o mundo. A função deste comportamento é biológica e corresponde a uma necessidade de proteção e segurança, nota-se através dessa pesquisa a correlação dos vínculos descritos por Bowlby, para os vínculos estabelecidos nos momentos das refeições à mesa.

Titus (2017), retrata sobre a importância de estabelecer o vínculo e apego no tempo de qualidade e presença ao redor da mesa, onde cada um renuncia ao seu tempo, disponibilizando os encontros oferecidos, e poder assim gerar aumento do vínculo entre seus integrantes, autora reflete sobre o momento à mesa, como uma memória estabelecida e a criação de vínculos.

Há dois tipos de fatores que podem interferir na ativação do sistema de comportamento do apego os relacionados às condições físicas e temperamentais da criança, e os relacionados às condições do ambiente (Bowlby, 1969).

Bowlby (1969), onde a interação desses dois fatores é complexa e depende da estimulação do sistema de apego são estabelecidos desde a infância até a vida adulta.

Estes incluem a saúde física da criança, seu temperamento e sua experiência passada com o cuidador. Por exemplo, uma criança que esteja doente ou muito cansada pode estar mais propensa a buscar conforto do cuidador, enquanto uma

criança com um temperamento mais resistente pode não apresentar a mesma necessidade (Bowlby, 1969).

Segundo Bernardi (2017), estes incluem a presença e responsividade do cuidador, a disponibilidade de um ambiente seguro e a presença de outros cuidadores ou figuras de apego. Se o cuidador estiver ausente ou não for responsivo, ou se o ambiente for perigoso, a criança pode apresentar mais ansiedade e buscar mais o apego ao cuidador.

Portanto através dos cuidados da sensibilidade e da responsividade dos cuidadores vai se desenvolvendo um vínculo afetivo, iniciando dentro da família em que a criança é estimulada desde que nasce (Bernardi, 2017).

## **2.2 Família à mesa: Símbolo de convivência**

Papalia e Martorell (2022), relatam sobre o desenvolvimento humano, retratam que para entender a criança na família, precisamos olhar para a família no ambiente em seu clima e estrutura, em seus níveis mais amplos de influência, incluindo o trabalho e o nível socioeconômico dos pais, e tendências sociais, como urbanização, alteração no tamanho da família, divórcio e novo casamento, todos esses quesitos ajudam a formar o ambiente familiar e, portanto, o desenvolvimento da criança.

Segundo Macedo (1994), ao refletir sobre o tema da família no período das refeições, observa-se que crianças em idade escolar passam mais tempo na escola e envolvidas com os estudos e menos tempo nas refeições com a família, analisando sobre a infância e do desdobramento do desenvolvimento humano o tempo e a atenção estabelecida para a criança são fundamentais.

Sendo assim, se desenvolve um vínculo afetivo, nesse sentido mostra primordial a figura de pais no papel do desenvolvimento e crescimento do indivíduo, e na criação de vínculos no decorrer de sua vida.

Titus (2015), traz muitas inquietações e provocações, seria a experiência da mesa junto com a família, o simples ato de partilhar refeições regulares, algo absolutamente vital para a saúde mental e física da estabilidade emocional da família e da sociedade?

No que tange o ambiente familiar, a criança aprende a administrar e resolver os conflitos, a controlar as emoções, a expressar os diferentes sentimentos que constituem as relações interpessoais, a lidar com as diversidades e adversidades da vida, (Wagner, Ribeiro, Arteché & Bornholdt, 1999).

Nesse contexto perpassa por meio das interações familiares, que se concretizam as transformações nas sociedades que, por sua vez, influenciarão as relações familiares futuras, caracterizando-se por um processo de influências bidirecionais, entre os membros familiares e os diferentes ambientes que compõem os sistemas sociais, sendo preponderante para o desenvolvimento da pessoa, durante toda a sua vida.

Segundo Romanelli (2006), partindo do pressuposto que uma das necessidades naturais humanas é a fome, e que impulsiona a motivação de alimentar-se a satisfazer pela ingestão de alimentos, de forma que assegure a existência humana.

Através dessa pesquisa de forma tanto representativa quanto concreta buscou-se refletir se pode ser a mesa, um dos meios de conexão da família moderna, gerando reflexo na constituição do sujeito, sobre a formação de vínculos que se dá através da percepção e do suporte familiar, e o quanto é importante a presença ativa dos pais e cuidadores desde a infância.

Titus (2017), relata que aquilo que envolve a presença de todos: “estar a mesa”, e participar ativamente no decorrer do dia a dia, com o aumento de diálogo, escuta, olhares, tempo de qualidade, vários fatores que comprovam que o vínculo que se mantém e se fortalece através das relações, pode ser a mesa uma das representações de vínculo seja com as refeições, jogos de tabuleiro, diversão e outras possibilidades que ajudam na interação e integração com o outro.

Segundo Santana e Silva (2016), na reflexão de uma análise das redes sociais virtuais traz na terminologia, sua forma de contato entre pessoas, a internet se transformou em um meio de comunicação único que engloba outras mídias como imagens, textos, sons, vídeos e demais recursos em um único ambiente.

As redes sociais virtuais e as mudanças repentinas contemporâneas nos processos de desenvolvimento humano, têm exigido adaptações constantes nos

contextos nos quais estão inseridos, pois estes têm buscado respostas cada vez mais rápidas para todas as situações, pode-se haver uma necessidade da busca pela identidade.

Bauman (2001), a respeito das relações na chamada pós-modernidade, caracterizadas por ele, metaforicamente, como “líquidas”, ou seja, inconstantes, incertas e voláteis, que se modificam facilmente, na evolução da sociedade, onde pode se perceber diante das respostas simples a questões complexas.

Na atualidade por meio da era digital, quando as crianças crescem, também não é um mal menor, mesmo não sendo mais bebês, as crianças precisam sentir que seus pais as ouvem e as entendem, estando presentes em seu cotidiano, auxiliando na tomada de decisões e no decorrer do desenvolvimento humano, à medida que crescem, deixa de ser seu elo com o mundo para ficar ao lado deles e acompanhá-los, mas eles ainda precisam dos adultos.

Bauman (2001), ainda sobre a pós-modernidade retrata, de como os relacionamentos tendem a não ser mais duradouros, sobre a constante insatisfação e frustração do ser humano, além de questionar, também, a sociedade de consumo atual.

Relata sobre a revolução digital, que o transformaram também em um farol para o movimento global, apontado pelo autor, sobre a influência da vida virtual, nas relações interpessoais, o autor defende que a “vida virtual” prejudicou as relações de amizade, e justifica a perda da “arte das relações sociais” com base na facilidade da “vida virtual”.

De acordo com pesquisas do Colégio Notarial do Brasil (CNB), noticiada pelo Instituto Brasileiro de Direito da Família (IBDFAM), entre os anos de 2021 e 2022, houve um acréscimo de divórcios, aumento da violência doméstica e ausência dos pais e ou responsáveis no convívio, segundo a pesquisa nota-se a importância da presença parental dentro do âmbito familiar.

Segundo Nelsen (2016, p.41), “crianças não desenvolvem características positivas baseadas em sentimentos e decisões que resultam da punição”.

Em outras palavras, o vínculo da conversa e escuta, são sua conexão com o mundo e, se essa conexão falhar, poderá resultar em um problema, nessa conexão

que é gerada com o diálogo e escuta entre pais e filhos ou na rede social em que aquela criança, como sujeito, está inserida.

Muitos pais e educadores consideram que as crianças só aprenderão o que é correto se forem punidas, comparando punição com disciplina, mas apenas encontrando uma motivação interna e não externa, como é a punição, será possível aprender a autodisciplina.

Nas constituições familiares instituem um desafio de grande complexidade, devidos aos relacionamentos interpessoais dos envolvidos, resultando em relacionamentos duradouros, sem a violência, mas com o aumento do diálogo e escuta, entre pais e filhos (Garcia, 2003).

Portanto pode-se gerar possibilidades de seu crescimento tanto pessoal, quanto familiar no diálogo entre pais e filhos, analisar e refletir se através do fortalecimento familiar, pode ser atuante como um dos maiores e mais fortes pilares na família (Wagner, Ribeiro, Arteche & Bornholdt, 1999).

### **2.3 Vivência à mesa**

Na presente pesquisa, os encontros resultaram no nome “Vivência à Mesa”, originou-se da palavra em seu significado grego, a palavra “vivência” significa vida, o que demanda tempo e atenção, ou também a palavra originária no latim “*vivēntia*” resulta em “fato de viver, ter vida e existência”, dentre os sinônimos estão: vida, existência, o fato de viver que nesse sentido o tempo de escuta e troca de olhares.

Com o projeto Vivência à Mesa, pode-se gerar uma conexão à mesa, fortalecendo o vínculo e percepção familiar, abrangendo conhecimentos adquiridos pela troca de conversas e experiências uns dos outros.

Garcia (2003), observa pela representação da experiência das refeições à mesa e analisar como o alimento pode aproximar ou conectar as pessoas, mas para além do lanche é a experiência que se tem juntos.

A hipótese através das reflexões e provocações de cada encontro ver a possibilidade do fortalecimento do vínculo, através do diálogo e escuta, resultando em aumentar o diálogo durante a mesa, dentro do ambiente familiar com a criança: procurando saber o que está acontecendo na vida cotidiana (Nelsen, 2016).

Analisar sob a ótica das ações que envolvem temáticas psicoeducativas, na importância do diálogo dos pais com os filhos sobre os perigos da vida off-line e da vida on-line, promover o encorajamento de promover alternativas saudáveis.

Para que o comportamento seja explorado: físicas, sociais e orientadas para a comunidade, presente na vida da criança ou adolescente para saber quais são os seus desejos e medos, demonstrando amor, afeto e cuidado sempre.

De acordo com Nelsen (2016), discutir a grande importância do papel dos responsáveis, gerando limitações e assim promover o monitoramento na vida da criança ou adolescente, pode ser feito de forma não invasiva e sim carinhosa e cuidadosa.

Os estudos realizados por Titus (2015), retratam o fortalecimento do vínculo familiar ao redor da mesa, e através dos encontros durante a pesquisa com a roda de conversa e encontros semanais, observar, analisar e avaliar as possibilidades de incentivar os responsáveis a olhar para a criança ou adolescente, de forma a animá-los a praticar o convívio familiar.

### **3. A PESQUISA**

O procedimento da coleta inicialmente ocorreu, após o recesso das férias do mês de julho de 2024, no local da Associação de Promoção e Assistência Social Estrela do Mar (APASEM), lugar em que, no ano anterior a pesquisadora realizou o estágio em Clínica, durante o período de graduação na faculdade de Psicologia.

Inicialmente o contato com a professora e psicóloga do estágio de psicologia institucional com família, que já realiza um projeto de estágio, e acontece pela Universidade Católica de Santos para os alunos do 6º semestre em psicologia.

A pesquisa teve início nas entrevistas realizadas com os estagiários e os responsáveis, explicando o projeto de estágio juntamente com a pesquisa do mestrado.

Nessa Instituição havia uma lista de espera com pais e mães, que aguardavam o atendimento psicológico grupal, esse estágio Institucional acontece de 6 em 6



meses, vinculado com a Universidade Católica da Unisantos juntamente com os pais que já faziam parte da fila de espera para os atendimentos em grupo.

Após a entrevista estabeleceu um contrato sobre dias, horários e a importância da presença deles durante todo o processo.

Houve uma seleção dos participantes por parte da secretaria da APASEM, visando analisar os pais que teriam horário e disponibilidade dos dias propostos.

O primeiro encontro a pesquisadora explicou sobre a pesquisa, após roda de conversa, firmou verbalmente um contrato de dias e horários, realizou o preenchimento do TALE e TCLE. No primeiro e no último encontro foi aplicado o Inventário de Percepção e Suporte Familiar (IPSF). O método utilizado foi qualitativo de cunho exploratório.

O método, no procedimento de análise dos dados, os encontros não foram transcritos. Inicialmente seria um café da manhã, das 9h às 10h, mas com o percalço da falta de sala para o horário do café, passando para o horário do almoço, na mesa em proposta de lanche, pois não houve salas disponíveis nos horários anteriores.

### **3.1 Local e período**

O horário para a sala de grupos, ficou aos sábados das 12:00h às 13:00h com início de 14 de setembro até 16 de novembro de 2024, por isso foi preciso fazer o remanejamento do projeto ao horário posterior, no local da Associação de Promoção e Assistência Social Estrela do Mar (APASEM).

A proposta inicial foi reunir, pais e filhos vivenciando juntos a experiência de realizar as refeições do café da manhã ao redor da mesa, aos sábados na APASEM, de forma concreta com todas as famílias juntas e assim deixar os temas emergirem a cada encontro realizado.

### **3.2 Instrumentos de pesquisa**

A partir da entrevista com a secretária do local, foi realizada a seleção dos participantes que teriam horário e disponibilidade, a pesquisadora entrou em contato

com os integrantes explicando sobre a pesquisa, após entrevista, contrato de dias e horários, e preenchimento do TALE e TCLE.

Na análise de dados da pesquisa visou aplicar no primeiro encontro e no último encontro reaplicou o Inventário de Percepção e Suporte Familiar (IPSF), a aplicação do inventário sobre as crianças e os pais, cada participante respondeu individualmente o inventário, com auxílio da psicóloga para orientar em dúvidas de algumas questões, para que o resultado seja fidedigno da avaliação.

A pesquisa realizou-se por meio de um encontro ao redor da mesa posta de forma concreta e presencial, contendo bolos, bolachas, torradas, café, leite e sucos a disposição, assim os encontros ocorreram ao redor da mesa, onde as demandas dos temas são emergentes a cada encontro, as crianças são ouvidas, juntamente com os pais, partilhando o momento juntos à mesa.

Examinar os efeitos da convivência familiar, estruturada no Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF), que será aplicado no início e no final dos encontros, mensurando o desenvolvimento da segurança, afetividade e consistência nas relações familiares.

Propor estratégias psicoeducativas através do processo educativo psicológico, para incentivar a presença e o engajamento dos membros da família em momentos de interação presencial, especialmente durante as refeições.

O método utilizado foi qualitativo de cunho exploratório, com a intervenção da psicoeducação, para isso foram selecionadas dez famílias, em que as crianças estivessem na fila de espera para o atendimento na APASEM (Associação de Promoção e Assistência Social Estrela do Mar).

Esta pesquisa conduzida na APASEM, foi realizada após a aprovação do Comitê de Ética sob CAEE 77977124.9.0000.5536, a partir da seleção dos participantes e entrevista com os responsáveis para ver o horário, disponibilidade e participação na pesquisa.

### **3.3 Procedimentos éticos**

No primeiro encontro a pesquisadora compartilhou e estabeleceu, o contrato de dias e horários, preenchimento do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) a ser aplicado para adultos (maiores de 18 anos).

Termo de Anuência Livre e Esclarecida (TALE) a ser aplicado para jovens entre 6 e 18 anos, deve acompanhar o TCLE aplicado ao respectivo responsável. No primeiro e no último encontro, foi aplicado o Inventário de Percepção e Suporte Familiar (IPSF).

A intervenção teve como foco a aplicação de um processo educativo psicológico voltado às mães e pais, com objetivo de promover a psicoeducação considerados agentes primários de influência no desenvolvimento de seus filhos.

Houve encontros com utilização de desenhos, onde não foram analisados, mas serviu de ponte e um aquecimento para a conversa. Utilizado como aquecimento execução e fechamento do primeiro encontro, família atual, e como seria outro desenho de uma família idealizada, utilização de folhas papel A4 da cor branca, lápis de escrever, lápis de cor e giz de cera onde foi tratado sobre a família real e perspectiva de uma família ideal, várias técnicas e formas psicoeducativas.

Ao longo dos dez encontros, estruturados ao redor da mesa, estratégias psicoeducativas através do processo educativo psicológico, foi proporcionado um espaço de escuta e troca, no qual os participantes foram incentivados a compartilhar experiências e reflexões sobre a dinâmica familiar.

Os aspectos metodológicos na análise detalhada dos resultados dos encontros, serão aprofundados mais adiante, onde serão discutidos casos específicos e suas implicações para a pesquisa.

### **3.4 Atividades desenvolvidas**

A idealização era de dez encontros, mas por conta do calendário anual, teve dois feriados e foram realizados apenas oito encontros, com uma refeição à mesa, do período de setembro até novembro de 2024, com algumas famílias selecionadas.

Durante os procedimentos dos encontros, o Inventário foi aplicado no primeiro encontro e reaplicado ao final da pesquisa, sendo um instrumento de avaliação a fim de obter resultados, sobre os impactos do tempo de convivência familiar e a percepção do suporte entre os membros.

Para tanto, na coleta de dados desta pesquisa empregam-se a entrevista de triagem inicial, observação, intervenção do tempo à mesa, aplicação e avaliação do (IPSF) e análise documental das famílias presentes em questão.

Inicialmente, realizaram-se observações a fim de conhecer a dinâmica familiar, a mesa como objeto proposto para alimentação e integração, além dos sujeitos pesquisados e suas relações, onde o roteiro dos temas de cada encontro foi proposto pela pesquisadora.

Este estudo teve como objetivo promover uma vivência compartilhada entre membros de dez famílias, incluindo pais, filhos e neto (adultos e crianças), que será mais detalhado nas páginas sobre os encontros e discussão dos casos, momento de convivência ao redor da mesa.

No início conforme as entrevistas, esperavam-se dez pais e ou responsáveis com seus filhos, porém cinco pais entraram em contato com a secretária da APASEM e informaram que nesses horários disponíveis, não conseguiriam comparecer e os outros dois faltaram sem avisar a instituição, mesmo a secretária da instituição realizando ligações, não obteve resposta.

Sendo assim, houve faltas, totalizando duas mães e uma avó que fizeram parte de toda a pesquisa, juntamente com seus filhos (e neto) menores de idade.

A intervenção consistiu em oito encontros, uma vez por semana, nos quais os participantes partilham pelo menos um momento de interação diária em grupo. A pesquisa visou investigar se essa prática regular influencia a percepção de suporte familiar entre os membros e se contribui para fortalecer o vínculo familiar.

Dessa forma, a pesquisa visou observar e mensurar a proximidade afetiva ao longo do período, avaliando o impacto dessa experiência na qualidade das relações familiares e seus vínculos.

### 3.5 Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF)

O presente estudo adota como instrumento de avaliação o Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF), elaborado por Baptista (2009) com o propósito de avaliar o suporte familiar em três dimensões principais: Afetividade, Adaptação e Autonomia Familiar.

A pesquisa relacionada a esse inventário surgiu da necessidade de um instrumento capaz de auxiliar na identificação da percepção individual sobre o suporte familiar recebido.

O IPSF resulta de uma extensa experiência acadêmica e prática na criação de ferramentas de medida, consolidando-se como um recurso para a análise da percepção de suporte familiar e fornecendo subsídios para compreender os fatores que impactam as dinâmicas familiares e o bem-estar dos indivíduos no ambiente doméstico.

O Volume 1 do manual do Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF), é resultado de uma pesquisa desenvolvida ao longo de cinco anos pelo autor, publicada, em 2007 pelo Coordenador e Docente do Programa de Pós-Graduação *Strico-Sensu* em Psicologia da Universidade São Francisco, Itatiba, SP. Doutor pelo Departamento de Psicologia Médica e Psiquiatria da Escola Paulista de Medicina - Universidade Federal de São Paulo.

O IPSF foi construído com base em diversos instrumentos internacionais voltados para a avaliação do suporte familiar e fundamentados em dados de uma pesquisa exploratória com universitários, que investigou os elementos considerados essenciais para o suporte familiar.

Inicialmente, o inventário era composto por 192 itens, que foram posteriormente reduzidos a 42 itens por meio de análise fatorial, garantindo maior precisão e eficiência do instrumento. O IPSF foi aplicado em uma amostra de 346 universidades de diversos cursos de uma instituição privada no interior do estado de São Paulo, fornecendo uma base robusta de dados para avaliar as dimensões de suporte familiar.

Segundo Baptista (2007), os itens do Inventário de Percepção de Suporte Familiar, foram construídos com base em diversos instrumentos nacionais e

internacionais, tais como a Escala de Avaliação da Adaptabilidade e Coesão Familiar III – Adaptação Portuguesa (FACES III; Nunes et al., 2021), de Olson, Portner e Lavee (1983) citado por Corcoran e Fischer (1987); o Family Assessment Device (FAD), de Epstein e colaboradores (1983); o Family Awareness Scale (FAZ), de Green e colaboradores (1985); o Parental Bonding Instrument (PBI), de Parker e colaboradores (1979) e o Questionário de Estilos Parentais de Gomide (2003).

A análise do suporte familiar nessas pesquisas citadas, demonstrou uma relação significativa com características comportamentais em crianças.

O estudo de Kashani et al. (1994), que investigou uma amostra de cem crianças em tratamento psiquiátrico ambulatorial, evidenciou que aquelas com baixa percepção de suporte familiar e social apresentavam um perfil comportamental marcado por dificuldades de concentração, aumento de comportamentos agressivos em relação aos pares, maior tendência a destruição objetos materiais e baixa cooperação em atividades coletivas.

Essas crianças durante a pesquisa, também obtiveram pontuações elevadas em escalas de desesperança, diminuindo maior vulnerabilidade emocional.

Tais achados ressaltam a relevância de uma percepção sólida de suporte familiar como fator protetivo para o desenvolvimento infantil, indicando que o suporte adequado contribui para a redução de comportamentos disfuncionais e para o fortalecimento do bem-estar.

De acordo com Baptista (2005), ao examinar o desenvolvimento de instrumentos para avaliar a percepção e o suporte familiar, constata-se que, embora algumas áreas temáticas disponham de diversos instrumentos validados, outras ainda carecem de ferramentas avaliativas certificadas pela comissão responsável pela regulamentação de testes psicológicos.

Desta forma, é importante investigar se a área da família é uma delas em que predominam exercícios isolados para o desenvolvimento de entrevistas estruturadas e escalas, que poderiam ser amplamente utilizadas por profissionais da psicologia.

Essa carência de instrumentos adequados e regulamentados na área familiar foi destacada por Baptista (2009), evidenciando a necessidade de uma abordagem

mais estruturada e abrangente no desenvolvimento de ferramentas que oferecem suporte aos profissionais para uma avaliação mais precisa e padronizada.

Dessa forma, ao analisar o Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF), Baptista (2009) destaca que a utilização de testes psicológicos constitui uma parte significativa do processo de avaliação psicológica, oferecendo tantas vantagens quanto às limitações na coleta de dados.

Testes, inventários e entrevistas representam diferentes métodos que, quando bem aplicados, auxiliam na obtenção de informações apresentadas sobre o suporte familiar.

A disponibilização do IPSF tem pesquisadores e psicólogos instrumentalizados na área da família e em áreas correlatas, permitindo o desenvolvimento de padrões de avaliação do suporte familiar e a criação de intervenções mais eficazes.

O inventário contribui para a elaboração de estratégias voltadas para minimizar os impactos negativos de um suporte familiar inadequado, promovendo, assim, uma melhoria na qualidade de vida dos indivíduos e uma melhor compreensão da percepção do suporte familiar.

A parte teórica do IPSF teve o intuito de resgatar elementos históricos e de buscar os diferentes conceitos atribuídos ao suporte familiar ao longo dos anos, o instrumento ficou constituído de quatro dimensões principais, sendo a primeira (Inadaptação Familiar) um conjunto de indicadores negativos das outras três dimensões. Essa constituição favorece o clínico à obtenção, por meio desta única dimensão, de uma visão global da percepção do suporte familiar.

Utilizando-se das outras três dimensões (Afetividade, Consistência e Autonomia familiares), poderá ser obtida uma avaliação mais específica da percepção do suporte familiar. (Baptista, 2009).

As dimensões encontradas no IPSF vêm ao encontro de dimensões avaliadas por instrumentos internacionais bastante utilizados, em razão das qualidades psicométricas em suas culturas em clínica e pesquisa.

O IPSF avalia em suas dimensões: Afetividade e Autonomia Familiares, itens semelhantes aos avaliados pelo Parental Bonding Instrument (Parker & Colaboradores, 1979).

A dimensão de Carinho/Indiferença, Autonomia, Superproteção e Afetividade Familiar do IPSF, avalia itens semelhantes das dimensões Resposta e Envolvimento Afetivos do McMaster Family Assessment Device - FAD (Epstein, 1983).

As dimensões intituladas de Consistência e Inadaptação do (IPSF) trazem itens semelhantes às dimensões do FAD, intituladas como Comunicação, Regras, Resolução de Problemas e funcionamento geral, respectivamente, a organização fatorial vai ao encontro dos achados teóricos de outros instrumentos de suporte familiar, indicando a possibilidade de medir o construto suporte familiar (Baptista, 2007).

Por último, baseado no modelo de Olson e colaboradores (1983), a coesão familiar, definida como o vínculo emocional que os membros da família possuem uns com os outros, também composta de limites, coalizões, disponibilidade de tempo em conjunto, tomada de decisões, interesses e recreações, é expressa na dimensão Afetividade Familiar do IPSF.

A segunda dimensão do modelo define adaptabilidade familiar como a capacidade do sistema familiar em sofrer modificações e mudar regras em resposta a situações de estresse, incluindo a assertividade, disciplina e negociação de estilos e regras, expressa na dimensão denominada Consistência Familiar do IPSF.

A terceira dimensão comentada por Olson e colaboradores (1983) se refere à comunicação como uma função crítica de auxiliar as famílias para as mudanças exigidas nas duas dimensões anteriormente citadas, expressa nas dimensões Afetividade e Consistência Familiar do IPSF.

A quarta dimensão do IPSF, denominada Autonomia, pode ser entendida como parte de modelos derivados da dimensão de coesão do modelo utilizado por Beavers (1977), considera a adaptabilidade familiar ou a flexibilidade uma dimensão central e importante no desenvolvimento familiar.

Porquanto, nota-se que a avaliação psicológica é uma área em que exige bastante conhecimento vasto das metodologias empregadas para a coleta, seleção e interpretação dos dados, buscando por múltiplas fontes de dados, sendo assim a utilização de testes psicológicos, resultando numa parcelada de avaliação psicológica, havendo sempre vantagens e desvantagens dependendo da metodologia empregada



para o levantamento de dados, seja ela por intermédio de testes, inventários, entrevistas, entre outros.

Baptista (2009), o embasamento teórico do Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF), inclui uma revisão de pesquisas nacionais e internacionais sobre a relação familiar e os impactos do suporte familiar na saúde mental e física dos indivíduos.

Embora o IPSF não pretenda abranger todas as possibilidades de avaliação do suporte familiar, espera-se que os resultados obtidos possam servir como base para futuras pesquisas e investigações, promovendo o fortalecimento da área de avaliação psicológica no Brasil.

A ferramenta busca auxiliar profissionais na identificação de padrões familiares e no desenvolvimento de intervenções mais práticas, oferecendo, assim, estratégias para mitigar os efeitos de um suporte familiar inadequado e promover uma melhor qualidade de vida para os indivíduos.

Por meio desse inventário, é possível mapear as diferentes formas de apoio que os membros da família oferecem, contribuindo para a compreensão das dinâmicas afetivas e emocionais dentro do contexto familiar. Portanto, a utilização do IPSF neste estudo visa fornecer uma análise aprofundada da percepção do suporte familiar, o que poderá auxiliar em intervenções psicológicas e sociais direcionadas à melhoria das relações familiares e ao fortalecimento emocional dos indivíduos.

A avaliação do suporte familiar, por meio desse instrumento, revela uma prática essencial para compreender e aprimorar os vínculos familiares, identificando-os como um fator determinante no desenvolvimento saudável e suporte familiar e sua relação com o bem-estar psicológico.

Conforme Baptista (2009), o IPSF é estruturado em quatro itens principais, das quais a primeira, denominado Inadaptação Familiar, representa um conjunto de indicadores negativos em relação às demais dimensões.

Essa estrutura permite ao profissional clínico obter uma visão global da percepção do suporte familiar a partir de uma única dimensão, facilitando o diagnóstico inicial. As demais dimensões — Afetividade, Consistência e Autonomia Familiar — possibilitam uma análise mais específica e detalhada, fornece uma

compreensão aprofundada e diferenciada dos aspectos afetivos, de coesão e de autonomia no ambiente familiar, o que aprimora a avaliação do suporte familiar.

Em resumo, a análise da qualidade das relações interpessoais, de acordo com esta pesquisa, revela sua influência direta na autoestima de crianças e adolescentes, sendo que o suporte familiar se mostra também um fator preditivo na qualidade das relações sociais.

Portanto esse achado destacou, a importância do desenvolvimento de instrumentos que avaliem a percepção de suporte familiar, especialmente no contexto brasileiro, onde o tema ainda é pouco treinado e as ferramentas de avaliação existentes são limitadas.

O desenvolvimento e a utilização de inventários específicos para mensurar o suporte familiar têm o potencial de auxiliar na compreensão das dinâmicas familiares e, conseqüentemente, no fortalecimento das relações sociais e na promoção do bem-estar psicológico, no suporte familiar (Baptista, 2009).

### **3.6 Normas para interpretação**

O Inventário de Percepção do Suporte Familiar (IPSF), avalia o quanto o indivíduo percebe seu suporte familiar que pode ser proveniente tanto de sua família nuclear quanto de sua família constituída.

Uma medida, por meio de pontuação bruta, é apresentada para a interpretação dos resultados. Ao lado disso, há informações concernentes ao erro-padrão e percentil em razão da escala dividido por sexo, já que foi detectada diferença de sexos na comparação das médias no fator Autonomia ( $t=2,19$ ;  $p=0,028$  e no fator adaptação foi encontrado valor limítrofe ( $t=1,71$ ;  $p=0,088$ ).

A seguir são apresentadas as tabelas e figuras com as distribuições das estatísticas separadas de acordo com o sexo (Tabela 1), as pontuações e percentis do grupo total nas três dimensões e pontuação total, independentemente do grupo de sexo (Tabela 2);

As pontuações e percentis do grupo total nas três dimensões e pontuação total, no grupo masculino (Tabela 3); as pontuações e percentis do grupo total nas três dimensões e pontuação total, no grupo feminino (Tabela 4);

**Tabela 1:** Estatísticas por grupo (sexo)

	Sexo	N	Média	Desvio-padrão	Erro
Fator 1	Masculino	419	27,36	8,7	,42
	Feminino	783	27,81	8,6	,30
Fator 2	Masculino	419	21,51	4,3	,21
	Feminino	783	21,07	4,1	,14
Fator 3	Masculino	419	12,60	3,0	,14
	Feminino	783	12,18	3,1	,11
Total	Masculino	419	61,46	13,2	,64
	Feminino	783	61,07	13,3	,47

Fonte: Baptista, 2009. Pág. 78.

**Tabela 2:** Estatística de pontuações e percentis do grupo total nas três dimensões e pontuação total, **independente do grupo de sexo**

		Afetivo- consistente	Adaptação Familiar	Autonomia Familiar	Total
<b>N</b>		1204	1204	1204	1204
<b>Média</b>		27,6437	21,2110	12,3189	61,1736
<b>Mediana</b>		29,0000	22,0000	13,0000	64,0000
<b>Moda</b>		34,00	24,00	16,00	65,00(a)
<b>Desvio-padrão</b>		8,64426	4,22639	3,12546	13,30000
<b>Mínimo</b>		2,00	,00	1,00	12,00
<b>Máximo</b>		42,00	26,00	16,00	84,00
<b>Percentis</b>	10	15,0000	15,0000	8,0000	42,0000
	20	20,0000	18,0000	10,0000	50,0000
	25	22,0000	19,0000	10,0000	54,0000
	30	24,0000	20,0000	11,0000	56,0000
	40	26,0000	21,0000	12,0000	60,0000
	50	29,0000	22,0000	13,0000	64,0000
	60	31,0000	23,0000	14,0000	67,0000
	70	33,0000	24,0000	14,0000	70,0000
	75	34,0000	24,0000	15,0000	71,0000
	80	36,0000	25,0000	15,0000	73,0000
	90	38,0000	26,0000	16,0000	76,0000
<b>Baixo</b>		0-21	0-18	0-9	0-53
<b>Médio-Baixo</b>		22-28	19-21	10-12	54-63
<b>Médio-Alto</b>		29-33	22-23	13-14	64-70
<b>Alto</b>		34-42	24-26	15-16	71-84

Fonte: Baptista, 2009. Pág. 79.

**Tabela 3:** Estatística de pontuações e percentis do grupo total nas três dimensões e pontuação total, **no grupo masculino**

		Afetivo- Consistente	Adaptação Familiar	Autonomia Familiar	Total
Masc. N		419	419	419	419
Média		27,3580	21,5060	12,5967	61,4606
Mediana		28,0000	23,0000	13,0000	64,0000
Moda		34,00	24,00	16,00	65,00
Desvio-padrão		8,70988	4,30887	3,04466	13,24142
Mínimo		2,00	2,00	3,00	15,00
Máximo		42,00	26,00	16,00	83,00
Percentil	10	15,0000	15,0000	8,0000	42,0000
	20	20,0000	19,0000	10,0000	51,0000
	25	22,0000	20,0000	10,0000	54,0000
	30	23,0000	21,0000	11,0000	56,0000
	40	26,0000	22,0000	12,0000	60,0000
	50	28,0000	23,0000	13,0000	64,0000
	60	31,0000	24,0000	14,0000	66,0000
	70	33,0000	24,0000	15,0000	70,0000
	75	34,0000	25,0000	15,0000	71,0000
	80	36,0000	25,0000	15,0000	73,0000
	90	38,0000	26,0000	16,0000	77,0000
Baixo		0-21	0-18	0-9	0-53
Médio-Baixo		22-27	19-22	10-12	54-63
Médio-Alto		28-33	23-24	13-14	64-70
Alto		34-42	25-26	15-16	71-84

Fonte: Baptista, 2009. Pág. 80.

**Tabela 4:** Estatística de pontuações e percentis do grupo total nas três dimensões e pontuação total, **no grupo feminino**

		Afetivo- Consistente	Adaptação Familiar	Autonomia Familiar	Total
Fem. N		783	783	783	783
Média		27,8135	21,0702	12,1826	61,0664
Mediana		29,0000	22,0000	13,0000	64,0000
Moda		32,00	24,00	14,00	70,00
Desvio-padrão		8,61249	4,16433	3,15395	13,31511
Mínimo		2,00	,00	1,00	12,00
Máximo		42,00	26,00	16,00	84,00
Percentil	10	15,0000	15,0000	8,0000	41,0000
	20	21,0000	18,0000	10,0000	50,0000
	25	23,0000	19,0000	10,0000	54,0000
	30	24,0000	20,0000	11,0000	56,0000
	40	27,0000	21,0000	12,0000	60,0000
	50	29,0000	22,0000	13,0000	64,0000
	60	32,0000	23,0000	14,0000	67,0000
	70	34,0000	24,0000	14,0000	70,0000
	75	34,0000	24,0000	15,0000	71,0000
	80	36,0000	25,0000	15,0000	73,0000
	90	38,0000	26,0000	16,0000	76,0000
Baixo		0-22	0-18	0-9	0-53
Médio-Baixo		23-28	19-21	10-12	54-63
Médio-Alto		29-33	22-23	13-14	64-70
Alto		34-42	24-26	15-16	71-84

Fonte: Baptista, 2009. Pág. 81.

A parte teórica do IPSF teve o intuito de resgatar elementos históricos e de buscar os diferentes conceitos atribuídos ao suporte familiar ao longo dos anos, o instrumento ficou constituído de quatro dimensões principais, sendo a primeira (Inadaptação Familiar) um conjunto de indicadores negativos das outras três dimensões.

A seguir a pesquisa relata sobre a vivência dos encontros, a opção de realizar os encontros familiares durante as refeições, que foi tomada pela facilidade de integrar a tarefa no cotidiano da família, o que tornaria o engajamento na pesquisa mais natural e acessível.

A análise dos dados obtidos nessa pesquisa, com base no Inventário de Percepção e Suporte Familiar, indicou uma evolução significativa em todos os participantes, evidenciando um fortalecimento do vínculo familiar e um maior engajamento na relação com seus filhos.

Weinstein (2005), pesquisadora americana, professora associada da Universidade de Toronto e autora do livro *The Surprising Power of Family*, (O Surpreendente Poder das Refeições em Família), demonstrou através de estudos científicos que as refeições feitas ao redor da mesa podem trazer benefícios.

Segundo Weinstein (2005), o motivo refere-se ao fato de que o momento da refeição é, essencialmente, um período de convivência fundamental, proporcionando uma oportunidade única para fortalecer os laços familiares e promover a interação entre os membros, o qual foi a visão central para essa pesquisa.

Nesse contexto, segundo o trabalho de pesquisa observa-se que as refeições não apenas satisfazem a necessidade básica de alimentação, mas também criam um ambiente prazeroso que promove o bem-estar.

Derosa (2022), buscou compreender o impacto dos momentos de convivência presencial, especialmente durante as refeições, na qualidade das interações familiares, explorando como a prática de compartilhar o tempo à mesa, pode servir como um espaço de conexão e fortalecimento das relações afetivas.

Contrapondo-se à fragmentação e ao distanciamento que caracterizam muitas dinâmicas familiares contemporâneas, a seguir observaremos sobre o contexto familiar, através da vivência e dos relatos de cada encontro.



#### **4. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

##### **Encontro 1: Sábado 14 de setembro de 2024**

##### **Aplicação do Inventário de Percepção de Suporte Familiar**

##### **Proposta de tema: Apresentação do grupo e suas histórias.**

No início da pesquisa conforme as entrevistas, esperávamos dez pais e ou responsáveis com seus filhos, porém 5 pais entraram em contato com a secretária da APASEM e informaram que nesses horários disponíveis, não conseguiriam comparecer e os outros 2 faltaram sem notificar a instituição, mesmo a secretária da instituição realizando ligações, não obteve resposta.

No primeiro encontro teve a presença de duas mães e uma avó, será identificado no trabalho de modo sigiloso, sobre a identidade de cada participante, sendo assim será mantida somente a idade condizente, as mães foram nomeadas por números ordem crescente e as crianças por letras de ordem alfabética, segue as informações abaixo.

**Mãe 1.** Mulher de 33 anos. Mãe de 3 filhos, 1 menina de 8 anos, 1 menino de 15 anos e o filho que trouxe aos encontros aos sábados, 1 menino de 11 anos, ela relatou que passou pelo casamento de 16 anos, mas atualmente encontra-se divorciada, na realização dos encontros.

**Avó.** Mulher de 59 anos. Mãe de 2 filhos, 1 mulher de 24 anos, 1 menino de 11 anos (seu neto), relatou que cuida de seu neto, como se fosse seu filho, pois na pandemia sua filha faleceu, e deixou seu neto aos cuidados dela, o qual ela buscou tratamento psicológico na instituição, o que trouxe aos encontros aos sábados, atualmente casada há mais de 20 anos, e relata ter um bom relacionamento com seu marido.

**Mãe 3.** Mulher de 38 anos. Mãe de 1 filha menina de 13 anos, que trouxe aos encontros aos sábados, atualmente casada há de 17 anos, e relata ter um bom



relacionamento com seu marido. Compartilha que tem a rede de apoio que é a sua mãe, com quem a menina passa a maior parte do tempo.

Iniciamos a apresentação com as mães e seus filhos na sala da APASEM, com uma mesa com itens de café da manhã, contendo suco, café, leite, pães, bolachas e bolo de chocolate e cenoura.

Logo após uma prévia apresentação minha e dos participantes, compartilhando seu nome, idade e onde moram, foi explicado como seriam os encontros, estabelecido o contrato de horários, dias e ressaltado a importância da presença dos pais e ou responsáveis em cada encontro, todas concordaram com os requisitos da pesquisa.

Após apresentação e explicação sobre o projeto de vivência à mesa, foi realizado a aplicação do questionário que se encontra nos anexos, o tempo utilizado foram 20 minutos, para a aplicação do IPSF.

Aplicação do IPSF, é composto por 42 afirmações relacionadas a situações familiares, em que o sujeito deve marcar a frequência com que cada uma delas acontece em sua família, suas respostas foram registradas na folha apropriada.

Foi explicado que a correção seria realizada pelo total de pontos, pela avaliação qualitativa, ressaltado que no final dos encontros, seria reaplicado o Inventário, verificando se houve aumento ou diminuição da percepção e suporte familiar com o aumento do desafio da vivência e convívio da família ao redor da mesa.

Durante o encontro ocorreu a orientação, sobre o objetivo da pesquisa e a utilização do inventário para avaliar o quanto as pessoas percebem as relações familiares em termos de afetividade, autonomia e adaptação entre os membros, a aplicação foi realizada de modo coletivo, primeiro sendo aplicada aos adultos e depois com as crianças, foi realizada a leitura das perguntas em voz alta, de modo que a aplicação do IPSF fosse de modo coletivo e cada responsável assinalou o que mais se encaixava com o padrão de sua família, com um tempo total de 20 minutos.

Após o tempo de realização das respostas, foram recolhidas as folhas de avaliações do IPSF e guardadas. Iniciamos as apresentações dos participantes e os motivos pelos quais estavam no projeto, no primeiro encontro contamos com a presença de 2 mães, 1 avó e seus 2 filhos (1 neto), durante todos os oito encontros.

As mães se sentaram para refeição juntamente com seus filhos, os objetos e alimentos estavam no meio da mesa, e as mães com os filhos sentaram-se em volta, houve troca de olhares e algumas considerações.

Notou-se que nesse primeiro encontro, muito interessante. São mulheres sobrecarregadas que são ajudadas por outras mulheres. Mesmo as que tem marido, eles estão apagados como rede nesse primeiro discurso.

Após as refeições as crianças se sentaram mais ao lado em roda e ficaram brincando com alguns jogos disponíveis na sala, como jogos de tabuleiro, cartas de baralho, uno e jogo de dominó.

Enquanto as crianças brincavam um pouco a lateral da sala, com os dois estagiários, as mães interagiram e compartilharam as suas histórias, fizeram um semicírculo com as cadeiras, a mesa fica mais ao centro, e quando elas sentem vontade de algo, tem a liberdade de levantar e se servirem a qualquer momento da roda de conversa.

**Pesquisadora:** Inicialmente se apresenta, psicóloga, tem 2 filhos e marido, relatou que na sua infância não teve momento à mesa, por ter uma infância com dificuldades financeiras, ausência paterna, mas sempre gostou do tema relacionado de família e mesa. No momento de apresentação, relatou a importância de cada mãe falar, um pouco de si, suas histórias e se tem filhos, qual a idade, se são casadas ou sozinhas, deixou em aberto para que cada uma se apresentasse, da melhor forma possível.

**Mãe 1:** Iniciou a fala sobre as dificuldades da vida moderna e os excessos de afazeres no seu cotidiano, logo após as apresentações de cada mãe e filho, o tema em aberto emergiu sobre as muitas tarefas, e o quanto tem sido um grande desafio parar na mesa, para eles conversarem sobre a dinâmica familiar, o que os pais compreendem do contexto familiar. Queixa inicial, era a falta de tempo para os filhos, ela trabalha atualmente em 2 turnos, para dar conta de criar os filhos, e se sente muito cansada e irritada, compartilha sua falta de paciência com os filhos, a rede de apoio mais próxima é sua mãe, que auxilia quando necessário a cuidar das crianças, o pai que ajudava muito, faleceu de COVID na pandemia.

Quando soube do tema de encontros à mesa se interessou, ela já queria muito o móvel e naquela semana iria tentar ir à procura. Pois que até o presente momento a mãe 1 não possuía a mesa, pois havia passado por uma mudança de residência há menos de 1 ano, e alguns móveis acabaram estragando.

**Avó:** Relatou sua queixa inicial, a falta de cuidado com ela mesma, e mais paciência e tempo de qualidade com os filhos, trabalha atualmente fazendo artesanato e crochê, para auxiliar financeiramente o marido.

Compartilhou que sua infância foi boa e tem muitas recordações de Natal e Ano Novo com a família reunida ao redor da mesa. Teve uma boa educação, porém sempre estudou em escola pública e compartilhou sobre o cuidado com os pais dentro de casa, relatou que sempre foi tudo “bem contadinho” pois ela veio de uma família de 10 irmãos, nunca passou fome, mas aprendeu a trabalhar desde cedo.

**Mãe 3:** Trouxe a demanda sobre os dias serem corridos, e os excessos de tarefas e afazeres e, enquanto está no trabalho, compartilhou que deixa a criança na escola a parte da manhã e na saída a avó busca, permanecendo a parte da tarde sob seus cuidados. Gosta da presença da avó e agradece a ajuda sempre, compartilha que tanto ela quanto o marido trabalham de vendedores, e retornam do trabalho após as 18h, onde pegam a filha na avó e tem o período do final da tarde e noite juntos. Tem a sua queixa inicial, sobre não saber controlar o uso do celular, já que ela passa a maior parte do tempo no trabalho e a criança fica aos cuidados da avó, relatou a dificuldade de controlar e a menina fica horas e horas por dia no celular.

**Avó:** Relata que sua família nuclear é muito adequada, no modelo de relações afetivas dentro e fora de casa, nas rodas de conversa gostava quando trabalhava como vendedora, e gosta de falar com pessoas diferentes, atualmente cuidando do neto, se volta para atividades da escola e projetos esportivos voltados a ele, pois depois da morte da mãe de uma forma muito brusca passou a ficar mais quieto e triste, mas estava contente por estar nesse grupo.

**Mãe 1:** Mostrou-se bem interessada sobre o assunto relacionado à família ao ponto de se emocionar, interrompendo sua fala pelo choro. As mães se levantaram e a abraçaram, outra levou lenços e deu a ela. Após recuperada do choro, compartilhou sobre a violência doméstica que vivenciou por mais de 14 anos, agressão psicológica, física e verbal, relatando que seu ex-marido era usuário de drogas e álcool.

Relatou que na sua infância foi muito escassa e passou por períodos de fome e pobreza, não tendo boas lembranças e que morou a maior parte da sua vida no morro em São Paulo. Compartilhou que nunca fez terapia, mas achava que precisava pois passou por várias situações desagradáveis como brigas e violência doméstica.

Nesse encontro a avó e a mães 3, relataram que possuíam o móvel da mesa. A mãe 1 relatou que não tinha, mas estava na expectativa, juntando dinheiro para comprá-la, as mães que possuíam a mesa compartilharam que não utilizavam com frequência, sendo apenas um móvel de decoração, achando bem interessante o modo de inserção e intervenção da mesa no contexto familiar, e que tentariam durante a semana realizar o projeto proposto nos encontros.

**Pesquisadora:** Após a roda de conversa e a realização da aplicação do inventário, a pesquisadora reforçou sobre o contrato e sobre a importância da participação de cada um nos encontros, explicando que tratava-se de um trabalho de intervenção do uso da mesa dentro do âmbito familiar, e durante as próximas 9 semanas elas tentariam aumentar o vínculo ao redor da mesa, pelo menos uma vez ao dia com seus filhos e familiares, e ficariam atentas a aumentar o tempo juntos em família, seja sentado no sofá, antes de dormir na cama, indo levar ou buscar da escola. Além disso, proporcionar pelo menos 1 encontro à mesa, sendo 1 vez por dia, cada família escolhendo o horário que mais coubesse na sua rotina.

**Pesquisadora:** Relatou sobre a importância de cada mãe ter compartilhado sua história e a busca por equilíbrio entre as responsabilidades, no tempo com os filhos. Compartilhou sobre a importância do autocuidado e delegação de tarefas.

Enfatizou a importância de equilibrar tempo para si mesma e para a família, salientando o uso da mesa, pelo menos uma vez por dia durante a semana na preservação dos vínculos familiares, podendo ser no período da manhã, tarde e ou noite, no momento mais acessível para todos da família se sentaram e comerem juntos. Após o fechamento do grupo, nos despedimos do encontro.

## **Encontro 2: Sábado 21 de setembro de 2024**

### **Proposta de tema: O que é Família para você? Real ou Ideal?**

Nesse encontro compareceram as 2 mães, a avó e as 3 crianças, lembrando que o enfoque principal não são as crianças e sim as mães e avó, houve um tempo de abraços, recepção e momento de nos sentarmos ao redor da mesa realizando uma refeição. Nos apresentamos novamente, a pesquisadora explicou sobre a proposta, dando um breve resumo, sobre a inserção da mesa no tempo com a família, como uma intervenção do projeto de pesquisa.

No início do encontro foi feita a pergunta pela pesquisadora, sobre como ocorreu o tempo de mesa naquela semana e se conseguiram fazer a intervenção proposta da mesa pelo menos 1 vez ao dia.

Cada participante se apresentou novamente e falaram que tentaram inserir a mesa durante a semana.

**Mãe 1:** Relatou que após o primeiro encontro, ela saiu e foi em busca do móvel, no segundo encontro ela já estava contente por poder ter parcelado o móvel e realizado a compra. Todas se alegram com sua conquista, compartilhou que conseguiu comprar uma mesa linda, em uma loja de móveis usados, perto da sua casa. Estava ansiosa para a chegada e montagem do móvel, mas naquela semana esteve mais atenta e conseguiu usar o sofá como meio de conversa e aproximação dela e dos filhos.

**Avó:** Percebeu que estava distante da sua família, relatando que no meio da sala tem uma mesa de jogo de bilhar, e naquela semana pediu ao marido que adaptasse a uma mesa de jantar. Ele conseguiu uma madeira e colocou sobre a mesa de bilhar e sobre essa madeira uma toalha, assim nas horas das refeições possibilitou que todos estivessem juntos, normalmente no jantar, por ser o momento mais acessível para essa família. Conseguiu realizar esse ajuntamento 4 vezes na semana, mas já sentiu que isso os aproximou, pois em sua casa não se sentavam à mesa com frequência, até sua filha mais velha que morava em São Paulo, pode passar o final de semana na casa dela, e relatou ter mais aproximação e contato nas refeições.

**Mãe 3:** Relatou que conseguiu sim. Todos os dias antes de levar sua filha para a escola, fez o café da manhã. Compartilhou que, anteriormente cada um comia no seu quarto, mas a partir daquela semana, ela conseguiu tirar as roupas, livros e bagunças de cima da mesa, limpou-a e comprou uma linda toalha. Acordou 15 minutos mais cedo e organizou a cozinha e preparou o café da manhã. Observou que seu marido ficou espantado e gostou muito da ideia, ela e o marido junto com a menina, sentaram-se à mesa nos cafés das manhãs durante 5 vezes aquela semana. Compartilhou que falou até sobre a escola, amigos com a filha, sentiu uma grande diferença.

**Mãe 1:** Vocês sabem, enquanto falamos sobre refeições em família e tempo de qualidade, me veio à mente algo que também pesa muito aqui em casa: a falta de um pai presente. Eu sinto que, muitas vezes, acabo assumindo sozinha a responsabilidade de criar momentos significativos com os meus filhos, sem o pai realmente presente, é um grande desafio.

**Mãe 3:** Entendo o que você quer dizer. Aqui em casa, meu marido ajuda em algumas tarefas, mas ele raramente participa das refeições ou das conversas com as crianças. Muitas vezes, ele está tão envolvido no trabalho ou no celular que parece ausente, mesmo estando fisicamente presente. Isso é frustrante.

**Avó:** Esse é um ponto muito importante, meninas. A figura paterna, quando presente, pode fazer toda a diferença na criação dos filhos. Não só alivia nossa carga, mas também contribui para o desenvolvimento emocional das crianças. No entanto, muitas de nós crescemos vendo essa ausência como "normal". Acho que precisamos questionar isso. Relatou a ausência da filha, após a morte e chorou.

**Mãe 1:** Concordo. O que me incomoda é como a ausência do pai às vezes é romantizada ou justificada pela "pressão do trabalho". Mas nós, mães, também trabalhamos e ainda assim somos cobradas para estar presentes em tudo. Por que essa responsabilidade não é mais dividida?

**Mãe 3:** Exatamente. E acho que, culturalmente, ainda existe essa ideia de que o papel do pai é só prover financeiramente. Entretanto, criar vínculos vai muito além disso. As crianças precisam do pai emocionalmente envolvido, tanto quanto precisam da mãe.

**Avó:** Isso é verdade, é um ciclo: quando o pai não se envolve, a mãe acaba sobrecarregada, e os filhos crescem achando que essa dinâmica é natural. No meu caso, eu tenho tentado incluir meu marido nos momentos em família, mas percebo que ele não tem o hábito de participar e parece não saber como agir.

**Mãe 3:** Isso é comum. Muitos pais não tiveram exemplos positivos de presença paterna nas próprias famílias e, por isso, não sabem por onde começar. Pode ser algo simples, como ajudar na lição de casa, contar histórias antes de dormir ou até mesmo jogar algo juntos.

**Avó:** Ótima sugestão. Aqui em casa, comecei a pedir que meu marido fosse responsável por uma refeição em família por semana, desde o preparo até a interação na mesa. No início, ele achou estranho, mas agora já virou algo natural. Acho que dar espaço para eles assumirem esse papel, sem críticas, que é o mais difícil, já ajudaria muito. E tem me ajudado em relação ao neto, que depois de mais velha tem o desafio de criar e educar novamente.

**Mãe 1:** Isso é interessante. Acho que às vezes a gente acaba reforçando a ausência sem perceber, porque assumimos tudo sozinhas. Mas será que também no meu caso, sou sozinha, sem marido ou pai presente, pois no momento ele se encontra na prisão. Já sofri demais, e tenho muitos traumas, (choro e silêncio) a avó a abraça.

**Mãe 3:** Essa é uma boa reflexão. No meu caso, percebo que muitas vezes não peço ajuda porque acho que ele deveria "saber". Mas, como vocês disseram, muitos homens simplesmente não foram ensinados a participar emocionalmente da vida familiar. Precisamos abrir esse diálogo, e esse espaço está sendo muito bom para mim, por saber que não estou sozinha.

**Avó:** É importante lembrar que essa ausência não afeta só as mães, mas principalmente as crianças. Um pai presente ensina tanto pelo exemplo: respeito, empatia, responsabilidade. Quando ele não está lá, as crianças podem crescer sentindo que falta algo, mesmo que não saibam identificar o quê.

**Mãe 3:** Concorde. Mas acho que, para mudar isso, precisamos ir além do ambiente familiar. É uma questão estrutural. A sociedade ainda não valoriza o papel do pai no cuidado emocional e na construção de vínculos. Muitos pais nem sequer

têm licença-paternidade suficiente para realmente se envolver nos primeiros meses da vida dos filhos.

**Mãe 1:** Sim, e isso mostra como a ausência do pai é, em parte, resultado de uma estrutura que não incentiva a participação ativa deles. Além de mudarmos nossas próprias dinâmicas, precisamos apoiar políticas que promovam a presença paterna, como licenças mais longas e programas de educação parental.

**Avó:** Isso é essencial. Mas, enquanto as mudanças estruturais não chegam, acho que o diálogo aqui nesse grupo está me fortalecendo para chegar até em casa, onde já é um bom começo. Conversar abertamente com os pais sobre o impacto da presença deles e envolvê-los nas rotinas familiares pode ser transformador.

**Mãe 1:** Com certeza. E, quem sabe, esses momentos à mesa que estamos tentando construir podem ser uma oportunidade para isso. Se nós pararmos e estivermos mais presente nesses momentos, é mais fácil se conectar com os filhos.

**Mãe 3:** É verdade. Acho que precisamos deixar claro que esses momentos não são só sobre as mães e os filhos, mas sobre a família como um todo. Quando todos participam, os laços se fortalecem e o peso não fica concentrado em apenas uma pessoa.

**Avó:** Exatamente. A família é um time, e eu gosto do Santos, (todas sorriem), e todo mundo precisa jogar junto. Vou tentar abrir esse diálogo em casa e incluir meu marido mais ativamente nos momentos com os nossos filhos. Afinal, isso não é só sobre nós, mães, mas sobre o bem-estar de toda a família.

**Mãe 3:** relatou que no seu serviço estava tendo muitas discussões, por falta de diálogo, e logo se lembrou sobre os encontros que estavam sendo realizados nos sábados e sugeriu, ao seu chefe da empresa, um tempo juntos para uma reunião, com uma mesa de café da manhã, um tempo para olhar um no olho do outro, e juntos sentados conversar.

**Mãe 3:** Compartilhou que o chefe a ouviu, ficou um tempo parado refletindo, e sugeriu para que ela comprasse o material para realizar o café da manhã. A empresa custeou o valor para que ela ficasse responsável pelo encontro das equipes e que assim pudessem compartilhar suas dificuldades uns como os outros, possibilitando alinhamento das visões que a empresa precisaria ajustar.



**Avó:** também lembrou do tempo que trabalhava fora, e falou que por muitas vezes a mesa é vista como uma ponte, que ampara e conecta as pessoas, não só pelo alimento, mas pela conversa, atenção, escuta e diálogo entre todos os integrantes da equipe. Relatou a assertividade dessas reuniões, e que muitas vezes a discussão se fazia necessária para analisarem juntos o que realmente estava faltando nas relações dentro da empresa.

A partir dessa conversa refletimos sobre a importância de as famílias passarem um tempo à mesa como acolhimento e escuta, bem como no ambiente profissional com todos da equipe de trabalho, aproximando chefes e empregados. As mães 2 e 3 ratificaram sua fala, relatando que iriam tentar fazer essa experiência da mesa em suas casas, dedicando tempo para aproximar todos os membros da família. A mãe 1, relatou que havia comprado, de forma parcelada, uma mesa, e que chegaria ainda essa semana. As mães comemoraram a conquista dessa mãe e ficaram ansiosas pelo próximo sábado.

Enquanto as mães compartilhavam suas experiências, as crianças ficavam brincando com jogos disponíveis na sala, e durante esse período, serviam-se de café, bolachas e bolo, em um ambiente descontraído e acolhedor, possibilitando que, durante a refeição as famílias ficassem à vontade para conversar e se expressar.

**Mãe 1:** Relatou que atualmente as crianças estavam fazendo a lição no chão ou deitada na cama, e estava animada para a chegada do móvel e fazer o uso da mesa, não só como um móvel, mas como conexão e que poderia auxiliar de várias formas o compartilhar da família juntos.

**Pesquisadora:** Incentivou o diálogo sobre a importância da presença paterna, criar espaços para que os pais participem ativamente dos momentos familiares, e repensar as dinâmicas culturais e sociais que contribuem para a ausência do papel masculino dentro do ambiente doméstico. Fez o encerramento do encontro, lembrando sobre a importância de estar junto com a família pelo menos 1 vez por dia, ao redor da mesa com a família reunida, e de pensar e refletir sobre tudo o que foi compartilhado nos encontros.

### **Encontro 3: Sábado 28 de setembro de 2024**

#### **Proposta de tema: A importância dos Afetos e Emoções na construção do vínculo.**

Houve a presença e participação das 3 mães e seus 3 filhos do último encontro acima. Todos foram recebidos com café da manhã na mesa, ocorrendo livremente a apresentação e conversas, cada uma se servindo com café. As crianças normalmente preferem bolachas e bolos de chocolate e cenoura.

Ao decorrer da conversa falamos sobre a família real e o que antes idealizávamos, e depois de comer realizamos a atividade de desenho, como se compõe a sua família atual, e como seria outro desenho de uma família idealizada, utilizamos folha papel A4 da cor branca, lápis de escrever, lápis de cor e giz de cera.

Cada uma realizou o seu desenho (vide anexo 3), e depois conversamos o que havia de diferente e o que gostariam de acrescentar nessa família. As mães que passaram por processos de lutos, adicionaram pessoas que haviam falecido ao convívio familiar novamente através do desenho.

Após esse momento, compartilharam sobre como está sendo o desafio de colocar a mesa pelo menos uma vez por dia, com todos sentados ao redor da mesa.

**Mãe 1:** Relatou a entrega e montagem da mesa. Todas aplaudiram e se animaram com ela, juntamente com seu filho que, na noite anterior, a mesa serviu como momento de brincadeira, onde a criança ganhou várias peças de Lego, e ficou toda a família reunida montando peças. Percebeu que enquanto montavam as peças estavam todos em volta da mesa, lembrou-se dos encontros aos sábados e que estavam de alguma maneira reunindo a família.

**Avó:** Acho que estamos chegando a algo importante aqui. Por mais que a tecnologia esteja presente na nossa vida, ela não pode substituir certos momentos, como o tempo em família à mesa. Sempre ouvi falar que refeições em conjunto fortalecem os vínculos, mas às vezes, com a correria, isso fica de lado.

**Mãe 3:** Sim. É algo que eu também tenho tentado priorizar. Às vezes, é o único momento do dia em que todos estão juntos, sem distrações externas. Mas é um desafio, porque muitas vezes as crianças querem levar o tablet ou até nós acabamos mexendo no celular.

**Mãe 1:** Isso é verdade. Li recentemente que as refeições em família são fundamentais não só para o vínculo afetivo, mas também para o desenvolvimento emocional das crianças. Elas aprendem sobre comunicação, empatia e até sobre alimentação saudável nesses momentos. Mas, como vocês, eu sinto que a tecnologia tem invadido até esse espaço.

**Avó:** Exatamente. Aqui em casa, estamos tentando transformar as refeições em um momento sagrado. Criamos a regra de que a mesa é um lugar "off-line". Não é fácil, mas percebo que, quando estamos todos presentes, as conversas fluem melhor, e as crianças ficam mais abertas a falar sobre o dia delas.

**Mãe 3:** Essa ideia é ótima. Além disso, acho que precisamos valorizar a simplicidade desses momentos. Às vezes, não é sobre ter uma refeição perfeita ou uma conversa super profunda, mas sobre estarmos juntos, criando memórias que fortalecem os laços familiares.

**Avó:** É verdade. Uma coisa que comecei a fazer recentemente foi trazer brincadeiras simples para a mesa, como "qual foi a melhor coisa do seu dia?" ou "o que você faria diferente amanhã?". Isso ajuda a estimular a conversa e ensina as crianças a refletirem sobre suas emoções. Tenho praticado isso com meu neto diariamente.

**Mãe 3:** Que ideia legal. Vou tentar isso com os minha filha. Acho que esses pequenos rituais são importantes. Muitas vezes, subestimamos o impacto de algo tão simples quanto uma refeição em família, mas esses momentos podem ser o espaço onde as crianças se sentem mais seguras e ouvidas.

**Mãe 1:** Sem dúvida. E não é só para as crianças, mas para nós também. Estar à mesa com a família é um respiro no dia a dia corrido, um momento em que podemos nos desconectar das tarefas e nos reconectar uns com os outros. Eu sinto que, quando conseguimos manter esse hábito, e ontem tive essa sensação, a casa toda ficou mais harmoniosa.

**Avó:** Concordo. Mas acho que o desafio é transformar isso em uma prioridade, mesmo com a correria. Talvez seja questão de começar devagar, como um jantar em família por semana, e depois ir aumentando. O importante é não desistir, mesmo que nem sempre dê certo.

**Mãe 1:** Perfeito. E acho que, além de estarmos presentes, podemos usar esses momentos para ensinar valores. As conversas à mesa são uma oportunidade para falar sobre respeito, empatia e até para abordar temas importantes de maneira leve.

**Mãe 3:** Sim. E sabe o que é interessante? Na reunião escolar com os pais foi relatado que muitos estudos mostram que crianças que jantam com a família regularmente têm melhor desempenho na escola e menos tendência a problemas comportamentais. Isso me fez perceber que, mais do que uma refeição, esses momentos são uma forma de investir no futuro deles.

**Avó:** Verdade. E eu acrescentaria que também é um momento de reforçar a nossa conexão com eles. Hoje, com a vida tão fragmentada, as refeições em família acabam sendo um dos poucos espaços de interação genuína, sem pressa.

**Mãe 1:** E talvez possamos unir isso às nossas reflexões sobre tecnologia. Quem sabe transformar as refeições em um espaço de pausa digital? Não só para nós, mas para ensinar os filhos sobre a importância de desconectar para se conectar com quem está ao nosso lado.

**Mãe 3:** Gostei disso. Acho que a chave é transformar a mesa em um lugar de encontros verdadeiros, onde possamos rir, compartilhar e fortalecer os laços que realmente importam, e dialogarmos mais em casa.

**Mãe 1:** Exatamente. E, pensando nisso, que tal fazermos um desafio entre nós? Por uma semana, priorizar refeições em família sem tecnologia no espaço da mesa, e depois voltarmos para compartilhar como foi?

**Avó:** Ótima ideia! Pode ser um incentivo para criar esse hábito e nos inspirarmos umas às outras. Quem sabe até possamos estender isso para mais pessoas, mostrando o quanto esses momentos simples podem transformar o ambiente familiar.

**Pesquisadora:** Ficou animada com o relato da mãe 1, e assim todas concordaram com o desafio dessa semana, e trouxe a reflexão sobre transformar as refeições à mesa em momentos estratégicos e livres de tecnologia, resgatando a conexão e o fortalecimento dos vínculos familiares, enquanto compartilham estratégias e percepções sobre os desafios e benefícios dessa prática.

O encontro foi uma troca de experiências e escuta muito significativa, muitas mães se emocionaram ao falar sobre suas vivências, as crianças brincaram e realizaram desenhos, também falaram da ausência dos pais por figura materna. Em relação à mãe 1, que é mãe solo, relatou a dificuldade para poder conciliar seus objetivos. Ao final, a pesquisadora realizou a finalização com reflexão sobre afetos, a importância da fala e escuta estabelecidos no momento ao redor da mesa.

A importância dos Afetos e Emoções na construção do vínculo, foi um tema muito falado e discutido, no final do encontro houve choro e emoção aos relatos de suas experiências vividas e compartilhadas, resultando no ambiente acolhedor e de compreensão e escuta.

#### **Encontro 4: Sábado 05 de outubro de 2024**

##### **Proposta de tema: O impacto das tecnologias no cotidiano.**

Ao chegar, ficamos aproximadamente 15 a 20 minutos, durante a refeição, conversando sobre a semana, sobre a escola das crianças, alguns iniciando as provas e avaliações do último semestre e os desafios cotidianos entre mães e filhos.

**Mãe 3:** Relembrou a dificuldade de ficar sem internet na mesa, no desafio do encontro anterior. Vocês já pararam para pensar no impacto que a tecnologia e a era digital têm na nossa rotina como mães? Parece que, ao mesmo tempo que ela facilita algumas coisas, também acaba aumentando a nossa carga mental.

**Avó:** Sim. Eu tenho pensado muito sobre isso. Por exemplo, os aplicativos de organização me ajudam a lembrar de tarefas, compromissos escolares e até das listas de compras. Mas, ao mesmo tempo, parece que a tecnologia nunca nos deixa desligar. É como se estivéssemos sempre conectadas e disponíveis.

**Mãe 3:** Concordo. É como se a tecnologia tivesse ampliado as expectativas. Agora, além de ser mãe, profissional e cuidar da casa, também temos que ser "gestoras digitais" das nossas famílias: responder e-mails escolares, acompanhar as plataformas educacionais dos filhos, lidar com mensagens de grupos no WhatsApp. É muita coisa! Por isso me sinto por vezes exausta.

**Mãe 1:** Isso sem contar o impacto que a tecnologia tem nas crianças. Muitas vezes, me vejo usando *tablets* ou celulares como uma forma de distração para os meus filhos, pois preciso terminar alguma tarefa ou trabalhar. Mas fico com a consciência pesada depois, pensando se isso não está prejudicando o desenvolvimento deles. Essa semana foi um desafio ficar sem telas no tempo juntos à mesa, mas conseguimos na medida do possível.

**Mãe 3:** Essa questão do tempo de tela é um dilema para mim também. Por um lado, a tecnologia oferece acesso a conteúdo educativos e atividades criativas. Por outro, vejo como eles ficam hipnotizados pelos jogos e vídeos, e isso dificulta a interação familiar. Como vocês lidam com isso?

**Avó:** Aqui em casa, eu tento impor limites. Por exemplo, só deixo eles usarem o *tablet* por um tempo específico e sempre depois de concluírem as tarefas escolares ou ajudarem com alguma atividade doméstica. Também tento usar a tecnologia de forma compartilhada, assistindo vídeos ou jogando com eles, para que não seja algo tão isolado, na minha infância era diferente, eu corria na rua e subia em árvores.

**Mãe 1:** Eu também era “Maria Moleque”, já tentei essa abordagem, mas confesso que não é fácil manter a consistência. Além disso, tenho percebido que o meu próprio uso da tecnologia afeta o comportamento dos meus filhos. Se estou sempre no celular, eles também querem estar. É um círculo vicioso.

**Mãe 3:** Essa questão do exemplo é fundamental. Eu li recentemente que as crianças aprendem muito observando os pais. Se estamos sempre conectadas, elas vão enxergar isso como normal. Por isso, estou tentando criar momentos “off-line” em família, como durante as refeições ou antes de dormir.

**Mãe 1:** Boa ideia. Aqui em casa, começamos a fazer uma “caixa da tecnologia”. Durante o jantar ou quando estamos brincando, todos os celulares e *tablets* ficam guardados. No começo, foi difícil, mas percebi que esses momentos sem distrações digitais são muito mais ricos.

**Avó:** Isso é inspirador. Mas, ao mesmo tempo, fico pensando: como podemos usar a tecnologia a nosso favor sem que ela nos consuma? Por exemplo, será que estamos explorando o suficiente as ferramentas digitais que ajudam na educação ou até na nossa organização pessoal?

**Mãe 3:** É uma boa reflexão. Acho que podemos buscar um equilíbrio, sim. Por exemplo, os aplicativos de controle parental ajudam a gerenciar o tempo de tela das crianças. Além disso, plataformas educativas podem ser usadas como extensão das aulas, desde que sejam supervisionadas e balanceadas com outras atividades, como brincadeiras ao ar livre.

**Mãe 1:** Também vejo potencial na tecnologia para facilitar nosso dia a dia. Existem aplicativos que ajudam na divisão de tarefas da casa ou mesmo na gestão de tempo, o que pode aliviar nossa sobrecarga mental. Mas a chave é não depender totalmente dela. Acho que precisamos estabelecer limites claros para não ficarmos reféns.

**Avó:** Verdade. Acho que a era digital trouxe desafios e oportunidades. Cabe a nós, como mães, usá-la de forma consciente e ensinar nossos filhos a fazerem o mesmo. Talvez o mais importante seja mostrar que a tecnologia é uma ferramenta, e não o centro da nossa vida.

**Mãe 3:** Concordo. Talvez o equilíbrio seja criar uma relação saudável com a tecnologia, permitindo que ela nos ajude, sem nos sobrecarregar ainda mais. E, acima de tudo, precisamos lembrar que nenhuma tecnologia substitui o valor de estarmos presentes, seja com nossos filhos ou conosco mesmas.

**Avó:** Bem colocado. E talvez devêssemos pensar em como podemos usar a tecnologia para fortalecer os laços familiares, em vez de enfraquecê-los. Quem sabe planejarmos atividades digitais em família, como assistir a um documentário juntos ou fazer pesquisas sobre temas que interessem às crianças?

**Mãe 1:** Excelente ideia. Acho que tudo se resume a equilíbrio e intencionalidade. Podemos aproveitar o melhor que a era digital tem a oferecer, mas sem deixar que ela nos desconecte do que realmente importa: os laços reais, olho no olho.

**Avó:** Isso mesmo. E talvez possamos continuar essas reflexões, pensando em como educar nossos filhos para que eles cresçam com uma relação saudável com a tecnologia. Afinal, ela é uma realidade que eles vão enfrentar muito mais intensamente do que nós, como tenho vivenciado com meu neto, no desafio de criar como filho, numa geração tão diferente da minha nos anos passados.

**Pesquisadora:** Relatou sobre o papel da tecnologia na maternidade, considerando suas vantagens e desafios, enfatizou a importância de equilibrar o uso consciente com a preservação dos vínculos familiares. Na sequência, nos despedimos e finalizamos o encontro.

#### **Encontro 5: Sábado 12 de outubro de 2024**

Devido ao **feriado do dia 12/10 (Dia de Nossa Senhora Aparecida)**, a Clínica de Psicologia Apasem não abriu. Retornando o funcionamento normal do grupo, no próximo sábado 19 de outubro.

#### **Encontro 6: Sábado 19 de outubro de 2024**

**Proposta de tema:** A sobrecarga e a busca por equilíbrio entre as responsabilidades e o tempo com os filhos.

**Mãe 1:** Gente, essa semana eu consegui ter o momento de mesa com meus filhos, muito legal. Consegui folga no final de semana, aproveitei para revisar os livros e cadernos dos meus filhos, após a refeição. Li no capítulo que falava sobre o impacto da sobrecarga mental nas mães e, sinceramente, parece que estava falando de mim. Sinto que minha rotina é uma lista interminável de tarefas, e, no final do dia, percebo que quase não consegui dar atenção de qualidade para os meus filhos, ainda mais sozinha e trabalhando fora.

**Avó:** Nossa! É exatamente assim comigo também! É como se estivéssemos constantemente tentando equilibrar o trabalho, a casa, e ainda ser a "mãe ideal". Mas, no meio disso tudo, o tempo real de conexão com os filhos acaba ficando para depois. Vi uma pesquisa recentemente que mostrava que as mães, em média, têm menos de duas horas de interação direta por dia com os filhos. É tão pouco, não acha?

**Mãe 3:** Eu entendo vocês, mas me pergunto: de onde vem essa cobrança toda? É claro que queremos estar presentes para os nossos filhos, penso e agradeço por ter somente, uma filha, imagine vocês que tem mais que um. Parece que vivemos numa sociedade que exige que sejamos perfeitas em todas as áreas. Esse ideal de



"maternidade plena" não é realista. Outro dia li sobre como essa pressão é fruto de expectativas culturais e de gênero, e isso pesa muito mais sobre nós, mães.

**Avó:** Verdade. E o pior é que, além dessas expectativas sociais, há a autocrítica. Eu mesma me sinto culpada quando escolho descansar em vez de brincar com as crianças ou ajudá-las com alguma atividade. Mas eu tento lembrar que, para cuidar deles, também preciso cuidar de mim. E fiquei muito feliz, pois pensando nisso, voltei para a escola de samba, gosto de fazer as fantasias, ajudar nas decorações, e a noite dançar e me divertir junto com toda a família, eu já não fazia isso há anos.

**Mãe 3:** É um ciclo complicado. Às vezes, penso que a gente romantiza a ideia de "tempo com os filhos". Não é só a quantidade de tempo que importa, mas também a qualidade. Mesmo que sejam poucos minutos, quando conseguimos estar realmente presentes e atentas, faz diferença. Essa semana consegui ler meus livros. Eu adoro ler, e havia parado com esses hobbies faz algum tempo também.

**Avó:** Concordo. Mas ao mesmo tempo, como dar qualidade de tempo quando estamos tão esgotadas? Acho que isso passa pela necessidade de dividir responsabilidades. Será que estamos pedindo ajuda suficiente aos parceiros, ou mesmo ensinando as crianças a colaborar?

**Mãe 3:** Essa questão da divisão de tarefas é fundamental. Não podemos carregar tudo sozinhas, e, muitas vezes, acabamos assumindo mais do que deveríamos por causa daquela ideia de que só nós "fazemos direito". Mas o que vocês fazem para tentar mudar isso?

**Mãe 1:** Aqui em casa eu comecei a delegar mais. No começo, confesso que era difícil não querer corrigir quando as coisas não saíam do meu jeito. Mas percebi que, se eu não deixar os outros aprenderem, vou continuar sobrecarregada, afinal tenho 3 filhos. Além disso, tento planejar momentos específicos com meus filhos, nem que sejam 15 minutos, mas sem celular ou distrações.

**Mãe 3:** Eu também estou tentando incorporar essa ideia de momentos curtos, mas significativos. Estou pensando em buscar um diálogo mais honesto com meu marido sobre as tarefas. Afinal, criar filhos é um projeto em conjunto, não é?

**Avó:** Sim. Acho que precisamos reforçar isso em nossa comunidade, no meu caso a igreja ajuda e muito nas palavras compartilhadas. Muitas vezes, nos sentimos

sozinhas porque não conversamos o suficiente sobre essas dificuldades. Momentos como este aqui, entre nós, são tão importantes!

**Mãe 1:** Concordo plenamente. Essas trocas nos ajudam a perceber que não estamos sozinhas e que, com apoio mútuo e algumas mudanças na dinâmica familiar, podemos aliviar um pouco essa carga. Afinal, queremos ser boas mães, mas também queremos ser mulheres saudáveis e felizes.

**Pesquisadora:** E isso é possível, desde que aprendamos a reconhecer nossos limites e a nos priorizar também. Vamos continuar falando sobre isso e nos apoiando. Nossas famílias agradecem. É importante olhar sobre normalizar o cansaço materno e desmistificarmos a ideia de que ser mãe precisa ser uma experiência perfeita.

**Avó:** Com certeza. Inclusive, pensando no que você falou, me lembrei de mim, e a minha autocobrança, e da importância desmistificarmos a ideia de que ser mãe precisa ser uma experiência perfeita. Não precisamos romantizar a maternidade para que ela seja valiosa.

**Mãe 1:** Exatamente. Acho que essa idealização acaba nos isolando ainda mais, porque ficamos com vergonha de admitir que não damos conta de tudo. Me sinto muitas vezes cansada e sobrecarregada. É tão importante ter espaços como este para falar abertamente sobre os desafios e trocar experiências práticas, e ver que não estou sozinha nesses afazeres domésticos e criação de filhos.

**Mãe 3:** Por exemplo, falando de práticas, vocês têm alguma estratégia que ajuda a lidar com o excesso de tarefas? Aqui em casa, comecei a priorizar um planejamento semanal. Eu divido as tarefas em "essenciais" e "adiáveis" e tento não me culpar quando algo da lista não é feito.

**Mãe 1:** Essa ideia é ótima. Eu também comecei a usar uma abordagem parecida. Criei uma tabela de responsabilidades que inclui todos os membros da casa, inclusive as crianças, com tarefas adaptadas à idade delas. Além de me ajudar, isso ensina autonomia para eles, o que é algo que valorizo muito.

**Avó:** Interessante. Eu também quero que meus filhos aprendam a colaborar, mas, às vezes, sinto que o tempo que gasto ensinando ou explicando compensa menos do que simplesmente fazer eu mesma. Como você conseguiu fazer isso funcionar?

**Mãe 1:** No início, foi desafiador, sim. Eu precisei de paciência e consistência. Comecei com tarefas simples, como guardar brinquedos ou ajudar a pôr a mesa, e sempre reforço com elogios quando eles fazem bem. Com o tempo, isso virou uma rotina para eles. Agora, parece mais natural e menos cansativo.

**Mãe 3:** Vou tentar isso com minha filha também. Outra coisa que tenho pensado é em como lidar melhor com o trabalho fora de casa. Às vezes, sinto que o emprego consome a maior parte da minha energia, e chego em casa exausta. Como vocês conciliam isso?

**Avó:** Para mim, a questão do trabalho foi um ponto delicado. Precisei estabelecer limites claros, como evitar responder mensagens de trabalho fora do horário ou pedir um modelo híbrido para estar mais presente em casa. Mas sei que isso não é viável para todo mundo.

**Mãe 1:** Sim, nem sempre temos essa flexibilidade, ainda mais eu como enfermeira, quando foco em vários turnos, e precisa muito na área da saúde. Acho que, nesses casos, é ainda mais importante compartilhar responsabilidades. Não dá para assumirmos tudo sozinhas. Além disso, estou tentando valorizar mais os momentos pequenos. Por exemplo, transformei o trajeto da escola em uma oportunidade de conversar com meus filhos sobre o dia deles.

**Mãe 3:** Essa é uma ótima ideia. Eu acho que estamos aprendendo que a maternidade é menos sobre grandes gestos e mais sobre estar presente nos momentos possíveis. E, quando não dá, tudo bem também. Mostrar que somos humanas também é um aprendizado valioso para nossos filhos.

**Avó:** Concordo. Mas, ao mesmo tempo, sinto que precisamos de mais apoio coletivo. Onde estão as redes de suporte? Antigamente, as famílias e comunidades eram mais próximas, e hoje parece que estamos isoladas em nossas próprias bolhas.

**Mãe 3:** É verdade. Acho que o individualismo das famílias modernas nos deixou mais solitárias. Talvez devêssemos resgatar o hábito de criar redes de ajuda entre mães, vizinhas ou até amigas. Não precisamos fazer tudo sozinhas.

**Avó:** Essa é uma ideia excelente. Podemos até começar aqui mesmo, ajudando umas às outras com pequenos gestos, como buscar os filhos na escola ou organizar encontros para dividir experiências.

**Mãe 3:** Exatamente. Acho que já demos um grande passo ao ter essa conversa. Reconhecer que não precisamos ser perfeitas e que o apoio mútuo é essencial já é um caminho para aliviarmos essa carga. Vamos continuar com essa troca, seja aqui ou em outros momentos, essa reflexão interna dentro de nós diariamente.

**Mãe 1:** Vamos, sim! Não vamos esquecer que cuidar de nós mesmas é também cuidar de nossas famílias. Afinal, mães mais leves e felizes criam um ambiente mais saudável para os filhos.

**Avó:** Concordo totalmente. Que essa conversa seja só o começo de algo maior, tanto para nós quanto para outras mães que estão passando pelas mesmas dificuldades.

**Pesquisadora:** Relatou sobre a sobrecarga materna e a busca por equilíbrio entre as responsabilidades e o tempo com os filhos. Compartilhou sobre a importância do autocuidado, separar tempo para elas, e delegar tarefas. Enfatizou a importância de equilibrar tempo para ela e para a família, o uso da mesa, pelo menos uma vez por dia durante a semana na preservação dos vínculos familiares. Após o fechamento do grupo, nos despedimos desse encontro, até a próxima semana.

## **Encontro 7: Sábado 26 de outubro de 2024**

### **Proposta de tema: Multitarefas, o desafio de trabalhar dentro e fora de casa.**

Iniciamos o grupo com nossa recepção na mesa. A pesquisadora iniciou com uma comemoração, pois até o sexto encontro contou com a presença de todas as mães e os seus filhos

**Mãe 1:** Compartilhou que, há algumas semanas, o seu chefe reclamou do seu comportamento na empresa e apontou sobre a forma como ele realizou para fazer essa comunicação, pois utilizou de forma agressiva e ríspida. Com o tempo dedicado nas reuniões aos sábados, ela começou a observar o quanto a sua fala em casa também era muito autoritária, fazendo-a refletir e começar a se observar mais. Nessa semana o chefe a elogiou, e ela entendeu que foi em resposta à sua autoanálise nas terapias em grupo, com as mães aos sábados.

**Avó:** Lembra que também estava se observando e se deparou com muitas memórias de formas agressivas de falar, sempre se sentia cansada, e passava a falar com seus filhos de forma punitiva e autoritária, sem paciência.

**Mãe 3:** Percebeu a falta de comunicação dentro de casa, e destacou que o grupo fortaleceu todas a se observarem, no modo de falar, sendo importante ter mais desses encontros. Relatou que estava sendo uma terapia em grupo, achando legal e muito importante e valorativo.

**Pesquisadora:** A reflexão que ficou nesse encontro, em como a falta de comunicação e troca de olhares presenciais seria como um vírus. Pode ser um desafio para a vida cotidiana, mas como elas lembravam quando se sentavam à mesa com seus avós, e conversavam sobre o tempo da escola, como tinha sido seus afazeres, escola. A Mãe 3 relatou que ficava sentada no portão de casa conversando com as vizinhas, enquanto ela e suas amigas ficavam brincando na rua, e o quanto era diferente essa configuração de sociedade, mundo e geração.

**Avó:** Lembrou que, quando era o inverno, ficava mais dentro de casa e não via a hora de ser verão para poder sair para brincar com seus primos e amigas, e que muitas das vezes a mesa era para brincar de jogos de tabuleiro, dominó, baralho entre outros.

**Mãe 3:** Sorri e compartilha que é muito diferente dos dias atuais, por conta das demandas das redes sociais digitais, o excesso de celular e telas, relata sobre a dificuldade de monitorar o tempo do uso de telas aos jogos, conversas, e que atualmente a vida tem levado o tempo maior da conexão virtual.

**Avó:** Relatou que semana passada foi com os filhos para a praia e nesses momentos não há conexão com os celulares e internet, e as crianças amaram brincar na areia, jogar bola, entrar na água. Atualmente com o excesso das demandas de trabalho, o quanto mais difícil tem sido dedicar tempo e atenção.

**Mãe 1:** Compartilha que arrumar tempo e parar, ir à praia tem sido bem difícil para ela com a demanda do trabalho, ela acha muito legal, porém dedica tempo demais sendo enfermeira plantonista em 3 hospitais. Relata que a demanda do trabalho, muitas vezes ser chamada de emergência, a tem incomodado e entristecido pois não permite ter tempo com os filhos. Hoje seus 3 filhos, estudam de forma

integral, pois não tem rede de apoio ou quem fique com seus filhos e possa ajudá-la, e que se sente sozinha.

**Avó:** Agora que falamos sobre estratégias para passar mais tempo juntos, preciso confessar algo que tem me desafiado: a teimosia dos meus filhos. Parece que, quanto mais tento criar esses momentos, mais eles resistem, especialmente quando envolve deixar o celular ou as telas de lado.

**Mãe 1:** Isso acontece muito aqui também! Às vezes, é como se cada pedido ou sugestão minha fosse um gatilho para eles fazerem exatamente o contrário. É frustrante, principalmente quando estamos tentando criar momentos especiais.

**Mãe 3:** Ah, meninas, isso é tão comum! A teimosia e a desobediência são comportamentos que nos testam muito, mas, ao mesmo tempo, são uma forma das crianças afirmarem sua autonomia. O problema é que, em dias corridos ou quando estamos cansadas, fica difícil lidar com paciência.

**Avó:** Concordo. Acho que parte da solução está em entender que esses comportamentos são normais em certas idades. Mas, ao mesmo tempo, precisamos impor limites claros e consistentes. Aqui em casa, comecei a usar o que chamo de "regras combinadas". Antes de momentos em família ou refeições, eu me sento com meus filhos e estabeleço as expectativas. Isso tem ajudado a reduzir conflitos.

**Mãe 1:** Essa ideia de regras combinadas é boa. Eu percebo que, às vezes, as crianças só estão resistindo porque sentem que não têm controle sobre nada. Talvez dar a elas um pouco de escolha dentro desses limites possa ajudar, como deixar que escolham a atividade que faremos juntas.

É uma boa estratégia. Aqui em casa, comecei a usar também o reforço positivo. Sempre que eles colaboram ou seguem as regras, tento reconhecer e elogiar. Não é nada exagerado, mas só um "obrigada por guardar seu brinquedo", isso ajuda muito. Percebo que eles respondem melhor a incentivos do que a broncas constantes.

**Mãe 1:** Essa abordagem funciona muito bem. Li em algum lugar que, em vez de focarmos no que as crianças estão fazendo de errado, devemos tentar redirecionar o comportamento. Por exemplo, se estão sendo teimosos, em vez de entrar em confronto, podemos dizer algo como: "Eu sei que você quer continuar jogando, mas agora é hora da nossa atividade junto. Depois podemos voltar a isso".

**Avó:** Sim. E acho que também precisamos ajustar nossas expectativas. Nem sempre os momentos em família vão sair como planejamos. Às vezes, os filhos estão mais agitados ou com menos paciência, e tudo bem. O importante é mostrar que esses momentos juntos são importantes, mesmo que não sejam perfeitos, tenho vivenciado isso diariamente na função de (mãe), que na verdade sou vó, mas cuido como filho do meu neto.

**Mãe 3:** Vocês têm razão. Acho que, no fundo, a teimosia deles é um convite para sermos mais criativas e pacientes. Talvez, ao invés de insistirmos em algo, possamos tentar entender o que eles estão sentindo e criar uma conexão antes de fazer qualquer exigência.

**Mãe 1:** Isso é fundamental. Percebo que, quando estou presente e me conecto emocionalmente com meus filhos, eles tendem a ser mais cooperativos. Muitas vezes, a teimosia ou a desobediência são um reflexo de algo que eles não sabem expressar de outra forma, como cansaço, frustração ou necessidade de atenção.

**Avó:** Exatamente. Por isso, tento sempre me lembrar de não levar esses comportamentos para o lado pessoal. É claro que é difícil no calor do momento, mas, quando conseguimos olhar além da teimosia, geralmente encontramos uma razão por trás.

**Mãe 3:** E acho que precisamos cuidar do nosso próprio estado emocional. Às vezes, estamos tão estressadas ou sobrecarregadas que reagimos de forma exagerada. Quando respiro fundo e respondo de maneira mais calma, percebo que a situação tende a se resolver mais rápido.

**Mãe 1:** Sim. Acho que isso fecha bem o ciclo: entender o que está por trás do comportamento, criar limites com empatia e, ao mesmo tempo, cuidar de nós mesmas para conseguirmos agir com paciência. Afinal, o objetivo não é só corrigir o comportamento, mas construir uma relação mais forte com eles.

**Mãe 3:** E, para isso, acho que também precisamos celebrar as pequenas vitórias, mesmo que nem tudo saia como planejada. Se conseguimos passar um tempo juntos ou resolver um conflito de forma positiva, devemos comemorar, pois lembra que sua infância não foi assim, mas hoje faz diferente com a filha.

**Avó:** Concordo. No fim, não se trata de ter filhos perfeitamente obedientes, mas de ensinar a eles, com amor e paciência, como lidar com suas emoções e limites. E, claro, de aproveitar os momentos bons que conseguimos criar no meio disso tudo.

**Mãe 1:** Sim, e esses momentos podem até ajudar a reduzir a teimosia e a desobediência. Quando nossos filhos sentem que têm nossa atenção e que estão incluídos nos planos, eles tendem a cooperar mais.

**Avó:** É verdade. Acho que o maior aprendizado aqui é lembrar que a criação dos filhos é um processo, com altos e baixos.

**Mãe 3:** Ninguém é mãe perfeita, mulher maravilha. Mas, com estratégias como essas e com o apoio umas das outras, nessa roda de conversa podemos enfrentar os desafios e, ao mesmo tempo, fortalecer os vínculos com nossos filhos, queria anotar para não esquecer do que falamos hoje.

**Pesquisadora:** Essa dinâmica não havia sido planejada, mas foi uma estratégia da psicóloga para dar conta da demanda do grupo. O que favorece muito a coordenação da atividade. Relatou sobre a estratégia da psicoeducação, aumentar o autoconhecimento e capacitar as mães com seus familiares a enfrentar as questões práticas e emocionais. Na dinâmica utilizou materiais como sulfites, caneta, lápis e juntamente com as 2 mães e 1 avó e utilizaram as folhas, que estavam no armário na sala e elaboraram estratégias para lidar com teimosia e desobediência e criar momentos em família:

Estabelecer regras combinadas: Incluir os filhos no processo de criar limites claros e explicitar expectativas.

Dar escolhas controladas: Permitir que as crianças escolham dentro de limites definidos para que sintam mais autonomia.

Reforço positivo: Reconhecer comportamentos desejados com elogios e incentivos.

Redirecionar comportamentos: Substituir broncas por explicações e sugestões de como agir.

Conexão antes da correção: Priorizar entender os sentimentos e necessidades da criança antes de impor regras.



Momentos individuais e em grupo: Criar espaços de atenção exclusiva e atividades coletivas para fortalecer os laços.

Autocuidado materno: Cuidar das próprias emoções para responder aos desafios com mais paciência e empatia.

Celebrar as vitórias: Valorizar os avanços, mesmo que pequenos, para reforçar o vínculo familiar.

O resumo acima foi no consenso de todas as mães dando opiniões, por fim, cada mãe escreveu o resumo acima nas suas folhas, e combinaram que vão tentar utilizar alguns tópicos e se recordarão desse encontro. As mães estabeleceram um bom vínculo, e concordaram com os temas e se identificaram em muitas falas e expressões do cotidiano, e reforçaram que essas estratégias ajudam a transformar o tempo em família em algo mais harmonioso e significativo, mesmo diante dos desafios comportamentais.

**Pesquisadora:** Para finalizar esse encontro, refletimos sobre a importância de olhar para esse tempo com a família, se dedicar em sair de casa, ir à praia para caminhar, ou aproveitar o sol previsto nesse final de semana. Relembra às mães que aceitaram o desafio, e se prontificam de ficar mais tempo à mesa, e observar esse tempo juntos, realizando essa reflexão do tema proposto nesse sétimo encontro.

#### **Encontro 08: Sábado 02 novembro de 2024**

Devido ao **feriado do dia 02/11 (Dia de Finados)**, a Clínica de Psicologia Apasem não abriu. Retornando ao funcionamento normal do grupo, no próximo sábado 09 de novembro.

## **Encontro 09: Sábado 09 novembro de 2024**

**Proposta de tema: Passar mais tempo juntos em família e a convivência na mesa.**

Recepção com as 3 crianças e as 2 mães e 1 avó, as mesmas pessoas que estavam desde o primeiro encontro, entram e se cumprimentam, após cada um se serve do café da manhã, mesa com suco, frutas, leite, achocolatado, café, bolo de laranja e bolo de chocolate.

Leitura do livro como apoio ao encontro que abordou sobre o tempo:

"Tempo, tempo, onde está você?" autora Gabriela Valente de Lima. É uma história terapêutica que fala sobre a família de Joaquim e Yasmin, uma família muito atarefada, que nos faz refletir sobre o tema da organização do tempo.

**Pesquisadora:** Iniciou a leitura e dinâmica relatando que nos dias de hoje é comum ouvirmos pais afirmando pais que "O tempo está voando", porém, o tempo é o mesmo de outras épocas, as demandas que cresceram e com isso, as famílias estão mais sobrecarregadas.

Em meio a esta situação, as crianças, ainda muito pequenas, sofrem com esta nova realidade familiar e, através de comportamentos, expressam o que vivem e sentem. Muitas vezes não são escutadas ou compreendidas, essas crianças são rotuladas e fica à mercê da impaciência dos pais/cuidadores ou educadores, encontrando muitas vezes na escola o ambiente propício para externarem o que sentem. Esta obra traz uma reflexão sobre o manejo deste tempo, visando um melhor aproveitamento dele em prol da saúde mental das crianças e suas famílias.

A pesquisadora realizou a leitura dos livros, juntamente com as mães, se trata de um livro bem ilustrado e de poucas palavras, dando acessibilidade a fácil compreensão e leitura em grupo. Após a leitura refletimos juntas sobre os excessos de tarefas que muitas mulheres, inclusive elas, trabalham dentro e fora de casa, ocupando-se de tarefas domésticas.

**Pesquisadora:** A leitura durou cerca de 10 minutos, por ser um livro bem ilustrado, com poucas palavras e mais figuras. Trata-se de uma leitura lúdica, que

possibilita que pais e filhos, psicólogos e educadores, pensem juntos sobre a organização do tempo em família e seus benefícios. Após a leitura e reflexão a pesquisadora deixou em aberto sobre o tema de passar mais tempo juntos em família, conectados de forma presencial e aproveitarem para refletir juntos na roda de conversa sobre esta questão em suas vidas.

**Mãe 1:** Iniciou a fala apresentando suas dificuldades com os filhos na escola, relatou que a professora foi conversar com ela, pelo tempo que o filho ficava no celular durante a sala de aula, e a mãe ficou muito aborrecida e falou com a professora que iria proibir o uso de celular dentro da escola.

A avó e a mãe 3, reforçaram que ela também tomou essa medida educativa de não deixar o celular no meio escolar, pois assim elas chegaram conclusão que isso acaba com o tempo de estudos, o que distancia o aluno da atenção nas aulas e explicações dos professores.

As mães relembram o tempo, que na época delas não havia o uso de celular ou outra tecnologia, e a conversa das mães foi a reclamação sobre o manejo de atenção e tempo em escola e sobre as tarefas em sala de aula.

**Pesquisadora:** Nesse encontro o tema decorreu sobre esse assunto, as mães com o livro: Tempo, tempo, onde você está? Que traz reflexão sobre o manejo em família, da autora Gabriela Valente de Lima.

**Avó:** Relatou sobre a frase de Mario Quintana, o poeta gaúcho, que retrata sobre o tempo: A única falta que terá será a desse tempo que, infelizmente, nunca e jamais voltará. O tempo presente, aquele que viemos a cada dia.

**Mãe 1:** Confirma, que esse é o sentimento dela, que muitas vezes à leva a culpa, e um peso emocional de perder tempo, com o que realmente importa, que os filhos estão crescendo muito rápido e o tempo, parece estar correndo cada dia mais e mais acelerado. Relatou que percebe isso não só em sua família, mas ao seu redor. Sente que está perdendo a oportunidade de se conectar a pessoas na vida real, e o uso do celular tem aumentado a conexão virtual, o aumento de tantas atribuições e compromissos, perdendo a oportunidade de conectar-nos com as pessoas, em especial aquelas mais próximas de dentro de casa, assim como a beleza da natureza. Os excessos de afazeres a têm deixado cansada e sobrecarregada.

As **Mães 3 e avó** balançam a cabeça e concordam com esse advento do tempo na atualidade, **Mãe 1** fala que essa descrição da mãe 1, é uma maneira sensível de observar a dura realidade vivida, por tantas famílias e inclusive a dela com sua filha, e lembra que, na noite anterior, fez a inserção do tempo à mesa, e que foi muito gratificante ficar um tempo jogando jogos como dominó e baralho, e o quanto se faz necessário parar e desacelerar, estar juntas e dedicar tempo, nem que seja 1X ao dia. No caso dela a melhor hora, é durante a noite, após as 20h aonde todos já chegaram do trabalho e escola, e após o jantar podem conversar sobre o dia e/ou jogar, como foi no caso dela na noite anterior, mas relatou a falta da presença paterna.

**Mãe 1:** Além da questão da presença do pai, acho que também precisamos pensar em como nós, mães, podemos passar mais tempo de qualidade com nossos filhos. A vida é tão corrida que, às vezes, o tempo que temos acaba sendo dedicado só às obrigações, como tarefas de casa e deveres escolares.

**Avó:** Verdade. Muitas vezes eu percebo que, mesmo quando estou com meus filhos, minha mente está em outro lugar, pensando no que ainda falta fazer. Acho que precisamos encontrar formas de transformar o tempo que temos em algo mais significativo.

**Mãe 3:** Concordo. Acho que não é tanto sobre a quantidade de tempo, mas sobre a qualidade dele. Uma coisa que comecei a fazer foi criar "momentos de exclusividade" com cada filho, mesmo que sejam apenas 10 ou 15 minutos por dia. Durante esse tempo, deixo o celular de lado e faço algo que eles gostam, como brincar, desenhar ou até mesmo só conversar.

**Avó:** Essa é uma ideia ótima. Eu tentei algo parecido aqui em casa. Agora, todo sábado de manhã, temos um momento só nosso, sem distrações. Às vezes, fazemos panquecas juntos, outras vezes, jogamos um jogo de tabuleiro. São coisas simples, mas sinto que isso fortalece muito a nossa conexão.

**Mãe 3:** Esses pequenos rituais realmente fazem diferença. Aqui em casa, começamos a criar um "dia da família" aos domingos. Cada semana, um de nós escolhe uma atividade para fazermos juntos: um passeio no parque, assistir a um filme ou até cozinhar algo especial. É uma forma de garantir esse tempo em meio à correria da semana.

**Mãe 1:** Gostei disso! Acho que rituais criam memórias que as crianças vão levar para a vida inteira. Outra coisa que faço é incluir meus filhos nas tarefas do dia a dia, como cozinhar ou arrumar a casa. Assim, transformamos essas obrigações em momentos de aprendizado e diversão juntos.

**Avó:** Isso é tão importante. E, além de ser uma forma de passarmos tempo juntos, essas atividades também ensinam responsabilidade e habilidades práticas para as crianças. Outro hábito que comecei foi aproveitar o trajeto para a escola ou outras atividades para conversar com meus filhos. Esses pequenos momentos no carro são ótimos para eles se abrirem.

**Mãe 3:** Ótima ideia. Eu também tenho tentado usar o tempo das rotinas diárias de forma mais intencional. Por exemplo, ao colocar minha filha para dormir, sempre leio uma história ou invento uma. É um momento de conexão que ela adora e que acaba sendo especial para mim também.

**Avó:** Sim! Aqui também temos esse momento de leitura antes de dormir. Percebo que, além de criar um vínculo, isso ajuda a acalmá-los depois de um dia agitado. Também comecei a pedir que eles escolham o livro, para que se sintam mais envolvidos.

**Mãe 3:** Outra coisa que comecei a fazer é estabelecer um "tempo especial sem tecnologia" à noite antes de dormir, deixamos todos os aparelhos de lado e fazemos algo juntos: desenhar, brincar ou até só conversar. É um tempo curto, mas percebo que faz muita diferença.

**Mãe 1:** Isso é tão importante. Acho que às vezes subestimamos o impacto de momentos pequenos, mas, para as crianças, eles são enormes. E nos ajudam a criar um espaço de pausa, sem a pressão constante da tecnologia ou das tarefas.

**Avó:** E, para as mães que têm mais de um filho, acho que é legal equilibrar momentos em grupo e momentos individuais. Cada criança tem sua própria personalidade e interesses, e esses tempos individuais ajudam a fortalecer a conexão de forma mais profunda.

**Mãe 1:** Sim, e acho que, além dessas estratégias, é importante sermos gentis conosco. Nem sempre conseguimos fazer tudo como planejamos, mas o que

realmente importa é a intenção e o esforço de estarmos presentes, mesmo em meio às imperfeições.

**Mãe 3:** É verdade. Não se trata de sermos mães perfeitas, mas de mostrarmos aos nossos filhos que eles são uma prioridade. E isso, muitas vezes, acontece nos pequenos gestos: um abraço inesperado, um "como foi seu dia?", ou até só estar ali, disponível.

**Mãe 1:** Exatamente. Acho que, no final das contas, o que mais importa para as crianças não é o quanto fazemos, mas como fazemos. Se conseguimos mostrar a elas que estamos presentes de verdade, mesmo que por poucos minutos, isso já faz uma grande diferença.

**Avó:** E que bom que estamos tendo essa conversa. Às vezes, só de compartilhar ideias e estratégias, percebemos que não estamos sozinhas nessa jornada. Podemos nos apoiar e nos inspirar umas às outras para criar laços mais fortes com nossos filhos, pediu sulfites e canetas para anotarem como nos últimos encontros.

**Pesquisadora:** Vamos anotando juntas, como método psicoeducativo estratégias compartilhadas pelo grupo, elaborada com as mães e filhos passarem mais tempo juntos:

Criar rituais familiares: Dias específicos para atividades em família, como um “Dia da Família” ou manhãs de sábado juntos.

Momentos de exclusividade: Dedicar alguns minutos diários a cada filho, sem distrações.

Transformar tarefas em atividades compartilhadas: Cozinhar, arrumar ou realizar atividades do dia a dia de forma colaborativa e divertida.

Aproveitar trajetos e rotinas: Conversar no carro ou durante o preparo para dormir.

Tempo sem tecnologia: Estabelecer momentos para desconectar e focar na interação familiar.

Equilibrar momentos: Criar espaços para atender às necessidades e interesses de cada criança.

Pequenos gestos diários: Mostre presença e atenção por meio de perguntas, carinho e interação constante, mesmo em períodos curtos.

Concluimos que essas estratégias simples podem ser adaptadas à realidade de cada família, sempre com o objetivo de fortalecer os vínculos e criar memórias significativas.

## **Encontro 10: Sábado 16 novembro de 2024.**

### **Proposta de tema: Fechamento e Conclusão**

No último encontro, as mães e filhos, são recebidos com a mesa de café da manhã, onde se serviram primeiro.

Logo após a refeição, demos início ao fechamento do projeto de 10 encontros ao redor da mesa, a pesquisadora lembrou sobre ser proposto no início dos encontros a reaplicação o Inventário de Percepção e Suporte Familiar (IPSF), e que naquele momento foi separado 20 minutos, para a realização das respostas, foi entregue 1 folha para cada mãe e 1 folha para cada criança, a pesquisadora auxiliou as crianças na leitura e algumas dúvidas que foram imergindo no Inventário.

**Pesquisadora:** Separado tempo de 20 minutos para a realização a reaplicação do IPSF, e após o preenchimento do Inventário, realizou o fechamento em conjunto, pais e filhos, para compartilhar as suas experiências pessoais e quanto os encontros agregaram para o conhecimento de cada família.

Logo após realizamos a roda de conversa para compartilhar as experiências de cada mãe, onde todos estiveram presentes em todos os encontros, obtendo uma reflexão e conclusão tanto coletiva, quanto individual.

**Mãe 1:** Acho que esse nosso encontro foi um aprendizado enorme. Conversar sobre esses desafios e ouvir as ideias de vocês me fez perceber que, mesmo com toda a correria e os problemas, há muito que podemos fazer para fortalecer os laços com nossos filhos. Vou tentar aplicar essas estratégias em casa, principalmente a ideia de criar rituais e aproveitar melhor o tempo à mesa.

**Avó:** Eu também saio daqui muito inspirada. Percebo que não estou sozinha nesse caminho, e essas trocas são muito valiosas. Acho que a ideia de usar o tempo

à mesa como um momento para desconectar das telas e reconectar com a família é algo que vou colocar como prioridade. Já consigo imaginar como isso pode melhorar o diálogo e o clima aqui em casa. Me senti fortalecida.

**Mãe 3:** Para mim, esses encontros foram uma lembrança de que não precisamos ser perfeitas, mas sim intencionais. Se dedicarmos atenção verdadeira e criarmos momentos de qualidade, como esses ao redor da mesa, isso já pode fazer uma diferença enorme na vida dos nossos filhos. Fico muito feliz de poder compartilhar essas ideias com vocês e de aprender tanto.

**Mãe 1:** Concordo com vocês. Para mim, o maior ganho desses encontros foi perceber que pequenas mudanças podem trazer grandes resultados. O tempo à mesa, por exemplo, é algo tão simples, mas tão poderoso. É o momento em que podemos nos ouvir, nos apoiar e até lidar com os desafios, como a teimosia ou a falta de tempo. Me sinto mais motivada a priorizar esses momentos na minha rotina.



### **Conclusão coletiva**

Ao final do encontro, as mães concordaram que os encontros foram um espaço importante para reflexão e troca de ideias práticas que podem transformar as dinâmicas familiares.

Cada uma reconheceu o papel essencial do tempo à mesa, não apenas como um espaço para refeições, mas como um lugar simbólico e concreto de conexão, escuta e fortalecimento dos laços afetivos.

O grupo concluiu que, apesar dos desafios da modernidade – como a influência da tecnologia, a ausência paterna e a rotina agitada – é possível construir estratégias que promovam mais presença e qualidade nas interações familiares.

Mais do que soluções perfeitas, o encontro reforçou a importância de esforços intencionais e do apoio mútuo entre mães.

Com esse aprendizado, as mães se comprometeram a colocar em prática algumas mudanças em suas rotinas.

Analizamos juntas como foi importante, priorizar o tempo em família, reduzir distrações tecnológicas e transformar a mesa em um espaço de vínculos. Para elas, esses encontros foram o primeiro passo de um movimento maior para criar lares mais acolhedores e emocionalmente saudáveis.

**Pesquisadora:** Abre a roda para as reflexões e concluir, o que cada uma sentiu e percebeu em cada encontro:

**Mãe 3:** Foi muito bom estar aqui com vocês. Saio mais confiante de que podemos criar momentos simples, mas que realmente fortaleçam nossas famílias.

**Mãe 1:** E o mais bonito é que tudo começa na mesa, um lugar tão simbólico, quero muito transformar esse espaço no coração da minha casa. Fiquei muito feliz pois agora tenho a mesa para poder vivenciar, esse projeto todos os dias na minha família.

**Avó:** É isso! Não precisamos de grandes mudanças, apenas de gestos pequenos, consistentes e cheios de amor.

**Mãe 3:** Com certeza. Vamos nos lembrar disso quando as coisas ficarem difíceis: o tempo que dedicamos à nossa família é o que realmente importa.

Com essa mensagem, as mães encerraram o encontro, fortalecidas pela troca de experiências e pelo desejo de construir laços mais profundos e duradouros com seus filhos.

**Pesquisadora:** Para finalizar a pesquisadora agradeceu e como presente, a presença estabelecida ao redor da mesa e aumento do vínculo familiar, entregou uma xícara com bombons dentro, para as mães e as crianças.

Nos abraçamos e despedimos, foi estabelecido um “*rapport*” que é uma palavra francesa que significa "trazer de volta" ou "criar uma relação", sendo uma técnica que visa criar empatia e confiança com o outro.

Concluimos com algumas reflexões e através desse grupo de mães, realizamos o fechamento dos encontros em lágrimas e sorrisos.

**Mãe 1:** Para terminar gostaria de pedir para colocar a música Epitáfio, canção de Titãs; poderia?

**Pesquisadora:** Agradeceu a iniciativa e colocou no *Youtube*, deixou tocando enquanto comiam e comemoram entre abraços e despedidas. Depois todos se sentaram juntos e cantaram a canção Epitáfio do grupo Titãs, sendo tocada no youtube, na televisão da APASEM (anexo 5).

**Mãe 3:** Termina agradecendo a reflexão de cada encontro, e finalizar com essa música, pois não havia percebido o quanto ela estava tão corrida, que não parava para vivenciar pequenos momentos com os filhos e como os encontros fortaleceu seu olhar para parar e passar mais tempo com a família.

**Mãe 1:** Agradeceu a música e finalizou dizendo que não poderia ter presente melhor do que a nossa presença todos os sábados juntas ao redor da mesa.

**Avó:** Fica emocionada, e chorou agradecendo o tempo juntas e quanto se fortaleceu nesse pequeno grupo, levou lembrancinhas feitas de crochê, para agradecer o tempo de fortalecimento e troca de experiências em grupo, comparando o trabalho manual do crochê como os “nós” que fizeram um trabalho lindo e terapêutico em conjunto.

**Pesquisadora:** Agradeceu o presente de tê-las presente nesse projeto, poder compartilhar suas histórias e memórias, deixar fazer parte da vida delas e de seus filhos de forma tão especial nessas 10 semanas e 8 encontros (devido aos 2 feriados) e, mesmo assim elas continuaram realizando a proposta da mesa, na inserção da família, como forma de aproximação do vínculo.

Para finalizar cantamos todas juntas em voz alta e com abraço coletivo, pesquisadora, mães, filhos, terminamos de comer as comidas e bebidas ao redor da mesa e agradecemos com despedida e muita gratidão no coração.

## RESULTADOS DE AVALIAÇÃO DOS PROTOCOLOS DO IPSF

### Mãe 1 - 33 anos

**Mãe 1. Mulher de 33 anos, mãe de com 3 filhos, 1 menina de 8 anos, um menino de 15 anos e o filho que trouxe aos encontros aos sábados, menino de 11 anos, relatou que passou pelo casamento de 16 anos, mas atualmente encontra-se divorciada, na realização dos encontros.**

Aplicação em setembro de 2024 e Reaplicação em novembro de 2024

**Afetivo-Consciente (22)**

**Afetivo-Consciente (32)**

**Adaptação (18)**

**Adaptação (19)**

**Autonomia (12)**

**Autonomia (16)**

**Total (52) pontos**

**Total (67) pontos**

Queixa inicial, era a falta de tempo para os filhos, ela trabalha atualmente em 2 turnos, para dar conta de criar os filhos, atualmente se sente muito cansada e irritada, sem paciência com os filhos, a rede de apoio mais próxima é sua mãe, que quando ela precisa poder cuidar das crianças. O pai que a ajudava muito, faleceu de COVID na pandemia.

No início dos encontros essa mãe não possuía a mesa, pois havia passado por uma mudança de residência há menos de 1 ano, e alguns móveis acabaram estragando. Após o primeiro encontro ela foi em busca do móvel. No segundo encontro ela já estava contente por poder ter parcelado o móvel e obteve a compra, e, desse encontro em diante, a mãe já estava fazendo o uso do móvel, colocando em prática, o encontro à mesa, dentro da sua casa, pelo menos 1 vez por dia.

Relatou que na sua infância foi muito escassa e passou por períodos de fome e pobreza, não tendo boas lembranças e que morou a maior parte da sua vida no morro em São Paulo. Compartilhou que nunca fez terapia, mas achava que precisava pois passou por várias situações desagradáveis como brigas e violência doméstica,

desde a infância até a vida adulta, mesmo após o casamento, que foi um dos motivos para pedir o divórcio.

Os resultados da aplicação no primeiro encontro, antes de iniciar o projeto como proposta da inserção do tempo de mesa, e o aumento de tempo dedicado aos familiares, na data de 14 de setembro de 2024, os resultados da aplicação demonstraram a seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (22), Adaptação (18) e Autonomia (12), a pontuação geral atingiu (52) pontos.

Esses resultados apontaram a pontuação Baixo, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Baixo na dimensão de adaptação familiar e pontuação, Médio Baixo em autonomia, representando na soma e resultado como Baixo na soma geral, da pontuação do instrumento (veja Tabela 4). Esses resultados foram da primeira avaliação do inventário de percepção e suporte familiar.

Na reaplicação demonstrou uma mudança, após a proposta da intervenção do tempo de mesa, em casa durante uma vez por dia, pelo menos em uma refeição, no décimo encontro na data de 16 de novembro de 2024, os resultados da reaplicação demonstraram diferenças na seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (32), Adaptação (19) e Autonomia (16), a pontuação geral atingiu (67) pontos.

Esses resultados apontaram o aumento da pontuação, sendo Médio Alto, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Médio Baixo na dimensão de adaptação familiar e pontuação Alto em autonomia, representando na soma e resultado como Médio Alto na soma geral, da pontuação do instrumento (veja Tabela 4). Esses resultados foram da segunda avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, após os 10 encontros e a inserção da intervenção dentro do âmbito familiar.

Segundo as diferenças nas pontuações e aumento obtido na mãe 1, notou-se que a convivência familiar, quando estruturada de maneira intencional e inclusiva, sendo obtida como proposta pelo grupo, ao menos 1 vez por dia, exerceu um papel fundamental no desenvolvimento emocional da mãe avaliada e na saúde mental de todos os membros da família

Os resultados foram observados e avaliados com muita cautela, já que a mãe 1, percebia durante a roda de conversa, que a sua família era de origem mais humilde

e agora sendo mãe de 3 filhos, percebia pouco afetividade com eles e pouco interesse nas atividades escolares e cotidianas.

Após observar e compartilhar com outras mães, foi adaptando seus horários e modificando alguns hábitos, e percebeu que com a inserção da mesa e o aumento de tempo, auxiliou na comunicação entre os familiares.

**Avó – 59 anos**

**Avó. Mulher de 59 anos, mãe de com 2 filhos, 1 mulher de 24 anos, a mãe (*in memoriam*) do menino, e um homem de 27 anos, o menino de 11 anos que trouxe aos encontros seu neto, não tem a mãe mais presente, e a avó tem sua tutela. Atualmente casada há mais de 20 anos, relatou ter um bom relacionamento com seu marido.**

Aplicação em setembro de 2024 e Reaplicação em novembro de 2024

<b>Afetivo-Consciente (21)</b>	<b>Afetivo-Consciente (35)</b>
<b>Adaptação (17)</b>	<b>Adaptação (23)</b>
<b>Autonomia (11)</b>	<b>Autonomia (15)</b>
<b>Total (49) pontos</b>	<b>Total (73) pontos</b>

Queixa inicial, era a falta de cuidado com ela mesma, e mais paciência e tempo de qualidade com os filhos, ela trabalhava atualmente fazendo artesanato e crochê, para auxiliar financeiramente o marido.

Relatou que sua infância foi boa e tem muitas recordações de Natal e Ano Novo com a família reunida, ao redor da mesa. Teve uma boa educação, porém sempre estudou em escola pública e compartilhou sobre o cuidado com os pais dentro de casa, relatou que sempre foi tudo “bem contadinho” pois ela veio de uma família de 10 irmãos, mas nunca passou fome, mas aprendeu a trabalhar desde cedo.

Os resultados da aplicação no primeiro encontro, antes de iniciar o projeto como proposta da inserção do tempo de mesa, e o aumento de tempo dedicado aos familiares, na data de 14 de setembro de 2024, os resultados da aplicação demonstraram a seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (21), Adaptação (17) e Autonomia (11), a pontuação geral atingiu (49) pontos.

As pontuações dos resultados, apontaram Baixo na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Baixo na dimensão de adaptação familiar e pontuação Médio Baixo em autonomia, representando na soma e resultado como Baixo na soma geral, da pontuação do instrumento (veja Tabela 4). Esses resultados foram da primeira avaliação do inventário de percepção e suporte familiar.

Na reaplicação demonstrou uma evolução, após a proposta da intervenção do tempo de mesa, em casa durante uma vez por dia, pelo menos em uma refeição, no décimo encontro na data de 16 de novembro de 2024, os resultados da reaplicação demonstraram diferenças na seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (35), Adaptação (23) e Autonomia (15), a pontuação geral atingiu (73) pontos.

Os resultados apontaram o aumento, resultante na pontuação Alto, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Médio Alto e na dimensão de adaptação familiar e pontuação Alto em autonomia, representando na soma e resultado, Alto na soma geral, na pontuação (veja Tabela 4).

Percebe-se que os resultados fortaleceram o vínculo entre seus membros, nessa família, tanto no afetivo quanto na demanda de autonomia, tendo um maior cuidado com ela mesma.

Esses resultados foram da segunda avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, após os 10 encontros e a inserção da intervenção dentro do âmbito familiar, onde a mãe percebeu o aumento da comunicação no cotidiano.

### **Mãe 3 – 38 anos**

**Mãe 3. Mulher de 38 anos, mãe de 1 filha menina de 13 anos, que trouxe aos encontros aos sábados. Atualmente casada há 17 anos, relatou ter um bom relacionamento com seu marido. Compartilhou que tem rede de apoio composta por sua mãe, (avó) da criança, com quem a menina passa a maior parte do tempo.**

Aplicação em setembro de 2024 e Reaplicação em novembro de 2024

**Afetivo-Consciente (28)**

**Afetivo-Consciente (30)**

**Adaptação (22)**

**Adaptação (24)**

**Autonomia (09)**

**Autonomia (15)**

**Total (59) pontos**

**Total (69) pontos.**

Compartilhou sobre os dias serem corridos e o excesso de tarefas e afazeres, enquanto está no trabalho, deixa a criança na escola a parte da manhã e na saída da escola, avó busca e fica a parte da tarde com ela. Gosta da presença da avó e agradece a ajuda sempre. Relata que tanto ela quanto o marido trabalham de vendedores, e retornam do trabalho após as 18hs, horário que pegam a filha na avó e tem o período do final da tarde e noite juntos.

Sua queixa inicial nos encontros foi sobre não saber controlar o uso do celular, já que ela passa a maior parte do tempo no trabalho e a criança fica aos cuidados da avó, relatou a dificuldade de monitorar e a menina fica várias horas por dia no celular.

Relatou que sua família nuclear é muito adequada, no modelo de relações afetivas dentro e fora de casa, nas rodas de conversa compartilhou que gosta de trabalhar como vendedora e de falar com pessoas diferentes.

Os resultados do IPSF, na primeira aplicação realizada em 14 de setembro de 2024, antes da proposta da intervenção da mesa, dentro do âmbito familiar, demonstraram a seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (28), Adaptação (22) e Autonomia (09), a pontuação geral atingiu (59) pontos.



As pontuações dos resultados acima, apontaram Médio Baixo na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Médio Alto na dimensão de adaptação familiar e pontuação Baixo em autonomia, representando na soma do resultado como Médio Baixo na soma geral, da pontuação do instrumento (veja Tabela 4). Esses resultados foram da primeira avaliação do inventário de percepção e suporte familiar.

Na reaplicação demonstrou uma evolução, após a proposta da intervenção do tempo de mesa, em casa durante uma vez por dia, depois que chegava do trabalho, para essa mãe era melhor o horário do jantar, pelo menos em uma refeição, no décimo encontro na data de 16 de novembro de 2024, os resultados da reaplicação demonstraram diferenças na seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (30), Adaptação (24) e Autonomia (15), a pontuação geral atingiu (69) pontos.

Esses resultados apontaram o aumento do vínculo, resultante na pontuação Médio Alto, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Alto, na dimensão de adaptação familiar e pontuação Alto em autonomia, representando na soma e resultado como Médio Alto na soma geral, na pontuação do instrumento (veja Tabela 4).

Esses resultados foram da segunda avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, após os 10 encontros e a inserção da intervenção dentro do âmbito familiar, onde a mãe percebeu o aumento da comunicação no cotidiano.

No caso pode-se observar o fator Afetivo-Consciente com um percentil que indica percepção média-alta, nesse fator ver a tabela 4, com alta pontuação no fator de Adaptação e alta em Autonomia, representando uma pontuação geral média alta, principalmente pelo fator 3.

Nesse sentido a mãe 3, percebeu que sua família é afetiva, próxima, interessada e possui uma boa interação, respeito e comunicação, tendo regras claras. A mãe 3, relatou durante os finais dos encontros as dificuldades das outras mães que tinham 2 ou mais filhos, e ela percebeu que a família tendo só 1 filho, ficou mais acessível, a educação e os cuidados das tarefas do cotidiano, mesmo cuidando da casa e trabalhando fora, com os demais compromissos.

### **Criança “A”: Menino de 11 anos**

**Filho: Mãe 1**

**Criança “A”. Menino de 11 anos, atualmente tem mais 2 irmãos, 1 menina de 8 anos, um menino de 15 anos. Ele é o filho do meio, onde presenciou os cafés das manhãs, indo presencialmente com a mãe. Ficava brincando na sala com as outras crianças com jogos de tabuleiro ou cartas, como o Uno.**

Aplicação em setembro de 2024 e Reaplicação em novembro de 2024

**Afetivo-Consciente (25)**

**Afetivo-Consciente (31)**

**Adaptação (18)**

**Adaptação (25)**

**Autonomia (09)**

**Autonomia (15)**

**Total (52) pontos**

**Total (71) pontos**

Vivenciou seus primeiros anos com o pai e mãe morando juntos, mas relatou ter raiva do pai pela sua agressividade, presenciou várias vezes o pai agredido a mãe e os irmãos. Há pouco mais de 1 ano, os pais se separaram e isso deixou a criança menos apreensiva e relatou se dar bem com a mãe e os irmãos.

Os resultados do IPSF demonstram diferentes pontuações, será diferenciada entre duas tabelas, o resultado das estatísticas tem a diferenciação na dimensão entre o masculino e o feminino, por isso a classificação diferenciada entre a **tabela 3 (grupo masculino)** e **tabela 4 (grupo feminino)**, as pontuações diferenciam, segundo os percentis.

O Inventário de Percepção do Suporte Familiar (IPSF), avalia quanto o indivíduo percebe seu suporte familiar que, pode ser proveniente tanto de sua família nuclear, quanto de família constituída, os resultados dessa primeira aplicação, foi realizada em 14 de setembro de 2024, antes da proposta da intervenção da mesa, dentro do âmbito familiar, os resultados da aplicação demonstraram a seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (25), Adaptação (18) e Autonomia (09), a pontuação geral atingiu (52) pontos.

As pontuações dos resultados acima, apontaram Médio Baixo na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Baixo na dimensão de adaptação familiar e pontuação Baixo em autonomia, representando na soma e resultado como Baixo na soma geral, da pontuação do instrumento (veja Tabela 3).

Esses resultados foram da primeira avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, antes dos 10 encontros aos sábados.

Na reaplicação demonstrou uma evolução, após a proposta da intervenção do tempo de mesa, em casa durante uma vez por dia, depois que chegava da escola, para essa família era melhor o horário do café da tarde ou jantar, pelo menos em uma refeição.

Após o décimo encontro na data de 16 de novembro de 2024, os resultados da reaplicação demonstraram diferenças na seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (31), Adaptação (25) e Autonomia (15), a pontuação geral atingiu (71) pontos.

Esses resultados apontaram o aumento do vínculo, resultante na pontuação Médio Alto, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Alto, na dimensão de adaptação familiar e pontuação Alto em autonomia, representando na soma e resultado, Alto na soma geral, na pontuação do instrumento (veja Tabela 3).

Esses resultados foram da segunda avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, após os 10 encontros e a inserção da intervenção dentro do âmbito familiar, onde a criança percebeu o aumento da presença da mãe no cotidiano.

No caso pode-se observar o fator Afetivo-Consciente com um percentil que indica percepção média-alta, nesse fator (veja tabela 3), com alta pontuação no fator de Adaptação e alta em Autonomia, representando uma pontuação geral alta, principalmente pelo fator 3.

No contexto do Inventário de Percepção de Suporte Familiar, os aspectos avaliados indicam que o suporte familiar não se limita à ajuda material ou instrumental, mas inclui também componentes emocionais e relacionais, que pode estar inserido no aumento de tempo juntos à mesa, no cotidiano.

### **Criança “B”: Menino de 11 anos**

**Neto: Avó**

**Criança “B”. Menino de 11 anos, atualmente tem mais 1 tia de 24 anos. Ele é o neto, sua avó procura ajuda desde a morte da sua mãe na pandemia e esteve presente em todos os encontros e presenciou os cafés das manhãs.**

Aplicação em setembro de 2024 e Reaplicação em novembro de 2024

**Afetivo-Consciente (30)**

**Afetivo-Consciente (34)**

**Adaptação (21)**

**Adaptação (23)**

**Autonomia (09)**

**Autonomia (10)**

**Total (60) pontos**

**Total (67) pontos**

O enfoque principal foi o trabalho de psicoeducação com as mães, porém as crianças participaram da alimentação na mesa, onde ficavam todos juntos de 10 a 15 minutos comendo e conversando, brincando e após o início das conversas da roda de mães. As crianças ficavam brincando em outra sala com as outras crianças, com jogos de tabuleiro ou cartas, como o Uno. Com dois filhos, uma menina de 14 anos, um menino de 11 anos, sendo esse o filho que trouxe aos encontros aos sábados. Atualmente casada há mais de 20 anos, relatou ter um bom relacionamento com seu marido.

A criança “B” compartilhou que tem um bom relacionamento com pais e a mãe, já com a irmã mais velha, as vezes não se entendem, brigam como irmãos, mas que se amam. Relatou que seu pai é seu herói, e gostou bastante de participar dos cafés e fazer novos amigos.

O resultado do Inventário de Percepção do Suporte Familiar (IPSF), avalia quanto o indivíduo percebe seu suporte familiar que, pode ser proveniente tanto de sua família nuclear, quanto de família constituída, os resultados dessa primeira aplicação, foi realizada em 14 de setembro de 2024, antes da proposta da intervenção da mesa, dentro do âmbito familiar, os resultados da aplicação demonstraram a

seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (30), Adaptação (21) e Autonomia (09), a pontuação geral atingiu (60) pontos.

As pontuações dos resultados acima, apontaram Médio Alto, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Médio Baixo na dimensão de adaptação familiar e pontuação Baixo em autonomia, representando na soma e resultado como Médio Baixo na soma geral, a pontuação instrumento (veja Tabela 3).

Esses resultados foram da primeira avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, antes dos 10 encontros aos sábados e a inserção da mesa no âmbito familiar.

Na reaplicação demonstrou uma evolução, após a proposta da intervenção do tempo de mesa, em casa durante uma vez por dia, logo pela manhã, antes da escola. Para essa família era melhor o horário do café da manhã, pois ele realizava vários esportes pela prefeitura durante o período da tarde e noite. O tempo de qualidade à mesa nessa família, foi a refeição do café da manhã

Após o décimo encontro na data de 16 de novembro de 2024, os resultados da reaplicação demonstraram diferenças na seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (34), Adaptação (23) e Autonomia (10), a pontuação geral atingiu (67) pontos.

Esses resultados apontaram o aumento do vínculo familiar, resultante na pontuação Alto na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Médio Alto na dimensão de adaptação familiar e pontuação Médio Baixo, em autonomia, representando na soma e resultado como Médio Alto na soma geral, na pontuação do instrumento (veja Tabela 3).

Esses resultados foram da segunda avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, após os 10 encontros e a inserção da intervenção dentro do âmbito familiar, onde a criança percebeu o aumento da presença da mãe no cotidiano.

No caso pode-se observar o fator Afetivo-Consciente com um percentil, que indica percepção Médio-Alto, nesse fator aumentou para alto (veja tabela 3), passando de Baixo, para a posição Alto na pontuação no fator de Adaptação, de Baixo para Médio-Baixo em Autonomia, representando uma pontuação geral Médio-Alto.

Notou-se aumento dos três aspectos, Afetivo-Consciente, Adaptação Familiar e Autonomia, tanto na mãe quanto no filho, com o aumento do tempo de mesa em

família, pode favorecer a comunicação entre os membros, proporcionando um ambiente para a troca de experiências, resolução de conflitos e desenvolvimento de empatia.

Esses fatores resultantes da pontuação e percentis, são essenciais para a coesão familiar e para o estabelecimento de um ambiente que promove segurança e apoio emocional. Além disso, a estatísticas das 3 dimensões na prática regular de refeições compartilhadas, pode funcionar como um marcador de organização e rotina familiar, o que também pode contribuir para o desenvolvimento da autonomia e da adaptação, especialmente em crianças e adolescentes.

### **Criança “C”: Menina de 13 anos**

**Filha: Mãe 3**

**Criança “C” Menina de 13 anos, atualmente filha única; esteve presente em todos os encontros e presenciou os cafés das manhãs.**

Aplicação em setembro de 2024 e Reaplicação em novembro de 2024

**Afetivo-Consciente (24)**

**Afetivo-Consciente (33)**

**Adaptação (18)**

**Adaptação (24)**

**Autonomia (12)**

**Autonomia (15)**

**Total (54) pontos**

**Total (72) pontos**

Todas as crianças participaram da alimentação na mesa, onde ficavam todos juntos de 10 a 15 minutos comendo, conversando e brincando. Após o início das conversas da roda de mães, as crianças ficavam brincando na sala com as outras crianças, com jogos de tabuleiro ou cartas, como o Uno.

A criança “C” compartilhou ter um bom relacionamento familiar, mas que passa a maior parte do tempo com avó. Falou sobre o avô ser falecido, e sente muitas saudades dele, mas ela ama passar tempo com avó materna.

Durante os encontros a menina amou ver a mesa posta, e a mãe relatou que ela quem coloca a mesa e arruma sempre empolgada, gosta de decorar e pegar flores do quintal para decoração da mesa. A mãe compartilhou que não imaginou que a filha gostaria tanto de arrumar e decorar a mesa, o horário que ficam juntos, é durante a noite no jantar, quando a mãe após voltar do trabalho, a busca na casa da avó.

O resultado do Inventário de Percepção do Suporte Familiar (IPSF), avalia quanto o indivíduo percebe seu suporte familiar que, pode ser proveniente tanto de sua família nuclear, quanto de família constituída.

O resultado dessa primeira aplicação, foi realizada em 14 de setembro de 2024, antes da proposta da intervenção da mesa, dentro do âmbito familiar, os resultados da aplicação demonstraram a seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (24), Adaptação (18) e Autonomia (12), a pontuação geral atingiu (54) pontos.

As pontuações dos resultados acima, apontaram Médio-Baixo na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Baixo na dimensão de adaptação familiar e pontuação Médio Baixo em autonomia, representando na soma e resultado como Médio Baixo na soma geral, da pontuação do instrumento (veja Tabela 4).

Esses resultados foram da primeira avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, antes dos 10 encontros aos sábados e a inserção da mesa no âmbito familiar.

Na reaplicação demonstrou uma evolução, após a proposta da intervenção do tempo de mesa, em casa durante uma vez por dia, no caso dessa família, o tempo proposto que se adequava aos seus horários, foi o jantar quando os pais saem do serviço e pegam a menina na casa da avó materna.

Para essa família o melhor horário era realizado ou no café da tarde com lanches, ou comida no jantar, pois ele ficava o tempo anterior na casa da avó sem a presença dos pais, porém a criança relata que também arrumava a mesa na casa da avó.

Após o décimo encontro na data de 16 de novembro de 2024, os resultados da reaplicação demonstraram diferenças na seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (33), Adaptação (24) e Autonomia (15), a pontuação geral atingiu (72) pontos.

Os resultados apontaram o aumento do vínculo familiar, resultante na pontuação Médio-Alto na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Alto na dimensão de adaptação familiar e pontuação Alto em autonomia, representando na soma o resultado como alto na soma geral, na pontuação do instrumento (veja Tabela 4).

Esses resultados foram da segunda avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, após os 10 encontros e a inserção da intervenção dentro do âmbito familiar, onde a criança percebeu o aumento da presença da mãe no cotidiano.

Portanto observamos que momentos de interação familiar, especialmente durante refeições, como uma oportunidade para fortalecer laços emocionais e desenvolver habilidades sociais.

No contexto do Inventário de Percepção de Suporte Familiar, os aspectos avaliados indicaram que o suporte familiar não se limita à ajuda material ou instrumental, mas inclui também componentes emocionais e relacionais.

Nessa experiência da Criança “C” pôde-se observar o aumento do tempo de mesa em família, onde pode favorecer a comunicação entre os membros, proporcionando um ambiente para a troca de experiências, e a identificação da criança com a decoração de toalhas, xícaras e fazer daquele momento como uma experiência lúdico e decorativo.



## DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A proposta pelo método clínico-qualitativo, através da psicoeducação como forma de intervenção, pelo tempo proposto ao redor na mesa, ressaltou a importância de estratégias práticas para superar obstáculos como a teimosia e a desobediência dos filhos, além de buscar maneiras de construir um ambiente familiar mais unido e emocionalmente saudável, através do diálogo e escuta.

Pôde-se relacionar que essa relação foi evidenciada por meio da estratégia da psicoeducação como inserção do tempo de mesa, pelo menos 1 vez ao dia dentro da rotina familiar, e através da reaplicação do Inventário de Percepção de Suporte Familiar, pode-se perceber o aumento do vínculo e da percepção do suporte familiar.

O encontro entre as mães e avó, gerou reflexões valiosas sobre os desafios e as oportunidades no fortalecimento dos vínculos familiares, um dos temas centrais das rodas de conversa, foi especialmente em tempos marcados pela correria do cotidiano, pelo impacto da tecnologia e pela ausência paterna em muitas famílias.

No decorrer dos dez encontros, houve 2 feriados que no calendário resultou no final de semana, totalizando assim 08 encontros, para a experiência do projeto proposto às mães. Na implementação dessas práticas, o tempo à mesa pôde ser observado e desse modo, ressignificado como um espaço central para a construção do vínculo familiar.

Os resultados apontaram, através do Inventário de Percepção e Suporte Familiar, que avaliou dimensões relevantes do funcionamento familiar, resultando em sua influência no bem-estar dos membros e aproximação dos vínculos através dos fatores de avaliação como os resultados da aplicação demonstraram as pontuações elevadas, na reaplicação em relação ao Afetivo-Consciente, Adaptação e Autonomia.

Os resultados analisados no trabalho, segundo as estatísticas de pontuações e percentis do grupo, sugeriram que a prática de maior convivência em torno da mesa fortalece vínculos afetivos, melhoram a adaptação ao ambiente familiar e promovem a autonomia dos indivíduos, indicando a importância de momentos de interação familiar no cotidiano.

Dentre os principais pontos abordados, destacou-se a relevância de criar momentos de qualidade em família, mesmo que breves, e de estabelecer rotinas e rituais que priorizem o tempo à mesa como um espaço de conexão.

Segundo essa pesquisa nota-se, que esse hábito não apenas promove a interação entre os membros da família, mas também oferece oportunidades de ensinar valores, ouvir as necessidades emocionais das crianças e fortalecer os laços afetivos.

Como análise de resultado da pesquisa, notou-se a ausência da participação ativa dos pais, que foi identificada como um fator que sobrecarregava as mães e enfraquecia o envolvimento emocional das crianças com a figura paterna. Para enfrentar esse desafio, o grupo propôs a abertura de um diálogo mais consistente com os pais.

Além disso, foram discutidas estratégias para lidar com a teimosia e a desobediência dos filhos de maneira construtiva, incluindo o estabelecimento de regras combinadas para criar um senso de colaboração.

Houve incentivo à autonomia das crianças, oferecendo escolhas dentro de limites definidos; uso de reforço positivo para reconhecer comportamentos adequados; foco na conexão emocional antes da correção do comportamento.

Outro ponto central foi a necessidade de equilibrar momentos coletivos e individuais com cada filho, valorizando suas personalidades e necessidades específicas, e de promover momentos sem distrações tecnológicas, onde as interações sejam genuínas e intencionais.

A aplicação do Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF) em estudos que abordam as dinâmicas familiares, particularmente no contexto de práticas cotidianas como as refeições em família, ofereceu uma contribuição significativa para a compreensão do papel do suporte familiar no desenvolvimento emocional, social e psicológico de seus membros.

Os resultados evidenciaram que momentos de convivência estruturados, como o tempo ao redor da mesa, são catalisadores para o fortalecimento dos três eixos avaliados pelo IPSF: afetivo-consciente, adaptação familiar e autonomia.

Através da experiência vivida com as mães no grupo, promover interações frequentes e qualitativas entre a família, as refeições compartilhadas emergiram como uma prática protetiva que pode fortalecer os vínculos emocionais, melhorando a resiliência diante de desafios e fomenta o desenvolvimento de habilidade.

Segundo Romanelli (2006), relata que as práticas alimentares, na esfera cultural, têm inúmeros significados e pôde aumentar o vínculo emocional. Partindo dessa reflexão observou-se no grupo, que o tempo dedicado na mesa fortaleceu esse momento, livre de interrupções e focado no diálogo, permitiu a troca de experiências, o fortalecimento das emoções e a criação de memórias significativas para todos os envolvidos.

Ao integrar as mães a cada encontro, e estabelecer um ambiente colaborativo e acolhedor, as famílias tiveram mais oportunidades de não apenas lidar com os desafios cotidianos, mas também de construir uma base sólida de afeto e respeito mútuo, realizando parte do projeto de pesquisa, cada uma dentro do seu próprio âmbito familiar.

De acordo com Titus (2017), aquilo que envolve a presença de todos: “estar à mesa”, e participar ativamente no decorrer do dia a dia, com o aumento de diálogo, escuta, olhares, tempo de qualidade, vários fatores que comprovam que o vínculo que se mantém e se fortalece através das relações, que o tempo dedicado à convivência em grupo, como o compartilhamento de refeições, está diretamente associado à melhora nos índices de bem-estar infantil e na coesão familiar.

Além disso, práticas que favoreceram a presença ativa dos pais e a divisão de responsabilidades no lar promoveram uma maior equidade no ambiente doméstico e contribuem para a formação de uma cultura de empatia e colaboração.

De acordo com Weinstein (2005), durante as refeições em família, esses elementos são potencializados pela presença física e emocional, favorecendo a troca de experiências e a criação de memórias significativas. Esse ambiente emocionalmente acolhedor pode reduzir conflitos, aumentar a satisfação relacional e promover um senso de pertencimento entre os membros da família.

A adaptação familiar, por sua vez, refere-se à capacidade do núcleo familiar de responder de forma flexível às demandas e mudanças da vida cotidiana. O tempo de

convivência ao redor da mesa proporciona momentos estruturados para a discussão e resolução de problemas, permitindo que a família desenvolva estratégias adaptativas conjuntas.

Essa prática facilita a coesão familiar, promovendo maior estabilidade emocional e funcionalidade nas relações. Já a autonomia é estimulada pelo equilíbrio entre suporte e independência oferecido no contexto familiar.

As interações ao redor da mesa permitiram que os membros, especialmente crianças e adolescentes, expressassem suas opiniões, participassem de decisões e aprendessem a gerir responsabilidades, tudo isso em um ambiente de suporte mútuo. Esse processo fortaleceu a confiança individual e a habilidade de atuar de maneira independente em outros contextos.

Segundo Cezar-Ferreira (2004), retrata que o desenvolvimento humano é fundamentado pela influência familiar, gerando o fortalecimento do vínculo familiar ao redor da mesa, resulta no simples ato de alimentar-se, funcionando como um espaço simbólico e concreto para a construção de conexões profundas.

Notou-se através dos encontros, que a regularidade dessas interações promoveu um senso de continuidade, previsibilidade e o fortalecimento do grupo, que são fundamentais para a saúde emocional e a estabilidade relacional. Assim, as refeições em família representaram um ato de cuidado mútuo, criando oportunidades para compartilhar histórias, valores e tradições, consolidando, dessa forma, a identidade e a unidade familiar.

Segundo Cervený e Berthoud (2009), a família é considerada como alicerce, para o construto do ser humano, esses aspectos, interligados e potencializados por momentos de convivência, ressaltam a importância de valorizar práticas que favoreçam o fortalecimento das relações no âmbito doméstico, promovendo um ambiente mais harmonioso e saudável para todos os seus membros.

O Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF) é uma ferramenta amplamente utilizada para avaliar a percepção dos indivíduos sobre o suporte que recebem no contexto familiar, abrangendo tanto os aspectos emocionais quanto instrumentais.

Os resultados apontados na pesquisa, buscaram compreender como o ambiente familiar contribui para o desenvolvimento das relações interpessoais, da estabilidade emocional e do bem-estar de seus membros. Sua aplicação é relevante para identificar fatores de proteção e risco no contexto familiar, sendo amplamente utilizado em pesquisas que envolvem dinâmicas familiares, saúde mental e desenvolvimento humano.

O IPSF é estruturado em dimensões que avaliam diferentes aspectos das interações e do suporte familiar, incluindo o afetivo-consciente, a adaptação familiar e a autonomia. Essas dimensões são fundamentais para compreender o funcionamento das famílias em diferentes contextos e como o suporte percebido influencia a saúde emocional e social de seus membros.

Ao analisar os resultados da aplicação da Mãe 1. Com aplicação do Inventário em 14 de setembro, demonstraram a seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (22), Adaptação (18) e Autonomia (12), a pontuação total atingiu (52) pontos.

Esses resultados apontaram a pontuação Baixo, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Baixo, na dimensão de adaptação familiar e pontuação Médio Baixo em autonomia, representando na soma e resultado como Baixo na soma geral, da pontuação do instrumento (veja Tabela 4).

Notou-se uma mudança na reaplicação, após a proposta da intervenção do tempo de mesa, durante uma vez por dia, pelo menos em uma refeição, no décimo encontro na data de 16 de novembro de 2024, os resultados da reaplicação demonstraram o aumento na seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (32), Adaptação (19) e Autonomia (16), a pontuação total tingiu (67) pontos.

Segundo os resultados da “mãe 1” apontaram o aumento na pontuação, sendo Médio Alto, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Médio Baixo na dimensão de adaptação familiar e pontuação Alta em autonomia, representando na soma e resultado como Médio Alto na soma geral, da pontuação do instrumento (veja Tabela 4).

Esses resultados foram da segunda avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, após os 10 encontros e a inserção da intervenção dentro do âmbito familiar.

Na avaliação da “mãe 1” percebeu-se que em relação ao afetivo-Consciente: Essa dimensão avalia a presença de vínculos emocionais positivos entre os membros da família, como empatia, acolhimento e expressão de afeto, resultou no aumento de (22) pontos, para (32) pontos, quem apresenta altos índices nesse aspecto tendem a criar um ambiente emocionalmente seguro, onde os membros se sentem compreendidos e valorizados, passando de pontuação Baixo, para Médio Alto.

Ao analisar os resultados da aplicação da “avó”, com aplicação do Inventário em 14 de setembro, demonstraram a seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (21), Adaptação (17) e Autonomia (11), a pontuação geral atingiu (49) pontos.

Nessas pontuações os resultados apontaram, Baixo na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Baixo na dimensão de adaptação familiar e pontuação Médio Baixo em autonomia, representando na soma e resultado como Baixo na soma geral, da pontuação do instrumento (veja Tabela 4).

Observou na reaplicação uma evolução, após a proposta da intervenção do tempo de mesa, em casa durante uma vez por dia, pelo menos em uma refeição, no décimo encontro na data de 16 de novembro de 2024, os resultados da reaplicação demonstraram diferenças na seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (35), Adaptação (23) e Autonomia (15), a pontuação geral atingiu (73) pontos.

Segundo os resultados da “avó” os resultados apontaram o aumento, resultante na pontuação Alto, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Médio Alto e na dimensão de adaptação familiar e pontuação Alto em autonomia, representando na soma e resultado, Alto na soma geral, na pontuação do instrumento (veja Tabela 4).

Os resultados acima citados, foram da segunda avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, após os 10 encontros e a inserção da intervenção dentro do âmbito familiar.

Na avaliação da “avó”, percebeu-se uma evolução em relação a Adaptação Familiar, resultou no aumento de (17) pontos, para (23) pontos, na adaptação familiar: Altos níveis de adaptação indicam flexibilidade nas relações e uma capacidade coletiva de enfrentar situações adversas, minimizando o impacto emocional e promovendo a estabilidade. Esse aspecto mede a capacidade do núcleo familiar de

lidar com adversidades, mudanças e desafios cotidianos, no que a “mãe 2”, mas havia compartilhado no início dos encontros, sobre sua queixa inicial.

Ao analisar os resultados da aplicação da “mãe 3”, com aplicação do Inventário em 14 de setembro, demonstraram a seguinte pontuação: pontuação: Afetivo-Consciente (28), Adaptação (22) e Autonomia (09), a pontuação geral atingiu (59) pontos.

As pontuações dos resultados acima, apontaram Médio Baixo na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Médio Alto na dimensão de adaptação familiar e pontuação Baixo em autonomia, representando na soma e resultado como Médio Baixo na soma geral, da pontuação do instrumento (Tabela 4).

Notou-se uma mudança na reaplicação, na reaplicação demonstrou uma evolução, após a proposta da intervenção do tempo de mesa, em casa durante uma vez por dia, pelo menos em uma refeição, no décimo encontro na data de 16 de novembro de 2024, os resultados da reaplicação demonstraram diferenças na seguinte pontuação: Afetivo-Consciente (30), Adaptação (24) e Autonomia (15), a pontuação geral atingiu (69) pontos.

Segundo os resultados da “mãe 3” apontaram o aumento na pontuação, os resultados apontaram o aumento do vínculo, resultante na pontuação Médio Alto, na percepção de afetividade e consciência de regras familiares; pontuação Alto, na dimensão de adaptação familiar e pontuação que antes era Baixo, e passou a se tornar, Alto em autonomia, representando na soma e resultado como Médio Alto na soma geral, na pontuação do instrumento (veja Tabela 4).

Esses resultados foram da segunda avaliação do inventário de percepção e suporte familiar, após os 10 encontros e a inserção da intervenção dentro do âmbito familiar.

No caso pode-se observar o fator Autonomia com um percentil que indicava percepção Baixo, nesse fator passou a ser alto, (veja tabela 4), com alto na pontuação no fator Autonomia, representando uma pontuação geral Médio Alto, principalmente pelo fator 3.

Autonomia que se refere à capacidade da família de equilibrar o suporte oferecido aos seus membros com a promoção de independência e autossuficiência.

No caso dessa família, que a mãe dependia muito da avó, e antes não ficavam um momento juntos, mas após os encontros a mãe passou a fazer a mesa, antes da criança ir para a escola, ou após chegar da escola, relatou menos tempo no celular, e estimulou a autonomia que a família desenvolveu na confiança para tomar decisões e enfrentar desafios de forma independente, mantendo, ao mesmo tempo, um senso de pertencimento ao grupo familiar.

No contexto das refeições compartilhadas, o IPSF pode ser uma ferramenta útil para analisar como momentos de convivência afetam as percepções de suporte familiar. Por exemplo, um aumento na frequência de refeições em família pode melhorar os índices de Afetivo-Consciente, ao fortalecer os vínculos emocionais, e de Adaptação Familiar, ao criar um espaço de apoio mútuo.

Além disso, a promoção da Autonomia durante os encontros, pode ser observada na medida em que esses momentos incentivaram a participação ativa de cada membro, seja na preparação, nas discussões ou na tomada de decisões.

Portanto, o IPSF não apenas auxiliou na identificação de padrões relacionais e de suporte, mas também contribuiu para o desenvolvimento de intervenções que promovam ambientes familiares mais saudáveis e harmônicos, valorizando práticas como o compartilhamento de refeições e outros momentos de interação em família.

A aplicação do (IPSF), é amplamente reconhecida em estudos que investigam as dinâmicas familiares, o impacto do ambiente doméstico na saúde mental e emocional, bem como os fatores que promovem ou prejudicam o desenvolvimento de seus membros.

De acordo com Minuchin (1976), relata que o grupo familiar, é o primeiro ambiente psicossocial, no qual há desenvolvimento de personalidade do ser humano.

Através das análises realizadas com a ferramenta do IPSF, da roda de conversa com as mães, resultou na melhoria das dimensões que permitem compreender o funcionamento das famílias.

Destacando-se três eixos principais que obtiveram mudanças, nos resultados e pontuações conforme o aumento dos encontros e a proposta inserida dentro do cotidiano de cada família como: o afetivo-consciente, a adaptação familiar e a autonomia.



A utilização do IPSF no estudo dessa pesquisa de mestrado, permitiu investigar como esses aspectos interagem em diferentes contextos, oferecendo uma visão detalhada das inter-relações entre os membros da família e suas percepções de suporte.

Além disso, no contexto específico das refeições familiares, o IPSF pode ser utilizado para avaliar o impacto desse momento de convivência nas dimensões analisadas.

Conforme Santos (2005), as refeições realizadas e preparadas em casa incorporam, os membros da família e aumenta conexões com o mundo, um espaço rico em relações sociais, transformando a alimentação e refeição à mesa, no ritual a ser construído.

Baseado na discussão de resultados da pesquisa, indicou que o aumento da frequência de refeições em família pode estar associado a melhorias no afetivo-consciente, ao intensificar as trocas afetivas e fortalecer os vínculos emocionais; na adaptação familiar, ao criar um espaço estruturado de apoio e resolução conjunta de conflitos; e na autonomia, ao possibilitar que os indivíduos participem ativamente de decisões e interações no ambiente doméstico.

Portanto, essa pesquisa, realizada nesses encontros, através dos resultados obtidos podem fornecer subsídios relevantes para investigações de caráter acadêmico, sobretudo em outros estudos de mestrado e doutorado que busquem compreender como as práticas cotidianas, no compartilhamento de refeições, impactam o suporte percebido no ambiente familiar.

Esses resultados de avaliação dos protocolos do IPSF, podem contribuir para o desenvolvimento de intervenções em políticas públicas, que valorizem momentos de interação no núcleo familiar como promotores de saúde emocional, resiliência e fortalecimento de vínculos.

De acordo com Garcia (2003), a dimensão afetiva, relacionada à alimentação, envolve assim o relacionamento com o outro, e nessa pesquisa reforça a necessidade de as famílias priorizarem momentos de conexão em suas rotinas, promovendo um ambiente onde as emoções sejam validadas e os vínculos familiares sejam

continuamente fortalecidos, ao redor da mesa transcende o ato de alimentar-se, constituindo um espaço de convivência que promove afeto, adaptação e autonomia.

Concluiu-se que, ao analisar as pontuações dos resultados dos Inventários acima, notou-se o aumento dos aspectos Afetivo-Consciente, Adaptação Familiar e Autonomia, tanto nas mães quanto nos filhos, pode ser associado ao prolongamento do tempo dedicado às refeições em família.

Esses resultados reforçaram a importância de políticas públicas e programas educativos que incentivem práticas de interação familiar, destacando o valor de atividades cotidianas como estratégias acessíveis e eficazes para a promoção de bem-estar e coesão familiar.

Conclui-se que tais evidências desta pesquisa, sugeriram que o investimento em momentos de qualidade no núcleo familiar pode gerar impactos positivos duradouros, contribuindo para a saúde emocional e social do suporte familiar.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados obtidos ao longo deste trabalho evidenciam a eficácia do método psicoeducativo do tempo à mesa, na promoção do fortalecimento dos vínculos e no aumento do suporte emocional entre os membros da família.

Ao incentivar a prática de refeições compartilhadas com intencionalidade, escuta ativa e presença emocional, o método demonstrou ser uma ferramenta acessível, prática e de grande impacto no cotidiano familiar.

Embora a psicoeducação tenha sido aplicada às mães e à avó como vetores, o trabalho analisou qual foi o impacto desses encontros nas crianças também, isso justifica apresentar quem foram essas crianças e os resultados que eles obtiveram.

A vivência regular desses momentos favoreceu não apenas a comunicação e a expressão de afeto, mas também o sentimento de pertencimento, confiança e cooperação mútua. Fica evidente, portanto, que o investimento em ações simples, como a valorização das refeições em família, pode representar uma importante estratégia preventiva e promotora de saúde emocional e relacional.

Dessa forma, este estudo contribui para o campo das práticas psicoeducativas e reforça a importância de intervenções que valorizem o cotidiano, como espaço privilegiado de desenvolvimento humano e fortalecimento dos laços familiares.

Os encontros obtiveram continuidade nas mesas dos seus respectivos lares e famílias em pelo menos um momento de refeição à mesa, onde todos os participantes obtiveram resultados crescentes, observados no capítulo anterior.

Conforme apresentado na fundamentação teórica, em vista dos argumentos apresentados no trabalho acadêmico, observou-se as ideias no início do projeto proposto, as dificuldades e os desafios reais.

No início do projeto era proposto a presença de dez pais e mães e seus filhos, mas houveram faltas, estando disponíveis para a realização dessa pesquisa 2 mães acompanhadas de seus filhos e 1 avó acompanhada de seu neto, sendo que todos estiveram presentes em todos os encontros.

Nesse cenário atual, com a procura pelo atendimento pela maioria sendo mulher, desperta a curiosidade através dessa pesquisa, pois não houve a presença masculina dos pais, mas somente a presença das mães. Nota-se novas configurações familiares, que não tem nenhum demérito, com análise desse conteúdo isso vai configurar uma nova característica dessa amostra da pesquisa.

Inicialmente a pesquisa seria com toda a família, entretanto houve envolvimento apenas das mães nos encontros, o que foi bem interessante, visto que a maior procura e iniciativa foram das mulheres, o que fez com que levassem adiante a ideia da mesa como espaço de reflexão e encontro familiar.

Importante ressaltar que a mesa em si não é objeto de transformação, o móvel é simbólico, a questão está no espaço que o móvel abre e possibilita para que haja um encontro, e gere o diálogo entre pais e filhos, e que o momento das refeições seja uns dos momentos mais fáceis para o encontro da família, sendo um espaço de troca importante, no cotidiano familiar.

O móvel representado pela mesa, como ferramenta simbólica para proporcionar o encontro, não é necessariamente obrigatório, pois o que mais importou nessa pesquisa foi a conexão do grupo, os compartilhamentos das rodas de conversa e as trocas trazidas pelas mães e avó.

O propósito do grupo foi despertar das mães, promovendo-as a buscarem soluções, dentro delas e do âmbito familiar, deixando cada pessoa construir seu próprio caminho e horário.

Fortalecendo o resultado da pesquisa, através da formação da pesquisadora como pedagoga e psicóloga, que fazem parte do conhecimento e integram as duas formações, resultando na identidade com o método da psicoeducação.

Conforme apresentado na fundamentação teórica, no contexto da pesquisa em questão, observou-se que, ao proporcionar momentos concretos de convivência, a percepção de suporte familiar entre os membros pode ser aproximada e alterada.

Os aspectos afetivo-consciente, adaptação familiar e autonomia emergiram como pilares fundamentais no fortalecimento do vínculo familiar, especialmente em atividades rotineiras como as refeições compartilhadas.

O afetivo-consciente reflete a qualidade das relações interpessoais no ambiente familiar, englobando empatia, compreensão e demonstrações de afeto entre os membros.

Observou-se que as pessoas na sua maioria, continuam tendo que lidar com agendas lotadas e prioridades conflitantes, os resultados desta pesquisa servem como um poderoso lembrete da importância de parar e reservar tempo para refeições compartilhadas.

Nesse contexto, esta pesquisa propõe a aplicação de uma tecnologia social voltada para a análise do impacto das políticas públicas que incentivam o fortalecimento dos vínculos familiares.

Especificamente, busca-se investigar a valorização das refeições em família como estratégia para subsidiar o desenvolvimento e a implementação de políticas públicas direcionadas ao núcleo familiar.

Para tanto, propõe-se a criação de um grupo de apoio comunitário, a utilização do método psicoeducativo e a realização de práticas presenciais, de modo a proporcionar um espaço de aprendizado e troca de experiências entre os diversos participantes.

Além disso, a pesquisa enfatiza a importância do uso da tecnologia de forma acessível e educativa, seja em um lanche descontraído no fim de semana ou em um jantar rápido durante a semana. Os benefícios de se reunir à mesa são inegáveis, mesmo sendo um estudo com amostra pequena em quantidade, houve bastante qualidade nas discussões e relatos de cada integrante do grupo citado nesse estudo.

A intervenção psicoeducativa, por meio do método psicoeducativo do tempo à mesa demonstrou-se eficaz na promoção do fortalecimento dos vínculos afetivos e do suporte familiar no contexto das refeições compartilhadas.

A proposta metodológica, centrada na valorização da convivência familiar durante as refeições, possibilitou um ambiente propício à escuta ativa, ao acolhimento emocional e à construção de interações mais positivas entre os membros da família.

A análise dos dados coletados, por meio da aplicação do Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF), evidenciou um aumento significativo nos escores relacionados à coesão, adaptabilidade e suporte emocional, indicando

melhora na percepção subjetiva dos participantes quanto ao apoio mútuo e à qualidade dos vínculos familiares. Os resultados reforçam a eficácia do método como estratégia de intervenção preventiva e promotora de saúde relacional.

Dessa forma, conclui-se que o método psicoeducativo de tempo à mesa constitui uma prática viável e relevante, capaz de contribuir significativamente para o fortalecimento das relações familiares, sobretudo quando integrado de forma sistemática à rotina doméstica.

A presente pesquisa amplia as evidências empíricas, sobre os benefícios de intervenções que utilizam o cotidiano familiar, como espaço de desenvolvimento emocional e relacional.

Portanto, através dessa pesquisa do grupo de mães, resultou que o aumento do tempo à mesa, aliado às estratégias cotidianas, que priorizem a qualidade das interações familiares, pode ter o potencial de transformar desafios em oportunidades de crescimento conjunto, e pode aumentar o vínculo de suporte e percepção familiar dos seus integrantes.

A presente pesquisa, fundamentada na perspectiva da Psicologia e nas práticas psicoeducativas, evidenciou que o aumento do tempo dedicado às refeições em família, por meio do método psicoeducativo tempo à mesa, contribui significativamente para a melhoria da qualidade das interações familiares e para o fortalecimento dos vínculos afetivos.

Ao valorizar o cotidiano como espaço privilegiado de convivência, a intervenção proposta favoreceu a criação de um ambiente relacional mais acolhedor, colaborativo e empático. A análise dos dados obtidos por meio do Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF) demonstrou um aumento significativo na percepção de suporte emocional, coesão e adaptabilidade entre os integrantes das famílias participantes, após a aplicação do método, em cada encontro.

Esses resultados indicam que práticas simples e intencionais, como compartilhar refeições de forma consciente e com qualidade relacional, podem gerar mudanças positivas nas dinâmicas familiares, fortalecendo a rede de apoio interna e promovendo o bem-estar coletivo.

O tempo à mesa, aliado a estratégias cotidianas que priorizam a escuta ativa, a presença emocional e a valorização do outro, apresenta potencial transformador no enfrentamento de desafios familiares.

Essa vivência cotidiana pode ser compreendida, à luz da Psicologia, como um espaço terapêutico natural, no qual os membros da família desenvolvem competências relacionais, ampliam a resiliência conjunta e reforçam os vínculos de pertencimento e suporte mútuo.

Conclui-se, portanto, que o método tempo à mesa representa uma intervenção psicoeducativa eficaz e de baixo custo, com aplicabilidade em contextos clínicos, educativos e comunitários.

Portanto, seus efeitos positivos, mensurados de forma empírica através do IPSF, reforçam sua relevância como ferramenta de promoção da saúde relacional e de fortalecimento da estrutura familiar, alinhando-se às diretrizes da Psicologia na prevenção de conflitos e no incentivo a práticas promotoras de qualidade de vida.

O fortalecimento dos vínculos familiares por meio de políticas públicas pode ser um fator determinante para a promoção do bem-estar social e para a redução de diversos problemas enfrentados pela sociedade contemporânea.

Entre as estratégias para alcançar esse objetivo, incentivar as refeições em família como momento de interação e fortalecimento emocional se mostra fundamental atualmente.

Dessa forma, buscar ações governamentais que promovam a conciliação entre trabalho e vida familiar, campanhas de conscientização sobre a importância das refeições compartilhadas e o investimento em programas comunitários de alimentação podem contribuir significativamente para esse fortalecimento.

Mediante o exposto, torna-se necessário o desenvolvimento de políticas mais eficazes e abrangentes, que considerem as particularidades das diferentes realidades sociais e promovam um impacto positivo na sociedade em sua totalidade.

## REFERÊNCIAS

ALLEN, K. R.; BLIESZNER, R.; ROBERTO, K. A. Family in the middle and later years: a review and critique of research in the 1990s. **Journal of Marriage and the Family**, Wisconsin, USA, v. 62, p.911-926, 2000. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1741-3737.2000.00911.x> Acesso em: 04 de fev. 2024

ARIÈS, Philippe. História Social da Criança e da Família. 2 ed. Rio de Janeiro: LTC, 1981.

BAPTISTA, M. N.. Psicoterapias cognitivo-comportamental e cognitiva: aspectos teóricos e terapêuticos no manejo da depressão e suicídio. Em M. N. BAPTISTA. Suicídio e depressão: atualizações (pp. 161-176). Rio de Janeiro: GuanabaraKoogan, 2004

BAPTISTA, M. N.. Inventário de percepção de suporte familiar (IPSF): estudo componencial em duas configurações. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 27, n. 3, p. 496–509, set. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932007000300010> Acesso em: 06 de fev. 2024

BAPTISTA, M. N. Inventário de Percepção e Suporte Familiar – IPSF. São Paulo: Vetor, 2009.

BAPTISTA, M. N.. Desenvolvimento do Inventário de Percepção de Suporte Familiar (IPSF): estudos psicométricos preliminares. **Psico-USF**, v. 10, n. 1, p. 11–19, jun. 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/XgP8jPxbZLdTrJBFQX7LqHm/> Acesso em: 29 de abr.2024

BAUMAN, Zygmunt. Modernidade líquida. Rio de Janeiro: Editora Zahar, 2001.

BAUMAN, Zygmunt. Amor líquido: sobre a fragilidade dos laços humanos. Editora Schwarcz-Companhia das Letras, 2004.

BEAVERS, W. (1977). Psychotherapy and growth: A family systems perspective New York: Brunner/Mazel.



BERNARDI, D. Paternidade e cuidado: “novos conceitos”, velhos discursos. **Psic. Rev.** São Paulo, volume 26, n.1, 59-80, 2017. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/28743/23329>. Acesso em: 30 de ago. 2024

BOWLBY, J. (1990). Apego e perda, Vol 1. Apego: a natureza do vínculo (2a ed). São Paulo: Martins Fontes. (Trabalho original publicado em 1969).

BRASIL bate recorde de divórcios em 2021, segundo pesquisa do CNB. Instituto Brasileiro de Direito da Família, Minas Gerais, 19 de abr. 2022. Disponível: <https://ibdfam.org.br/noticias/9577/Brasil+bate+recorde+de+div%C3%B3rcios+em+2021%2C+segundo+pesquisa+do+CNB> Acesso em: 05 de set. 2023.

CERVENY, Ceneide Maria de Oliveira. A família como modelo: desconstruindo a patologia. Campinas: Livro Pleno, 2000.

CERVENY, C. M. de O., BERTHOUD, C. M. E. Ciclo vital da família brasileira. In L. C. Osorio, E. P. do Valle, (Orgs.). Manual de terapia familiar – Manual I. Porto Alegre: Artmed, 2009.

CÉZAR-FERREIRA, V. A. M. Família, Separação e Mediação: uma visão psicojurídica. São Paulo: Método, 2004.

CORCORAN, K., FISCHER, J.. Measures for clinical practice: A sourcebook New York: The Free Press, 1987.

DEROSA, Bri. Tornar as refeições em família mais inclusivas. The Family Dinner Project.Org, 2022. Disponível: <https://thefamilydinnerproject.org/blog/making-family-meals-more-inclusive> Acesso em: 20 de mar. 2023.

DUTRA, E. Suicídio de universitários: o vazio existencial de jovens na contemporaneidade. **Estud. pesquis. psicol.**, Rio de Janeiro, v.12, n. 3, p. 924-937, dez. 2012. Disponível: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812012000300013](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812012000300013) Acessos em: 02 de fev. 2024.

EISENSTEIN, E. (2013). Crescimento biopsicossocial virtual. In C. N. Abreu, E. Eisenstein & S. G. B. Estefenon, (Org.). Vivendo esse mundo digital (pp. 214- 219). Porto Alegre: Artmed.

EPSTEIN, N. B., BALDWIN, L. M. & BISHOP, D. S. (1983). The McMaster Family Assessment Device. *Journal of marital and Family Therapy*, 9, 171-80.

GARCIA, R. W. D. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. *Revista de Nutrição*, 2003

GIBBON, Edward. *The Decline and Fall os the Roman Empire*. 6 vols. London: Strahan and Cadell, 1776-1789 [publicado no Brasil em versão abreviada e editada sob o título *Declínio e queda do Império Romano*]. São Paulo: Comp. bolso, 2005.

GOMIDE, P. I. C. (2003). Estilos parentais e comportamento antissocial. Em A. Del Prette & Z. Del Prette. *Habilidades sociais, desenvolvimento e aprendizagem: questões conceituais, avaliação e intervenção* (pp. 21-60). Campinas: Alínea.

GREEN, R. G., KOLEVZON, M. S. & VOSLER, N. R. (1985). The BeaversTimberlawn Model of family competence and the circumplex model of family adaptability and cohesion: Separate but equal? *Family Process*, 24, 385-398.

KASHANI, J. H., CANFIELD, L. A., BORDUIN, C. M., SOLTYS, S. M. & REID, J. C. (1994). Perceived family and social support: Impact on children. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 33, 819-23.

KELLNER. D. *A cultura da mídia – estudos culturais: identidade e política entre o moderno e o pós-moderno*. Bauru: Edusc, 2001.

MACEDO, R. M. *A família do ponto de vista psicológico: lugar seguro para crescer*. *Cadernos de Pesquisa*, 1994.

MACFARLANE, A. H., Belíssimo, A., & Norman, G. R. (1995). The role of family and peers in social self efficacy: Links to depression in adolescence. *American Journal of Orthopsychiatry*, 65, 402-410.

MEIRA, C. R., CENTA, M. L. *A evolução da família e suas implicações na educação dos filhos*. *Família, Saúde e Desenvolvimento*, 2003.

MINUCHIN, S. *Families and Family Therapy*. Cambridge: Harvard University Press, 1976.

MINUCHIN, S. (1990a). Famílias: funcionamento e tratamento. Porto Alegre: Artes Médicas.

NELSEN, J. Disciplina positiva. Tradução, Bernadette Pereira Rodrigues e Samantha Schreiber. 3 ed. São Paulo: Manole, 2016.

OLSON, D. H., RUSSELL, C. S. & SPRENKLE, D. H. (1983). Circumplex model of marital and family systems: Theoretical update. *Family Process*, 22, 69-83.

PAPALIA, D. E; MARTORELL, G. Desenvolvimento humano. 14. ed. Porto Alegre: AMGH, 2022.

PARDECK, J. T., BROWN, C., CHRISTIAN, B., SCHNURBUSCH, M., SHRUM, L. & TERRELL (1991). Family structure and life satisfaction. *Family Therapy*, 18(1), 11-15.

PARKER, G., TUPLING, H. & BROWN, L. B. (1979). A Parental Bonding Instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52, 1-10.

PRATTA, E. M. M., SANTOS, M. A. Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros. *Psicologia em Estudo*, 12(2), 247-256

RAMIRES, V. R. R., & SCHNEIDER, M. S. (2010). Revisitando alguns conceitos da teoria do apego: comportamento versus representação? *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 26(1), 25–33. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000100004>. Acesso em: 20 mai. 2024.

ROMANELLI, G. O significado da alimentação na família: uma visão antropológica. *Revista de Medicina de Ribeirão Preto*, 2006.

SAMARA, Eni de Mesquita. O Que Mudou na Família Brasileira? da Colônia à Atualidade. *Psicologia USP*. 2002 Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pusp/a/GhXXDBp5YNgpDRqZrWHfQ3k/?lang=pt> Acesso em 10 de out. 2023.

SANTANA SILVA, D. L. (2016). Seriam as máquinas capazes de sonhar? Uma introdução à história da internet. *Boletim Historiar*; Recuperado de <https://periodicos.ufs.br/historiar/article/view/5584> Acesso em: 08 de mai. 2024.

SANTOS, C. R. A. A alimentação e seu lugar na história: os tempos da memória gustativa. *História: Questões e Debates*, 2005

STRONG, R. C. Banquete: uma história ilustrada da culinária dos costumes e da fartura à mesa. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2004

THE Family Dinner Project.org. Sobre Nós. **The Family Dinner Project.org**, Boston. Disponível em: <https://thefamilydinnerproject.org/about-us/>. Acesso em 15 mai. 2024.

TITUS, Devi; A experiência da mesa: o segredo para criar relacionamentos profundos São Paulo: Ed. Mundo Cristão, 2015.

TITUS, Devi; Família à mesa: como fazer das refeições um momento marcante. Tradução, Cecília Eller. 1. Ed. São Paulo: Mundo Cristão, 2017.

WAGNER, A., Halpern, S.C., & Bornholdt, E.A. (1999). Configuração e estrutura familiar: Um estudo comparativo entre famílias originais e reconstituídas. *PSICO*, 30, 63-74.

WAGNER, A., Ribeiro, L. S., Arteché, A. X., & Bornholdt, E. A. (1999). Configuração familiar e o bem-estar psicológico adolescentes. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 12(1), 147-156.

WEINSTEIN, Miriam. *The Suprising Power Family Meals: How Eating Together Makes Us Smarter, Stronger, Healthier, and Happier*. Hanover, NH: Steerforth Press, 2005.

YACUBIAN, Juliana; LOTUFO NETO, Francisco. PSICOEDUCAÇÃO FAMILIAR. *Família, Saúde e Desenvolvimento*, [S. l.], v. 3, n. 2, 2001. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/refased/article/view/5047> Acesso em: 01 de jul. 2024.

## **PRODUTO TÉCNICO**

A seguir está disposto o Produto Técnico resultante da pesquisa.



UNIVERSIDADE  
**CATÓLICA  
DE SANTOS**

126

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SANTOS  
MESTRADO PROFISSIONAL  
PSICOLOGIA, DESENVOLVIMENTO E POLÍTICAS PÚBLICAS**

**AMANDA SOUZA DE OLIVEIRA CRUZ**

Produto Técnico e Tecnológico: **“VIVÊNCIA À MESA”**, na categoria Tecnologia Social submetido e aprovado pela Banca Examinadora de defesa de Dissertação do Mestrado Profissional Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas da Universidade Católica de Santos. Material resultante como processo inovador da população pesquisada pela Dissertação: **“CONVIVÊNCIA À MESA: PRESENÇA PARENTAL E O FORTALECIMENTO DO VÍNCULO FAMILIAR”**

**Orientadora:** Prof.<sup>a</sup> Dra.: Thalita Lacerda Nobre

**AMANDA SOUZA DE OLIVEIRA CRUZ**

**VIVÊNCIA À MESA**

Produto Técnico: Vivência à Mesa, apresentado à Banca do Programa de Mestrado Profissional em Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas da Universidade Católica de Santos, como parte dos requisitos necessários para obtenção de título de mestre.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup>: Thalita Lacerda Nobre

**SANTOS**

**2025**

**AMANDA SOUZA DE OLIVEIRA CRUZ**

**PRODUTO TÉCNICO:  
VIVÊNCIA À MESA**

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof.<sup>a</sup> Dra. - Universidade Católica de Santos

---

Prof.<sup>a</sup> Dra. - Universidade Católica de Santos

---

Prof. Dr.– Universidade



CRUZ, AMANDA S. O. **Vivência à Mesa**. 2025. Produto técnico como parte do processo de qualificação para obtenção do grau de Mestre por meio do Programa de Mestrado Profissional em Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas da Universidade Católica de Santos, Santos-SP, 2025.

## RESUMO

O produto técnico tem como objetivo oferecer uma tecnologia social resultante da pesquisa e o impacto das políticas públicas voltadas para o fortalecimento dos vínculos familiares, com ênfase na valorização das refeições em família como estratégia para subsidiar a formulação e aprimoramento dessas políticas. A metodologia adotada baseia-se em uma abordagem qualitativa, utilizando o método psicoeducativo e a aplicação de uma tecnologia social composta na criação de um grupo de apoio comunitário e práticas presenciais. Os procedimentos metodológicos incluem análise de dados qualitativos a partir da observação das dinâmicas promovidas pelas oficinas e pelos grupos de apoio. Os resultados indicam que a valorização das refeições em família, quando incentivada por meio de políticas públicas estruturadas e metodologias participativas, contribui para o fortalecimento dos laços afetivos e para a promoção do bem-estar familiar e social. Conclui-se que a utilização de abordagens psicoeducativas associadas ao uso responsável da tecnologia social pode potencializar os impactos dessas políticas, favorecendo a construção de um ambiente familiar mais acolhedor e fortalecendo o papel da família como pilar fundamental para o desenvolvimento social.

**Palavras-chave:** Políticas públicas; Vínculos familiares; Refeições em família; Tecnologia social; Método psicoeducativo.

CRUZ, AMANDA S. O. **Experience at the Table**. 2025. Technical product as part of the qualification process for obtaining a Master's degree through the Professional Master's Program in Psychology, Development and Public Policy at the Catholic University of Santos, Santos-SP, 2025.

### **ABSTRACT**

The technical product aims to analyze the impact of public policies aimed at strengthening family ties, with an emphasis on valuing family meals as a strategy to support the formulation and improvement of these policies. The methodology adopted is based on a qualitative approach, using the psychoeducational method and the application of a social technology composed of the creation of a community support group and face-to-face practices. The methodological procedures include analysis of qualitative data based on the observation of the dynamics promoted by the workshops and support groups. The results indicate that valuing family meals, when encouraged through structured public policies and participatory methodologies, contributes to strengthening emotional ties and promoting family and social well-being. It is concluded that the use of psychoeducational approaches associated with the responsible use of social technology can enhance the impacts of these policies, favoring the construction of a more welcoming family environment and strengthening the role of the family as a fundamental pillar for social development.

**Keywords:** Public policies; Family ties; Family meals; Social technology; Psychoeducational method.

## SUMÁRIO

### INTRODUÇÃO

OBJETIVO GERAL.....132

OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....132

PLANO DE AÇÃO..... 133

MÉTODO..... 134

RESULTADO ESPERADO.....135

CONCLUSÃO.....135

REFERÊNCIAS ..... 137

## INTRODUÇÃO

O presente produto técnico, veio como um dos resultados da pesquisa de Mestrado Profissional em Psicologia, Desenvolvimento e Políticas Públicas pela Universidade Católica de Santos UNISANTOS, intitulada de “Convivência à Mesa: Presença Parental e o Fortalecimento do Vínculo Familiar”.

O produto técnico é a tecnologia social, oferecendo assim subsídios para o fortalecimento de vínculos e a integração das famílias, como fortalecimento de diálogo e escuta ao redor da mesa.

A adesão do termo social à tecnologia traz a dimensão socioambiental e a construção de processos democráticos e o objetivo de solucionar as necessidades da população, inclusão social para a esfera do desenvolvimento tecnológico (ITS, 2005).

A tecnologia social resultou do grupo de mães e o aumento do vínculo familiar, onde pode surgir como proposta de ações concretas, como a criação de um grupo de suporte ou uma discussão sobre políticas públicas que apoiem as pais e ou responsáveis no equilíbrio entre conciliar trabalho e o tempo em família.

O suporte familiar, tem um papel fundamental em proporcionar ao indivíduo os recursos emocionais necessários para o enfrentamento das adversidades e a promoção do seu desenvolvimento pessoal e social. (Derosa, 2022).

Portanto, a discussão sobre as relações entre ciência, tecnologia, inovação e sociedade são complexas e heterogêneas, principalmente quando se trata de construir alternativas e políticas públicas que sejam capazes de promover melhorias significativas nas condições de vida da classe trabalhadora, aproximando o “saber do fazer, os problemas de suas soluções, em sintonia com a diversidade socioeconômica e ambiental das regiões brasileiras” (ITS, 2005, p. 3).

Sendo assim, a família desempenha um papel fundamental na socialização dos indivíduos. (Cezar-Ferreira, 2004).

Segundo Titus (2017), retrata sobre a importância de estabelecer o vínculo pelo tempo de qualidade e presença ao redor da mesa, onde cada um renuncia ao seu tempo, disponibilizando os encontros oferecidos, e poder assim gerar aumento do

vínculo entre seus integrantes, autora reflete sobre o momento à mesa, como uma memória estabelecida e a criação de vínculos.

Diante do exposto sobre a família, o nome escolhido para tecnologia social, foi “Vivência à Mesa”, originou-se da palavra em seu significado, já que uma das origens da palavra no grego, a palavra “vivência” significa vida.

O que demanda tempo e atenção, ou também a palavra originária no latim “*vivēntia*” resulta em “fato de viver, ter vida e existência”, dentre os sinônimos estão: vida e existência, que são palavras essenciais para o tempo proposto à mesa.

Refletindo sobre a proposta e intervenção através da psicoeducação das refeições, na conscientização propor uma mudança de comportamento e de sentido, incluir essa vivência no cotidiano.

Sendo o fato de viver que nesse sentido o tempo de escuta e troca de olhares, de forma psicoeducativas pode-se gerar uma conexão à mesa, fortalecendo o vínculo e percepção familiar, abrangendo conhecimentos adquiridos pela troca de conversas e experiências uns dos outros.

No cenário atual, a vida pública leva a uma mesa mais dissolvida, muitas pessoas passam o dia inteiro fora de casa, demandado pelas agendas corridas, e afazeres diários.

Pode acabar sendo um fator que convida a vida externa à mesa, o sentido da área do vínculo familiar, que pode ser estabelecido por esse tempo demandado, e gerar assim o aumento da percepção e do suporte familiar.

De acordo com Cezar-Ferreira (2004), salienta-se ainda que a qualidade das relações familiares pode estar associada ao ajuste emocional e comportamental entre os membros familiares.

Como produto técnico, a proposta de tecnologia social seria criar uma iniciativa que utilize recursos simples, acessíveis e de baixo custo para promover o fortalecimento dos vínculos familiares e o aumento do tempo de convivência à mesa.

Visando o fortalecimento do vínculo familiar como política pública, e no impacto do tempo de refeição à mesa no desenvolvimento social.

Examinar os efeitos da convivência familiar e propor estratégias psicoeducativas através do processo educativo psicológico, para incentivar a presença e o engajamento dos membros da família em momentos de interação presencial, especialmente durante as refeições.

As políticas públicas voltadas para o fortalecimento dos vínculos familiares desempenham um papel essencial no desenvolvimento social, uma vez que a família é a principal unidade de suporte emocional, educacional e econômico dos indivíduos.

O fortalecimento dessas relações pode contribuir para a redução de problemas sociais, como violência doméstica, evasão escolar e desigualdade socioeconômica.

Um dos aspectos fundamentais da convivência familiar é o tempo de refeição à mesa, momento em que os membros da família podem interagir, compartilhar experiências e fortalecer os laços afetivos.

No entanto, fatores como a rotina acelerada, a influência das tecnologias digitais e a carga excessiva de trabalho têm reduzido essa prática, impactando negativamente as relações familiares.

Os vínculos familiares são os laços afetivos que as crianças estabelecem com os seus cuidadores, pode ser pensado como agente de proteção frente ao risco a doenças mentais (Cervený, 2000).

Dessa forma, este produto técnico buscou sobre a importância de políticas públicas que incentivem a prática das refeições em família como estratégia para o fortalecimento dos vínculos afetivos e do desenvolvimento social, com a proposta a seguir, onde pode ser inserido em unidades de saúde pública.

Apesar da importância da família no desenvolvimento individual e social, muitos indivíduos enfrentam dificuldades no fortalecimento dos laços familiares devido a fatores como precariedade econômica, carga excessiva de trabalho, ausência de espaços de convivência comunitária e a influência das novas tecnologias no isolamento dos membros da família.

Romanelli (2006), a prática alimentar situa-se na esfera da cultura e tem inúmeros significados sociais e emocionais, e esse afastamento pode resultar em relacionamentos superficiais e fragilizados, nos quais os laços afetivos são enfraquecidos e o desenvolvimento de vínculos profundos

Além disso, a diminuição do tempo compartilhado durante as refeições tem afetado a comunicação familiar e a construção de vínculos afetivos, e analisar de que forma as políticas públicas podem contribuir para o fortalecimento do vínculo familiar, especialmente incentivando a prática de refeições em família como um momento de convivência e troca de experiências.

A família, além de ser o ambiente natural para a formação do indivíduo, é também o principal espaço de referência pessoal e o locus onde ocorre a construção da identidade (Cervený e Berthoud, 2009).

A tecnologia social voltadas para o fortalecimento dos vínculos familiares, quando bem planejadas e implementadas, podem gerar impactos positivos na qualidade de vida da população, especificamente, incentivar o hábito de refeições em família pode melhorar a comunicação interpessoal, promover maior conexão emocional entre os membros familiares.

Portanto pode-se reduzir os problemas sociais como isolamento, desnutrição infantil e transtornos alimentares, sendo uma tecnologia social que possa ser replicada em outros espaços, inclusive, tornar-se uma política pública para determinada população.

## **OBJETIVO GERAL**

Oferecer e implantar uma tecnologia social.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Descrever a necessidade de adaptação da proposta original.

Identificar as principais fragilidades enfrentadas pelas famílias no que se refere ao fortalecimento de vínculos afetivos e sociais;

Investigar políticas públicas já existentes que promovem a coesão familiar e incentivam a convivência durante as refeições;

Avaliar a efetividade dessa tecnologia social nos vários espaços.

## **PLANO DE AÇÃO**

Os encontros comunitários serão organizados encontros com famílias de diferentes perfis socioeconômicos para compreender suas dificuldades e percepções sobre a importância das refeições em família.

Pode ser um projeto aplicado em escolas com grupos de pais e mães, unidades de saúde que trabalham com família e parentalidade.

Também ser replicados a instituições que possam utilizar a inovação da tecnologia social como práticas e experiências eficazes para a melhoria da condição de vida da população, a ampliação da cidadania e a inclusão social.

De acordo com Meira & Centa (2003), as famílias que sofreram influências de elementos econômicos e sociais, gerando variações de comportamento e dos valores dos membros familiares.

Gerou as modificações socioculturais que atingiram as rotinas dos indivíduos, e todos os elementos presentes nesse contexto dos hábitos cotidianos, diminuindo os vínculos familiares.

A proposta adotará aplicação de uma técnica como estratégia da psicoeducação, sendo uma intervenção psicológica na realização de 8 a 10 encontros comunitários.

Na proposta de temas e reflexões citados abaixo e duração de 50 minutos cada encontro, podendo ser flexível e aumentar o número de encontros dependendo da necessidade do público-alvo.

As famílias participantes formariam grupos regulares presencialmente, para compartilhar experiências, desafios e boas práticas.

Diante dos objetivos expostos sugerir estratégias para o aprimoramento e implementação de novas políticas que incentivem momentos de refeição em família como parte de programas de fortalecimento do vínculo familiar.

Promovendo a socialização e integração das famílias, os temas são dinâmicos e servem como disparadores para as reflexões do grupo, em todos os encontros haverá reflexão e compartilhar coletivamente de cada tema exposto abaixo:



## MÉTODO

Encontro 1	Apresentação do grupo e suas histórias.
Encontro 2	O que é Família para você? Real ou Ideal?
Encontro 3	A importância dos Afetos e Emoções na construção do vínculo.
Encontro 4	O impacto das tecnologias no cotidiano.
Encontro 5	A sobrecarga e a busca por equilíbrio entre as responsabilidades e o tempo com os filhos.
Encontro 6	Multitarefas, o desafio de trabalhar dentro e fora de casa.
Encontro 7	Passar mais tempo juntos em família e a convivência na mesa.
Encontro 8	Fechamento e Conclusão.

Organizados encontros temáticos bimestrais, com os temas propostos acima, e que abordem desde a gestão de tempo dos pais ou responsáveis e até a solução de conflitos familiares.

As famílias podem relatar mudanças percebidas na dinâmica familiar, como maior diálogo, redução de conflitos e mais momentos significativos juntos, aplicando a tecnologia social no contexto familiar.

O conceito de tecnologia social aqui é aplicado para: envolver soluções simples e replicáveis (como a criação de grupos de apoio e oficinas comunitárias), promover a autogestão pelas mães, criando redes de troca de conhecimento e apoio mútuo, de forma psicoeducativas complementando e potencializando os resultados.

Nesse sentido, é necessário analisar as implicações das formulações de políticas públicas que dizem a respeito do suporte familiar.

Pois é no âmbito familiar que as marcas podem ser irreversíveis e requerem políticas que contemplem o cuidado, percepção, e o impacto do suporte familiar na vida do indivíduo, das relações familiares sob uma ótica psicossocial.

Através do produto técnico tecnologia social, que possa ser reaplicada no convívio familiar, como a técnica de psicoeducação e promover o fortalecimento dos vínculos entre seus membros.

O método utilizado é qualitativo de cunho exploratório, com a intervenção da psicoeducação, tornando-se uma política pública para determinada população.

Yacubian e Neto (2001), retrata que a psicoeducação pode envolver a transmissão de informações sobre o transtorno, estratégias de manejo, medicamentos e terapias disponíveis, além de promover a discussão e a troca de experiências entre os participantes.

É um processo educativo psicológico, que tem demonstrado em diferentes meta-análises realizadas nos últimos anos, as intervenções psicoeducativas em grupos de famílias que são muito eficazes em termos quantitativos e qualitativos.

Analisar através da psicoeducação os momentos de interação durante as refeições diárias em família, tanto no ambiente doméstico quanto nos encontros propostos, poderão contribuir para a ampliação da percepção de suporte familiar. Pode favorecer o desenvolvimento do sentimento de segurança, afetividade, consistência e autonomia no contexto das relações familiares.

## **RESULTADOS ESPERADOS**

Portanto, os impactos esperados pela tecnologia social, em políticas públicas seria o aumento do tempo à mesa, com atividades planejadas e estimuladas com a técnica psicoeducativas, pelo projeto, espera-se que as famílias dediquem mais momentos para refeições e diálogos, resultante no aumento do fortalecimento e do vínculo familiar.

## **CONCLUSÃO PRODUTO TÉCNICO**

Espera-se com o projeto da tecnologia social, obter a observação de melhoria na percepção de suporte e com a intervenção, do uso da mesa dentro do âmbito familiar, analisar a possibilidade do fortalecimento do vínculo familiar.

Através da Tecnologia Social no Contexto Familiar, aplicado para envolver soluções simples e replicáveis (como a criação de grupos de apoio e oficinas comunitárias), dentro das UBS de Saúde, dentro da comunidade, promover a autogestão pelas mães, criando redes de troca de conhecimento e apoio mútuo.

O fortalecimento dos vínculos familiares por meio de políticas públicas pode ser um fator determinante para a promoção do bem-estar social e para a redução de diversos problemas enfrentados pela sociedade contemporânea.

De acordo com Derosa (2022), demonstra o fato de que o ato de compartilhar uma refeição em família, pode promover benefícios para a saúde mental dos membros da família nuclear, além de impactar positivamente o desempenho escolar e outros comportamentos.

Entre as estratégias para alcançar esse objetivo, incentivar as refeições em família como momento de interação e fortalecimento emocional se mostra fundamental, com ações governamentais que promovam a conciliação entre trabalho e vida familiar, campanhas de conscientização sobre a importância das refeições compartilhadas e o investimento em programas comunitários de alimentação podem contribuir significativamente para esse fortalecimento.

No entanto, o que se percebe é que o “caminho que vai da realização de um descobrimento ou progresso científico em algum laboratório até que a sociedade se beneficie dele é longo, difícil e exige a atuação contínua do Estado” (ITS, 2005, p. 3).

Torna-se necessário o desenvolvimento de políticas mais eficazes e abrangentes, que considerem as particularidades das diferentes realidades sociais e promovam um impacto positivo na sociedade como um todo, resultando no fortalecimento dos vínculos familiares, na interação intencional nas refeições.

Portanto pode-se gerar possibilidades de seu crescimento tanto pessoal, quanto familiar no diálogo entre pais e filhos, analisar e refletir se através do fortalecimento familiar, pode ser atuante como um dos maiores e mais fortes pilares na família (Wagner, Ribeiro, Arteche & Bornholdt, 1999).

Resultando em propor o apoio emocional e social aos pais e ou responsáveis, pois através das trocas de experiências no grupo comunitário pode reduzir a sensação de isolamento e sobrecarga, e incluir a participação dos pais ou figuras paternas, com materiais e encontros que incentivem sua participação, e espera-se maior presença deles no cotidiano familiar.

## REFERÊNCIAS PRODUTO TÉCNICO

CERVENY, Ceneide Maria de Oliveira. A família como modelo: desconstruindo a patologia. Campinas: Livro Pleno, 2000.

CERVENY, C. M. de O., BERTHOUD, C. M. E. Ciclo vital da família brasileira. In L. C. Osorio, E. P. do Valle, (Orgs.). Manual de terapia familiar – Manual I. Porto Alegre: Artmed, 2009.

CÉZAR-FERREIRA, V. A. M.; Família, Separação e Mediação: uma visão psicojurídica. São Paulo: Método, 2004.

DEROSA, Bri. Tornar as refeições em família mais inclusivas. The Family Dinner Project.Org, 2022. Disponível: <https://thefamilydinnerproject.org/blog/making-family-meals-more-inclusive> Acesso em: 20/05/2024.

INSTITUTO DE TECNOLOGIA SOCIAL — ITS. Declaração das ONGs: ciência e tecnologia com inclusão social. 2005. Disponível em: <<http://www.itsbrasil.org.br>>. Acesso em: 2/02/2025.

\_\_\_\_\_. Caderno Tecnologia Social — Conhecimento e Cidadania 1, fev. 2007. Disponível em: <<http://www.itsbrasil.org.br>>. Acesso em: 15/01/2025.

MEIRA, C. R., CENTA, M. L. A evolução da família e suas implicações na educação dos filhos. Família, Saúde e Desenvolvimento, 2003.

REDE DE TECNOLOGIA SOCIAL — RTS. Disponível em: <<http://www.rts.org.br>>. Acesso em: 21/11/2024.

ROMANELLI, G. O significado da alimentação na família: uma visão antropológica. Revista de Medicina de Ribeirão Preto, 2006.

\_\_\_\_\_. Tecnologia social: conceito. Disponível em:  
<<http://www.rts.org.br/rts/tecnologia-social/tecnologia-social>>. Acesso em:  
19/10/2024.

TITUS, Devi; Família à mesa: como fazer das refeições um momento marcante. Tradução, Cecília Eller. 1. Ed. São Paulo: Mundo Cristão, 2017.

WAGNER, A., Ribeiro, L. S., Arteché, A. X., & Bornholdt, E. A. (1999). Configuração familiar e o bem-estar psicológico adolescentes. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 12(1), 147-156.

YACUBIAN, Juliana; LOTUFO NETO, Francisco. PSICOEDUCAÇÃO FAMILIAR. *Família, Saúde e Desenvolvimento*, [S. l.], v. 3, n. 2, 2001. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/refased/article/view/5047> Acesso em: 01/07/2024.

## ANEXOS

## ANEXO 1 - IPSF INVENTÁRIO DE PERCEPÇÃO E SUPORTE FAMILIAR

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome: \_\_\_\_\_

Idade: \_\_\_\_\_ Sexo: ☐ M ☐ F

Local de nasc.: \_\_\_\_\_ Data da Aplic.: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Escolaridade: ( ) Ensino Fundamental incompleto ( ) Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto ( ) Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

( ) família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
 ( ) família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com \_\_\_\_\_

Meus pais ( ) nunca se separaram  
 ( ) se separaram quando eu tinha \_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a)

( ) nunca me separei ( ) já me separei com \_\_\_\_ anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.				
	F1	F2	F3	$\Sigma_{(F1, F2, F3)}$
	_____	_____	_____	_____
Percentil	_____	_____	_____	_____
Classificação	_____	_____	_____	_____

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104999

Esta folha está impressa em AZUL, PRETO e VERMELHO. Se lhe apresentarem impressa em qualquer outra cor ou de qualquer outro modo, trata-se de uma reprodução ilegal. Recuse-se a utilizá-la.



**VETOR**  
EDITORA

Aponte a câmera para o QR Code e saiba mais sobre os nossos produtos e serviços.



Copyright © 2009 – Vetor Editora Psico-Pedagógica Ltda. – São Paulo. É proibida a reprodução total ou parcial desta publicação, por qualquer meio existente e para qualquer finalidade, sem autorização por escrito dos editores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.			
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.			
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.			
04	Meus familiares me elogiam.			
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.			
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.			
07	Eu sinto raiva da minha família.			
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.			
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.			
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.			
11	Minha família discute seus medos e preocupações.			
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.			
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.			
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.			
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.			
18	Em minha família existe privacidade.			
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			
20	Há ódio em minha família.			
21	Eu sinto que minha família não me compreende.			
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.			
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.			
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.			
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.			
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).			
27	Viver com minha família é desagradável.			
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.			
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.			
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.			
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			
32	Em minha família há competitividade entre os membros.			
33	Eu sinto vergonha da minha família.			
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.			
36	Minha família me irrita.			
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.			
39	Eu me sinto excluído da família.			
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.			
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.			
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.			

## ANEXO 2 – FOLHAS DE RESPOSTAS PREENCHIDAS

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome: \_\_\_\_\_  
 Idade: 33 anos Sexo: ☐ M ☒ F  
 Local de nasc.: Porto Data da Aplic.: 14 / 09 / 24

Escolaridade: ( ) Ensino Fundamental incompleto ( ) Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto ☒ Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

( ) família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
☒ família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com meus filhos

Meus pais ( ) nunca se separaram  
☒ se separaram quando eu tinha 0 anos

Eu, se já casado(a)

( ) nunca me separei ☒ já me separei com 14 anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.				
	F1	F2	F3	$\Sigma (F1, F2, F3)$
	<u>22</u>	<u>18</u>	<u>12</u>	<u>52</u>
Percentil	<u>20</u>	<u>20</u>	<u>40</u>	<u>20</u>
Classificação	<u>B</u>	<u>B</u>	<u>MB</u>	<u>B</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104995

Esta folha está impressa em AZUL, PRETO e VERMELHO. Se for apresentada impressa em qualquer outra cor ou de qualquer outro modo, trata-se de uma reprodução ilegal. Recuse-se a utilizá-la.

**VETOR**  
 EDITORA  
 Aponte a câmera para o QR Code e saiba mais sobre os nossos produtos e serviços.



Copyright © 2009 – Vetor Editora Psico-Pedagógica Ltda. – São Paulo. É proibida a reprodução total ou parcial desta publicação, por qualquer meio existente e para qualquer finalidade, sem autorização por escrito dos editores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.	X		
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.		X	
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.			X
04	Meus familiares me elogiam.			X
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.	X		
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.		X	
07	Eu sinto raiva da minha família.	X		
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.		X	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.		X	
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.			X
11	Minha família discute seus medos e preocupações.		X	
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			X
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.	X		
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.	X		
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.		X	
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.		X	
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.	X		
18	Em minha família existe privacidade.	X		
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			X
20	Há ódio em minha família.	X		
21	Eu sinto que minha família não me compreende.			X
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.	X		
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.			X
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.		X	
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.	X		
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).		X	
27	Viver com minha família é desagradável.	X		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.	X		
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.		X	
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.		X	
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			X
32	Em minha família há competitividade entre os membros.		X	
33	Eu sinto vergonha da minha família.	X		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			X
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.			X
36	Minha família me irrita.		X	
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			X
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.			X
39	Eu me sinto excluído da família.	X		
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.			X
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.			X
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.		X	

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome Belara Juliana Jentes  
 Idade 32 Sexo ☐ M ☒ F  
 Local de nasc Jentes Data da Aplic 16 / 11 / 2024

Escolaridade: ( ) Ensino Fundamental incompleto ( ) Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto ☒ Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

( ) família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
☒ família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com sozinha

Meus pais ( ) nunca se separaram  
☒ se separaram quando eu tinha 0 anos

Eu, se já casado(a)

( ) nunca me separei ☒ já me separei com 14 anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.				
	F1	F2	F3	$\Sigma (F1 + F2 + F3)$
	<u>32</u>	<u>19</u>	<u>16</u>	<u>67</u>
Percentil	<u>60</u>	<u>25</u>	<u>90</u>	<u>50</u>
Classificação	<u>MA</u>	<u>MB</u>	<u>A</u>	<u>MA</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104979

Toda folha está impressa em A218, 100% e  
 reciclada. Se for necessário, impressa em  
 qualquer outro tipo de qualquer outro modo,  
 todo ou em parte, reprodução ilegal. Respeite-se  
 a legislação.

 **VETOR**  
 EDITORA

Aponte o celular para o QR Code e saiba  
 mais sobre os nossos produtos e serviços.



Copyright © 2024 - Vetor Editora Pácora-Pedagógica Ltda. - São  
 Paulo. É proibida a reprodução total ou parcial desta publica-  
 ção, por qualquer meio eletrônico e para qualquer finalidade,  
 sem autorização por escrito dos editores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.		X	
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.			X
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.			X
04	Meus familiares me elogiam.			X
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.			X
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.		X	
07	Eu sinto raiva da minha família.	X		
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.	X		
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.			X
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.			X
11	Minha família discute seus medos e preocupações.			X
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			X
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.		X	
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.			X
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			X
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.			X
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.			X
18	Em minha família existe privacidade.			X
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			X
20	Há ódio em minha família.		X	
21	Eu sinto que minha família não me compreende.		X	
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.		X	
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.			X
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.		X	
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.	X		
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).	X		
27	Viver com minha família é desagradável.	X		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.		X	
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.		X	
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.			X
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			X
32	Em minha família há competitividade entre os membros.		X	
33	Eu sinto vergonha da minha família.	X		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			X
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.			X
36	Minha família me irrita.		X	
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			X
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.			X
39	Eu me sinto excluído da família.		X	
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.			X
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.		X	
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.		X	

# IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome [Redacted]  
 Idade 59 Sexo ☐ M ☒ F  
 Local de nasc São Paulo Data da Aplic 14/09/2024

Escolaridade ( ) Ensino Fundamental incompleto ( ) Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ☒ Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto ( ) Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

( ) família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
☒ família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com marido, neto

Meus pais ☒ Nunca se separaram  
 ( ) se separaram quando eu tinha \_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a)  
☒ Nunca me separei ( ) já me separei com \_\_\_\_ anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebida por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.


Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador				
	F1	F2	F3	1 <sup>o</sup> ao 40 <sup>o</sup>
	<u>21</u>	<u>17</u>	<u>11</u>	<u>49</u>
Percentil	<u>20</u>	<u>10</u>	<u>30</u>	<u>60</u>
Classificação	<u>B</u>	<u>B</u>	<u>MB</u>	<u>B</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto


0104994

Este livro está impresso em 42x28 cm, 400g, 400 folhas, em 100% papel reciclado, com 100% de energia elétrica proveniente de fontes renováveis e 100% de água reciclada.



**VETOR**  
EDITORA

Agência e Câmara para a Q10. Livro e revista mais verde do Brasil, produção e distribuição.



Copyright © 2024 - Vetor Editora. Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial deste trabalho, seja por qualquer meio eletrônico ou por qualquer outro meio, sem autorização por escrito dos editores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.		X	
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.		X	
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.			X
04	Meus familiares me elogiam.			X
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.			X
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.	X		
07	Eu sinto raiva da minha família.	X		
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.		X	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.		X	
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.			X
11	Minha família discute seus medos e preocupações.		X	
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			X
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.	X		
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.			X
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			X
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.		X	
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.			X
18	Em minha família existe privacidade.			X
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			X
20	Há ódio em minha família.	X		
21	Eu sinto que minha família não me compreende.		X	
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.			X
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.		X	
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.			X
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.			X
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).		X	
27	Viver com minha família é desagradável.	X		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.			X
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.		X	
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.			X
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			X
32	Em minha família há competitividade entre os membros.	X		
33	Eu sinto vergonha da minha família.	X		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			X
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.		X	
36	Minha família me irrita.	X		
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			X
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.		X	
39	Eu me sinto excluído da família.			X
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.			X
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.			X
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.			X

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 3) da Coleção IPSF

Nome [assinatura]  
 Idade 59 Sexo ☐ M ☒ F  
 Local de nasc. São Paulo Data da Apl. 16/11/2024

Escolaridade ☐ Ensino Fundamental incompleto ☐ Ensino Fundamental completo  
☐ Ensino Médio incompleto ☒ Ensino Médio completo  
☐ Ensino Superior incompleto ☐ Ensino Superior completo  
☐ Especialização ☐ Mestrado ☐ Doutorado

Estou avaliando

☐ família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
☒ família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com marido, neto

Meus pais ☒ nunca se separaram  
☐ se separaram quando eu tinha \_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a)

☒ nunca me separei ☐ já me separei com \_\_\_\_ anos de casamento  
☐ primeira separação ☐ segunda separação  
☐ terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.				
	F1	F2	F3	$\Sigma F1, F2, F3$
	<u>35</u>	<u>23</u>	<u>15</u>	<u>73</u>
Percentil	<u>75</u>	<u>60</u>	<u>80</u>	<u>80</u>
Classificação	<u>A</u>	<u>MA</u>	<u>A</u>	<u>A</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104976

Esta folha está impressa em 4/3L, RETO e  
 orientado. Se for reproduzida, impressa em  
 qualquer outro formato ou de qualquer outro modo,  
 mesmo se de uma reprodução legal, ficará em  
 desacordo com a finalidade.



**VETOR**  
 EDITORA

Aponte o câmara para o QR Code e saiba  
 mais sobre os nossos produtos e serviços.



Copyright © 2009 - Vetor Editora Paulo-Paraná Editora Ltda. - São  
 Paulo. É proibida a reprodução total ou parcial desta publica-  
 ção, por qualquer meio eletrônico e para qualquer finalidade,  
 sem autorização por escrito dos editores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.			X
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.			X
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.			X
04	Meus familiares me elogiam.		X	
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.			X
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.	X		
07	Eu sinto raiva da minha família.	X		
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.		X	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.		X	
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.			X
11	Minha família discute seus medos e preocupações.		X	
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			X
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.	X		
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.			X
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			X
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.		X	
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.			X
18	Em minha família existe privacidade.		X	
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			X
20	Há ódio em minha família.	X		
21	Eu sinto que minha família não me compreende.			X
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.			X
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.			X
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.		X	
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.		X	
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).			X
27	Viver com minha família é desagradável.	X		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.			X
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.	X		
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.			X
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			X
32	Em minha família há competitividade entre os membros.	X		
33	Eu sinto vergonha da minha família.	X		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			X
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.			X
36	Minha família me irrita.	X		
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			X
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.		X	
39	Eu me sinto excluído da família.	X		
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.			X
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.			X
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.			X

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome: \_\_\_\_\_  
 Idade: 38 anos Sexo: ☐ M ☒ F  
 Local de nasc.: \_\_\_\_\_ Data da Aplic.: 14 / 09 / 24

Escolaridade: ( ) Ensino Fundamental incompleto ( ) Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto (X) Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

( ) família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
 (X) família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com Filha

Meus pais (X) nunca se separaram  
 ( ) se separaram quando eu tinha \_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a)

( ) nunca me separei ( ) já me separei com \_\_\_\_ anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.							
	$\frac{F1}{28}$	+	$\frac{F2}{22}$	+	$\frac{F3}{9}$	=	$\Sigma_{(F1, F2, F3)} 59$
Percentil	<u>40</u>		<u>50</u>		<u>10</u>		<u>30</u>
Classificação	<u>MB</u>		<u>MA</u>		<u>B</u>		<u>MB</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104978

Esta folha está impressa em AZUL, PRETO e VERMELHO. Se lhe apresentarem impressa em qualquer outra cor ou de qualquer outro modo, trata-se de uma reprodução ilegal. Recuse-se a utilizá-la.



**VETOR**  
EDITORA

Aponte a câmera para o QR Code e saiba mais sobre os nossos produtos e serviços.



Copyright © 2009 – Vetor Editora Psico-Pedagógica Ltda. – São Paulo. É proibida a reprodução total ou parcial desta publicação, por qualquer meio existente e para qualquer finalidade, sem autorização por escrito dos editores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	AS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.			X
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.			X
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.		X	
04	Meus familiares me elogiam.			X
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.			X
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.	X		
07	Eu sinto raiva da minha família.	X		
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.		X	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.			X
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.			X
11	Minha família discute seus medos e preocupações.			X
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			X
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.	X		
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.			X
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			X
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.		X	
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.			X
18	Em minha família existe privacidade.			X
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			X
20	Há ódio em minha família.	X		
21	Eu sinto que minha família não me compreende.		X	
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.			X
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.		X	
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.			X
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.			X
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).			X
27	Viver com minha família é desagradável.	X		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.			X
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.			X
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.			X
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			X
32	Em minha família há competitividade entre os membros.	X		
33	Eu sinto vergonha da minha família.	X		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			X
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.			X
36	Minha família me irrita.	X		
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.	X		
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.			X
39	Eu me sinto excluído da família.	X		
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.			X
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.			X
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.			X

© 2000 Editora E. Simões e reprodução total ou parcial sem autorização por escrito. Todos os direitos reservados. Proibida a reprodução, mesmo que parcial, sem autorização por escrito da Editora.

# IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome [REDACTED]  
 Idade 38 anos Sexo ☐ M ☒ F  
 Local de nasc [REDACTED] Data da Aplic 16/11/24

Escolaridade ( ) Ensino Fundamental incompleto ( ) Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto ☒ Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando  
 ( ) família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
 (x) família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com Filha

Meus pais ( ) nunca se separaram  
 ( ) se separaram quando eu tinha \_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a)  
 (x) nunca me separei ( ) já me separei com \_\_\_\_ anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador				
F1	F2	F3	$\Sigma (F1, F2, F3)$	
<u>30</u>	<u>24</u>	<u>15</u>	<u>= 69</u>	
Percentil	<u>50</u>	<u>50</u>	<u>70</u>	<u>50</u>
Classificação	<u>MA</u>	<u>A</u>	<u>A</u>	<u>MA</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104983

Esta folha está impressa em AZUL, PRETO e VIOLETA. Se for apresentada impressa em qualquer outra cor ou de qualquer outro modo, trata-se de uma reprodução ilegal. Recuse-se a utilizá-la.



**VETOR**  
EDITORA

Agende a chamada para o QR Code e saiba mais sobre os nossos produtos e serviços.



Copyright © 2009 - VETOR Editora Psico-Pedagógica Ltda. - São Paulo. É proibida a reprodução total ou parcial desta publicação, por qualquer meio eletrônico e para qualquer finalidade, sem autorização por escrito dos editores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.	X		
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.		X	
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.	X		
04	Meus familiares me elogiam.			X
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.		X	
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.	X		
07	Eu sinto raiva da minha família.		X	
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.		X	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.		X	
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.		X	
11	Minha família discute seus medos e preocupações.	X		
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			X
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.	X		
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.	X		
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			X
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.		X	
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.			X
18	Em minha família existe privacidade.		X	
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			X
20	Há ódio em minha família.	X		
21	Eu sinto que minha família não me compreende.	X		
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.			X
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.			X
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.			X
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.			X
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).			X
27	Viver com minha família é desagradável.	X		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.		X	
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.			X
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.			X
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			X
32	Em minha família há competitividade entre os membros.		X	
33	Eu sinto vergonha da minha família.		X	
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.	X		
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.	X		
36	Minha família me irrita.			X
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			X
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.		X	
39	Eu me sinto excluído da família.			X
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.		X	
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.			X
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.			X

# IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome: [REDACTED]  
 Idade: 11 anos Sexo: ☒ M ☐ F  
 Local de nasc.: \_\_\_\_\_ Data da Aplic.: 14/09/2024

Escolaridade: ( ) Ensino Fundamental incompleto ☒ Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto ( ) Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

☒ família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
 ( ) família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com pai

Meus pais ( ) nunca se separaram  
 ( ) se separaram quando eu tinha \_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a)  
 ( ) nunca me separei ( ) já me separei com \_\_\_\_ anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.				
	F1	F2	F3	$\Sigma (F1, F2, F3)$
	<u>25</u>	<u>18</u>	<u>9</u>	<u>52</u>
Percentil	<u>30</u>	<u>10</u>	<u>10</u>	<u>20</u>
Classificação	<u>MB</u>	<u>B</u>	<u>B</u>	<u>B</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104999

Esta folha está impressa em AZUL, PRETO e VERMELHO. Se lhe apresentarem impressa em qualquer outra cor ou de qualquer outro modo, trata-se de uma reprodução ilegal. Recuse-se a utilizá-la.

**VETOR**  
EDITORA

Aponte a câmera para o QR Code e saiba mais sobre os nossos produtos e serviços.



Copyright © 2009 – Vetor Editora Psico-Pedagógica Ltda. – São Paulo. É proibida a reprodução total ou parcial desta publicação, por qualquer meio existente e para qualquer finalidade, sem autorização por escrito dos editores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias	X		
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles		X	
03	Há regras sobre diversas situações na minha família	X		
04	Meus familiares me elogiam		X	
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas			X
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens	X		
07	Eu sinto raiva da minha família		X	
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros		X	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros		X	
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero			X
11	Minha família discute seus medos e preocupações		X	
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a)		X	
13	Eu me sinto como um estranho na minha família		X	
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero			X
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas			X
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem		X	
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante	X		
18	Em minha família existe privacidade			X
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser		X	
20	Há ódio em minha família	X		
21	Eu sinto que minha família não me compreende		X	
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração		X	
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando			X
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam			X
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional		X	
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a)		X	
27	Viver com minha família é desagradável	X		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um		X	
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente		X	
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos		X	
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência			X
32	Em minha família há competitividade entre os membros	X		
33	Eu sinto vergonha da minha família	X		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer			X
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras		X	
36	Minha família me irrita		X	
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros		X	
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero		X	
39	Eu me sinto excluído da família		X	
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim		X	
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida			X
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras		X	

Atenção: Este teste é gratuito e não possui nenhuma finalidade comercial. Os resultados não representam e nem substituem nenhuma avaliação psicológica e devem ser utilizados apenas para fins informativos.

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome [REDACTED]  
 Idade 11 anos Sexo ☒ M ☐ F  
 Local de nasc. \_\_\_\_\_ Data da Aplic. 16 / 11 / 2011

Escolaridade ( ) Ensino Fundamental incompleto (X) Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto ( ) Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

(X) família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
 ( ) família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com pai

Meus pais ( ) nunca se separaram  
 ( ) se separaram quando eu tinha \_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a)

( ) nunca me separei ( ) já me separei com \_\_\_\_ anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.				
	F1	F2	F3	Soma
	<u>31</u>	<u>25</u>	<u>15</u>	<u>71</u>
Percentil	<u>60</u>	<u>75</u>	<u>70</u>	<u>75</u>
Classificação	<u>MA</u>	<u>A</u>	<u>A</u>	<u>A</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

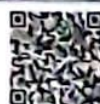
0104980

Todos os direitos reservados ao VETOR EDITORA. É proibida a reprodução total ou parcial desta obra, por qualquer meio eletrônico ou mecânico, sem autorização por escrito da editora.



**VETOR**  
EDITORA

Apresenta a coleção para o 1º Ciclo e o 2º Ciclo, com textos e imagens produzidos e corrigidos.



Copyright © 2009 - todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial desta obra, por qualquer meio eletrônico ou mecânico, sem autorização por escrito da editora.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.	X		
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.		X	
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.		X	
04	Meus familiares me elogiam.			X
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.		X	
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.		X	
07	Eu sinto raiva da minha família.		X	
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.		X	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.			X
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.			X
11	Minha família discute seus medos e preocupações.			X
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).		X	
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.			X
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.		X	
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			X
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.		X	
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.		X	
18	Em minha família existe privacidade.		X	
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			X
20	Há ódio em minha família.			X
21	Eu sinto que minha família não me compreende.			X
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.		X	
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.		X	
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.		X	
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.			X
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).		X	
27	Viver com minha família é desagradável.		X	
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.			X
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.		X	
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.			X
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.		X	
32	Em minha família há competitividade entre os membros.			X
33	Eu sinto vergonha da minha família.			X
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			X
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.		X	
36	Minha família me irrita.			X
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.		X	
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.			X
39	Eu me sinto excluído da família.		X	
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.		X	
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.		X	
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.		X	

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 3) da Comissão IPSF

Nome [redacted] Idade 11 Sexo ☒ M ☐ F  
Local de nasc. [redacted] Data da Aplic. 14 / 09 / 2014

Escolaridade: ( ) Ensino Fundamental incompleto ☒ Ensino Fundamental completo  
( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
( ) Ensino Superior incompleto ( ) Ensino Superior completo  
( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

☒ família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
( ) família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com pais

Meus pais ( ) nunca se separaram  
( ) se separaram quando eu tinha      anos

Eu, se já casado(a)

( ) nunca me separei ( ) já me separei com      anos de casamento  
( ) primeira separação ( ) segunda separação  
( ) terceira ou mais

Nesta inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.				
	F1	F2	F3	S. Total
	<u>30</u>	<u>21</u>	<u>9</u>	<u>60</u>
Percentil	<u>50</u>	<u>30</u>	<u>10</u>	<u>40</u>
Classificação	<u>MA</u>	<u>MB</u>	<u>B</u>	<u>MB</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104996

Este livro está impresso em papel reciclado e contém informações sobre a qualidade do produto e a qualidade do processo de produção. Para mais informações, consulte o site da VETOR Editora.



**VETOR**  
EDITORA

Apresentamos a você o livro de aplicação de provas e testes, com a finalidade de avaliar o desempenho dos alunos.



Copyright © 2014 - Todos os direitos reservados. É proibida a reprodução total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio eletrônico e/ou qualquer tecnologia, sem autorização por escrito dos autores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.	✓		
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.		✓	
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.		✓	
04	Meus familiares me elogiam.			✓
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.		✓	
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.	✓		
07	Eu sinto raiva da minha família.	✓		
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.		✓	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.		✓	
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.		✓	
11	Minha família discute seus medos e preocupações.		✓	
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).		✓	
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.	✓		
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.		✓	
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			✓
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.			✓
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.		✓	
18	Em minha família existe privacidade.		✓	
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.		✓	
20	Há ódio em minha família.	✓		
21	Eu sinto que minha família não me compreende.		✓	
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.			✓
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.		✓	
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.			✓
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.			✓
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).			✓
27	Viver com minha família é desagradável.	✓		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.		✓	
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.		✓	
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.		✓	
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			✓
32	Em minha família há competitividade entre os membros.	✓		
33	Eu sinto vergonha da minha família.	✓		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			✓
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.		✓	
36	Minha família me irrita.		✓	
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			✓
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.		✓	
39	Eu me sinto excluído da família.	✓		
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.		✓	
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.			✓
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.		✓	

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 1) do Concurso IPSF

Nome: [nome]  
 Idade: 11 Sexo: ☒ M ☐ F  
 Local de nasc.: \_\_\_\_\_ Data da Aplc.: 16 / 11 / 24

Escolaridade: ☐ Ensino Fundamental incompleto ☒ Ensino Fundamental completo  
☐ Ensino Médio incompleto ☐ Ensino Médio completo  
☐ Ensino Superior incompleto ☐ Ensino Superior completo  
☐ Especialização ☐ Mestrado ☐ Doutorado

Estou avaliando:

☒ família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
☐ família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com: pais

Meus pais: ☐ nunca se separaram  
☐ se separaram quando eu tinha \_\_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a):

☐ nunca me separei ☐ já me separei com \_\_\_\_\_ anos de casamento  
☐ primeira separação ☐ segunda separação  
☐ terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxima do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.				
	F1	F2	F3	Soma
	<u>34</u>	<u>23</u>	<u>10</u>	<u>67</u>
Percentil	<u>75</u>	<u>50</u>	<u>20</u>	<u>50</u>
Classificação	<u>A</u>	<u>MA</u>	<u>MB</u>	<u>MA</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0105000

<p>Este livro não impresso por AEA PRO e distribuído às instituições parceiras para avaliação sem fins lucrativos.</p> <p>Proibida a reprodução total ou parcial sem autorização expressa da AEA PRO.</p>	<p><b>VETOR</b> EDITORA</p> <p>Av. ... e ... nº ... - ... - ...</p> <p>... e ...</p>	<p>Copyright © 2024 - todos os direitos reservados.</p> <p>Proibida a reprodução total ou parcial sem autorização expressa da AEA PRO.</p>
---	--	--



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.	✓		
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.		✓	
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.	✓		
04	Meus familiares me elogiam.			✓
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.		✓	
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.	✓		
07	Eu sinto raiva da minha família.		✓	
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.		✓	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.		✓	
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.		✓	
11	Minha família discute seus medos e preocupações.	✓		
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			✓
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.	✓		
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.	✓		
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			✓
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.		✓	
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.			✓
18	Em minha família existe privacidade.		✓	
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			✓
20	Há ódio em minha família.	✓		
21	Eu sinto que minha família não me compreende.	✓		
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.			✓
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.			✓
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.			✓
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.			✓
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).			✓
27	Viver com minha família é desagradável.	✓		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.			✓
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.		✓	
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.			✓
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			✓
32	Em minha família há competitividade entre os membros.	✓		
33	Eu sinto vergonha da minha família.	✓		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			✓
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.			✓
36	Minha família me irrita.	✓		
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			✓
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.		✓	
39	Eu me sinto excluído da família.	✓		
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.		✓	
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.			✓
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.			✓

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome: \_\_\_\_\_  
 Idade: 8 Sexo: ☐ M ☒ F  
 Local de nasc.: \_\_\_\_\_ Data da Aplic.: 14/09/24

Escolaridade: ( ) Ensino Fundamental incompleto ( ) Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto ( ) Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

☒ família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
 ( ) família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente resido com \_\_\_\_\_

Meus pais ( ) nunca se separaram  
 ( ) se separaram quando eu tinha \_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a)

( ) nunca me separei ( ) já me separei com \_\_\_\_ anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe.

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador.				
	F1		F2	
	<u>24</u>	+	<u>18</u>	+
			<u>12</u>	=
				<u>Σ (F1, F2, F3)</u>
				<u>54</u>
Percentil	<u>30</u>		<u>20</u>	
			<u>40</u>	
				<u>25</u>
Classificação	<u>MB</u>		<u>B</u>	
			<u>MB</u>	
				<u>MB</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104984

Esta folha está impressa em AZUL, PRETO e VERMELHO. Se lhe apresentarem impressa em qualquer outra cor ou de qualquer outro modo, trata-se de uma reprodução ilegal. Recuse-se a utilizá-la.



**VETOR**  
EDITORA

Aponte a câmera para o QR Code e saiba mais sobre os nossos produtos e serviços.



Copyright © 2009 – Vetor Editora Psico-Pedagógica Ltda. – São Paulo. É proibida a reprodução total ou parcial desta publicação, por qualquer meio existente e para qualquer finalidade, sem autorização por escrito dos editores.



Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.	X		
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.		X	
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.			X
04	Meus familiares me elogiam.			X
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.	X		
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.		X	
07	Eu sinto raiva da minha família.	X		
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.		X	
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.		X	
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.			X
11	Minha família discute seus medos e preocupações.		X	
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			X
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.	X		
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.	X		
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.		X	
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.		X	
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.	X		
18	Em minha família existe privacidade.	X		
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			X
20	Há ódio em minha família.	X		
21	Eu sinto que minha família não me compreende.			X
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.	X		
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.			X
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.		X	
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.	X		
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).		X	
27	Viver com minha família é desagradável.	X		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.	X		
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.		X	
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.		X	
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			X
32	Em minha família há competitividade entre os membros.		X	
33	Eu sinto vergonha da minha família.	X		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.			X
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.			X
36	Minha família me irrita.		X	
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			X
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.			X
39	Eu me sinto excluído da família.	X		
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.			X
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.		X	
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.		X	

IPSF

## Folha de respostas

Parte integrante do Livro de Aplicação (Vol. 2) da Coleção IPSF

Nome [REDACTED]  
 Idade 8 Sexo ☐ M ☒ F  
 Local de nasc. SÃO JOSÉ Data da Aplic. 16/11/24

Escolaridade ( ) Ensino Fundamental incompleto ( ) Ensino Fundamental completo  
 ( ) Ensino Médio incompleto ( ) Ensino Médio completo  
 ( ) Ensino Superior incompleto ( ) Ensino Superior completo  
 ( ) Especialização ( ) Mestrado ( ) Doutorado

Estou avaliando

☒ família nuclear (pai, mãe, irmãos, etc.)  
 ( ) família constituída (esposa, esposo, filhos)

Atualmente residio com \_\_\_\_\_

Meus pais ( ) nunca se separaram  
 ( ) se separaram quando eu tinha \_\_\_\_ anos

Eu, se já casado(a)

( ) nunca me separei ( ) já me separei com \_\_\_\_ anos de casamento  
 ( ) primeira separação ( ) segunda separação  
 ( ) terceira ou mais

Neste inventário é apresentada uma série de 42 afirmações sobre sua compreensão a respeito da percepção sobre o suporte ou assistência familiar recebido por você até o momento. É necessário, por gentileza, que você responda a todas as questões assinalando com um X a alternativa que melhor se aplica a você. Se, por acaso, nenhuma das opções estiver de acordo com a sua resposta, por favor, escolha aquela que mais se aproxime do que você percebe

Não preencha este quadro. Ele está reservado para uso exclusivo do examinador				
	F1	F2	F3	$\Sigma (F1, F2, F3)$
	<u>33</u>	<u>24</u>	<u>15</u>	<u>72</u>
Percentil	<u>60</u>	<u>70</u>	<u>80</u>	<u>60</u>
Classificação	<u>MA</u>	<u>A</u>	<u>A</u>	<u>A</u>

011022

Esta folha possui numeração sequencial, impressa em preto.

0104981

Esta folha está impressa em A2, A3, A4 e A5. Se for impressa em qualquer outro tamanho, o usuário deve ser avisado. Todos os direitos reservados. Proibida a reprodução sem autorização por escrito dos editores.



**VETOR**  
EDITORA

Apresenta a coleção para o 1º e 2º anos e possui direito sobre os direitos reservados e protegidos.

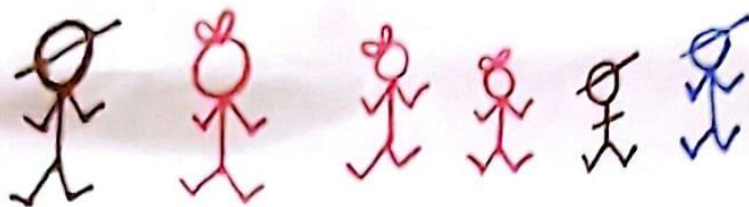


Copyright © 2009 - VETOR Editora Psico-Pedagógica Ltda. - São Paulo. É proibida a reprodução total ou parcial desta publicação, por qualquer meio eletrônico e por qualquer finalidade, sem autorização por escrito dos editores.



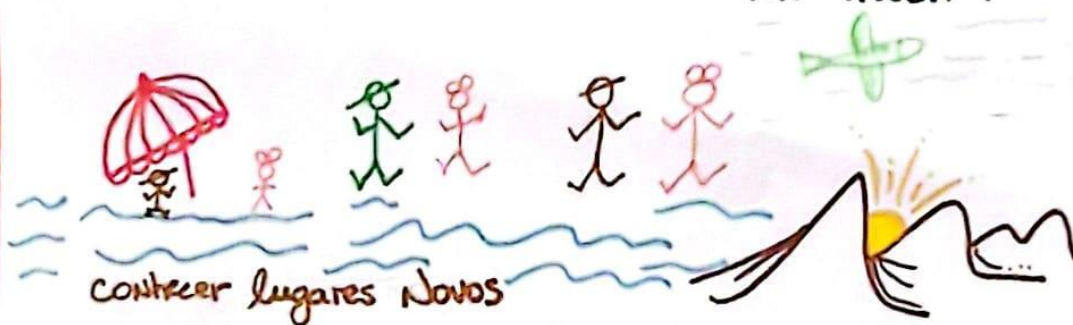
Nº	AFIRMAÇÕES	QUASE NUNCA OU NUNCA	ÀS VEZES	QUASE SEMPRE OU SEMPRE
01	Acredito que minha família tenha mais problemas emocionais do que as outras famílias.	X		
02	As pessoas na minha família seguem as regras estabelecidas entre eles.			X
03	Há regras sobre diversas situações na minha família.		X	
04	Meus familiares me elogiam.			X
05	Cada um em minha família tem deveres e responsabilidades específicas.		X	
06	Meus familiares só mostram interesse uns pelos outros quando podem ter vantagens.	X		
07	Eu sinto raiva da minha família.	X		
08	Em minha família brigamos e gritamos uns com os outros.	X		
09	Os membros da minha família expressam claramente pensamentos e emoções uns com os outros.		X	
10	Minha família permite que eu me vista do jeito que eu quero.		X	
11	Minha família discute seus medos e preocupações.		X	
12	Minha família me faz sentir que posso cuidar de mim, mesmo quando estou sozinho(a).			X
13	Eu me sinto como um estranho na minha família.	X		
14	Meus familiares me deixam sair o tanto quanto quero.		X	
15	As pessoas da minha família gostam de passar o tempo juntas.			X
16	Meus familiares geralmente culpam alguém da família quando as coisas não estão indo bem.	X		
17	Minha família discute junto antes de tomar uma decisão importante.	X		
18	Em minha família existe privacidade.		X	
19	Minha família permite que eu seja do jeito que eu quero ser.			X
20	Há ódio em minha família.	X		
21	Eu sinto que minha família não me compreende.			X
22	Na solução de problemas, a opinião de todos na família é levada em consideração.			X
23	As pessoas da minha família sabem quando alguma coisa ruim aconteceu comigo, mesmo eu não falando.			X
24	Os membros da minha família se tocam e se abraçam.			X
25	Minha família me proporciona muito conforto emocional.			X
26	Minha família me faz sentir melhor quando eu estou aborrecido(a).			X
27	Viver com minha família é desagradável.	X		
28	Em minha família opinamos o que é certo/errado buscando o bem-estar de cada um.			X
29	Em minha família as tarefas são distribuídas adequadamente.		X	
30	Em minha família há uma coerência entre as palavras e os comportamentos.	X		
31	Minha família sabe o que fazer quando surge uma emergência.			X
32	Em minha família há competitividade entre os membros.	X		
33	Eu sinto vergonha da minha família.	X		
34	Em minha família é permitido que eu faça as coisas que gosto de fazer.		X	
35	Em minha família demonstramos carinho por meio das palavras.			X
36	Minha família me irrita.	X		
37	Os membros da minha família expressam interesse e carinho uns com os outros.			X
38	Minha família me dá tanta liberdade quanto quero.		X	
39	Eu me sinto excluído da família.	X		
40	Meus familiares me permitem decidir coisas sobre mim.		X	
41	Meus familiares servem como bons modelos em minha vida.			X
42	As pessoas da minha família se sentem próximas umas das outras.			X

### ANEXO 3 – DESENHOS REALIZADOS NAS ATIVIDADES

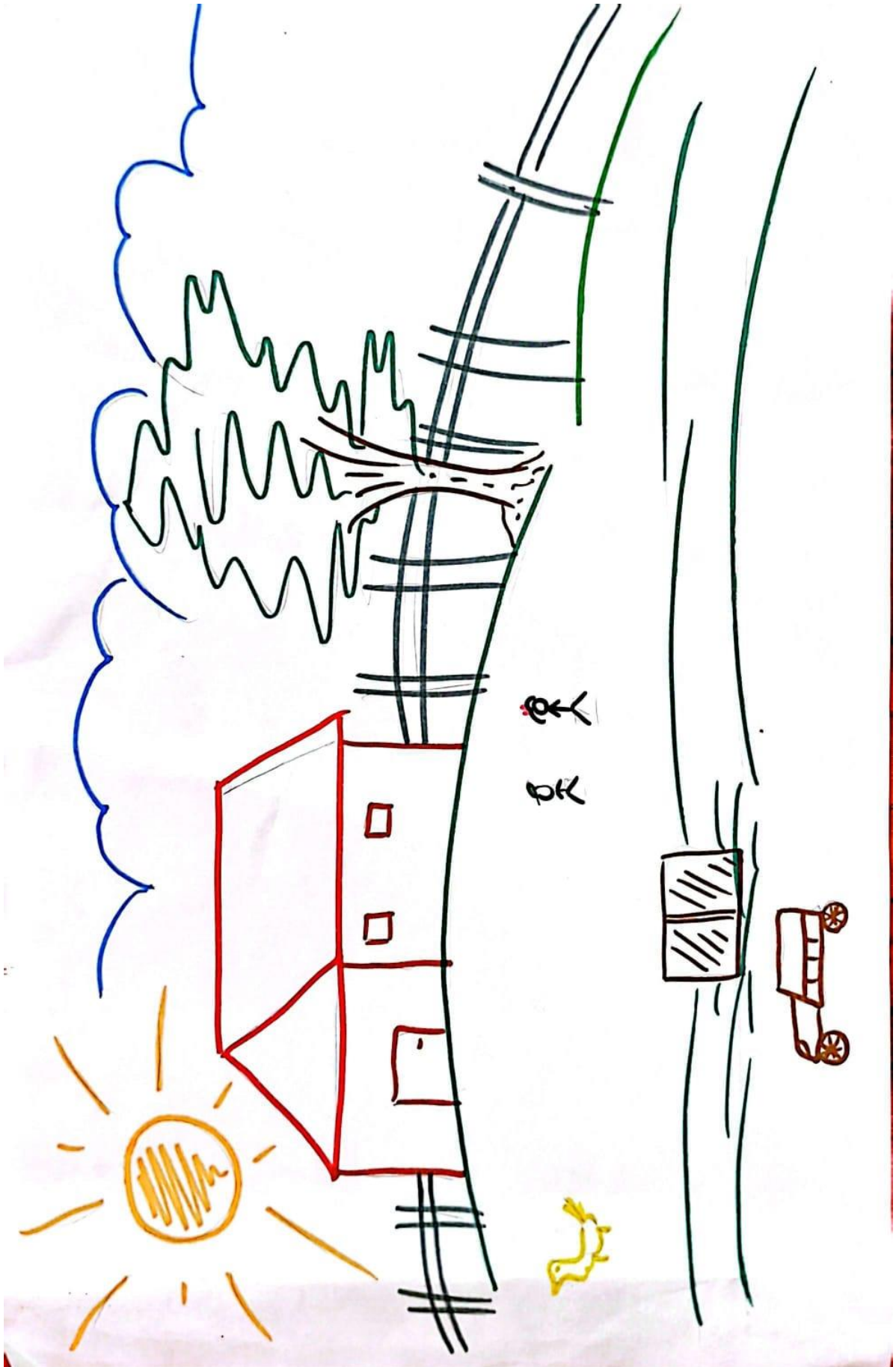


HOJE MTO TRABALHO E ESTUDOS POUCOS MOMENTOS  
TODOS UNIDOS, MAIS EM FINAL DE SEMANA!

GOSTARIA QUE : → + VIAGENS, PASSAGIOS, TODOS JUNTOS /  
NA MESA !

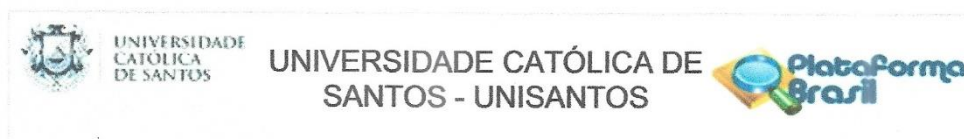








## ANEXO 4 - CARTA DE AUTORIZAÇÃO CEP



### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** Conexão à mesa: Uma análise da presença parental e o fortalecimento do vínculo familiar

**Pesquisador:** AMANDA SOUZA DE OLIVEIRA CRUZ

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 77977124.9.0000.5536

**Instituição Proponente:** Universidade Católica de Santos - UNISANTOS

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

#### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 6.763.549

#### Apresentação do Projeto:

Esta é a segunda submissão do projeto de pesquisa "Conexão à mesa: Uma análise da presença parental e o fortalecimento do vínculo familiar", vinculado ao Programa de Mestrado em Psicologia, Desenvolvimento e Políticas públicas da Universidade Católica de Santos. Partindo da hipótese de que "Estabelecer um tempo para a convivência em família, nesse caso, representado pelo tempo à mesa, pode propiciar uma melhor na percepção do suporte familiar e vínculo entre os integrantes, possibilitando melhoria na autoestima e sensação de segurança", objetiva analisar de que forma o convívio familiar representado pelo tempo à mesa, é capaz de fortalecer o vínculo entre os seus integrantes. A metodologia é qualitativa de cunho exploratório tendo como participantes 10 famílias que estejam em atendimento na APASEM (Associação de Promoção e Assistência Social Estrela do Mar) que atendam os requisitos da pesquisa e aceitem dela participar.

#### Objetivo da Pesquisa:

Conforme explicitado pela autoria, a pesquisa tem, como objetivo primário "Analisar de que forma o convívio familiar representado pelo tempo à mesa, é capaz de fortalecer o vínculo entre os seus integrantes", e como objetivos secundários:

- a) Fazer levantamento bibliográfico sobre o conceito de família, de acordo com as ciências humanas;
- b) Analisar o conceito de vínculo e contextualizar com as transformações sociais atuais;

**Endereço:** Av. Conselheiro Nêbias, nº 300 Campus Dom Idílio José prédio administrativo, 2º andar, sala202  
**Bairro:** Vila Mathias **CEP:** 11.015-002  
**UF:** SP **Município:** SANTOS  
**Telefone:** (13)3205-1254 **Fax:** (13)3205-5555 **E-mail:** comet@unisantos.br



UNIVERSIDADE  
CATÓLICA  
DE SANTOS

UNIVERSIDADE CATÓLICA DE  
SANTOS - UNISANTOS



Continuação do Parecer: 6.763.549

- c) Selecionar os participantes para a pesquisa;
- d) Aplicar o inventário de Percepção de Suporte familiar no início e no final dos encontros;
- e) Elaborar produto técnico.

#### **Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Segundo a pesquisadora, os riscos são mínimos. Entretanto, em caso de algum desconforto emocional durante alguma etapa da pesquisa, o participante poderá optar por interromper sua participação sem qualquer ônus ou contrapartida, e poderá ser encaminhado para atendimento na clínica de psicologia da Unisantos.

Como benefícios citados pela pesquisadora, os participantes poderão experimentar situações de verdadeiro vínculo familiar, com melhoria no conhecimento de cada um que compõe seu primeiro laço social. Além disso, a pesquisa pretende proporcionar um bom espaço para que os integrantes familiares, além de se conhecerem melhor, possam adquirir a competência de realizar atividades cotidianas juntos, promovendo o diálogo e o sentimento de segurança.

#### **Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

O projeto de pesquisa encontra-se bem justificado, possui relevância social, os objetivos são claros, os critérios de inclusão e exclusão dos possíveis participantes estão claros, e os procedimentos metodológicos estão descritos de forma clara e objetiva.

Conforme o documento "Esclarecimentos" encaminhado, todas as considerações feitas no parecer da primeira submissão foram analisadas pela autora e todas as pendências foram atendidas

#### **Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Todas as pendências apontadas no parecer da primeira submissão foram atendidas

#### **Recomendações:**

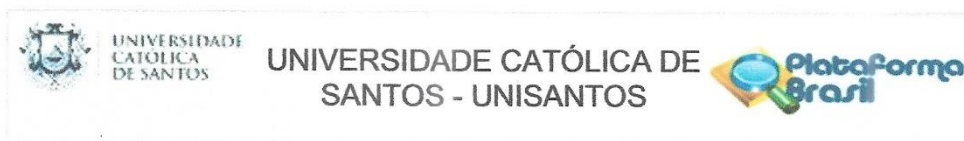
O parecer anterior recomendava uma revisão do valor destinado ao custeio do café da manhã. A pesquisadora concordou com a recomendação e ajustou o valor.

#### **Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Pendências apontadas no parecer da primeira submissão foram devidamente atendidas pela pesquisadora:

Endereço: Av. Conselheiro Nébias, nº 300 Campus Dom Idílio José prédio administrativo, 2º andar, sala202  
 Bairro: Vila Mathias CEP: 11.015-002  
 UF: SP Município: SANTOS  
 Telefone: (13)3205-1254 Fax: (13)3205-5555 E-mail: comet@unisantos.br





Continuação do Parecer: 6.763.549

- a) O projeto deve deixar mais claro como será a escolha dos grupos familiares de forma a limitar o número de participantes em 40. - A explicação foi feita no documento "Esclarecimentos"
- b) Incluir a previsão de valores para o transporte dos participantes até o local dos encontros - o orçamento foi alterado para incluir esses valores
- c) Obter autorização explícita da APASEM sobre o pedido de suporte para a realização da pesquisa - foi incluído o documento de autorização
- d) Incluir um documento solicitando autorização para o eventual encaminhamento de participantes para a Clínica de Psicologia da Unisantos, com autorização explícita do responsável pela clínica - o documento foi incluído.

Como todas as pendências foram providenciadas, considero que o projeto está "Aprovado"

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Cumprindo com as Resoluções vigentes sobre Pesquisa com Seres Humanos do Conselho Nacional de Saúde, o Protocolo de Pesquisa foi analisado por um relator e, em Reunião Ordinária ocorrida em 09/04/2024, o colegiado do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Católica de Santos o considerou Aprovado.

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_2226754.pdf	29/03/2024 18:41:17		Aceito
Outros	Autorizacao_Apasem.pdf	29/03/2024 18:39:41	AMANDA SOUZA DE OLIVEIRA CRUZ	Aceito
Outros	Esclarecimentos.docx	27/03/2024 09:48:11	Thalita Lacerda Nobre	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	4TCLE.docx	27/03/2024 09:46:14	Thalita Lacerda Nobre	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de	3TALE.docx	27/03/2024 09:45:55	Thalita Lacerda Nobre	Aceito

**Endereço:** Av. Conselheiro Nébias, nº 300 Campus Dom Idílio José prédio administrativo, 2º andar, sala202  
**Bairro:** Vila Mathias **CEP:** 11.015-002  
**UF:** SP **Município:** SANTOS  
**Telefone:** (13)3205-1254 **Fax:** (13)3205-5555 **E-mail:** comet@unisantos.br



UNIVERSIDADE  
CATÓLICA  
DE SANTOS

UNIVERSIDADE CATÓLICA DE  
SANTOS - UNISANTOS



Continuação do Parecer: 6.763.549

Ausência	3TALE.docx	27/03/2024 09:45:55	Thalita Lacerda Nobre	Aceito
Outros	Solicitacao_Suporte_Apasem.pdf	01/03/2024 19:42:08	AMANDA SOUZA DE OLIVEIRA CRUZ	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	1Brochura.docx	01/03/2024 19:38:11	Thalita Lacerda Nobre	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_rosto.pdf	19/02/2024 14:47:22	AMANDA SOUZA DE OLIVEIRA	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

SANTOS, 15 de Abril de 2024

Assinado por:  
Cezar Henrique de Azevedo  
(Coordenador(a))

Endereço: Av. Conselheiro Nêbias, nº 300 Campus Dom Idílio José prédio administrativo, 2º andar, sala202  
Bairro: Vila Mathias CEP: 11.015-002  
UF: SP Município: SANTOS  
Telefone: (13)3205-1254 Fax: (13)3205-5555 E-mail: comet@unisantos.br

**ANEXO 5 – LETRA MÚSICA EPITÁFIO**

Devia ter amado mais  
Ter chorado mais  
Ter visto o sol nascer  
Devia ter arriscado mais  
E até errado mais  
Ter feito o que eu queria fazer  
  
Queria ter aceitado  
As pessoas como elas são  
Cada um sabe a alegria  
E a dor que traz no coração  
  
O acaso vai me proteger  
Enquanto eu andar distraído  
O acaso vai me proteger  
Enquanto eu andar  
  
Devia ter complicado menos  
Trabalhado menos  
Ter visto o sol se pôr

Devia ter me importado menos  
Com problemas pequenos  
Ter morrido de amor  
  
Queria ter aceitado  
A vida como ela é  
A cada um cabe alegrias  
E a tristeza que vier  
  
O acaso vai me proteger  
Enquanto eu andar distraído  
O acaso vai me proteger  
Enquanto eu andar  
  
O acaso vai me proteger  
Enquanto eu andar distraído  
O acaso vai me proteger  
Enquanto eu andar  
  
Devia ter complicado menos  
Trabalhado menos  
Ter visto o sol se pôr

