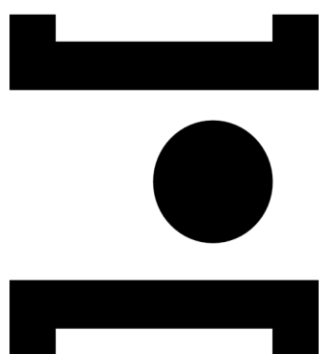


INSTITUTO POLITÉCNICO DE SANTARÉM
Escola Superior de Educação



**POLITÉCNICO
DE SANTARÉM**

**TRANSIÇÕES PARA A PARENTALIDADE:
PERMANÊNCIAS E MUDANÇAS**

Dissertação

Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária

Ana Cristina Baltazar Puim Marques

Orientação:

Luísa Maria da Silva Delgado

Novembro, 2023

Agradecimentos

À minha melhor amiga, a minha mãe, Helena, que se mostrou sempre disponível para ficar com as minhas filhas, Carolina e Rita, durante estes dois anos.

Ao meu amigo Paulo Ferreira que me mostrou o quanto sou importante para ele. Às infinitas horas que estive ao meu lado para que eu pudesse concretizar este meu sonho.

Às minhas filhas que se privaram de estar comigo para que eu pudesse estar nos meus pensamentos e reflexões. Tantos serões sem vocês, em que me senti isolada, sem poder receber os vossos mimos e sentir-vos.

À dedicada Professora Doutora Luísa Maria da Silva Delgado, minha orientadora, que me deu a mão e acreditou em mim. Desde o dia em que nos conhecemos que senti, pelo seu olhar, a vontade e o desejo de pegar em mim e fazer-me maior. Sem ela eu não teria conseguido alcançar significados e sensações que jamais imaginava existissem.

À Professora Perpétua Santos Silva, coordenadora do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária (MESIC), que sempre me ouviu e me ensinou a dar pequenos passos, mas grandes em humildade e sensatez.

À Escola Superior de Educação de Santarém e, especialmente, aos professores que me acompanharam desde o primeiro ano do MESIC, que foram uma importante peça durante todo este percurso, pelos ensinamentos transmitidos.

À minha colega e amiga Juliana Gregório que me acompanhou neste percurso de vida, sempre oferecendo o seu ombro amigo.

À minha amiga Teresa Santos Costa, que me animou nos momentos menos bons e que me lembrou que o caminho sou eu que o traço. Muitas vezes me disse “Estarei na primeira fila a aplaudir-te!”.

Aos pais e mães que dispenderam, umas horas do seu dia para abraçarem este trabalho comigo. Aos momentos de sintonia, de emoção e de compaixão por heróis que, independentemente de tudo e todos, amam os seus filhos e que se privam de si para dar o melhor que podem e conseguem aos seus filhos. A estes pais, que apesar de não serem perfeitos, são perfeitos para os seus filhos.

Por fim, à maior estrela do céu, que tantas vezes conversámos nos dias e noites de solidão... Obrigada pela pessoa que fizeste de mim.

Acrónimos/Siglas

CNPDPCJ - Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens

INE - Instituto Nacional de Estatística

ISF - Índice Sintético de Fecundidade

OCDE - Organização para a Cooperação e o Desenvolvimento Económico

OMS - Organização Mundial da Saúde

PORDATA - Estatísticas sobre Portugal e Europa

SE – Situação Estranha

WTO- World Trade Organization

Transições para a parentalidade: permanências e mudanças.

Resumo

A presente dissertação do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, da Escola Superior de Educação – Instituto Politécnico de Santarém, tem como objeto de estudo um conjunto de casais heterossexuais que estão a vivenciar transições para a parentalidade. A partir da análise de algumas dimensões pessoais, familiares e sociais da vida dos casais, tem-se como objetivo explorar transições para a parentalidade na situação de primeiro, segundo e terceiro filho, relativamente às motivações, expectativas e sentimentos que os pais formulam. Procura-se compreender as alterações ocorridas na estrutura económica, profissional e conjugal, e caracterizar o impacto que um filho pode ter na relação pai-mãe-primogénito e pai-mãe-filhos. A operacionalização do estudo passou pela adoção de uma metodologia qualitativa, seis casais responderam a uma entrevista semiestruturada, num total de doze entrevistas, recolhidos do Projeto *Fathering* e de uma creche. Os casais foram entrevistados individualmente e as suas respostas foram submetidas à análise qualitativa de conteúdo. Os resultados permitem aferir: a concretização de um projeto de parentalidade resulta de uma combinação de motivações, maioritariamente, intrínsecas; as expectativas de ser pai e mãe são de ordem afetiva; as modificações ocorridas na dinâmica familiar são ajustadas e direcionadas ao novo ser, existindo um esforço adaptativo para manter a relação conjugal e a ligação afetiva com o primogénito; o primogénito manifesta comportamentos de exteriorização (dependência e independência) perante os cuidados e atenção prestados pelos pais ao irmão mais novo.

Palavras-chave: parentalidade, motivações, transições, transições para a parentalidade.

Experiences of the transition to parenthood: permanence and changes.

Abstract

The present dissertation of the Master's Degree in Social Education and Community Intervention, from the Escola Superior de Educação – Instituto Politécnico de Santarém, has as its object of study a group of bisexual couples who are experiencing the transition to parenthood. Based on the analysis of some personal, family and social dimensions of couples' lives, the aim is to understand their motivations, feelings and expectations regarding the transition to parenthood. Specifically, in this study, we aim to identify the main motivations, feelings and expectations, understand the changes that have occurred in the economic, professional and marital structure, and characterize the impact that a child can have on the father-mother-first-born and father-mother-children relationship. The operationalization of the study involved the adoption of a qualitative methodology, six couples responded to a semi-structured interview, in a total of twelve interviews, collected from the Fathering Project and a nursery. The couples were interviewed individually and their responses were subjected to qualitative content analysis. The results allow us to assess: The implementation of a parenting project results from a combination of motivations, mostly intrinsic; the expectations of being a father and mother are of an affective nature; the changes that occur in the family dynamics are adjusted and directed to the new being, and there is an adaptive force to maintain the conjugal relationship and the affective bond with the firstborn; the firstborn manifests externalizing behaviors (dependence and independence) in the face of the care and attention given by the parents to the younger brother.

Key-words: *parenting, motivations, transition, transition to parenthood.*

Lista de figuras

Figura 1 - Evolução do índice sintético de fecundidade, em Portugal, entre 1960 a 2022	10
Figura 2 - Evolução da idade média da mãe ao nascimento do primeiro filho, em Portugal, entre 1960 a 2022.....	11

Lista de tabelas

Tabela 1 - Caracterização sociodemográfica e clínica dos participantes	50
---	----

Índice

AGRADECIMENTOS	II
ACRÓNIMOS/SIGLAS	III
RESUMO	IV
ABSTRACT	V
LISTA DE FIGURAS	VI
LISTA DE TABELAS	VI
INTRODUÇÃO	1
PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO	4
CAPÍTULO I – AS FAMÍLIAS E O LUGAR DOS FILHOS	4
1.1 AS FAMÍLIAS – UM CAMINHO EM CONSTRUÇÃO	4
1.2 CONDICIONANTES AO DESEJO DE TER FILHOS	7
1.3 A NORMA DOS DOIS FILHOS	9
CAPÍTULO II – A GRAVIDEZ E A PARENTALIDADE	13
2.1 A GRAVIDEZ	13
2.2 DETERMINANTES DA PARENTALIDADE	15
CAPÍTULO III – MOTIVAÇÕES PARA A PARENTALIDADE	19
CAPÍTULO IV – TRANSIÇÕES PARA A PARENTALIDADE	21
4.1 TRANSIÇÕES	21
4.2 PROCESSOS DE TRANSIÇÃO PARA A PARENTALIDADE	23
4.3 SER PAI E SER MÃE DE UM SEGUNDO FILHO	26
4.4 TRANSIÇÃO DE FILHO ÚNICO PARA IRMÃO MAIS VELHO	28
CAPÍTULO V – AS REDES SOCIAIS DE APOIO	31
CAPÍTULO VI – O EDUCADOR SOCIAL E AS TRANSIÇÕES PARA A PARENTALIDADE	36
PARTE II – INVESTIGAÇÃO EMPÍRICA	38
CAPÍTULO VII – MODELO DE ANÁLISE E METODOLOGIA DE PESQUISA	38
7.1 DOS OBJETIVOS ÀS QUESTÕES METODOLÓGICAS, TÉCNICAS E PROCEDIMENTOS	38

OBJETO E OBJETIVOS DE INVESTIGAÇÃO	38
METODOLOGIA DE PESQUISA.....	40
AMOSTRA	40
TÉCNICAS DE RECOLHA E TRATAMENTO DE DADOS.....	42
PROCEDIMENTOS.....	43
7.2 BREVE CARACTERIZAÇÃO DOS CASAIS ENTREVISTADOS	46
CAPÍTULO VIII – SOBRE AS MOTIVAÇÕES, SENTIMENTOS E EXPECTATIVAS.....	51
MOTIVAÇÕES.....	51
SENTIMENTOS.....	56
EXPECTATIVAS	56
CONTEXTO ECONÓMICO E PROFISSIONAL	60
DINÂMICA CONJUGAL	64
RELAÇÃO PAI-MÃE-PRIMOGENITO E PAI-MÃE-FILHOS.....	71
CONCLUSÕES.....	78
BIBLIOGRAFIA	85
ANEXOS	92
ANEXO A – MAPA CONCEPTUAL	93
ANEXO B – PREPARAÇÃO DO GUIÃO DE ENTREVISTA AOS PAIS	99
ANEXO C – PREPARAÇÃO DA GRELHA DE AGENDAMENTO DAS ENTREVISTA AOS PAIS...104	
ANEXO D – CONSENTIMENTO LIVRE E INFORMADO	106
ANEXO E - GUIÃO DE ENTREVISTA AOS PAIS DE 1.º FILHO.....	109
ANEXO F - GUIÃO DE ENTREVISTA AOS PAIS DE 2.º E 3.º FILHO.....	114
ANEXO G - GUIÃO DE ANÁLISE DAS ENTREVISTAS AOS PAIS	121
ANEXO H - RESUMO DAS ENTREVISTAS AOS PAIS	124
ANEXO I – GRELHA DE ANÁLISE DE CONTEÚDO	159

Introdução

A presente dissertação surge no âmbito do Curso de Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, da Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Santarém, subordina-se à temática das transições para a parentalidade, tomando como objeto de estudo um conjunto de casais heterossexuais que estão a vivenciar transições para a parentalidade, para o primeiro, segundo, ou terceiro filho.

A parentalidade é uma das etapas de vida mais complexas e desafiantes para o ser humano, por modificar a sua vida com implicações na esfera pessoal, profissional, económica, familiar e social, e por projetar a responsabilidade de cuidar e educar de um novo ser que depende dos cuidados maternos, paternos ou de outros cuidadores.

A pertinência pela escolha do tema deve-se, por um lado à experiência que a mestranda tem nesta área, de trabalhar diariamente com grávidas e puérperas no Serviço de Obstetria do Departamento da Mulher e da Criança do Hospital Distrital de Santarém e, por outro, à forte motivação pessoal de investigar esta área de interesse.

O enquadramento do tema insere-se no domínio da Educação Social e da Intervenção Comunitária, atendendo a que o indivíduo é membro de uma sociedade, onde participa e transforma a realidade social. Neste sentido, torna-se fundamental compreender os processos de transição para a parentalidade no contexto de vida das pessoas, enquanto promotores da sua felicidade. O educador social como profissional reflexivo desenvolve a sua intervenção “com” e “para” os sujeitos, acreditando no seu potencial humano, em que cada pessoa é “potencialmente capaz de refletir sobre si, sobre a sua vida e sobre o seu mundo e de agir nele e sobre ele” (Timóteo & Bertão, 2012, p.18). Torna-se importante o educador social questionar as ações e atitudes dos sujeitos, numa perspetiva de interação investigador-sujeito em que ambos fazem parte de um processo construtivo de relação (Timóteo & Bertão, 2012).

Este estudo resulta de um trabalho de investigação que tem por objetivo explorar transições para a parentalidade na situação de primeiro, segundo e terceiro filho, relativamente às motivações, expectativas e sentimentos que os pais formulam.

De forma a orientar a investigação, foram colocadas as principais questões quando iniciamos o nosso processo de investigação:

- Quais as motivações que levam os sujeitos a quererem ser pai e ser mãe?
- Que fatores contribuíram para a decisão de ter um filho?
- Após a vivência da experiência do primeiro filho, o que motiva os pais a quererem ter um segundo ou terceiro filho?

- As vivências que os progenitores estão a ter com o primeiro, segundo ou terceiro filho correspondem às expectativas criadas durante o processo de gravidez?

A procura de respostas às questões anteriormente apresentadas, focou-se no contexto direto das pessoas que estão a viver a experiência transições para a parentalidade, isto é, a perspetiva dos próprios perante as várias dimensões que influenciaram as suas decisões reprodutivas e todas as alterações que possam advir, para os próprios e para os seus agregados familiares.

Entende-se que é relevante perceber o sentido atribuído à experiência vivida do homem e da mulher que se tornam pai e mãe pela primeira vez ou pela segunda e terceira vez - de forma singular e conforme é vivida, a partir da realidade diretamente relatada pelos sujeitos desta pesquisa. Procura-se identificar e compreender: as motivações que estiveram na origem de uma gravidez; os sentimentos e as expectativas sobre a vivência da transição para a parentalidade; as alterações ocorridas na dinâmica familiar, na estrutura económica e profissional; as autorrepresentações enquanto pai e mãe pela segunda ou terceira vez; e o impacto de um segundo ou terceiro filho na relação mãe-pai-primogénito/filhos

Face aos objetivos da investigação, os casais sobre os quais incidiu o nosso estudo eram de nacionalidade portuguesa com idade igual ou superior a 18 anos, viviam maritalmente, sem doenças psiquiátricas ou suspeita de abuso de álcool/drogas, e cujos bebés tinham idade igual ou superior a 12 meses, saudáveis e de termo¹. Participaram no presente estudo seis casais (seis homens e seis mulheres), dois com um filho, dois com um segundo filho e outros dois com um terceiro filho, com idades compreendidas entre os 24 e os 55 anos.

Do ponto de vista metodológico, optou-se por seguir uma metodologia qualitativa, com recurso preferencial à entrevista semiestruturada, por permitir maior liberdade de expressão e por a conversa fluir o mais natural possível, possibilitando uma interação mais genuína entre o investigador e o entrevistado, e captar determinados aspetos não visíveis no imediato.

É finalidade última deste trabalho, a partir dos resultados obtidos, delinear possíveis caminhos de intervenção para a construção e exercício de uma parentalidade “plena”, com vista à garantia do bem-estar social e de qualidade de vida de todos os sujeitos envolvidos.

A dissertação encontra-se organizada em duas partes, dividindo-se cada uma delas em capítulos que procuram descrever de forma estruturada e sequencial todo o percurso da investigação. A Primeira Parte – Enquadramento Teórico – é composta pelos Capítulos I a VI, e a Segunda Parte – Investigação Empírica – é constituída pelos Capítulos VII e VIII e pelas Conclusões.

¹ A amostra apresentada diz respeito ao Projeto *Fathering* da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

Na Primeira Parte apresenta-se o estado da arte, apoiada numa exaustiva revisão da literatura acerca dos temas.

No primeiro capítulo faz-se uma breve abordagem à evolução histórica do lugar dos filhos nas famílias; apresentam-se as principais características das famílias, desde as mais tradicionais, às suas expressões mais contemporâneas; descrevem-se e tipificam-se os condicionantes ao desejo de ter filhos; analisam-se as trajetórias pessoais relativamente ao número de filhos desejados e os efetivamente tidos; e, por fim, faz-se referência à norma dos dois filhos. No segundo capítulo abordam-se os conceitos de gravidez e de parentalidade, com enfoque nas tarefas desenvolvimentais típicas da gravidez. No terceiro capítulo analisa-se a questão das motivações intrínsecas e extrínsecas para a parentalidade. O quarto capítulo tem por finalidade compreender os processos de transições para a parentalidade, ao nível das repercussões internas, e os pressupostos para transições saudáveis. Reflete-se sobre as transições para a parentalidade no primeiro filho, com especial atenção às transições para a parentalidade na situação de um segundo filho. Por último, aborda-se as transições de filho único para irmão mais velho, no que respeita às implicações emocionais e comportamentais do primogénito. No quinto capítulo procede-se à apresentação das redes sociais de apoio à parentalidade e no sexto capítulo a uma reflexão sobre os possíveis papéis do educador social no processo transições para a parentalidade.

A Segunda Parte desta dissertação destina-se à apresentação do estudo empírico realizado e divide-se em dois capítulos. No sétimo capítulo apresenta-se o modelo de análise, explicitando o objeto de estudo e os seus principais objetivos. Além disso, é descrita a população estudada, apresentadas as técnicas de investigação e os procedimentos desenvolvidos. No oitavo capítulo faz-se a apresentação e discussão das conclusões. Conclui-se com uma síntese dos principais resultados à luz das principais questões de pesquisa, apontam-se algumas limitações do estudo e sugerem-se potenciais linhas orientadoras julgadas necessárias para as futuras ações interventivas sobre as transições para a parentalidade, tratando-se de um campo de intervenção do domínio da vida privada com trajetórias individuais muito específicas e íntimas.

PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO

CAPÍTULO I – AS FAMÍLIAS E O LUGAR DOS FILHOS

Neste capítulo apresenta-se a perspetiva e os questionamentos teóricos mais relevantes para o entendimento sobre as decisões reprodutivas, numa tentativa de enquadrar o tema da dissertação do ponto de vista da sua especificidade: as trajetórias familiares, as condicionantes ao desejo de ter filhos e, nomeadamente, entre as circunstâncias/escolhas de vida e o padrão comum dos dois filhos.

No primeiro ponto faz-se uma reflexão teórica sobre a organização familiar com destaque para o lugar e valorização/significado da criança. Entre os aspetos mais pertinentes estão: o bem-estar afetivo, a divisão dos papéis de género, a emancipação da mulher e a crise económica. No segundo ponto apresenta-se algumas das características paradigmáticas que pesam na decisão de ter filhos, particularmente razões de natureza psicobiológica e social. Considera-se também em que medida os padrões de vida profissional, socioeconómico e familiar influenciam as decisões reprodutivas.

No terceiro ponto analisa-se a evolução do Índice Sintético da Fecundidade (ISF) e da idade média da mãe ao nascimento do primeiro filho no decorrer dos anos, para uma interpretação explicativa do número de filhos por família. Questiona-se em que medida o adiamento dos projetos de fecundidade tem repercussões no nascimento do segundo filho, para valores cada vez mais próximos de um filho por mulher.

1.1 As famílias – Um caminho em construção

Tornar-se pai e mãe inscreve-se num contexto histórico e social construído, em que a influência de padrões culturais, representações sociais, crenças e valores influenciam, de certa forma, as decisões reprodutivas. Apesar da sua influência na vida das famílias, determinantes de ordem intrínseca são igualmente importantes no que respeita às mesmas decisões. Compreender e estudar o lugar das crianças nas famílias, implica a compreensão de alguns processos ou dinâmicas que as têm caracterizado, e que têm contribuído para a compreensão dos impactos do nascimento das crianças nos sistemas familiares e nas decisões reprodutivas.

A denominada família tradicional, constituída por duas pessoas de sexos diferentes e seus descendentes diretos, unidas pelo casamento, era maioritariamente caracterizada pela divisão diferenciada dos papéis de género que concedia estatutos desiguais aos membros da

família (Branco & Pedroso, 2008, citado por Pinto & Monteiro, 2018). O homem trabalhava fora de casa, responsável pelo sustento da família, considerado como emocionalmente distante; a mulher dedicava-se às tarefas domésticas, em promover o bem-estar emocional e cuidar dos filhos (Leite, 2009, citado por Barroso, 2020) restringindo a sua função social feminina à realização da maternidade (Giddens, 1993 citado por Martins, 2013).

A partir dos anos 70 este modelo familiar sofre alterações. Surgem, então, novos tipos de famílias - monoparentais, homoparentais, recasamentos, a viver em união de facto, com crianças vindas de outras famílias a conviver com padrastos ou madrastas “onde os papéis começam a equiparar-se e os direitos e deveres são cada vez mais partilhados, conferindo à mulher um estatuto de igualdade perante a sociedade e a lei” (Ribeiro, Gomes & Moreira, 2014, citado por Pinto & Monteiro, 2018, p.115). Ambos os cônjuges passam a participar no mercado de trabalho, contribuindo para o rendimento familiar, sendo responsáveis pelas tarefas domésticas e pelos cuidados dos filhos (Wall, 2005).

Relativamente ao lugar da criança no seio familiar observam-se consideráveis transformações, nomeadamente na valorização da infância. Nas famílias tradicionais os filhos tinham uma função produtiva, para a subsistência familiar, “quantos mais filhos, mais braços para participar na produção familiar” (Cunha, 2006, p.48). A criança era concebida numa perspectiva funcional, como fonte de rendimento, dando o seu contributo, quer nas tarefas domésticas, quer na empresa familiar (pequeno comércio e agricultura), começando desde cedo a aprender com o adulto, diferindo deste apenas no tamanho (Ariès, 1988, citado por Cunha, 2006). Esta visão é alterada com o início da modernidade em que a criança passa a ser um bem de investimento educacional, afetivo e gratificante. Assim sendo, é valorizada enquanto tal, com direito a uma vida aprazível, ou seja, a brincar, a estudar, a ser amada e cuidada (Cunha, 2006). É neste sentido que as famílias do século XX passam a privilegiar o bem-estar afetivo dos seus membros, os filhos como função simbólica de coesão enquanto expressão do amor conjugal e função afetiva enquanto fonte inesgotável de prazer (Cunha, 2006). É uma família, que no exercício da parentalidade, busca a felicidade e a completude.

Contudo, a modernidade, ao trazer novos valores sentimentais, limitou também os sonhos. Os fatores contextuais vividos no momento, afiguram-se tão ou mais importantes que as motivações intrínsecas, no que respeita ao número de filhos desejados ou à fecundidade desejada². A incerteza e o medo em relação ao futuro impôs um limite ao número de filhos que efetivamente é possível vir a ter. Várias foram as condicionantes que contribuíram para o repensar no número de filhos, destacando-se entre elas o factor económico. A instabilidade financeira, o trabalho precário e instável, o desemprego, os horários laborais (noturnos e ao fim-de-semana), as elevadas rendas habitacionais e os custos com a educação fez a família repensar no ideal do número de filhos. A importância da escola e das atividades

² “Número de filhos biológicos desejados pelas pessoas ao longo da sua vida, independentemente dos que têm e dos que pensam vir a ter” (Cunha, 2014, p.38).

extracurriculares pesam no orçamento das famílias, hoje há mais crianças a estudar e com atividades lúdico-recreativas, e a prolongar os estudos, permanecendo por mais tempo na dependência financeira dos pais. Esta realidade faz com que os casais ponderem “entre o número de filhos desejados (e havidos) e as efetivas condições materiais e de vida” (Almeida, 2016, p.78). Se antes existia o primado dos filhos como função económica para garantir a produção familiar, bem como a função de linhagem na continuação das heranças várias (culturais, patrimoniais, simbólicas) e na aproximação entre duas famílias biológicas, hoje a procriação é pensada cautelosamente em termos económicos (Cunha, 2006).

A situação ainda se apresenta mais complexa se tivermos em consideração a emancipação da mulher, com a abertura a novos horizontes e com a sua progressiva saída do espaço doméstico, contribuindo para uma nova abordagem dos papéis de género e do lugar dos filhos na vida familiar. No entanto, nem todas as mulheres optam por direcionar a sua vida em termos de valorização/realização pessoal, social e profissional, fora do contexto parental. Pretende-se com isto dizer que, apesar dos fatores extrínsecos, é uma decisão das famílias, de índole pessoal e privado, ter filhos. Paralelamente, o investimento na sua carreira profissional, quer através de formação profissional quer do prolongamento das trajetórias escolares³ e o crescente desejo de independência financeira e promoção social, fez da maternidade um projeto a adiar, concorrendo com outras alternativas de realização pessoal tão ou mais importantes. Isto não significa que o projeto de maternidade não venha a concretizar-se, o que se verifica é “a emergência de novas cumplicidades e articulações entre identidade, conjugalidade e parentalidade” (Cunha, 2006, p.91). Importa ainda referir que, a multiplicidade de parceiros e a procura do companheiro ideal, a instabilidade conjugal, a consolidação do trabalho com a vida familiar e as condições de saúde, são também predominantes na decisão de ter filhos, adotando os casais práticas conceptivas mais diligentes.

Desta forma entenda-se, que a maternidade, embora seja uma condição feminina, não é o único meio de gratificação pessoal, ou seja, ter filhos não é sinónimo de felicidade e de realização plena (Martins, 2013). A ideia tradicional de esposa, doméstica, cuidadora e educadora já não se adequa à mulher moderna. Realização pessoal e independência (financeira e familiar) são os conceitos que melhor a definem, uma mulher cuja felicidade não se resume ao amor conjugal e ao amor materno.

A par das mudanças referidas, o acesso à contraceção hormonal, com a introdução da pílula no mercado farmacêutico no início dos anos 60, e o seu uso legal pós 25 de Abril e com a Constituição da República Portuguesa de 1976, veio impulsionar em grande escala o adiamento da fertilidade (Cunha, 2006). A pílula veio alimentar “a ideia que é possível

³ Os Censos 1991-2011 e o Inquérito ao Emprego 1992-2012 (Instituto Nacional de Estatística [INE]) indicam que “a percentagem de mulheres residentes em Portugal com o ensino superior completo passou de 3,6%, em 1991, para 17,2% em 2011” (Wall et al., 2013, p.34).

programar a fecundidade” (Cunha, 2006, p.38) controlando-a contracetivamente, possibilitando os casais de decidir se querem ter filhos, quantos e para quando (Basten et al., 2013, Frejka, 2008, Goldin, 2006, Lesthaeghe, 2010, Lutz et al. 2006, Surkyn & Lesthaeghe, 2004, Van de Kaa, 2002, citado por Brazão de Freitas, 2019). A Consulta de Planeamento Familiar nos Centros de Saúde constituiu, igualmente, um passo importante no controlo da fecundidade, dando informação sobre a saúde reprodutiva e os vários métodos contraceptivos (Cunha, 2006). Estes métodos contraceptivos, conhecidos por ‘segunda revolução contraceptiva’, contrariamente à ‘primeira revolução contraceptiva’⁴ (Leridon et al., 1987, Segalen, 1999, citado por Cunha, 2009, p.23), para além de serem seguros do ponto de vista da conceção, reduzindo o risco de gravidez, permitiram uma maior liberdade no ato sexual.

Em suma, o significado e a valorização da procriação foram evoluindo ao longo dos tempos, acompanhada pela crescente importância da figura da mulher e das suas escolhas pessoais e sociais. Refira-se, que para Cunha (2002), o aumento da participação feminina no mercado de trabalho, conduz a uma menor oportunidade e disponibilidade para conciliar a vida familiar e a vida profissional e, por sua vez, menos energia para pensar em ter filhos ou vir a ter mais. Acresce, ainda, os custos materiais relacionados com a educação, a saúde e o bem-estar dos filhos (Cunha, 2002). Neste contexto ter filhos deixou de ser um destino biológico, para ser uma escolha pessoal e reflexiva, relacionada a questões subjetivas, sociais e económicas.

1.2 Condicionantes ao desejo de ter filhos

Até determinada altura, existia a perspetiva de que o desejo de ter filhos era algo natural da essência da mulher para procriar, o chamado instinto maternal, dotada de um conjunto de competências inatas para ser mãe, como cumprimento do seu destino biológico (Leal, 1990, Canavarro, 2006, citado por Mota, 2011). A este propósito importa sublinhar que este desejo encerra em si subjetividade pelo facto de ser interpretado de forma muito peculiar pelo homem e pela mulher.

Segundo Pujana (2019) as mulheres não nascem a saber ser mães, aprendem a sê-lo. Podemos aferir, e de acordo com Pujana (2019), que existe uma conceção social, cultural e política dominante à identidade feminina, como se fosse obrigatório a mulher ter de ser mãe. A este respeito, escolher não ser mãe “não é entendida como uma opção totalmente legitimada na nossa sociedade, nem tão-pouco é totalmente interiorizada pelas mulheres como sendo uma opção como outra qualquer” (Pujana, 2009, p.7).

⁴ Trata-se da “prática do coito interrompido no quadro da vida conjugal” (Leridon et al., 1987, Segalen, 1999, citado por Cunha, 2009, p.23), em que “era o homem que tinha que ter ‘cuidado’ [responsabilidade], prevenir a gravidez indesejada” (Cunha, 2009, p.23).

Quando se refere que o projeto de ter filhos é hoje pensado e repensado, sendo uma decisão privada dos casais, é porque existe uma correlação entre qualidade de vida⁵ e valor despendido com os filhos (*trade-off*). A satisfação pessoal dos pais, associada à gratificação do papel desempenhado é importante, mas mais ainda é a qualidade de vida que é possível oferecer aos filhos, de modo a assegurar um futuro bem-sucedido (Becker, 1960, Becker & Lewis, 1974, citado por Brazão de Freitas, 2019). Considerando que qualidade de vida implica custos financeiros, a decisão de ter um ou mais filhos implica um aumento no valor gasto com os mesmos (Becker & Lewis, 1974, Becker & Tomes, 1976, Oliveira, 2007, citado por Brazão de Freitas, 2019).

A este propósito, reflita-se sobre a crise financeira iniciada em 2008 e as políticas de austeridade entre 2011 a 2014, que incentivou o aumento do desemprego (em 2009, a taxa de desemprego entre os 25 e 44 anos rondava os 10%; em 2013, os 16,4%) e a saída da população mais jovem do país à procura de melhores condições de vida (Atalaia & Cunha, 2017). Com efeito, verificou-se um severo declínio global da natalidade em Portugal, “condicionando as intenções e decisões reprodutivas” (Cunha 2014, citado por Atalaia & Cunha, 2017, p.34), registando-se em 2014 a mais baixa natalidade de sempre (82,4 mil nascimentos) (Atalaia & Cunha, 2017).

Refira-se novamente, as profundas alterações na estrutura socioeconómica das famílias, nomeadamente no mundo do trabalho e mais especificamente na precarização dos empregos. O aumento do desemprego, as relações de trabalho cada vez mais inseguras e os baixos e/ou incertos rendimentos, fazem com que um número cada vez maior de famílias, viva numa situação de grande vulnerabilidade social.

Nesta medida, enquanto se verifica um desacelerar dos projetos de fecundidade, Cunha (2006) faz questão de mencionar a posição social, cultural e profissional como determinantes para as aspirações da procriação. Do seu ponto de vista, é nos meios sociais em que as opções académicas e profissionais são mais elevadas e em que existe maior participação social e cultural, que o projeto de ter filhos é adiado. Contrariamente, nos meios onde as alternativas de ascensão social, cultural, profissional e escolar são escassas, ter filhos é uma realização pessoal para a mulher, sendo natural e inato na sua vida, constituindo-se como o único motivo de gratificação pessoal e de sentido existencial (Cunha, 2006).

No entanto o que é natural para algumas mulheres já não o é para outras, que privilegiam diferentes realizações pessoais, tais como o bem-estar profissional, o lazer e a liberdade de escolha, com as quais se sentem realizadas e felizes. Por outro lado, citando Gonçalves

⁵ Qualidade de vida é definida como “a perceção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (The World Health Organization Quality of Life [WHOQOL] Group, 1995, citado por Fleck, 2000, p.34).

(2014) “o investimento emocional e de tempo que a gravidez e a maternidade implicam, pode ser entendido como um roubo à relação conjugal/marital estabelecida” (p.19), tendo o casal menos tempo um para o outro e menos momentos de intimidade. Desta forma, entenda-se as profundas transformações nos significados da conjugalidade e da parentalidade, quer pelo alargamento dos percursos de vida a solo, quer dos períodos experimentais de vida a dois, contribuindo para as situações de *childlessness*⁶ ou de *voluntary childlessness*⁷ (Aboim, 2006, citado por Ramos, 2016; Houseknecht 1987, Parque 2002, citado por Shapiro, 2014).

Neste sentido, o adiamento dos projetos de fecundidade pode ser entendido como algo a favor do bem-estar dos indivíduos sendo uma consequência da individualização (Almeida et al., 1998, Cunha, 2007 e 2010, Giddens, 2006, Ramos et al., 2016, citado por Brazão de Freitas, 2019). Parece-nos valer a pena conhecer o conceito de individualização, na perspetiva de Beck e Beck-Gernsheim (2002) “significa, por um lado, uma desintegração de formas sociais previamente existentes - por exemplo, relacionadas com a classe e status social, papéis de género, família e pares - e por outro, uma imposição por novas exigências, controlos e restrições das sociedades modernas” (Beck e Beck-Gernsheim, 2002, citado por Brazão de Freitas, 2019, p.18). É perante este conceito que se compreende a forma de agir do indivíduo. Acontece que perante as novas exigências e contornos da sociedade moderna, o indivíduo vê-se “obrigado” a tornar-se economicamente ativo e independente, para alcançar melhores condições e se adaptar a um novo estilo de vida, tomando decisões e direcionando as suas escolhas para o seu bem-estar e autorrealização, adiando a concretização de ser mãe/pai, e substituindo-o por outros projetos (Brazão de Freitas, 2019).

1.3 A norma dos dois filhos

A norma dos dois filhos está associada, de acordo com Bourguignon (1987), a um dever social ou moral em que o casal se reproduz a si mesmo, ou seja, dois pais, dois filhos, como se um filho não fosse o ideal (Bourguignon, 1987, citado por Cunha, 2006). Trata-se de uma representação da vida a dois, de um par que representa, inconscientemente, o casal (Cunha, 2006). Na realidade há uma inclinação para a “reprodução desse mesmo ideal, acompanhada de um ligeiro crescimento da realidade do filho único, com a baixa a situar-se a partir do terceiro filho” (Roussel, 1989, Saraceno, 1997, Segalen, 1981/1999, citado por Cunha, 2006, p.42).

⁶ O termo *childlessness* ou infecundidade refere-se às pessoas que não têm filhos (INE, 2021) por várias razões pessoais, biomédicas ou situacionais (Houseknecht 1987, Parque 2002, citado por Shapiro, 2014).

⁷ O conceito *voluntary childlessness* é definido como a ausência de filhos, “caracterizada por uma escolha ativa, compromisso e permanência em relação à decisão de não pai” (Houseknecht 1987, Parque 2002, citado por Shapiro, 2014, p.1).

Segundo dados do PORDATA (Estatísticas sobre Portugal e Europa) referentes à evolução do ISF⁸ e da idade média da mãe ao nascimento do primeiro filho, em Portugal, entre 1960 e 2022, conforme observado na Figura 1, verifica-se um claro decréscimo do ISF a partir de 1977, nascendo menos filhos por mulher (em 1960, 3,19 filhos por mulher; em 1977, 2,68 filhos por mulher; em 2022, 1,54 filhos por mulher) e um aumento da idade média à fecundidade do primeiro filho (em 1960, 25,0 anos; em 1977, 23,6 anos; em 2022, 30,8 anos).

Em 2012, o ISF registou 1,29 filhos, colocando Portugal entre os países da Europa de mais baixa fecundidade, com menor ISF (Cunha, 2014). Este valor poderá traduzir o impacto da crise económica, conjugada ao adiamento dos projetos da parentalidade, à emigração da população em idade ativa e reprodutiva e ao retorno dos imigrantes aos seus países (Wall et al., 2013). Note-se que em 2013, o ISF passou para 1,21 crianças por mulher, valor apenas superior ao da Coreia do Sul no universo dos 34 países da OCDE (Organização para a Cooperação e o Desenvolvimento Económico), e em 2015, torna a subir para 1,31, aproximando-se ao da Espanha (1,33), Grécia (1,33) e Polónia (1,32), todavia o país continuou com um dos mais baixos valores entre os países analisados (OCDE, 2015, citado por Pinto & Monteiro, 2018; PORDATA 2023).

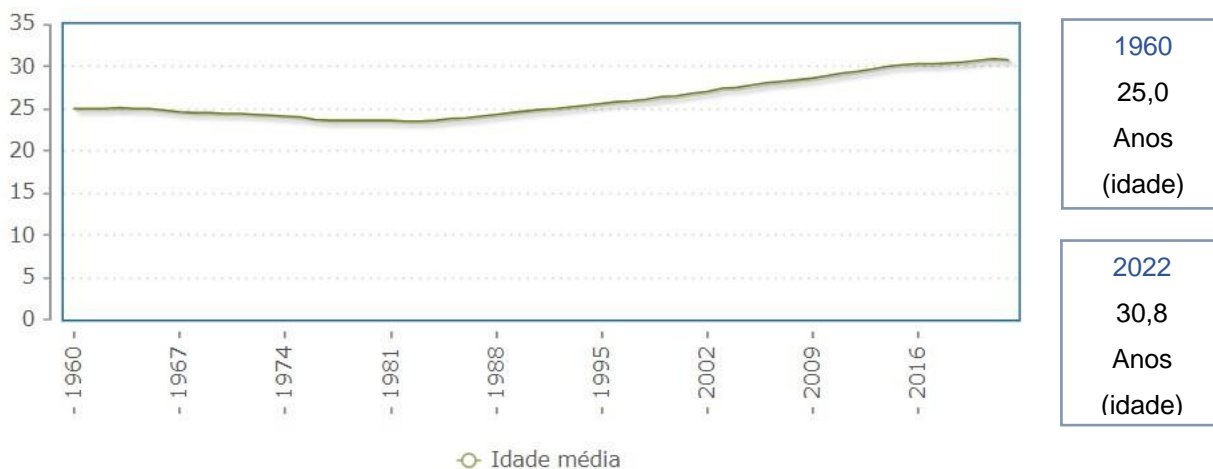
Figura 1 Evolução do índice sintético de fecundidade, em Portugal, entre 1960 a 2022



Fonte: INE, PORDATA

⁸ “Número médio de crianças vivas nascidas por mulher em idade fértil (dos 15 aos 49 anos), admitindo que as mulheres estariam submetidas às taxas de fecundidade observadas no momento” (“PORDATA”, 2023)

Figura 2 Evolução da idade média da mãe ao nascimento do primeiro filho, em Portugal, entre 1960 a 2022



Fonte: INE, PORDATA

As mulheres ao adiarem a idade de ter filhos aproximam-se cada vez mais do final do período fértil⁹. Para os casais que adiaram o nascimento dos filhos, e que ainda queriam ter e que já não o podem, devido a questões biológicas, o sonho termina com a infertilidade involuntária¹⁰ (González & Jurado-Guerrero, 2006, citado por Cunha, 2012, p.11). Quanto mais tardia for a idade ao nascimento do primeiro filho, menor é a capacidade reprodutiva feminina, ficando os casais por um filho (Mendes, 2016).

Os dados do PORDATA vêm demonstrar que nas últimas décadas a idade média ao nascimento do primeiro filho tem vindo a aumentar, os valores têm oscilado entre 28,9 anos e 30 anos (Mendes, 2016) (Figura 2). Os dados também revelam uma tendência para o adiamento da parentalidade, e do segundo filho, conduzindo a uma sociedade portuguesa maioritariamente de filhos únicos (Cunha, 2012 citado por Wall et al., 2013).

Portugal tem atravessado uma crise económica com início em 2008 que se reflete no orçamento das famílias e, em simultâneo, tem-se verificado alterações dos padrões de fecundidade com casais a terminar a vida reprodutiva com apenas um filho (Brazão de Freitas, 2019), o que se deve a uma combinação de fatores (extrínsecos e intrínsecos). Efetivamente, as mudanças ocorridas a este respeito, estão associadas às alterações nos valores e comportamentos da sociedade moderna, em que a crescente importância feminina nos mais variados domínios (social, profissional, material e educacional) (Pinto & Monteiro, 2018) e a divisão igualitária dos papéis de género contribuíram para esse efeito. A tendência de as

⁹ Entenda-se que o período fértil da mulher é limitado, estatisticamente compreendido “entre os 15 e os 49 anos – e que, nesse período, existem idades mais férteis do que outras – as mais férteis normalmente situadas entre os 20 e os 29 anos” (INE, 2021, p.10).

¹⁰ A infecundidade involuntária remete para as pessoas que estão no período fértil e, por razões de saúde ou outras, não tiveram filhos (INE, 2021)

famílias privilegiarem um filho único, constituindo-se como um novo modelo normativo, substituindo-se à norma de dois filhos por família, comprometendo, desta forma, a substituição natural das gerações (Cunha, 2014), pode ser entendida à luz dos novos valores da sociedade. No entanto, deve-se ter em atenção que existem famílias que privilegiam o sentido e o valor que a parentalidade pode ter nas suas vidas, independentemente dos fatores contextuais.

CAPÍTULO II – A GRAVIDEZ E A PARENTALIDADE

Neste capítulo propõe-se uma sumária abordagem aos conceitos de gravidez e parentalidade, na medida em que os mesmos se enquadram no desenvolvimento de perspetivas analíticas que procuram compreender as mudanças observadas em determinados contextos sociofamiliares e em diferentes tempos históricos.

No primeiro ponto, faz-se uma alusão ao processo de gravidez, destacando-se sobretudo as tarefas desenvolvimentais que o caracterizam. No segundo ponto, apresenta-se a parentalidade como um processo de aprendizagem e reestruturação psicoafectiva em que o homem e a mulher aprendem a ser pai e a ser mãe. Reflete-se sobre o conceito de parentalidade positiva, reconhecendo os pais e as mães como os principais responsáveis pelo bem-estar harmonioso da criança, dando primazia aos interesses superiores da mesma.

2.1 A gravidez

A gravidez é uma experiência corporal de desenvolvimento na mulher, num período de tempo “de aproximadamente 266 dias ou 38 semanas de gestação, que medeia entre a conceção e o parto” (Mota, 2011, p.3) e que ocorre no interior da mulher. Apesar de ser um tempo relativamente curto, torna-se longo por perpetuar a condição de mãe e de pai (Colman & Colman, 1994 citado por Barros, 2015). É um período marcado por um “processo de natureza fisiológica adaptativa ao desenvolvimento do novo ser humano” (Mota, 2011, p.3), que se traduz em manifestações somáticas próprias da gravidez, e por adaptações psicológicas em que o homem e a mulher se preparam para ser pais, consciencializando-se da sua identidade paterna e materna (Mendes, 2002, citado por Mota, 2011).

É especialmente um período de mudança na mulher, quer físico por o seu corpo sofrer alterações, quer emocional e cognitivo por existir uma alteração dos níveis de sensibilidade e uma preparação psicológica ao nível do desempenho maternal ligando-se à criança. Embora a gravidez possa ser ainda vista como uma realidade quase exclusivamente feminina, o homem também “sente” a gravidez, preparando-se para o papel de pai.

A gravidez, sendo um período de desenvolvimento próprio do ciclo de vida, caracteriza-se pela necessidade de resolver tarefas desenvolvimentais específicas, típicas de uma crise, por envolver uma mudança de vida que origina *stress* e que requer um reajustamento e uma nova adaptação (Benedek, 1970, Colman & Colman, 1994, Deutsch, 1969, Golse, 2007, Gomes-Pedro, 1985, Soifer, 1992, citado por Gonçalves, 2014). Esta crise, ao ser ultrapassada, permite que a pessoa esteja mais apta e mais bem preparada para novos

acontecimentos, conseguindo gerir mais equilibradamente os seus níveis de organização e funcionamento, criando assim melhores mecanismos de adaptação (Mota, 2011).

As tarefas desenvolvimentais descrevem-se numa sequência de três fases que correspondem, no plano cronológico, aos três trimestres da gravidez (Esteves et al., 2013). Neste sentido, ao longo dos trimestres, a grávida irá integrar diferentes adaptações psicológicas, emocionais e comportamentais, num conjunto de tarefas desenvolvimentais, à medida que o seu bebé vai crescendo e se tornando mais real. Apresentam-se as tarefas desenvolvimentais:

Primeiro trimestre – A fase da incorporação caracterizada pela aceitação da presença do feto no corpo da mulher (Colman & Colman, 1994, citado por Gonçalves, 2014); e pela sensação de “ambivalente entre o desejo/aceitação e o receio/rejeição da gravidez” (Mendes, 2002, Ganley, 2004, citado por Gonçalves, 2014, p.29);

Segundo trimestre – A fase da diferenciação em que a mulher aceita o feto como um Ser “distinto, único e separado de si própria” (Bowlby, 1988, Justo, 1990, Winnicott, 1956, citado por Gonçalves, 2014, p.31) preparando-se para a separação com o nascimento. Esta fase é marcada por uma representação mais real do bebé através da perceção dos movimentos fetais e pela sua visualização através das ecografias (Canavarro, 2001, citado por Gonçalves, 2014). A grávida começa a personalizar o seu bebé, atribuindo-lhe características, a partir dos seus movimentos, e intensifica as fantasias, conversando e cantando para ele (Esteves et al., 2013; Justo, 1990, citado por Gonçalves, 2014);

Terceiro trimestre – A fase da separação que se concretiza com o parto. Este trimestre é um período de ansiedade por se aproximar o dia do parto e de sentimentos de ambivalência entre a vontade de nascer o filho e o desejo de prolongar a gravidez (Esteves et al., 2013). Sentimentos contraditórios advêm da consciencialização da perda de momentos gratificantes e únicos que a gravidez proporciona e da perceção das mudanças que um filho irá trazer (Brazelton & Cramer, 1993, Colman & Colman, 1994, Lederman & Weis, 1996, Soifer, 1992, citado por Gonçalves, 2014).

Reside justamente no segundo trimestre uma das características mais importantes da vinculação mãe-bebé, referimo-nos ao bebé imaginário. É na representação cognitiva materna, que o bebé surge na mente da mãe como o bebé dos seus sonhos, o bebé perfeito “idealizado, onnipotente e dotado de todas as qualidades e poderes” (Gonçalves, 2014, p.56). Raphael-Leff (1991) defende que “a gestante parece ter um nível de relação próximo com o bebé quando ela consegue imaginá-lo [para que o seu bebé comece a existir enquanto ser humano], investir nesta imagem, ainda que esta provenha de ideais desejados” (Piccinni et al., 2004, p.223). À medida que o bebé vai interagindo com a mãe, esta vai atribuindo

características e começa a compreender os seus sinais, estabelecendo conversas com o mesmo, criando uma interação recíproca (Brazelton e Cramer, 1992, Soifer, 1992, citado por Gonçalves, 2014; Maldonado, 1997, Raphael-Leff, 1997, citado por Piccinni et al., 2004). Por outro lado, e de acordo com Brazelton e Cramer (1993) e Piccinini et al. (2004), esta relação torna-se mais pessoal e real com o conhecimento do sexo do bebé, em que a mãe lhe dá identidade, atribui-lhe expectativas, sentimentos e características próprias (Brazelton & Cramer, 1993, Piccinini et al., 2004, citado por Gonçalves, 2014).

Sublinhamos, porém, que a maneira como a mulher incorpora no seu *self* estas três fases tem a ver com o desejo e o significado da gravidez, o que irá repercutir-se na aquisição de conhecimentos e competências próprias, tão importantes para a preparação da parentalidade. Uma transição consciente e segura, equilibrando os níveis de ansiedade e de ambivalência, para incluir na sua identidade um novo Ser, que é diferente de si e do qual se irá separar, é preparar-se para ser mãe, crescendo enquanto mulher e contribuindo para o desenvolvimento harmonioso da criança.

2.2 Determinantes da parentalidade

A parentalidade é considerada uma das experiências mais gratificantes e “ricas” do ser humano, sendo também das mais complexas, exigentes e desafiantes (Holden, 2010, Kane, 2005, citado por Barroso & Machado, 2010). Várias denominações são postas ao nosso alcance quando buscamos o significado de parentalidade.

O termo parentalidade, circunscreve que “não basta ser progenitor, nem ser designado como pai ou mãe” (Martins, 2013, p.5). É mais do que isso, é assumir um papel familiar complexo, dinâmico e integrador, consciente ou inconsciente, definido, assim, por processo de transição para a parentalidade (Martins, 2013). O conceito, remete para a definição de papel parental “como o padrão de interação que integra o conhecimento e aptidão para o desenvolvimento de comportamentos em reciprocidade, que permitam a aquisição da identidade parental e o desenvolvimento da criança” (Figueiredo, 2012, citado por Moreira et al., 2020, p.348). Neste sentido, destaca-se a importância de práticas parentais positivas, designadas como aquelas em que há “um envolvimento dos pais no processo de cuidar dos filhos, com ênfase na comunicação, em estratégias construtivas de resolução de conflitos e na expressão de afeto” (Schmidt et al., 2016 citado por Tralhão et al., 2020, p.26).

A Convenção dos Direitos da Criança (ONU/UNICEF, 1990) preconiza, no seu artigo 27.º, n.º 2, que é da responsabilidade dos pais e de outros cuidadores assegurar, de acordo com as suas “possibilidades e disponibilidades económicas, as condições de vida necessárias ao desenvolvimento da criança”. É com base neste princípio que se conceptualiza a

parentalidade como o conjunto de “atividades que visam garantir a sobrevivência e o desenvolvimento [físico, cognitivo, emocional e social das crianças]” de forma segura (Hoghughi, 2004, p.5). Assim entendido, o conceito de parentalidade corresponde a um processo maturativo que conduz a uma reestruturação psicoafectiva possibilitando aos pais (ou substitutos) tornarem-se efetivamente pais, ou seja, responderem às necessidades de cuidados (físicos, psicológicos, educacionais) dos filhos com responsabilidade e competências para tal (Bayle, 2005, citado por Barroso, 2020). Por outro lado, os filhos também ajudam os pais neste processo, parentalizando-os, distinguindo-os de outros elementos pelos papéis parentais desempenhados (Lebovici, 1993, citado por Machado et al., 2015).

A este respeito a Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens (CNPDPJ) vem elucidar sobre a ideia fundamental que se pretende transmitir através deste conceito que é a efetivação de “todos os papéis parentais no cuidado e educação das crianças”, com a respetiva implicação de “direitos e obrigações pelo desenvolvimento e realização pessoal da criança” (CNPDPJ, 2006, p.3). Assim sendo, a parentalidade entendida como projeto de vida, é o processo de construção da paternidade e da maternidade, em que homem e mulher, durante o período gestacional, trabalham questões internas de adaptação desenvolvimental fundamentais para se tornarem pai e mãe (Barros, 2015).

Para compreender melhor o exercício das atividades parentais, parece-nos pertinente expor o quadro analítico de Hoghughi (2004), autor que desenvolveu o modelo integrativo dos elementos teóricos da parentalidade, e cuja perspetiva analítica assenta na existência de dimensões da parentalidade. Na presente investigação iremos focalizar-nos na dimensão dos pré-requisitos necessários para o desenvolvimento da atividade parental. Para Hoghughi, esta dimensão inclui o conhecimento e compreensão, motivação, recursos e oportunidades. Passemos a clarificar cada um destes conceitos:

Conhecimento e compreensão - Designam “as capacidades dos pais para reconhecerem as necessidades dos seus filhos ao longo da vida, decorrentes quer de um défice na criança, quer do desejo de uma melhoria positiva” (Hoghughi, 2004, p.10). A preocupação fundamental será os pais compreenderem determinado comportamento ou condição do filho, interpretando-o atempadamente para responderem de forma correta (Hoghughi, 2004);

Motivação – Representa os desejos e o compromisso dos pais em direcionar os esforços necessários para manter ou melhorar as condições de socialização dos seus filhos. A motivação para a parentalidade depende de questões relacionadas com o desejo individual de ter filhos, papéis sociais, pressões culturais, apoio social, exigências

profissionais, e ainda estabilidade económica (Barroso & Machado, 2010; Hoghughi, 2004);

Recursos – Diz respeito a “tudo o que os pais precisam, querem ou desejam implantar na criação de seus filhos” (Hoghughi, 2004, p.12). Inclui as qualidades parentais (relação interativa com a criança), as competências parentais (programas parentais, vivências pessoais, observação e aprendizagem com outros pais), as redes sociais (amigos, vizinhos ou familiares) e os recursos materiais/económicos (subsistência e desenvolvimento da criança) (Barroso & Machado, 2010; Hoghughi, 2004);

Oportunidades – Compreende o tempo que os pais precisam para fazer a sua parentalidade, ou seja, o tempo que é necessário despende com os filhos para que as atividades parentais sejam exercidas com qualidade (Barroso & Machado, 2010; Hoghughi, 2004).

Do ponto de vista cultural, a parentalidade é, por norma geral, assumida pelas mães como algo instituído. Alguns autores defendem que as mães, inconscientemente, têm a tendência para adotar comportamentos e atitudes típicas de uma maternidade intensiva e “limitar o envolvimento dos pais nas tarefas parentais, como forma de garantir a elevada performance que delas se espera” (Johnston & Swanson, 2006, citado por Martins et al., 2014, p.123). Muitas são as razões apontadas para este tipo de comportamentos por parte das mães: a licença de maternidade ser mais longa do que a dos pais; os pais regressarem do trabalho e necessitarem de descansar; o ser natural e normativo que quem cuida é a mãe; a falta de jeito e preparação inata dos homens para cuidar (Martins et al., 2014). Sintetizando, a maternidade continua a ser uma competência (inata) e responsabilidade da mulher, não pela maternidade em si, mas pela conceção (cultural) que dela fazemos, colocando em evidência as desigualdades de género (Pujana, 2019).

Não poderíamos finalizar, sem introduzir o conceito de parentalidade positiva, tendo em consideração as múltiplas e contínuas mudanças que têm ocorrido nas várias esferas da vida familiar. Assim, entende-se que a parentalidade positiva é “um lugar seguro, onde se promove a participação e a autonomia da criança, a sua saúde, o bem-estar social e emocional, de acordo com as suas características e idade” (CNPDPCJ, 2023). Neste sentido, considera-se os pais como principais responsáveis pela criança, dando primazia aos interesses superiores da mesma, em que ambos são detentores de direitos e obrigações (CNPDPCJ, 2006). A este propósito há a salientar, por um lado a importância de um nível de vida apropriado para o exercício da parentalidade positiva e por outro lado, a criação de condições para a mesma, “garantindo que todos os envolvidos na educação das crianças tenham acesso aos recursos adequados (materiais, psicológicos, sociais e culturais) e que as atitudes e padrões sociais

prevalentes se adaptem às necessidades das famílias com filhos e às necessidades dos pais” (CNPDPJC, 2006, p.4).

Numa perspetiva muito geral, e no caso deste estudo em concreto, a parentalidade positiva reforça a importância da conciliação entre a vida profissional e a vida familiar, cabendo às autoridades públicas e às entidades patronais criar as condições necessárias para esse efeito; o papel do pai no cuidado e educação dos filhos, considerando o princípio da igualdade de género; a consciencialização dos pais sobre o seu papel (responsabilidades e obrigações) e sobre os direitos das crianças; a garantia de acesso aos direitos sociais (direito a um rendimento, saúde, educação, habitação e emprego adequados) e a serviços de qualidade, em especial daqueles que se encontram em situações sociais e económicas de maior vulnerabilidade e em períodos de vida mais frágeis, bem como em situações de exclusão social ou risco de exclusão social (CNPDPJC, 2006).

CAPÍTULO III – MOTIVAÇÕES PARA A PARENTALIDADE

Neste capítulo apresentam-se contributos de vários autores tendo em vista a clarificação das principais motivações que conduzem os pais à concretização da parentalidade.

Do anteriormente exposto, foi ficando claro que o nascimento de uma criança leva à constituição de um novo subsistema, o parental, em que os progenitores necessitam de aprender a ser pais, construindo a sua identidade parental, e se adaptar ao novo papel. Antes de avançar para a discussão do entendimento das motivações para a parentalidade, é pertinente clarificar em primeiro lugar o que são motivações intrínsecas e extrínsecas.

Num contexto em que se considera que a motivação é, em si, o fator decisivo impulsionador para o comportamento humano, tendem a considerar-se razões de ordem intrínseca e razões ou pressões externas para determinada ação. Começamos por conceptualizar motivação como o motivo que leva o indivíduo a agir, que regula e sustenta a sua ação, sendo um “processo complexo que influencia o início de uma atividade e a sua manutenção com persistência e vigor ao longo do tempo” (Deci et al., 1991 Harter, 1981, Ryan & Deci, 2000, citado por Pansera et al., 2016, p.314).

Segundo os estudos de Deci e Ryan (1985), a motivação intrínseca está relacionada a fazer algo por ser intrinsecamente agradável ou dar prazer, enquanto a motivação extrínseca, refere-se a fazer algo que tem por objetivo atingir determinado resultado (Deci & Ryan, 1985, citado por Lopes et al., 2015). Outro ponto importante destacado por estes autores, é o facto de a motivação intrínseca ser inata no indivíduo, levando-o a agir por livre vontade e sem interferência de terceiros, ao passo que a motivação extrínseca advém da influência de fatores externos ou de terceiros em ordem a se atingir algo pelo seu valor instrumental, não sendo necessariamente interessante para o indivíduo (Fortier et al., 1995, Amabile et al., 1994, Harackiewicz & Elliot, 1993, Sansone, 1986, Manderlink & Harackiewicz, 1984, citado por Martinelli & Bartholomeu, 2007, Ryan & Deci, citado por Lopes et al., 2015).

Ryan e La Guardia (2000) salientam que os indivíduos ao serem humanos saudáveis desde o nascimento detêm uma “prontidão onipresente para aprender e explorar, não necessitando de incentivos externos [sem necessidade de recompensas ou incentivos externos] para fazê-lo” (Ryan & La Guardia, 2000, Lopes et al., 2015, p.25), promovendo, assim, o seu próprio desenvolvimento humano. Portanto, no que diz respeito à motivação para a parentalidade, estamos diante de um cenário, em que quando a motivação é intrínseca, o prazer, a realização pessoal e o verdadeiro sentido da ação é maior, existindo, à partida, uma melhor adaptação na transição para a parentalidade.

A propósito dos valores e motivações que influenciam a decisão entre ter filhos ou não ter (*childless*), Miller (1987) identifica: os custos psicológicos (estabilidade emocional em termos pessoais e conjugais); as expectativas de apego, de desempenho de papel gratificante ou de constituição identitária (necessidades egóicas)¹¹; os custos económicos; os apoios nos cuidados aos filhos; as condições financeiras, profissionais e de alojamento e, não menos importantes os lazeres (Miller, 1987, citado Cunha, 2006).

Por sua vez, Cameira et al. (2000) identificaram as possíveis razões de natureza psicobiológicas e sociais que levam um indivíduo a querer ter um filho: identificação, desejo de ser completo e onipotente; desejo de união com o outro em que um filho surge como a solução para resolver problemas conjugais ou para afirmar o amor conjugal; desejo de se rever no filho; realização de ideais e oportunidades perdidas que o indivíduo não conseguiu realizar, sendo o bebé um projeto narcísico; e desejo de renovar velhas relações (Brazelton & Cramer, 1989, citado por Cameira et al., 2000). Nesta perspetiva, considera-se que “as motivações para a fecundidade estão cada vez mais associadas a valores individuais e não tanto a normas e valores tradicionais que noutros tempos marcaram a vida familiar” (Beck & Beck-Gernsheim, 2002, Surkyn & Lesthaeghe, 2004, Guerreiro & Abrantes, 2007, Lesthaeghe, 2010, Cunha, 2012, Wall et al., 2014, Ramos et al., 2016, citado por Brazão de Freitas, 2019, p.18).

O estudo de Pinto e Monteiro (2018) que investigaram a relação entre a identificação e utilização de redes sociais de apoio pelos pais e a influência destas redes na transição para a parentalidade, a uma população-alvo constituída por famílias residentes na região da Cova da Beira, com pelo menos um filho de 18 meses, aborda a questão das motivações para a parentalidade. A questão financeira foi a razão mais mencionada para os progenitores não terem mais filhos, contrariamente, a justificação maioritária para o desejo de ter mais filhos foi por ser um projeto de vida ou objetivo pessoal e não quererem ter apenas um filho. Podemos relacionar esta última justificação às motivações positivas “de assegurar a descendência da família e da transmissão das heranças familiares ou como apoio futuro na velhice e/ou para outro filho” (Hoghugh & Long 2004, citado por Pinto & Monteiro, 2018, p.129).

Mais recentemente, o Inquérito à Fecundidade 2019 (INE, 2021), demonstra a vontade (vontade do próprio, vontade do cônjuge/companheiro, fazer parte do projeto de vida e sentir-se preparado para a gravidez/parto) como o fator predominante na decisão de ter ou não ter filhos.

¹¹ A expressão “necessidades egóicas” refere-se às “necessidades internas do sujeito, ou seja, pretende averiguar em que medida o desejo de ter um filho surge para cumprir uma função em termos de funcionamento do ego” (Cameira et al., 2000, p.776).

CAPÍTULO IV – TRANSIÇÕES PARA A PARENTALIDADE

Num primeiro ponto, apresenta-se o que os autores entendem por transição, aborda-se o conceito de transição, no sentido da compreensão da sua estrutura e funcionalidade. Posteriormente, reflete-se especificamente nas transições para a parentalidade, no caso do primeiro e do segundo filho, considerando as principais adaptações parentais. Num último ponto, desenvolvemos a transição de filho único para irmão mais velho, com destaque para os comportamentos de dependência e de independência do primogénito.

4.1 Transições

Ao longo do percurso de vida, o ser humano é confrontado com desafios e mudanças que “Ocorrem devido a um evento significativo ou ‘ponto de viragem’ que exige novos padrões de resposta, ao nível das capacidades, relações e papéis” (Martins, 2013, p.13) que se constituem como transições fundamentais no percurso de vida. O indivíduo ao confrontar-se com uma nova realidade e para que consiga reencontrar um novo equilíbrio, necessita de tomar consciência “do que mudou e de como as coisas estão diferentes” (Kralik, 2002, Meleis et al., 2000, citado por Martins, 2013, p.14). Nesta linha, mostra-se pertinente refletir sobre a importância que as transições poderão assumir na vida dos indivíduos, tendo em consideração as múltiplas e contínuas mudanças que decorrem na sociedade contemporânea.

Tecidas estas considerações propomos uma sumária abordagem ao conceito de transição, sob a ótica de alguns autores que procuram compreender como determinados eventos, inesperados ou expeáveis, interferem na identidade pessoal e social de quem a vive. A origem etimológica do conceito de transição provém do latim, *transire*, e significa atravessar, expressa “uma passagem ou movimento de um estado, condição ou lugar para outro” (Webster’s Third International Dictionary, 1971, citado por Meleis, 2010, p.25).

Começamos por evidenciar a perspetiva de Cowan (1991) que concebe transição como um tipo particular de mudança em que a pessoa experimenta uma rutura na sua vida, tomando consciência de novas competências e adotando respostas comportamentais de ajustamento às novas exigências. Segundo este autor, estes novos comportamentos são observáveis na “reorganização de papéis, na reestruturação da competência pessoal e dos relacionamentos e na gestão de emoções no contexto social” (Cowan, 1991, citado por Martins, 2013, p.13).

Por sua vez, para Kralik et al. (2006) a transição é entendida como a “alteração e adaptação a novas funções do indivíduo, no desenvolvimento de diferentes papéis na

sociedade, não sendo somente de um evento, mas também uma reorganização e auto redefinição do indivíduo, para agregar a mudança na sua vida” (Kralik et al. 2006, citado por Gama, 2014, p.17). É assim salientada, como aspeto central, a perceção e a interpretação que o sujeito faz da situação, para que consiga vivenciar de forma consciente e madura o real sentido da transição, ultrapassando-a com sucesso (Dadam, 2001, citado por Gama, 2014).

Sem desvalorizar as interpretações analíticas de outros autores, toma-se como referência privilegiada a teoria da transição desenvolvida por Meleis (2010), que explora uma série de experiências de transição, incluindo a de ser mãe. A sua produção científica debruça-se sobre teorias explicativas sobre os processos de transição, as quais permitem organizar, compreender, interpretar e explicar acontecimentos específicos que conduzem a alterações de vida, com repercussões no modo de ser e de estar do indivíduo que a vive, acompanhadas por um conjunto de emoções - especificamente, ansiedade, insegurança, frustração, apreensão, ambivalência e solidão. A sua teoria serve de linha orientadora para ajudar as pessoas a lidar com novas situações (previsíveis ou imprevisíveis).

Na teoria de Meleis (2010) a transição é definida como “uma passagem de um estado razoavelmente estável para outro estado razoavelmente estável” provocado por uma mudança (p.11). Para este autor a transição é um processo que as pessoas percorrem para incorporar a mudança, processo esse que ocorre ao longo do tempo (Meleis, 2010), que “envolve desenvolvimento, fluxo ou movimento de um estado para outro” (Chick & Meleis, 1986, citado por Meleis, 2010, p.41) e que exige um tempo de adaptação. Entenda-se que o processo de transição, por envolver desenvolvimento exige que o indivíduo se consciencialize e reconheça que algo mudou e que é diferente daquilo que antes estava familiarizado, alterando atitudes e comportamentos face à nova realidade; para que consiga repor a sua estabilidade emocional e ajustar-se à sua nova condição, ou seja, ao seu novo modo de vida (Meleis, 2010). Estar em transição é preparar-se para a inquietação, a improvisação, a flexibilização e a tolerância ao tempo.

Importa referir que nem todas as mudanças traduzem transição. Uma das características que distingue transições de mudanças não transicionais é a “natureza da mudança que ocorre nas transições” (Meleis, 2010, p.41), ou seja, as transições têm repercussões no interno (*self*), sendo que a estrutura interna do indivíduo acompanha o processo de transição (Bridges, 1980/1986, citado por Meleis, 2010). Dito de outra forma, a transição não é apenas mudança, é sim percorrer um caminho para incorporar a mudança, que exige tempo e reorganização interior.

Ainda sobre o processo de transição, Meleis (2010), identifica três indicadores de transição saudável que são próprios durante toda a transição e não apenas no final do processo de transição. Passemos, então, à apresentação desses indicadores:

1. Bem-estar subjetivo. Significa enfrentar eficazmente o acontecimento pelo qual o indivíduo está a passar, gerir as próprias emoções, sentido de dignidade, integridade pessoal e qualidade de vida (Hollander e Haber, 1992, Kane, 1992, Johnson et al., 1992, Myton et al., 1992, Robinson e Pinkney, 1992, citado por Meleis, 2010);
2. Domínio do papel. Inclui a competência para a realização de novos papéis e o bem-estar associado ao comportamento exigido na nova situação (Alex & MacFarlane, 1992, Chielens & Herrick, 1990, Dunn, 1992, Meleis, 1987, Salitros, 1986, citado por Meleis, 2010). Esta competência implica “conhecimento ou habilidade cognitiva, tomada de decisão, habilidades psicomotoras e autoconfiança” (Alex & MacFarlane, 1992, Brautigan et al., 1989, Flandermeyer et al., 1992, Grady, 1992, Lathlean, 1987, Robinson & Pinkney, 1992, Salitros, 1986, citado por Meleis, 2010, p.45);
3. Bem-Estar dos Relacionamentos. Refere-se às transições que envolvem membros da família, em que o bem-estar relacional é definido no domínio de adaptação familiar, integração familiar, maior apreciação e proximidade, e interação significativa (Patsdaughter & Killien, 1990, Salitros, 1986, Reimer et al., 1991, Battles, 1988, citado por Meleis, 2010).

O indivíduo ao transitar de um estado estável e seguro para um outro que se pretende que seja igualmente estável atinge um nível de maturidade e equilíbrio maior, e neste sentido a transição é algo positivo, na medida em que o seu desfecho implica que a pessoa, ao passar por um novo acontecimento, alcançou uma maior estabilidade (Meleis, 2010). Em síntese, o conceito de transição remete para novas aptidões e formas de viver, de modo que o sujeito desenvolve um novo sentido identitário, retirando sentido ao acontecimento que mudou a sua vida (Martins, 2013).

4.2 Processos de transição para a parentalidade

O nascimento de um filho é, especialmente no caso de ser o primeiro, um dos acontecimentos mais significativos na vida dos progenitores, originando grandes mudanças em todos os elementos da família, assinalando uma nova etapa do ciclo vital, transitando da função conjugal para a parental (Relvas, 2004 citado por Martins et al., 2014).

A transição para a parentalidade inicia-se no período gravídico, no período pós-parto ou, mais tardiamente, após os 18 meses de vida da criança (Imle, 1990, Majewski, 1987, Pridham & Chang, 1992, citado por Martins, 2013). No entanto, antes da conceção, o homem e a mulher podem planear psicologicamente a vinda de um filho, imaginando a sua vida com uma criança, criando expectativas de como serão enquanto pais e como será essa criança

(características físicas, pessoais, comportamentais). Estas “expectativas formam a base da relação” (Raphael-Leff, 1991, citado por Piccinni et al., 2004, p.223) com o bebé e são fundamentais para que o bebé passe a existir enquanto ser humano. Assim entendido, e como preconiza Stainton (1985) “a relação entre pais e filhos começa desde a vida intrauterina, configurando, desde já, os papéis paterno e materno” (Stainton, 1985, citado por Piccinini et al., 2008, p.64).

A propósito da condição de pai e de mãe, ao transformar a dinâmica relacional do casal, poderá afetar os recursos interpessoais e originar uma redução na satisfação marital após o nascimento, associada a níveis maior de *stress* e ao aumento de conflito entre os progenitores, uma vez que a autodefinição de si mesmo, os papéis sociais e as rotinas diárias são alteradas (Martins, 2009, citado por Pinto & Monteiro, 2018; Mirowsky & Ross, 2002, Saxbe et al., 2018, citado por Bogdan et al., 2022). Silva e Figueiredo (2005), alerta para a existência de vários estudos sobre o impacto de um filho no relacionamento conjugal, em que a satisfação conjugal diminui significativamente durante a gravidez e no período que sucede ao nascimento do primeiro filho (Silva & Figueiredo, citado por Martins, 2013).

Tecidas estas considerações propomos uma sumária abordagem aos estudos longitudinais realizado por Bogdan et al. (2022), cuja análise dos dados foi realizada através de técnicas meta-analíticas. Bogdan et al. (2022) procurou compreender: a diminuição na satisfação conjugal durante a transição para parentalidade, durante o período de gravidez tardia e no primeiro e segundo ano pós-parto; as associações de parceiros cruzados de declínio na satisfação conjugal pós-parto, ou seja, se a satisfação de um parceiro diminui quando a satisfação do outro também tem uma diminuição acentuada; e as potenciais variáveis moderadoras dessa diminuição.

Os resultados indicaram um declínio da satisfação conjugal de mães e pais desde a gravidez até ao primeiro ano pós-parto. Bogdan et al. (2022) apoia-se na perspectiva de alguns autores sobre os fatores que podem deteriorar a satisfação conjugal, a saber: a passagem de um casal sem filhos para um casal que se torna pais de um filho, o *stress* originado pelos cuidados a ser prestados a uma criança, a redução da comunicação pós-parto e a responsabilidade do cuidar, e as várias atividades realizadas em simultâneo (Baxter et al., 2008, Condon et al., 2004, Minuchin, 1974, Perren et al., 2005, Simonelli et al., 2016, citado por Bogdan et al., 2022).

Relativamente ao segundo ano pós-parto, os resultados vêm demonstrar a continuação da diminuição da satisfação conjugal. Pesquisas anteriores apoiam as descobertas de Bogdan et al. (2022), destacando-se algumas tendências: o aumento dos conflitos conjugais, a comunicação negativa e intensidade do problema, o *stress* parental e a redução ou ausência

de intimidade do casal (Christopher et al., 2015, Doss et al., 200, Eller et al., 2019, Figueiredo & Conde, 2015, Figueiredo et al., 2018, Gou et al., 2019, citado por Bogdan et al., 2022).

No que respeita às associações de parceiros cruzados, Bogdan et al. (2022) verificou que uma diminuição mais acentuada na satisfação de um parceiro está associada a uma diminuição também acentuada do nível de satisfação do outro parceiro, existindo entre os casais níveis semelhantes de satisfação conjugal durante a transição para parentalidade (Don & Mickelson, 2014, Elek et al., 2003, citado por Bogdan et al. 2022). A sua explicação vai no sentido de ambos os parceiros experienciarem várias mudanças aquando do nascimento do primeiro filho sendo facilmente influenciados um pelo outro.

Por fim, salienta-se a importância das potenciais variáveis moderadoras da diminuição da satisfação conjugal. A este propósito, Bogdan et al. (2022) refere que a satisfação conjugal é influenciada por dados demográficos, como o género, a idade e a duração da relação (Doss et al., 2009, Elek et al., 2003, Trillingsgaard et al., 2014, Twenge et al., 2003, citado por Bogdan et al., 2022). Os resultados dos seus estudos vêm realçar o “género”, como aquele que mais importância tem de todas as variáveis analisadas. Assim, após o primeiro ano pós-parto, os pais são mais sensíveis a alguns aspetos da sua relação conjugal, como o amor ou a sexualidade, contradizendo a ideia de que a transição para a parentalidade impacta mais a satisfação conjugal das mulheres do que a dos homens (Twenge et al., 2003, citado por Bogdan et al., 2022).

Importa agora refletir sobre o lugar atribuído à vida conjugal. Esta questão reveste-se de particular interesse pelos efeitos que a parentalidade poderá ter sobre o sistema conjugal, perante as novas exigências e a adaptação a uma nova realidade. Baseado no conhecimento sobre a teoria da transição (Meleis, 2010) e após tudo o que já foi mencionado sobre a satisfação conjugal durante o período gestacional e pós-parto, podemos aferir que o declínio da satisfação conjugal é significativo e persistente no tempo (Lawrence et al., 2008, citado por Bogdan et al., 2022). A forma que os casais adotam para gerir da melhor forma a transição para esta nova etapa das suas vidas está relacionado ao tipo de apego e à qualidade da relação entre os parceiros (Lawrence et al., 2008). Lopes e Menezes (2007) defendem que o declínio na relação conjugal não surge de repente com o antevir do nascimento de um filho, é anterior a isso, está “estreitamento relacionado ao modo como o casamento/união funciona antes da chegada do filho” (Lopes & Menezes, 2007, citado por Martins, 2013, p.24).

Nesta linha de raciocínio, parece-nos oportuna uma sumária abordagem à teoria do apego de Bowlby (1988). O que nos parece pertinente salientar é que “o apego seguro de um parceiro tem efeitos positivos sobre a satisfação do casamento durante o pós-parto através do alto apoio que ele/ela dá e as expectativas otimistas do parceiro” (Bogdan et al., 2022, p.2). Porém, um apego inseguro influencia negativamente a satisfação do casal, não só pela

exigência do parceiro por apego, mas também como o pede, de forma crítica (Cowan & Cowan, 2000, Velotti et al. 2011, citado por Bogdan et al., 2022). Neste contexto, defende-se a ideia de que “quando ambos os parceiros têm um apego inseguro, a diminuição na satisfação conjugal é consideravelmente mais elevada do que nos casais em que ambos os parceiros têm uma ligação segura ou um deles tem um apego seguro” (Velotti et al., 2011, citado por Bogdan et al., 2022, p.2).

Do ponto de vista dos processos individuais de transição para a parentalidade, no sentido de o homem e a mulher se adaptarem ao seu novo estatuto, alguns autores defendem que este processo não é igual para ambos. Nesta diferenciação, tende a predominar o papel de destaque da mulher, quer antes quer durante a gravidez, caracterizado pela procura de informações e de apoio, pelos cuidados que tem para consigo mesma e com o seu bebé (Mercer, 2004, citado por Pinto & Monteiro, 2018); e por “uma maior rutura nas suas vidas e carreiras quando os seus filhos nascem” (Nyström & Öhrling, 2004, citado por Pinto & Monteiro, 2018, p.117). Por sua vez, a transição do pai para a parentalidade, é mais tardia uma vez que o mesmo “não consegue sentir o filho crescer dentro de si, dar à luz e amamentá-lo” (Mercer, 2004, citado por Pinto & Monteiro, 2018, p.117), sendo o processo de relação construído e fortalecido após o nascimento e durante o desenvolvimento da criança (Piccinini et al., 2004, citado por Pinto & Monteiro, 2018).

Para que o sujeito consiga atravessar saudavelmente todo este processo, quer no domínio de bem-estar subjetivo quer de competências, exige que o mesmo se reorganize (ao papel de pai e de mãe, ao bebé e à sua integração na família, e ao relacionamento conjugal), ou seja, que aprenda novos saberes e fazeres, e adote novas formas de estar e de agir, reorganizando o seu interior de modo que no futuro consiga estabelecer uma interação positiva com o seu filho. Assim sendo, a transição para a parentalidade é uma transição de desenvolvimento que exige mudança e redefinição de “identidades, papéis, relacionamentos, habilidades e padrões de comportamento” (Meleis, 2010, p.41) até então desconhecidas. A transição está então estritamente ligada à “noção de eu e identidade e como ela é afetada pela rutura” (Boeijea et al. 2002, Kralik, 2002, Young et al 2002 citado por Meleis, 2010 p.79).

4.3 Ser pai e ser mãe de um segundo filho

Ao analisar a estrutura e a dinâmica familiar de ser pai e ser mãe de um filho e estar grávida de um segundo filho, vários autores investigaram as adaptações e sentimentos inerentes à vinda de um novo Ser. Ser pai e ser mãe de dois filhos desperta diferentes sentimentos perante a necessidade de reformular os papéis parentais e as regras do funcionamento da família. Já não é só um filho, são dois.

Antes de mais, é importante referir, que o nascimento de um segundo filho é “qualitativamente diferente do processo de nascimento do primeiro filho” (Dessen, 1997, citado por Esteves et al., 2013, p.543). Não há gestações iguais, cada gravidez tem um significado específico e, para uma mulher que já experienciou a vivência de ser mãe de um filho, a vivência de uma segunda gestação será influenciada pela primeira (Esteves et al., 2013). Ora, se não há gravidezes ou bebés iguais, também a mãe é diferente em cada gestação, o que significa diferentes formas de interpretar, sentir e especular a vinda de um novo filho (Winnicott, 1967/2005, citado por Esteves et al., 2013).

Apesar de existir a ideia de que ser pai e ser mãe de um segundo filho é mais fácil, por já se ter a experiência do primeiro, não é o que se verifica na maioria das famílias. A chegada de um segundo (ou terceiro) filho constitui um acontecimento nodal¹² na vida das famílias, promotora de um conjunto de adaptações e de mudanças nos contextos sociais e económicos, nas tarefas e papéis parentais, entre outros aspetos, que incidem no sistema familiar que passa de triádico (pai-mãe-primogénito) para poliádico (pai-mãe-filhos) (Dessen, 1997, Feikreppne Rich, 1983, Feiring & Lewis, 1999, Kreppner et al., 1982, Walz & Rich, 1983, citado por Oliveira, 2010). O que antes era padrão na estrutura familiar, com papéis, hábitos e rotinas uniformizados, e interações normalizadas (pai-mãe; pai-mãe-primogénito) é agora alvo de reestruturação.

A propósito das adaptações inerentes a uma segunda gestação, Gonçalves (2014) apoia-se na perspetiva de Canavarro (2001) e Colman e Colman (1994), em que a exigência de adaptação das famílias a um novo filho é muito maior do que quando se tem apenas um filho, uma vez que as inter-relações familiares são mais complexas, ou seja, já estão padronizadas e a inclusão de um quarto elemento irá originar uma redefinição das mesmas. Por sua vez, o segundo filho gera “novos relacionamentos e demandas diferentes” (Vivian et al., 2013, p. 86), quer ao nível de tempo, quer de envolvimento afetivo.

Será importante referir que, enquanto na primeira gravidez as incertezas são sobre o desconhecido e o que se irá experienciar, na segunda gravidez, embora haja a experiência prévia da primeira, há um sentimento de preocupação que leva os Pais a “ter que avaliar o que será ser pai/mãe de uma nova criança” (Colman & Colman, 1994, citado por Gonçalves, 2014, p.35). Se por um lado as grávidas manifestam inquietações na “capacidade física para cuidarem de duas crianças em simultâneo” (Lederman & Weis, 1996, citado por Gonçalves, 2014, p.35) bem como de amar de igual modo, por outro, há a preocupação de dar lugar ao novo, ou seja, de construir um lugar acolhedor do ponto de vista emocional na família (Vivian, 2010, citado por Esteves et al., 2013).

¹² “Eventos capazes de criar instabilidade no funcionamento do sistema familiar” (Carter & McGoldrick, 1989/2001 citado por Piccinini et al., 2007, p.253)

Num estudo realizado por Esteves et al. (2013) que investigou os sentimentos e as expectativas em mães grávidas do segundo filho que residiam na região metropolitana de Porto Alegre, verificou-se que houve um menor investimento narcísico no segundo filho. O desejo de ter filhos é um desejo de imortalidade do ego, ou seja, “o desejo narcísico de mães e pais se verem a si mesmos nos filhos” (Esteves et al., 2013, p.548). Este investimento narcísico diminui pelo facto de os pais já terem conseguido essa imortalidade com o nascimento do primeiro filho (Esteves et al., 2013).

O estudo de Vivian et al. (2013) sobre as expectativas e os sentimentos de gestantes de um segundo filho, vem demonstrar que um segundo filho pode ser visto como uma forma de realização de ideais maternos que não foram conseguidos através do primogénito e uma nova oportunidade de desempenhar a maternidade de forma distinta da primeira (Frost, 2006, citado por Vivian et al., 2013).

4.4 Transição de filho único para irmão mais velho

A transição de famílias de filho único para famílias de dois filhos, dá-se a partir do momento em que o casal decide ter um outro filho e durante o período gestacional, prolongando-se após o nascimento. A maneira que o primogénito encontra de expressar a sua satisfação/insatisfação de passar de filho único para irmão mais velho, manifesta-se através dos seus comportamentos, quer por antecipação quer por resposta às mudanças sentidas na relação com os progenitores (Pereira & Piccinini, 2007).

A forma como as famílias se reestruturam desde a gestação até após o nascimento de um segundo filho, para manterem o bem-estar dos seus membros está relacionada: a harmonia conjugal, o bem-estar emocional materno, a qualidade da relação Pais-primogénito, a habilidade parental para dar continuidade aos cuidados e atenção do filho, bem como do ritmo de desenvolvimento emocional do mesmo e da sua perceção sobre o novo acontecimento (Gottlieb & Mendelson, 1995, Kowaleski-Jones & Dunifon, 2004, Teti et al., 1996, citado por Oliveira & Lopes, 2010 p.101).

Os pais devem preparar, antecipadamente, o primogénito para a chegada do irmão, explicando as mudanças que poderão vir a ocorrer nas rotinas familiares, envolvendo-o em atividades de preparação para acolher o irmão e nos cuidados após o nascimento, e manter as rotinas diárias do primogénito e da família (Brazelton, 2002, Kramer & Ramsburg, 2002, citado por Oliveira, 2010). Existindo este cuidado, será mais fácil a criança adaptar-se à ideia de um irmão e “minimizar as diferentes reações emocionais” (Gottlieb & Mendelson, 1990, Legg et al., 1974, citado por Oliveira, 2010, p.43).

É sobretudo para as mães que existe a maior mudança, uma vez que ser mãe de dois filhos, traz inquietações que se caracterizam em diferentes sentimentos: perda da relação especial, preocupação por o primogénito aceitar o irmão, inserção de um novo filho no ambiente familiar e a capacidade de conseguir amar de igual forma ambos (Oliveira, 2006, Walz & Rich, 1983, citado por Oliveira & Lopes, 2010).

As investigações vêm demonstrar que durante o período gestacional e após o nascimento do segundo filho há uma “diminuição da interação positiva e da atenção materna, redução do tempo que ocupa em brincadeiras com o filho, e diminuição significativa do apego seguro de primogénitos com relação à mãe” (Baydar et al., 1997, Dunn & Kendrick, 1980, Feiring & Lewis, 1978, Kowaleski-Jones & Dunifon, 2004, Stewart et al., 1987, Teti et al., 1996, citado por Oliveira, 2010, pp.24-25) que se manifesta no aumento de repreensões verbais maternas e numa aproximação do primogénito ao pai que se mostra mais disponível (Dessen, 1997, Dessen & Braz, 2000, citado por Oliveira, 2006).

Os autores tentam explicar a diminuição da atenção materna ao primogénito, encontrando como possível resposta o facto de a mãe estar mais sensível às necessidades e cuidados do bebé e mais concentrada em si, tendo de responder às várias solicitações diárias (ser mãe de dois filhos, esposa e profissional) (Brazelton & Sparrow, 2003, Gullicks & Crase, 1993, Stewart et al., 1987; Walz & Rich, 1983; citado por Oliveira, 2010).

Por sua vez, a chegada de um segundo filho desperta na mãe um forte sentimento de insatisfação (Walz & Rich, 1983, citado por Oliveira & Lopes, 2010). A relação diádica especial e íntima que existe é, de certa forma, afetada e, por vezes, perdida com a chegada de um irmão. A este respeito, Richardson (1983) esclarece que tanto a mãe como a criança estão num momento menos propício e com mais dificuldades para a relação, a mãe mostra fadiga e pouca disponibilidade e a criança comportamentos de exigência e irritabilidade (Richardson, 1983, citado por Pereira & Piccinini, 2007). De forma a colmatar a perda dessa relação tão próxima, estudos apontam que a mãe procura reaver essa relação através de expressões de amor e de comportamentos protetores, favorecendo assim a transição de ser mãe de duas crianças (Walz & Rich, 1983, citado por Oliveira & Lopes, 2010).

Ainda relativamente às implicações emocionais para o primogénito, os autores apontam mudanças em termos da dependência e independência manifestadas em problemas de comportamento, quer durante a gestação quer após o nascimento do irmão (Baydar et al., 1997, Dessen & Mettel, 1984, Gottlieb & Baillies, 1995, Kowaleski-Jones & Dunifon, 2004, citado por Oliveira & Lopes, 2010). Como comportamentos de dependência, interpretados como um “retorno aos padrões anteriores de funcionamento” (Kreppner & Cols, 1982, citado por Piccinini et al., 2007, p.254), são apontados o querer ser alimentado e o pedir colo, fala infantilizada, uso da chucha, chupar no dedo, dormir com os pais, alterações no sono, nos

hábitos de alimentação e de higiene, maior solicitação por cuidado e atenção materna, desobediência, choro e birras (Cunha & Nunes, 1993, Dunn et al., 1981, Dunn & Kendrick, 1980, citado por Oliveira & Lopes, 2010) Os comportamentos de independência são identificados em atividades e tarefas (brincar sozinho, vestir-se e ir sozinho à casa de banho) e no afastamento em relação à mãe, como manifestação de irmão mais velho e mais maduro (Dunn et al., 1981, Dunn & Kendrick, 1981, Gottlieb & Baillies, 1995, Kramer & Gottman, 1992, Legg et al., 1974, Stewart et al, 1987, citado por Oliveira & Lopes, 2010)

Oliveira e Lopes (2010) consideram o comportamento de dependência como algo negativo ou que expressa níveis de ajustamento prejudicado do primogénito, sendo, possivelmente, necessário para que atinja um nível de desenvolvimento que lhe permita ser mais independente. Neste contexto os comportamentos regressivos “possibilitam um ir e vir saudável, oportunizando o amadurecimento” (Dias, 2003, Lopes et al., 2009, Winnicott, 1960/1986, citado por Oliveira, 2010, p.14). Assim, devem ser entendidos como novas conquistas e ser aceite pelos pais como forma para desviar a atenção materna do bebé e da gestação, podendo indicar sentimentos de exclusão e de substituição (Dias, 2003, Legg et al., 1974, Winnicott, 1965/1977, citado por Oliveira, 2010).

CAPÍTULO V – AS REDES SOCIAIS DE APOIO

Conforme já explicitado anteriormente um dos objetivos centrais desta investigação é ficar a conhecer e compreender que motivações contribuíram para a tomada de decisão por um projeto de parentalidade.

Apresenta-se uma reflexão sobre a influência e contributo das redes sociais de apoio - rede formal e rede informal - como incentivo facilitadoras no percurso de transição para a parentalidade, quando os casais têm em si, vontade e razões intrínsecas para serem Pais.

Entende-se por rede social de apoio “um sistema composto por pessoas, funções e situações que se articulam, trocando elementos entre si e fortalecendo-se reciprocamente” (Almeida, 2008, citado por Pinto & Monteiro, 2018, p.117). A rede social de apoio pode ser informal ou formal.

Diante disso, recai a necessidade de clarificar conceitos, a saber: rede informal provém do apoio (instrumental – ajuda financeira, divisão de responsabilidades, transmissão de informação; e emocional – afeto, aprovação, simpatia e preocupação) dado pela “família, os amigos, vizinhos e grupos sociais” (Brandão & Craveirinha, 2011, MTSS [Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social], 2009, citado por Pinto & Monteiro, 2018, p.117); rede formal decorre do apoio “dado por organizações formais de prestação de assistência” (Maximino et al., 2017, citado por Pinto & Monteiro, 2018, p.117).

As dinâmicas da rede formal e informal entrecruzam-se, sendo ambas de elevada importância. Efetivamente entendemos que nos dias atuais “Todo conjunto de vínculos interpessoais do sujeito é fundamental para a manutenção da vida dos mesmos” (Sluzki, 2006, citado por Machado et al., 2015, p.445).

Apesar do valor atribuído ao apoio proveniente da rede formal, a revisão da literatura tem dado maior destaque à rede informal, prevalecendo o apoio de familiares diretos como o preferido e o mais importante pelos Pais. Citando Canavarro e Pedrosa (2005) “o apoio emocional assim como o instrumental fornecido pelos avós é fundamental para o bem-estar e o equilíbrio psicológico dos progenitores, principalmente nos primeiros dias após o parto” (Canavarro & Pedrosa, 2005, citado por Pinto & Monteiro, 2018, p.131).

Levitt et al. (1986), ao investigarem a rede de apoio a mães norte-americanas com apenas um filho, vêm apresentar o marido como a principal fonte de apoio, seguida pela mãe da gestante e por um ou dois membros da família ou amigos (Levitt et al. 1986, citado por Pereira & Piccinini, 2007). Por sua vez, o estudo desenvolvido por Dessen e Braz (2000), sobre a rede de apoio no momento do nascimento dos filhos em famílias brasileiras que tinham filhos, são as avós maternas o principal apoio das gestantes, seguido do apoio do cônjuge (Dessen e

Braz, 2000, citado por Pereira & Piccinini, 2007). Segundo os autores, os resultados destes dois estudos, leva a aferir que enquanto no primeiro estudo, o apoio prestado pelo marido foi suficiente nos cuidados, no segundo o apoio das avós foi significativo na ajuda ao segundo filho, por já se ter outra criança para cuidar e as tarefas parentais serem mais exigentes e repartidas.

Também, Pinto e Monteiro (2018) mostram através da sua investigação empírica como a utilização da rede informal tem uma influência facilitadora na transição para a parentalidade, designadamente, do apoio dos avós. Os resultados obtidos indicam que 86,2% da amostra referiu ter familiares próximos a quem recorrer, designadamente, os avós como o recurso principal; o tipo de apoio mais recebido e o que gostariam de receber dos familiares e amigos foi na sua maioria de natureza emocional.

Ainda relativamente ao apoio da rede informal, torna-se também importante o suporte de outros casais, pais pela primeira vez, quer como fonte de suporte e encorajamento, quer como meio de confirmar a normalidade das suas experiências e emoções (Cowan & Cowan, 2000, Wilkins, 2006, citado por Martins, 2013).

Em relação à rede formal, os resultados do estudo de Pinto e Monteiro (2018) vêm demonstrar o apoio dos profissionais de saúde e instituições como os jardins-de-infância, como o tipo de apoio mencionado pelas famílias mais recebido e que gostariam de receber. Importa agora refletir sobre as questões de desigualdade, por razões socioculturais ou socioeconómicas. Embora o apoio da rede informal e formal tenha um peso substancial para a maioria das famílias, não tem o mesmo grau de importância para todas. Vejamos o caso das famílias com baixo nível de literacia, precariedade socioeconómica, afastadas da sua zona de origem e longe dos seus familiares e amigos, as mães solteiras também isoladas de outros familiares e que enfrentam atitudes negativas ou de desaprovação por parte da família e da comunidade onde estão inseridas. O apoio da rede formal é nestes casos fundamental e percecionado pelos progenitores como mais útil do que aqueles que têm o apoio de familiares diretos (Brandão & Craveirinha, 2011, citado por Pinto & Monteiro, 2018).

Quanto ao apoio prestado pelos profissionais, especificamente no que toca aos cuidados de saúde, destacam-se o apoio durante as consultas de vigilância da gravidez - cuidados pré-natais – e nas consultas de seguimento para a mulher e para o recém-nascido - cuidados pós-natais. A preconização dos cuidados das mulheres durante a gravidez e após o parto e recém-nascidos, incluindo a promoção de práticas saudáveis, a prevenção e deteção de doenças, vem ao encontro dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) (Objetivo 3 – Saúde de qualidade) em que se ambiciona reduzir a taxa de mortalidade materna global, evitar as mortes de recém-nascidos e infantis, e reduzir a mortalidade neonatal.

Os cuidados pré-natais visam “a promoção da saúde, o rastreio, o diagnóstico e a prevenção das doenças” (Organização Mundial da Saúde [OMS], 2016, p.1) constituindo-se como uma forma de comunicar e apoiar as mulheres grávidas e suas famílias. Para além de proporcionar melhores cuidados de saúde e melhorar a qualidade de vida, esclarecer dúvidas sobre a gravidez e o parto, envolvendo o companheiro/esposo ou seu substituto, permite aos profissionais detetar situações de fragilidade ou vulnerabilidade social. A OMS (2016) preconiza nas recomendações sobre cuidados pré-natais uma experiência positiva durante a gravidez, que se traduz em “uma gravidez saudável para a mãe e o bebé..., uma transição eficaz para o trabalho de parto e o parto e uma maternidade positiva (incluindo a autoestima materna, a competência e a autonomia)” (p.1).

Os cuidados pós-natais compreendem “a manutenção e promoção da saúde e bem-estar das mulheres e das crianças desde o nascimento” (World Health Organization [WHO], 2022, p.1) durante as primeiras seis semanas após o nascimento. À semelhança dos cuidados pré-natais também aqui se promove a ajuda às mulheres, recém-nascidos, pais, cuidadores e famílias, de forma que o período pós-natal seja considerado uma experiência positiva em que todos “recebem informação e tranquilidade numa maneira consistente de profissionais de saúde motivados” (Adaptado de Finlayson et al, 2020 e Harvey et al. in preparation, citado por WHO, 2022, p.4).

Assim, os profissionais de saúde dotados de competências em matéria de saúde materno-infantil são pessoas que desempenham com amor e entrega ao próximo os seus saberes e qualidades humanas contribuindo assim para “minimizar sentimentos de insegurança, angústia e ansiedade, vivenciados neste período” (Martins, 2013, p.27).

O enfermeiro assume neste processo um lugar de destaque nas transições para a parentalidade, desenvolvendo uma relação de aproximação com as famílias, preparando e ajudando-as na aquisição de novas aprendizagens e competências (KraliK et al., 2006, citado por Gama, 2014). Sendo a promoção da saúde¹³ o pilar da prática de enfermagem, o enfermeiro tem como missão potenciar a saúde familiar e prevenir situações de vulnerabilidade ou patológicas durante todo o processo de transição (Meleis et al., 2000, citado por Tralhão et al., 2020). Assim sendo, é da sua competência promover uma adaptação saudável à nova condição de mãe e de pai, a saber: apoiar e estimular as capacidades psicoafectivas da mulher e da sua família durante o período pré-conceptual e pós-natal, incentivar comportamentos de identificação aos papéis materno e paterno, ajudar na

¹³ Refira-se promoção da saúde como “processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo” (OMS, 1986, citado por Tralhão et al., 2020, p.21).

reorganização das relações (conjugal e familiar), e estabelecer vínculo afetivo ao feto e preparar para o nascimento (Corbett, 2006, citado por Tralhão et al., 2020).

De acordo com o Regulamento das Competências Específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica são definidas um conjunto de competências, de entre as quais, e de acordo com a especificidade deste trabalho, distingue-se: a competência do cuidar a mulher inserida na família e comunidade, no âmbito - do planeamento familiar e durante o período pré-concepcional; período pré-natal; pós-natal - apoiando o processo de transição para a parentalidade (Regulamento n.º 391/2019, 2019, art.º 4.º, alíneas a), b), d)).

A criação e a implementação de programas de intervenção e de educação para a saúde, nos Cuidados de Saúde Primários, direcionados à mulher no seu contexto familiar e comunitário no âmbito do planeamento familiar e durante o período pré-concepcional, como forma de “promover famílias saudáveis, gravidezes planeadas e vivências positivas da sexualidade e parentalidade” (Regulamento n.º 391/2019, 2019, anexo I, nº 1) são de elevada importância quando se pretende apoiar e capacitar as mães e os pais às novas adaptações que a parentalidade exige.

De igual forma, enfatiza-se, a implementação e avaliação de “programas de preparação completa para o parto e parentalidade responsável”, através de cursos de preparação para o parto, “intervenções de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno” no cantinho de amamentação, e “intervenções de recuperação pós-parto” através dos cursos de recuperação pós-parto (Regulamento n.º 391/2019, 2019, anexo I, nº 2.1.8, 4.1.4 e 4.3.2).

Estas intervenções, designadamente, cursos de preparação para o parto e de recuperação pós-parto, permitem que as puérperas/casal possam partilhar experiências (sentimentos e dificuldades vivenciadas) com outras puérperas/casal (grupos de pares) que estão a vivenciar situações idênticas, assim como o treino de competências parentais em sessões formativas (Couto, 2006, citado por Bernardina Barbosa Gama, 2014; Hudson et al., 2001, citado por Martins, 2013).

As visitas domiciliárias, como prática de enfermagem de excelência (Martins, 2013), funcionam como uma estratégia de promoção da saúde familiar e da parentalidade positiva, e facilitam as transições para a parentalidade. Ao serem realizadas *in loco*, permitem ao enfermeiro “detetar mais fielmente as necessidades, os recursos e os apoios [rede de apoio social informal e formal] de que a família dispõe para fazer face às dificuldades encontradas” (Fägerskiöld et al., 2001, citado por Martins, 2013, p.31). Ahlborg e Strandmark (2001) salientam a importância destas visitas ocorrerem no período pré-natal, possibilitando a resolução antecipada das dificuldades e vulnerabilidades identificadas (Ahlborg & Strandmark, 2001, citado por Martins, 2013). Por sua vez, Schmidt et al. (2016) consideram

que “as visitas domiciliárias, no período pós-parto, são facilitadoras do desenvolvimento familiar, promovendo a saúde e prevenindo as disfunções da família” (Schmidt et al., 2016, citado por Tralhão et al., 2020, p.27). Salienta-se o efeito potencial que determinados contextos sociais familiares poderão ter sobre os cuidados parentais aos filhos, vivenciando momentos difíceis ou stressantes, designadamente dificuldades financeiras ou conflitos conjugais, podendo deteriorar a saúde familiar (Smith et al., 2017, citado por Tralhão et al., 2020)

CAPÍTULO VI – O EDUCADOR SOCIAL E AS TRANSIÇÕES PARA A PARENTALIDADE

A educação social destaca-se como uma ciência alicerçada à pedagogia social, respondendo a contextos sociais vastos e complexos, dotada de autonomia e reflexividade. É neste sentido que a educação social ganha importância enquanto intervenção socioeducativa, desenvolvendo a sua ação na procura da autonomização e da capacitação dos sujeitos.

A educação social intervém num campo aberto de questões sociais, atuando num território incerto e permeado pelas constantes mudanças sociais. Ser educador social é um desafio e uma oportunidade, e no âmbito das transições para a parentalidade, requer capacidade e aptidão para intervir num campo de ação de índole subjetivo e privado.

Pretendeu-se analisar sob o ponto de vista dos sujeitos, “num espaço intersubjetivo, de natureza afetiva, co construída entre educador social e sujeitos da ação” (Timóteo & Bertão, 2012, p.22), as circunstâncias e experiências vividas, quer passadas quer presentes, para um melhor entendimento das transições para a parentalidade. Só compreendendo em profundidade o sujeito “através de uma prática profissional baseada numa relação de proximidade, no primado das relações afetivas, numa relação de igualdade entre técnico e pessoa” (Azevedo & Baptista, 2008, p.51) é que se consegue entrar na subjetividade dos problemas. O desempenho das funções parentais traz consigo especificidades de índole pessoal, que muitas vezes, o próprio sujeito tem dificuldade em desconstruir para uma mais acessível interpretação daquilo que o incomoda.

A matriz do educador social assenta no conhecimento sistematizado da realidade social (teoria) e no modelo de operacionalização para ajudar a atuar sobre o social, adotando uma atitude reflexiva e crítica. Assim, ao se debruçar sobre a teia complexa das transições para a parentalidade, irá analisar os elementos causais que podem gerar determinadas condições de dificuldade social e ajudar o sujeito a desconstruir o puzzle (a realidade social) e a refletir sobre cada peça (dimensão do real) do mesmo, identificando as potencialidades da pessoa para responder às necessidades e fragilidades que é emergente resolver. Para tal, a dimensão relacional da ação do educador social, ao se direcionar na proximidade da vida quotidiana do sujeito, dando, por um lado, significado e personalizando essa mesma ação, e por outro, sentido e continuidade, é uma das exigências do perfil do educador social (Capul & Lemay, 2003, citado por Timóteo & Bertão, 2012).

Os dilemas e inquietações típicas de transições são percecionadas pelos sujeitos em sociedade, enquanto preocupação e dificuldades a resolver. As transições para a parentalidade, ao suscitarem novas questões e perspetivas de análise, conduzem o educador social a atualizar o seu conhecimento, de forma fundamentada e temporal, numa aprendizagem ao longo da vida (Cardoso, 2006). Tal como em outras realidades do social, também as questões das transições da parentalidade vão evoluindo e tornando-se mais complexas, exigindo do educador social um olhar transversal e que se “renova” enquanto profissional do terreno, para a aquisição de novas competências e técnicas apoiadas pela componente teórica.

Apesar do educador social ser um profissional que se esforça pela distinção e reconhecimento do seu saber, conciliando “o conhecimento técnico com o saber teórico e pedagógico” (Cardoso, 2006, p.8), comparativamente aos demais que atuam na área social, é ao mesmo tempo alguém que coopera interdisciplinarmente na partilha de saberes e competências. Ora, em questões relacionadas com transições para a parentalidade, tem um papel fundamental na tomada de conhecimento e entendimento de dimensões não visíveis ao olhar de outros profissionais.

O educador social ao estar no terreno, no que toca a transições para a parentalidade, procura, dentro de um espaço de relação interpessoal, compreender as motivações que conduziram os atores para a ação, melhorar a sua intervenção com base nos recursos obtidos da própria investigação e dar a conhecer um modelo aberto, interrogativo, inacabado e suscetível de aperfeiçoamento, utilizando a investigação como instrumento de mobilização social (Carvalho & Baptista, 2004).

A capacidade de relacionamento do educador social com os sujeitos que constituem alvo de intervenção é, em si, o decisivo fator produtivo, para a verdadeira proximidade humana assumindo “o outro como um seu verdadeiramente igual” (Azevedo & Baptista, 2008, p.58).

PARTE II – INVESTIGAÇÃO EMPÍRICA

CAPÍTULO VII – MODELO DE ANÁLISE E METODOLOGIA DE PESQUISA

Dedica-se o presente capítulo à apresentação do percurso da investigação com a explicitação do objeto de estudo e dos objetivos de investigação; de seguida, sobre a justificação da opção metodológica e seu enquadramento paradigmático; e com a descrição das etapas do processo de investigação - amostra e procedimentos de recolha e análise de dados - respeitando as questões de natureza ética e de rigor tidas em consideração durante o processo de investigação.

7.1 Dos objetivos às questões metodológicas, técnicas e procedimentos

Objeto e objetivos de investigação

A presente pesquisa tem como objetivo geral explorar transições para a parentalidade na situação de primeiro, segundo e terceiro filho, relativamente às motivações, expectativas e sentimentos que os pais formulam, procurando descrever diretamente a experiência vivida. Relativamente aos pais que já têm a experiência do primeiro e do segundo filho, as motivações, sentimentos e expectativas em relação a um segundo ou terceiro filho serão comparadas. Nesta linha, o objeto de estudo centra-se num conjunto de casais heterossexuais que estão a vivenciar transições para a parentalidade.

Ao longo da pesquisa exploratória, foi nosso intuito pesquisar os conceitos mais relevantes que iam ao encontro do objeto de estudo, e descobrir as relações entre eles, para uma melhor organização do conhecimento (Moreira & Buchweitz, 1993, citado por Carmo & Ferreira, 2008). Estas evidências são demonstradas no mapa conceptual (anexo A) que não é mais do que “uma representação possível de um conhecimento, sempre suscetível de ser aperfeiçoada” (Carmo & Ferreira, 2008, p.55). Assim, procurou-se definir o “como pensar o tema” direcionando o nosso olhar para dimensões que consideramos mais importantes de aprofundar.

Para circunscrever o campo de pesquisa foram elaboradas questões de partida que serviram de suporte à investigação; foram elas:

1. Quais as motivações que levam os sujeitos a quererem ser pai e ser mãe?
2. Que fatores contribuíram para a decisão de ter um filho?

3. Após a vivência da experiência do primeiro filho, o que motiva os pais a quererem ter um segundo ou terceiro filho?
4. As vivências que os progenitores estão a ter com o primeiro, segundo ou terceiro filho correspondem às expectativas criadas durante o processo de gravidez?

Ao colocar as questões da investigação pretende-se promover uma melhor compreensão e interpretação dos processos de incorporação e vivência do exercício da parentalidade. Sendo um fenómeno complexo, subjetivo e de ordem privada, tem em si um universo de representações pessoais, familiares e sociais que atingem os significados, as aspirações, as motivações e as crenças do mesmo.

Atendendo ao objetivo geral foram formulados os seguintes objetivos específicos:

1. Identificar e caracterizar as principais motivações que estiveram na origem de uma gravidez;
2. Identificar os sentimentos e expectativas sobre a vivência da transição para a parentalidade, numa perspetiva orientada e explicitada através de uma visão mais instrumental ou mais sentimental/romântica;
3. Compreender as alterações ocorridas na estrutura económica e profissional, como promotoras de bem-estar familiar;
4. Compreender de que modo a dinâmica conjugal é afetada, procurando aferir que fatores inerentes àquele contexto familiar teriam mais impacto na reorganização familiar;
5. Por fim, identificar e caracterizar o impacto de um segundo ou terceiro filho na relação pai-mãe-primogénito e pai-mãe-filhos, tendo em consideração a uniformização das rotinas e das inter-relações familiares.

Relativamente à pertinência deste estudo, pode dizer-se que a mesma se fundamenta numa abordagem que privilegia a subjetividade dos sujeitos, confrontando-os com vivências e sentimentos “profundos”, fazendo-os lembrar e reviver determinadas trajetórias pessoais. Neste contexto, faz sentido compreender as motivações dos mesmos, e contribuir, dentro do que é possível de um estudo desta natureza, para o aprofundamento do conhecimento sobre a transição para a parentalidade, a partir de uma reflexão sustentada na capacitação dos sujeitos (recursos e potencialidades internas) e na dimensão intersubjetiva dos mesmos (Timóteo & Bertão, 2012).

Metodologia de pesquisa

O modelo metodológico no qual se inscreve a investigação é de cariz qualitativo. A opção pelo desenvolvimento de uma estratégia metodológica desta natureza passou por considerar que a mesma oferece uma interpretação mais aprofundada das motivações, expectativas e sentimentos de um conjunto de casais que estão a vivenciar transições para parentalidade na situação de um primeiro, segundo e terceiro filho, tais como elas são sentidas e descritas, captando determinadas singularidades e particularidades do contexto que estamos a analisar. Parte-se, portanto, da perspectiva que os sujeitos entrevistados irão reviver as suas biografias individuais e dinâmicas conjugais, de certa forma, iremos convidá-los a contar a sua história de vida.

A pesquisa qualitativa é um olhar de proximidade, é um enfoque no indivíduo - nas suas emoções e especificidades - conhecendo em profundidade o recorte do real que se pretende investigar. Por outro lado, compreende uma componente relacional, ou seja, uma relação construída *in loco*, no decorrer do próprio momento em que o investigador se propõe a compreender o outro, através de uma relação empática e emocional.

A prioridade dada a este tipo de abordagem relaciona-se, por um lado, com as motivações intrínsecas, e por outro, as motivações extrínsecas dos sujeitos em determinadas trajetórias e situações de vida. Nesta linha, as ações dos sujeitos decorrem da interpretação subjetiva que fazem das suas situações de vida, pelo que se procurou, desta forma, “conhecer os sentidos e as racionalidades que fazem cada um agir” (Guerra, 2006, p.10)

É neste sentido que se explica que o objeto de estudo desta investigação - “Um conjunto de casais heterossexuais que estão a vivenciar transições para a parentalidade” - é uma construção subjetivamente vivida e como tal inclui conhecer os sentidos que conduzem o sujeito a agir de determinada maneira (Léssard-Herbert et al., 1994, citado por Guerra 2006; Guerra, 2006).

Amostra

O trabalho empírico passou pelo estudo de uma amostra socialmente significativa, adequada aos objetivos da pesquisa, em que se pretendeu explorar a diversidade do conjunto dos sujeitos selecionados (Guerra, 2006).

A definição da amostragem, não probabilística, feita por conveniência, por pesquisar informações diretamente a um grupo de interesse, teve como critério de escolha intencional casais heterossexuais, de nacionalidade portuguesa com idade igual ou superior a 18 anos,

que vivem maritalmente, sem doenças psiquiátricas ou suspeita de abuso de álcool/drogas, bebés com idade igual ou superior a 12 meses, saudáveis e de termo¹⁴.

Assim sendo, a amostra é composta por seis casais a vivenciar, no momento, a experiência da transição para parentalidade, e particularidades distintas, tais como: uma mãe com doença do foro neurológico, um pai com 55 anos e com doença neurológica, e um pai em que o terceiro filho do casal é o seu primeiro filho biológico. Esta diversidade é suscetível de fazer variar a apreciação dos significados, compreendendo determinados modos de vida que não existem nos outros casais (Guerra, 2006).

A seleção dos casais foi recolhida em dois momentos distintos:

1. Participação e colaboração na equipa do Projeto *Fathering*, da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, durante a recolha de dados da “Situação Estranha (SE)”¹⁵, que tem como objetivo avaliar a qualidade da vinculação ao pai recolhida aos 12 meses de vida do bebé. A SE realizou-se na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Santarém, numa sala de vidro duplo, durante 21 minutos numa sequência de oito episódios projetados para recolher níveis leves, mas crescentes de *stress* do bebé. A investigadora participou como “Pessoa Estranha”, teve contacto direto com os pais e as mães, convidando-os a participar no seu estudo;
2. Contributo da proprietária da creche “Fralda de Fora” em Santarém, que pediu colaboração a dois casais para participar no estudo.

Qualquer pesquisa se defronta com múltiplos constrangimentos, esta pesquisa também, e um deles foi a impossibilidade de selecionar os seis casais a partir do Projeto *Fathering*. A investigadora tinha como objetivo, selecionar dois casais com um filho, dois com dois filhos e dois com três filhos, no entanto não foi possível todos do Projeto. Esta impossibilidade deveu-se ao facto de apenas existirem, no momento, um casal com um segundo filho e outro com um terceiro filho, a investigadora tinha um prazo relativamente curto para concluir a recolha de dados. Assim, houve a necessidade de recorrer a pessoas externas à equipa do Projeto, conseguindo-se, deste modo, incluir na amostra os casais com as características pretendidas.

A todos os participantes foi explicitado os motivos para serem entrevistados, mostrando a importância que as suas respostas poderiam trazer à presente investigação (Carmo & Ferreira, 2008).

¹⁴ A amostra apresentada diz respeito ao Projeto *Fathering* da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa.

¹⁵ “Situação Estranha” é uma técnica para estudar como os bebés equilibram a sua necessidade de apego e autonomia em diferentes níveis de *stress* (Ainsworth, 1969).

Técnicas de recolha e tratamento de dados

A recolha de dados tem como objetivo proceder a interpretações sustentadas tendo em consideração os objetivos e as principais interrogações da pesquisa. Na presente investigação, a informação foi recolhida recorrendo a quatro modalidades que se complementam: exploração e revisão teórica sobre o tema; dados do *software* estatístico *Statistical Package for Social Science for Windows* (SPSS), disponibilizado pela equipa de investigação Projeto *Fathering*, recolhidos durante as primeiras 48h/72h de vida do recém-nascido; realização de entrevistas; e observação direta (informação que se viria a revelar bastante reflexiva e rica, utilizada posteriormente para a discussão e tratamento dos dados).

Considerando o problema de investigação, neste estudo de natureza qualitativa, a entrevista semiestruturada foi a técnica privilegiada utilizada para a recolha de dados por incluir a interpretação dos discursos dos próprios sujeitos, relativamente ao significado por eles construído a partir das suas próprias experiências pessoais, familiares e sociais. A riqueza da entrevista, ao explorar a realidade tão intensamente, dando liberdade ao entrevistado de expressar a sua opinião e sentimentos num ambiente de confiança (de relação entre dois sujeitos ativos - entrevistador e entrevistado), levando-o a uma “penetração maior em sua própria experiência” (Lakatos & Marconi, 2003, p.200), traz ao investigador novidades que antes não estavam contemplados no seu guião da entrevista e que introduz agora outras dimensões que não tinha pensado.

Concomitantemente, ao se optar por fazer questões precisas e abertas sobre o que se pretende saber, há flexibilidade para posteriormente se poder redirecionar as perguntas de acordo com o rumo do diálogo e dar espaço ao entrevistado para que a conversa possa fluir e seguir de forma mais natural possível, permitindo assim uma análise mais aprofundada.

As transcrições literais de todas as entrevistas foram submetidas à análise de conteúdo, uma técnica de metodologia de análise de dados na investigação social que permite “o confronto entre um quadro de referência do investigador e o material empírico recolhido” (Guerra, 2006, p.62). Significa que, numa primeira fase, o investigador irá descrever o que foi narrado pelo entrevistado para, posteriormente, interpretar de forma exaustiva e objetiva o conteúdo e o significado das informações que se pretende apreender (Guerra, 2006). As informações adquiridas são objeto de uma análise através de uma leitura aprofundada do conteúdo (análise de narrativas) para definir as temáticas face às respostas fornecidas pelos entrevistados. Definidas as temáticas, são codificadas e classificadas as categorias [dimensões] e subcategorias [subdimensões] com vista a encontrar as respostas para as perguntas de pesquisa (Amado, 2014).

A investigadora teve acesso à caracterização sociodemográfica e clínica da amostra recolhida através da sua participação na SE, com o objetivo de conhecer o perfil dos progenitores entrevistados. Sendo essa caracterização bastante abrangente, cujas variáveis eram diversas - sociodemográficas, história obstétrica, parto, bebé, família, habitacional - foram apenas usados os dados que a investigadora considerou pertinentes para o seu estudo: relativos ao bebé - data de nascimento, n.º de irmãos, idade gestacional (o número de semanas entre o primeiro dia do último período menstrual normal da mãe e o dia do parto) e gravidez desejada; e relativos ao pai e mãe – idade, estado civil, n.º de filhos, anos de escolaridade, profissão e estatuto laboral.

Partiu-se ainda da perspetiva que as referidas variáveis, contribuiriam também para a compreensão de algumas questões que atravessam este estudo, que teremos oportunidade de desenvolver na nossa reflexão sobre a informação recolhida.

Procedimentos

O procedimento ético em investigação com seres humanos requer alguns cuidados, devendo respeitar os quatro referenciais básicos da bioética: autonomia, não maleficência, beneficência e justiça, conforme apontam as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo Seres Humanos (Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde). Investigar seres humanos tem a ver com questões de relacionamento e de proximidade entre as pessoas, sendo mais difícil indagar sobre emoções e sentimentos.

Se queremos estudar pessoas temos que, antes de mais, pedir a sua autorização e explicar os procedimentos que iremos usar, através do Consentimento Livre e Esclarecido, e proteger os indivíduos de qualquer tipo de dano. Relativamente a este estudo, não foram esperados danos para os Pais, embora também não fossem esperados benefícios diretos. Contudo acredita-se que a valorização das suas perceções sobre o tema em análise trouxe benefícios para os mesmos, na medida em que os fez reviver e refletir sobre determinados comportamentos.

O trabalho empírico decorreu entre abril e maio de 2023, em que se procurou recolher informação que permitisse responder, de forma aprofundada às questões orientadoras da presente investigação, finalizado com a concretização da décima segunda e última entrevista.

A realização desta etapa do trabalho empírico implicou um número de deslocações à Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Santarém com o objetivo de participar na SE, para aferir a possibilidade de realizar o trabalho empírico naquele contexto para, posteriormente, construir os guiões de entrevistas, e proceder à realização das mesmas. Todo este processo permitiu à investigadora uma aproximação mais pessoal com os participantes,

aproveitando, desde logo, para se apresentar, explicando os objetivos e procedimentos do estudo; com os que aceitaram participar, sem exercer qualquer pressão sobre os mesmos, agendou-se no imediato uma data para realização da entrevista, dentro do tempo de cada um, em dia e hora a seu critério, conforme a sua disposição e vontade (anexo C).

Nesta primeira etapa realizaram-se oito entrevistas aprofundadas, concretamente a dois casais com um filho, um casal com um segundo filho e um casal com um terceiro filho. No dia agendado para a realização da entrevista, foi assinado, em duplicado, pela mãe e pelo pai, e pela investigadora, o Consentimento Livre e Esclarecido (anexo D), ficando uma cópia com a investigadora e a outra com o participante, e clarificado o objetivo da investigação, bem como a metodologia e procedimentos a utilizar. A investigadora disponibilizou o seu contacto telefónico e *email*, para responder a eventuais dúvidas, assim como o acesso às principais conclusões do estudo.

Foi salvaguardado o aspeto da voluntariedade e da interrupção da participante sem qualquer prejuízo resultante (liberdade para o entrevistado não responder a questões que assim o entendesse), e assegurada a confidencialidade dos dados e o anonimato com recurso a nomes fictícios para os bebés e para os progenitores, procurando-se não identificar o respetivo participante. Os dados serão mantidos em sigilo, e as informações que identificam os participantes serão guardadas pelo tempo necessário, sendo posteriormente transformadas em dados anónimos. Quanto aos dados recolhidos, não foram partilhados conteúdos das entrevistas com outras pessoas, apenas foram discutidos com a orientadora da Dissertação.

As entrevistas realizadas aos casais não incluídos na amostra da equipa do Projeto *Fathering*, foram aplicados os mesmos procedimentos, sendo que no final de cada uma das entrevistas foi realizada uma breve caracterização ao perfil dos entrevistados, de forma a enquadrá-los no conjunto dos casais já recolhidos.

A entrevista foi realizada separadamente com cada um dos progenitores, constituída por um conjunto de questões relacionadas com os objetivos específicos. Optou-se por entrevistas individuais, por o enfoque estar na perspetiva individual de cada um dos entrevistados, não descurando a dimensão do casal. A mesma decorreu num ambiente tranquilo, confortável e de confiança para o entrevistado, numa sala privada sem outras pessoas presentes, apenas o entrevistado e a investigadora. Foi explicado o modo como a entrevista iria decorrer e previu-se que cada entrevista demorasse cerca de uma hora. Na totalidade foram realizadas doze entrevistas aprofundadas. Os encontros com os casais tiveram, maioritariamente, lugar nas suas residências, à exceção de dois casais que não facultaram a sua residência, sendo a entrevista realizada na União Distrital das IPSS de Santarém (local escolhido pela investigadora).

Para a realização das entrevistas foram utilizados diferentes guiões, conforme se tratasse de casais com um filho, com dois ou três filhos (anexos E e F respetivamente)¹⁶. A construção dos guiões contemplou perguntas fundamentais para que se obtivesse o máximo de informação, evitando perguntas dicotómicas que sugerem respostas de sim/não ou concordo/discordo. Foi dada especial atenção às perguntas de teor mais complexo ou sensíveis (questões relacionadas com a relação conjugal), que exigem uma profundidade maior, de alcance mais íntimo, as quais foram deixadas para o final, quando já existia um maior clima de confiança (Carmo & Ferreira, 2008).

Procurou-se que o momento da entrevista fosse um momento de empatia, de estabelecimento de uma relação bilateral “promovendo a possibilidade de cada um se descobrir na relação com o outro” (Timóteo & Bertão, 2012, p.22) e que o entrevistado não se sentisse um objeto de investigação, mas sim um sujeito numa relação de cooperação e respeito mútuo; momento esse que não se iria repetir; em que o outro percebesse que aquilo que vai transmitir é precioso para o entrevistador; um momento de conversa descontraído, em que o entrevistado se sentisse à vontade para falar livremente sobre as temáticas colocadas, e em que a entrevistadora interviesse o mínimo possível. Em alguns momentos houve a necessidade de interpelar o entrevistado dizendo algo para reforçar e valorizar o que foi dito, sempre de forma espontânea e sentida. Ao mesmo tempo respeitou-se as pausas e os silêncios (características não-linguísticas), permitindo à investigadora refletir sobre o que poderia ser dito e ficou por dizer (o não dito é tão relevante quanto o que efetivamente é dito). De igual modo, deu-se importância às mudanças de expressão, quer de alegria quer tristeza quando, por exemplo, alguns entrevistados se referiam aos filhos com louvores ou às mudanças, menos positivas, na relação conjugal. Houve situações em que os entrevistados se emocionaram, é o caso do Hélio que expressou a sua tristeza, a investigadora deu-lhe espaço para expressar a emoção sentida. Relativamente à forma de colocar as questões, foi percecionado que o entrevistado Rui evidenciou dificuldade em perceber o conteúdo de algumas questões, dizendo “Pode repetir?”, o que levou a investigadora a simplificar ou a esclarecer a questão.

Na maioria das situações, as entrevistas decorreram como se de uma conversa se tratasse; os entrevistados falaram “livremente” sobre as suas vidas e, em muitas circunstâncias, responderam às questões, sem que estas lhes tivessem sido colocadas, o que permitiu uma maior genuinidade da informação obtida na medida em que se pronunciaram de

¹⁶ O guião de entrevista a aplicar aos progenitores estava organizado por blocos temáticos: situação sociofamiliar; situação económica e profissional; motivações na tomada de decisão de ser pai/mãe; perceções pessoais; relação conjugal; e perspetivas futuras (pessoais e familiares). Aos progenitores de 2.º/3.º filho aplicou-se um guião que, para além, dos blocos temáticos anteriores, contemplou, também, a relação pai/mãe-filhos e a relação entre irmãos.

forma espontânea; abordaram temas que não foram contemplados no guião da entrevista, tais como a sexualidade e a depressão pós-parto, o que se entende que por se tratar de um encontro isolado existia um maior à vontade para partilha de determinados elementos com uma pessoa que lhes era estranha e com qual não voltariam a encontrar-se.

As entrevistas tiveram a duração entre uma a uma hora e meia, ultrapassando o tempo estimado (uma hora), por alguns dos entrevistados divagarem sobre as questões colocadas ou demonstrarem necessidade de abordar mais profundamente algumas das temáticas; foram gravadas com o auxílio de um suporte áudio (com o consentimento dos entrevistados), para garantir a fidelidade das informações e para que houvesse uma continuidade e uma sequência do próprio diálogo sem qualquer interrupção. Em nenhum momento sentimos que a presença do gravador causasse inibição ou constrangimento aos entrevistados. Posteriormente, foram transcritas na íntegra (registando-se os discursos tal qual como foram produzidos) e foram objeto de análise de conteúdo, tendo em consideração os temas definidos no guião de análise das entrevistas (anexo G), elaborado de acordo com os objetivos da pesquisa.

A análise das entrevistas, após transcrição das mesmas na íntegra e após uma leitura anotada dos textos transcritos, seguiu as orientações de análise de conteúdo para extrair sentido às informações obtidas de forma a reunir os aspetos importantes de acordo com os objetivos da investigação, em que se pretendeu que os entrevistados exteriorizem os seus sentimentos e emoções ao responderem às questões colocadas.

7.2 Breve caracterização dos casais entrevistados

A partir da informação levantada e das entrevistas realizadas, apresentaremos os perfis dos casais entrevistados, começando pelos casais com um filho até chegar aos casais com três filhos, conforme sistematização na Tabela 1, adiante.

Casal 3 - Pais da Eduarda

Rui, 34 anos, vive em união de facto há quatro anos com a Sofia, de 24 anos, no concelho de Rio Maior. O Rui é assistente administrativo num escritório e a Sofia é licenciada e trabalha num café. A gravidez da Eduarda não foi planeada, não houve motivação para tal. A Sofia tem uma doença do foro neurológico.

Casal 4 - Pais do Xavier

Telmo, 37 anos, casado com a Ângela, 33 anos. O casal reside no concelho de Rio Maior. O Telmo é eletromecânico e a Ângela é licenciada exercendo funções num Lar de Idosos. Planearam casar e, posteriormente, ter um filho, e assim aconteceu.

Casal 1 - Pais do José

Bruno, 55 anos, casado com a Aida, de 42 anos, residem numa vila do concelho de Almeirim. O Bruno está reformado por invalidez, é licenciado, a Aida é professora. São pais do Ivo de seis anos. O Bruno tem uma doença neurológica. A gravidez do José foi planeada, embora o Bruno tenha manifestado alguma resistência devido à sua idade.

Casal 5 – Pais da Alice

Anita, 29 anos, casada com o Hélio, de 30 anos, residem na cidade de Santarém. A Anita é ama, o marido é empregado de mesa num restaurante. São pais da Júlia, uma menina de quatro anos. A gravidez da Alice foi planeada e pensam vir a ter um terceiro filho.

Casal 2 – Pais do André

Rita, 36 anos, casada com o Tiago, de 41 anos, residem no distrito de Santarém. Pais do Hugo de sete anos e do João de dois anos. A Rita é assistente administrativa num escritório e o Tiago é serralheiro. A gravidez do André não foi planeada, a Rita descobriu que estava grávida às 20 semanas de gestação. Hoje não imaginam a sua vida sem o André.

Casal 6 – Pais do Duarte

Marta e Nuno, 34 anos, recém-casados, residem na cidade de Santarém. A Marta é esteticista e o marido é informático. A Marta tem dois filhos de uma relação anterior, o Dinis de 11 anos e o Raul de nove anos. O Duarte é o primeiro filho do Nuno. A gravidez do Duarte foi planeada, o Nuno é um bom pai para os filhos da Marta e tinha o sonho de ser pai. O Dinis apresenta um transtorno de desenvolvimento neurológico.

Idade gestacional e gravidez desejada

Relativamente a estas duas variáveis, conforme se pode observar na Tabela 1, a maioria dos bebés nasceram de 40 a 41 semanas de gestação, sendo que apenas dois não foram planeados (Rui e Sofia; Rita e Tiago).

“Não foi uma gravidez planeada, aconteceu.” **(Sofia)**

“o meu terceiro filho apareceu porque ele quis. No terceiro filho, eu descobri que estava grávida às 20 semanas.” **(Rita)**

Número e idade dos filhos

No que respeita ao número de filhos, dois casais têm um filho, dois têm dois filhos e os outros dois, três filhos. Nestes dois últimos casais, distingue-se a Marta e Nuno, cujo bebé Duarte é irmão uterino (filho da mesma mãe, mas de pai diferente) do Dinis e do Raúl. O Nuno considera os dois enteados como seus filhos.

“independentemente de eu ser só pai do Duarte, eu sinto-me pai dos três...Porque não é justo para eles, que me aceitaram como segundo pai ou como padrasto, e também não é justo estar a dar mais atenção ao Duarte.” **(Nuno)**

Os seis bebés têm idade superior a um ano, o mais novo tem 15 meses e 16 dias e o mais velho 23 meses e 14 dias. Os irmãos, quer germanos (aqueles que têm o mesmo pai e a mesma mãe), quer uterinos, têm idades compreendidas entre os dois e os 11 anos de idade.

Idade e conjugalidade dos progenitores

No que se reporta à distribuição etária, a idade das mães varia entre 24 e 42 anos, com uma média de idade de 33 anos, e a dos pais entre os 30 e os 55 anos, perfazendo uma média de 38,5 anos. As mulheres são mais novas do que os homens, destacando-se a Aida e o Bruno, como o casal mais velho, a mulher tem 42 anos e o homem 55 anos. Um casal vive em união de facto (Rui e Sofia) e cinco declararam ser casados.

“nós já somos pais mais velhos...Tive sempre medo se houvesse alguma problemática com o bebé, não conseguíssemos acompanhar.” **(Aida)**

“Já fui pai com uma idade razoável”. **(Bruno)**

Escolaridade, estatuto laboral e profissão

Relativamente à escolaridade, os entrevistados têm diferentes percursos escolares, desde o 9.º ano do ensino básico ao ensino superior. Profissionalmente, todos os pais e mães se encontram no ativo, à exceção de um pai que se encontra na situação de reformado (Bruno). Predominam as profissões dos trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança, e vendedores (3 mães - empregada de escritório, ama de crianças e esteticista; 1 pai – empregado de mesa) e dos especialistas de profissão intelectual e/ou científica (3 mães – educadora social, animadora sociocultural e professora de educação especial), seguido do técnico ou profissional de nível intermédio (2 pais – eletromecânico e informático), e dos

operadores de instalações e máquinas e trabalhadores de montagem (1 pai - serralheiro) e dos trabalhadores não qualificados (1 pai – assistente administrativo) (Classificação Portuguesa das Profissões 2010, INE, 2011).

Tabela 1 Caracterização sociodemográfica e clínica dos participantes

Progenitores ¹⁷ (casal)	Bebé				Mãe				Pai				Estado Civil
	DN	NI (IG/IU)	IG	GD	Idade	AE	Profissão	Estatuto Laboral	Idade	AE	Profissão	Estatuto Laboral	
Casal 1 Pais do José Mãe Aida Pai Bruno	31-03-2022 (1 ano e 27 dias)	1 (IG) Ivo (6 anos)	40	Sim	42	18	Especialistas de profissão intelectual e/ou científica	Com emprego	55	18	Reformado	Desempregado	Casados
Casal 2 Pais do André Mãe Rita Pai Tiago	04-04-2022 (1 ano e 27 dias)	2 (IG) Hugo (7 anos) João (2 anos)	40	Não	36	9	Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores	Com emprego	41	10	Operadores de instalações e máquinas e trabalhadores da montagem	Com emprego	Casados
Casal 3 Pais da Eduarda Mãe Sofia Pai Rui	04-04-2022 (1 ano e 27 dias)	0	40	Não	24	16	Especialistas de profissão intelectual e/ou científica	Desempregada	34	9	Trabalhadores não qualificados	Com emprego	União de facto
Casal 4 Pais do Xavier Mãe Ângela Pai Telmo	15-04-2022 (1 ano e 16 dias)	0	41	Sim	33	18	Especialistas de profissão intelectual e/ou científica	Com emprego	37	12	Técnico ou Profissional de Nível Intermédio	Com emprego	Casados
Casal 5 Pais da Alice Mãe Anita Pai Hélio	11-02-2022 (15 meses e 16 dias)	1 (IG) Júlia (4 anos)	40	Sim	29	12	Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores	Com emprego	30	12	Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores	Com emprego	Casados
Casal 6 Pais do Duarte Mãe Marta Pai Nuno	11/06/2021 (23 meses e 14 dias)	2 (IU) Dinis (11 ano) Raúl (9 anos)	40	Sim	34	12	Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores	Com emprego	34	15	Técnico ou Profissional de Nível Intermédio	Com emprego	Casados

Fonte: Elaboração própria.

Legenda: NI – N.º de Irmãos; IG – Filhos do mesmo pai e da mesma mãe; IU – Filhos da mesma mãe, mas de pais diferentes; IG – Idade Gestacional; GD – Gravidez Desejada; AE – Anos de Escolaridade

Nota. A idade do bebé, dos irmãos, da mãe e do pai reportam à data da realização da entrevista

¹⁷ De forma a garantir o anonimato dos casais entrevistados, atribuímos um nome fictício a cada um deles.

CAPÍTULO VIII – SOBRE AS MOTIVAÇÕES, SENTIMENTOS E EXPECTATIVAS

Dedicaremos esta secção à análise e discussão da informação obtida através das entrevistas e da observação realizada, procurando apresentar a partir dos relatos na primeira pessoa as dinâmicas motivacionais para um projeto de parentalidade, bem como os significados, sentimentos e expectativas a ele associados.

Motivações

Pretendemos, desde já, ressaltar que, quando colocamos as questões aos entrevistados sobre as motivações e sobre os fatores que tinham contribuído, naquela altura, para a tomada de decisão (excluídos os casais cuja gravidez não foi planeada), deparamo-nos com aspetos transversais e específicos cujo conhecimento constitui uma riqueza para o trabalho desenvolvido.

Salientamos que a análise das respostas obtidas permite evidenciar a importância que assumiu, por um lado, a necessidade “interna” de o sujeito se sentir completo, e por outro, a gratificação do desempenho materno e paterno, fatores que, associados a outros, contribuíram para a tomada de decisão de um projeto de parentalidade.

O idealizado... ter tudo preparado para a chegada do primeiro filho...

O Rui e a Sofia idealizaram um conjunto de condições para serem pais. No entanto, a Sofia engravidou mais cedo do que o esperado, antes de terem tudo preparado para receberem a sua filha. Percebe-se claramente que há condições desejáveis de preparação para a chegada de um filho, que aqui a Sofia valoriza como ter uma casa maior e o quarto da bebé totalmente equipado. No entanto, receberam com satisfação a notícia, uma vez que queriam muito ser pais e tinham a vida minimamente estruturada. Vejamos as palavras da Sofia e do Rui:

“Nós descobrimos e pensámos logo que queríamos ter a criança. Nós temos uma casa, temos empregos, temos a nossa vida orientada, e decidimos prosseguir... Eu queria mudar de casa primeiro.” **(Sofia)**

“Eu queria, antes dela nascer, quando estava grávida, queria que a minha casa tivesse toda como eu imaginei...O quarto dela tinha de ter uma cama, tinha de ter a roupa pronta, tinha que ter uma cama no nosso quarto, muda fraldas, uma banheira para ela, tinha de ser como imaginei...As coisas demoraram a chegar e isso stressou-me na altura.” **(Sofia)**

“Mas estamos satisfeitos, estamos felizes. Eu sempre pensei em ser pai.” **(Rui)**

Comparemos o testemunho da Ângela e do Telmo, que em oposição ao casal anterior, tinham como objetivo casar e, só posteriormente, ter um filho, acontecendo como planeado.

“Era uma coisa que nós os dois queríamos muito...mas primeiro queríamos casar...Em termos de expectativa era aquilo que tínhamos idealizado...Mas realmente foi assim que pensámos e foi assim que aconteceu.” **(Ângela)**

“o nosso objetivo era casar e no fim de casar, ter. Termos a nossa vida estabilizada, então ter um filho, é pá e foi o que aconteceu.” **(Telmo)**

Um segundo filho... o avançar da idade... o *timing*... o ser pais velhos....

Tanto o Bruno como a Aida, quando questionados sobre as motivações que conduziram um segundo filho, invocam diferentes pareceres. O Bruno mostrou-se renitente em relação a um segundo filho, embora reconhecesse que seria vantajoso para o primogénito; a Aida invocou a necessidade de se sentir mais completa e um segundo filho significaria uma companhia para o Ivo. Os fatores preponderantes para um segundo filho foram: a vontade por parte do Bruno em satisfazer o desejo da esposa, a estabilidade económica e o tempo biológico reprodutivo da Aida.

“Eu fui muito mais renitente em relação ao segundo filho... Mas considero deveras importante.... Seria benéfico para o Ivo um irmão...E aí foi a minha esposa que tinha ainda mais esse desejo... E eu percebendo porque vendo os prós e os contras realmente tínhamos aqui alguma possibilidade económica.” **(Bruno)**

“Eu não queria ter só um filho... Acho que era uma coisa que me completava enquanto mãe e acho que era um benefício para o primeiro, ou seja, uma vez que nós já somos pais mais velhos... E acho que um dia, eventualmente, eles, neste caso o mais velho, perca o pai ou a mãe é terem-se um ao outro.... Outra questão que era o meu *timing*. Estava a chegar à idade problemática. **(Aida)**

Um segundo filho... o ter tudo... o amor por ser mãe e ser pai...

A Anita e o Hélio falam-nos de terem gostado da primeira experiência e por isso queriam repetir, da importância da gratificação do desempenho do papel paterno e materno, e o sentimento e a satisfação pessoal de ser pai e de ser mãe. Privilegiam como fatores influentes a vontade própria e a necessidade da Júlia não ser filha única.

“É o amor por ser mãe. Ter gostado tanto de ser mãe...chegou a um ponto que eu disse: ‘O meu relógio biológico está novamente a precisar de mais alguma coisa para me realizar’...e já estamos a pensar no terceiro, portanto...Primeiro foi a minha vontade... E achei que a minha filha precisava de não ser filha única.” **(Anita)**

“Gosto de ser pai, de cuidar delas... Embora saibamos que às vezes é difícil...mas acho que é muito bom chegar a casa e ter as nossas filhas lá.” **(Hélio)**

Teve a sua primeira filha, gostou da experiência e quis repetir.

“Sim. E quero repetir. Na altura em que falámos disso, fiquei um bocadinho de pé atrás. Tínhamos uma etapa nova na vida, difícil, que era a mercearia...O essencial foi querermos muito...sempre fomos lutadores” **(Hélio)**

Este casal foi dono de uma mercearia em parceria com o irmão do Hélio, já na altura tinham a Júlia. O negócio não correu como esperado, surgiram dívidas, que ainda hoje estão a pagar e tiveram de cessar atividade. Posteriormente foram ambos trabalhar para o restaurante do tio da Anita, também não correu bem por incompatibilidade de feitios entre a Anita e o tio. O Hélio permanece no restaurante, a Anita é ama no seu domicílio.

Um terceiro filho... o inesperado...o fazer sentido...

A situação da Rita apresenta especificidades face à situação dos outros entrevistados. As palavras da Rita remetem-nos para uma segunda transição para a parentalidade atravessada por dificuldades de integração, associadas ao comportamento do primogénito, o que fez adiar a vinda do segundo filho; a experiência do primeiro filho representou o desmoronar de um conjunto de expectativas que a mesma tinha relativamente ao segundo filho. Realça-se que a entrevistada, quando nos fala do momento em que descobriu que estava grávida fá-lo com alguma ambivalência de sentimentos, notando-se nas suas palavras um assinalável desconforto. Embora o terceiro filho, não tenha sido planeado, hoje não imagina a sua vida sem ele. Importante será, desde já, referir, que o Tiago mencionou o desejo de ser pai de uma menina.

“As motivações, não tive nenhuma, porque meu terceiro filho apareceu porque ele quis... Sempre tive motivação para ter dois, sim. Tive o primeiro, foi extremamente

difícil... Tanto que a diferença entre eles é de quatro anos. Porque eu estava sempre à espera de que o mais velho melhorasse um bocadinho para eu ter condições psicológicas com um segundo.” **(Rita)**

Mas que hoje faz todo o sentido.

“Oh sim, faz todo o sentido” **(Rita)**

“Eu sempre disse que gostava de ter um terceiro, um quarto ou aliás, até uma menina... Ou seja, apesar de não haver planeamento, eu fiquei bastante contente, bastante satisfeito e parece que há ali uma energia diferente.” **(Tiago)**

O apoio incondicional... um filho... sim, com a pessoa certa...

As motivações que levaram a Marta e o Nuno a um terceiro filho foram de natureza emocional, embora o objetivo fundamental fosse o facto de o Nuno não ter filhos, associado ao desempenho do papel parental com os enteados, a saber: a realização empenhada nos cuidados, e o apoio e a presença à esposa. Entenda-se que, para este casal, o ter a pessoa certa ao seu lado poderia proporcionar-lhes um modo de vida diferente daquele que tiveram até então, razão que influenciou um terceiro projeto de parentalidade. O testemunho da Marta e do Rui é, a este respeito, bastante elucidativo:

“Eu acho que primeiro que nada, pelo facto de o meu marido ser um bom pai... O facto de não ter filhos e eu gostava de ter outro bebé.... Principalmente o apoio que eu tenho da parte do meu marido.” **(Marta)**

“Era um sonho. Gostava de ter um filho, especialmente com a pessoa certa.” **(Nuno)**

Após conhecermos e refletirmos sobre as motivações que conduziram os entrevistados à tomada de decisão para um, dois ou três filhos, parece-nos pertinente refletir também sobre como é que a experiência vivida com o primeiro ou segundo filho influenciou a conceção e realização de um novo projeto de parentalidade.

Uma vez que, na maioria das situações, a tomada de decisão para um segundo ou terceiro filho teve a ver com - a concretização do desejo do cônjuge, o proporcionar companhia ao primogénito, as condições financeiras, a barreira biológica reprodutiva, o ter gostado da experiência e querer repetir, a gratificação do desempenho do papel materno e paterno, o desejo de cariz sentimental, a satisfação pessoal, o facto de ter um menino e tentar a menina, a importância do contributo do cônjuge no apoio oferecido à esposa e ser o parceiro ideal - a análise que se segue centrar-se-á, sobretudo, nas

experiências vividas e sentidas, ao ser pai e mãe de um primeiro ou segundo filho, e decidir ter um outro filho, e como as mesmas contribuíram para essa decisão.

Começamos então a nossa análise pela experiência de um segundo filho. O Bruno e a Anita relatam terem tido uma experiência positiva com o primogénito.

“É uma experiência, tenho e tive uma experiência positiva com o Ivo.” **(Bruno)**

“Para já, foi uma experiência boa, portanto, não criou barreiras.” **(Aida)**

No entanto para a Aida o desejo de ter um segundo filho nada teve a ver com a experiência do primeiro, a vontade já existia, levando-nos a crer que um segundo filho significa um “preenchimento” maior em termos de realização pessoal, enquanto mulher e mãe, e também por gerar vida e dar sentido à mesma.

“não posso dizer que foi a experiência de ter o primeiro, que por ter sido bom, quis ter o segundo... nunca me vi sem ser mãe e nunca me vi ser mãe só de um” **(Aida)**

Também para a este casal, a vontade de terem um segundo filho prevaleceu sobre a experiência anterior, independentemente de a Anita ter nos dito que teve uma má experiência “tive uma cesariana horrível. Não foi por aí. Foi por vontade própria”.

Relativamente aos casais com três filhos, vamos apenas centrarmo-nos na situação da Marta e do Nuno, uma vez que, conforme vimos anteriormente, para o outro casal (Rita e Tiago), o terceiro filho “apareceu porque ele quis”, não tendo sido questionados sobre a influência das experiências anteriores.

Destaca-se, primeiramente, o facto do segundo filho ter um transtorno de desenvolvimento neurológico, o que poderia condicionar a vinda de um terceiro filho e, por outro, o desejo do Nuno em ser pai. Mais uma vez, verifica-se o claro predomínio de uma sustentabilidade sentimental e identitária, em que o sujeito se revê no filho e cumpre uma necessidade interna.

“As gravidezes correram bem, apesar de o do meio ter sido um bebé um bocadinho mais rebelde, mas devido à patologia, porque o meu do meio é autista. Leve, mas é autista..., mas não pôs em causa a decisão de ser mãe.” **(Marta)**

“O Dinis e o Raúl apareceram antes na minha vida do que o Duarte, fizeram-me este treino para quando o Duarte nascesse...porque já tinha esse sonho, mas se calhar deu um empurrãozinho pela positiva.” **(Nuno)**

Sentimentos

Começamos por salientar que, quando aprofundamos o nosso olhar sobre os sentimentos inerentes à transição para a parentalidade, verificamos que, regra geral, estamos perante uma combinação de significados – um sentimento inexplicável, felicidade, encantamento, pensar em primeiro lugar nos filhos, uma família, uma responsabilidade e preocupação, sonhos interrompidos, a continuação da espécie humana e um projetar de sonhos. Vejamos alguns testemunhos:

“Acho que uma pessoa nem sabe explicar, é um sentimento muito forte porque ela cresceu na minha barriga” **(Sofia)**

“Sou todos os dias muito mais feliz...Ser mãe, olhe é assim...desde que acordo até que me deito eu penso sempre primeiro nele.” **(Ângela)**

“Olhe, o encanto, é uma beleza, é uma maravilha. Das coisas boas, é assim, pronto também traz outras inquietações ou outra agitação” **(Bruno)**

“é ótimo ser mãe, é prolongar o que somos, é projetar sonhos...e ser mãe de dois é mais completo do que ser mãe de um, porque é mais... é mais.” **(Aida)**

“É o significado que eu nunca tive, porque quem tomou conta de mim foi a minha avó paterna.... Para mim, ser mãe de uma, de duas, de três, vai ser sempre uma coisa maravilhosa.” **(Anita)**

“É assim uma coisa...nós olhamos para eles e pensamos: são o terror, dão cabo do juízo, mas ponho-me às vezes a olhar para eles e a rir-me sozinha.” **(Rita)**

“Uma grande família...O amor que nós sentimos uns pelos outros, e ver a relação que os mais velhos têm com o mais pequenino e vice-versa” **(Marta)**

Expectativas

Começamos a nossa análise sobre as vivências com o bebé real e as expectativas criadas na gravidez. A este respeito o Rui diz-nos o seguinte:

“Acho que estão a ser melhores. Porque o que uma pessoa espera é ser melhor a cada dia e cumprir objetivos. Cumprir com aquilo que um pai tem de cumprir.”
[Orgulho] **(Rui)**

Por sua vez, a Ângela, fala-nos da boa disposição do seu bebé, embora o prioritário fosse que viesse saudável. A este respeito, diz-nos:

“Acho que ultrapassou, porque ele é um bebé muito bem-disposto, muito dado, muito brincalhão e saudável acima de tudo. A expectativa, pelo menos quando estive grávida, a minha vontade era que ele viesse bem e saudável.” **(Ângela)**

Passemos aos casais com dois e três filhos. A Aida temia não conseguir amar o segundo filho do mesmo modo que ama o primeiro. Esta ideia advém da relação diádica íntima e especial que existe com o primogénito. As inquietações existenciais foram ultrapassadas com naturalidade, ao se aperceber que era capaz de amar os dois de igual forma. Vejamos o que nos disse:

“Eu acho que de certo modo supera...Isso é uma coisa que eu nunca disse a ninguém. [Confissão] Eu tinha muito medo, como gostava tanto do primeiro filho que não conseguisse gostar tanto do segundo, porque tinha ali uma relação tão forte e neste momento eu consigo gostar tanto de um como de outro.” **(Aida)**

A Rita fala-nos da falta de precauções da gravidez, por desconhecimento da mesma, e no receio de o bebé vir com algum problema de saúde. Perante as circunstâncias, apenas desejava ter um bebé saudável, motivo pelo qual não criou expectativas. Por sua vez, o Tiago alude a novas oportunidades/ideais que não conseguiu concretizar com o primeiro e segundo filho. No entanto, confronta-se com a necessidade de cuidar de mais uma criança e dividir a atenção e os afetos. Vejamos as palavras de ambos:

“A minha preocupação era: vem bem, está bem, vem perfeito, não aconteceu nada e se acontecer será que a culpa é minha porque não sabia e não tinha cuidados” **(Rita)**

Mas no primeiro e segundo criou expectativas?

“Sim.” **(Rita)**

Este já não?

“Este já não. Não, se calhar por causa disso. Não é o não ser programado, é o ter descoberto tanto tempo depois como ele poderia vir ou que sequelas é que poderia ter, devido à não... não é não preocupação, mas ao não saber e ter feito coisas que não devia fazer.” **(Rita)**

“durante o período de gravidez já criava algumas expetativas do que é que eu iria conseguir ter mais com ele ou nalguma coisa com os outros...o Hugo foi o primeiro, nós conseguimos dar toda a atenção máxima...Tentamos dividir de forma que eles percebam que não há um preferido.” **(Tiago)**

Refira-se agora as expetativas da Marta e do Nuno, em que em nada correspondeu ao agora vivido, tais como que seria mais fácil ser mãe de um terceiro filho, por já ter a experiência anterior. Eis, o que pensavam:

“Achava que não ia ser tão complicado...Esperamos que seja um bebé calmo, tranquilo, que nos dê noites bem dormidas e não sei que mais, mas depois não é nada disso...Ele é uma montanha-russa na nossa vida.” **(Marta)**

“o Duarte é uma criança exigente, que depende tanto do pai e da mãe...Quando digo dependente, por exemplo eu estou aqui na sala com eles, faz aquele som de choradinho ‘onde é que estás vem ter comigo’... Sim, as expetativas, não houve nada que esperasse, mais ou menos.” **(Nuno)**

Parece-nos agora importante refletir sobre a perceção dos entrevistados no que respeita às expetativas depositadas num filho. Da análise dos relatos dos entrevistados, reforça-se que em quase todas as situações estão implícitos sentimentos de alegria e felicidade com emoções e sensações indescritíveis. O testemunho do Rui e da Sofia, que a seguir se apresenta, realça precisamente esses sentimentos:

“Felicidade, alegria, vivência, outra consciência sobre as coisas.” **(Rui)**

“Ela deu para a nossa vida uma cor, alma, brilho...e eu quero ter mais filhos. Mas ela acrescenta muito... Acho que trouxe luz para a minha família, porque a minha avó faleceu o ano passado..., mas a Eduarda também nasceu nesse ano... Sinto que nasci novamente como pessoa” **(Sofia)**

Também a Ângela e o Telmo, aludem estes sentimentos, ao transmitirem satisfação ao verem o seu filho crescer e, ao mesmo tempo, a fazê-los evoluir no sentido de se tornarem melhores pessoas. Eis, o que nos disseram:

“Eu acho que ele me acrescenta todos os dias mais qualquer coisa e ver a evolução diária dele só sentindo na pele, não consigo mesmo descrever.” **(Ângela)**

“Ele é a alegria aqui da casa...Nós vamos fazer crescer como pessoa...Faz-me também evoluir como pessoa. Primeiro logo a ser mais tolerante” **(Telmo)**

Salientemos ainda a situação do Bruno que se distingue das situações anteriores por os seus 55 anos levarem-no a pensar, numa perspetiva reflexiva, que um dia irá necessitar dos filhos para cuidarem de si. Já o relato da Aida, não constitui surpresa, pois, ao ser uma mulher determinada e decidida, deposita confiança nos seus atos e na

resolução de eventuais adversidades. Os filhos são a razão por que luta diariamente e a força para seguir em frente.

“Eu acho que não devo estar com expectativas porque isso depois pode querer ser egoísta ao ponto de dizer: qualquer dia ele vai tomar conta de mim. Não sei se vai, se não vai. Não lhe posso estar a cobrar nada.” **(Bruno)**

“Eu espero que seja mais uma força de viver, é mais um que nos dá alento para vivermos no dia-a-dia... Eu acho que se não tivéssemos os filhos, e os filhos, estou a falar nos dois... não havia tanta vontade de: vamos ultrapassar isto” **(Aida)**

Aprofundando um pouco mais a nossa reflexão, apresentamos os relatos da Anita e do Hélio que mostram o orgulho que têm nas filhas e o que de positivo trouxe às suas vidas. No entanto evidenciam, em nosso entender, a dificuldade sentida aquando do negócio da mercearia que não correu como esperado, traduzindo-se essas dificuldades, a certa altura, no abandono da mesma. As conversas mantidas foram apontando para os percursos de vida dos entrevistados, na medida em que, esses percursos, mantêm uma relação de estreita interdependência com o próprio domínio profissional. Assim, se compreende o adiamento da fecundidade do segundo filho (três anos de intervalo).

“Sei que me sinto orgulhosa de as ter... Não sei o que me pode acrescentar. Já me acrescentou como é óbvio. Já me realizou como mãe, como mulher, porque eu alterei a minha maneira de ser totalmente pelas minhas filhas.” **(Anita)**

“Felicidade, isso é de certeza... Temos orgulho nas nossas filhas... Embora a vida seja complicada, é tentar fazer tudo para elas terem uma boa vida.” **(Hélio)**

Continuando a nossa análise, mostramos muito sinteticamente alguns dos testemunhos dos entrevistados com três filhos, em que se reconhece, para além dos sentimentos anteriormente mencionados, as diferenças de comportamento e de personalidade entre os filhos.

“Eu acho que ele vai ser o equilíbrio entre os irmãos. Porque eu tenho o mais velho que é a ternura e a meiguice. Tenho o do meio que é o capitão, como eu digo: é o manda, impõe... vai ser a paz, ele é muito risonho para toda a gente... está sempre bem-disposto. Eles preenchem todo o vazio que possa haver ou que haja.” **(Rita)**

“Acho que me vai ensinar mais uma vez, aquilo que eu já sabia, é que nenhuma criança é igual a outra criança. Ele é muito desafiador, e eu estava habituada a ter

duas crianças que eu dizia ‘Olha, não podes mexer aí’ e eles não mexiam, ou ‘não podes ir para aí, podes cair, vais-te aleijar’ e ele não.” **(Marta)**

Por sua vez, o Nuno, marido da Marta, fala-nos do que espera do filho, em termos de concretização pessoal, não o comparando aos enteados:

“Esperamos sempre que ele consiga fazer sempre o percurso escolar, vá para a universidade, arranje uma namorada e um dia se case...E espero, claro que sim, vai trazer mais alegrias do que já trouxe até agora.” **(Nuno)**

A análise das respostas obtidas permite-nos apontar a tendência para fazer comparações entre os filhos, no sentido de uma adaptação e ajustamento dos Pais às relações pré-estabelecidas. Um terceiro elemento gera novas dinâmicas relacionais e um florescer de sentimentos. Se ser pai e ser mãe de dois filhos é diferente de ser de um, o que dizer de três? Podemos depreender que o desafio é ainda maior e que os Pais recebem novas aprendizagens do conjunto dos três porque são três e não dois.

Contexto económico e profissional

Ressalta-se algumas das perceções dos entrevistados quanto eventuais mudanças a nível económico e profissional após o nascimento, bem como algumas estratégias para responder à satisfação das necessidades básicas. A este propósito, sobre as alterações no domínio económico, os casais com um filho, disseram-nos:

“Tem de haver sempre mais um bocadinho de esforço, mas não acho que seja aquele esforço...há mais despesas, é normal. **(Rui)**

“Não, porque também temos os apoios. O abono dela que é uma ajuda e depois a creche que é gratuita. Há meses em que as despesas são mais, mas é uma questão de gestão financeira.... Se calhar, deixamos de comprar algumas coisas para comprar para ela... Penso primeiro nela.” **(Sofia)**

“Sim...Agora também já temos o apoio do Estado..., mas claro que mexe de alguma forma com o orçamento familiar, mas isso já sabíamos que ia acontecer.” **(Ângela)**

“É óbvio que muda, tudo muito mais feito a pensar nele.” **(Telmo)**

Tais testemunhos revelam a perceção consciente e coerente sobre os atuais gastos, algo que já tinham noção que viria a acontecer. Por outro lado, a atribuição de apoio por parte do Estado (abono de família a gratuitidade das creches) veio colmatar

determinadas despesas e contribuir para o pagamento de outras. De salientar que existe uma conceção diferente relativamente à gestão do orçamento familiar, redireccionando os gastos em prol do desenvolvimento da criança. Veja-se o relato do Nuno:

“A vinda de um bebé altera sempre...Temos sempre de ajustar as nossas contas, equilibrar as despesas. Em termos práticos, em vez de irmos jantar fora todos os meses, vamos de dois em dois meses...temos de fazer esses reajustes.” **(Nuno)**

Como é expetável um segundo e um terceiro filho comporta mais despesas do que apenas um filho. A este propósito valerá a pena conhecer o testemunho dos seguintes entrevistados que é, a esse respeito, bastante elucidativo:

“Com o segundo temos mais gastos do que tivemos com o primeiro. No entanto, como acho que somos um pouco comedidos, não há tantos gastos assim...nós utilizamos muitas coisas que já eram do primeiro ou coisas que nos dão.” **(Aida)**

“Alterou um bocadinho, mas não foi muito, porque como são todos rapazes, em termos do vestuário, calçado, isso assim fica facilitado, porque vai dando a roupa de uns para os outros...também fomos conseguindo dar uma educação pois eles também não exigem muito.” **(Tiago)**

Importante será, desde já, referir que tal como o Tiago, existem muitas famílias com dois ou mais filhos que reutilizam a roupa dos filhos de uns para outros, conseguindo assim, equilibrar de forma mais eficiente e equitativa os gastos.

Avancemos agora para a reflexão sobre a perspetiva que enquadra a análise da situação profissional dos nossos entrevistados. Destaque-se primeiramente o exemplo do Rui e da Sofia, que invocaram a necessidade de alterar a sua vida profissional para se dedicarem mais à filha:

“Até antes do nascimento da minha filha eu optei por mudar de trabalho já por causa disso. Eu estava mais longe do que estou agora.” **(Rui)**

“Sim, acho que sim. Porque sou educadora social...Na altura em que engravidei não estava a trabalhar na área, mas depois de ser mãe pensei que queria voltar a trabalhar com idosos, que era o que eu fazia. Mas o que é que influenciou? Senti a exigência das duas partes: ter um bebé que é exigente e trabalhar na minha área, que também se tornou exigente...e mesmo com o meu problema de saúde...Trabalho num café.... Eu às 18:00h vou buscar a Eduarda à escola, mas se tiver de sair às 17:00h por algum motivo... também é uma ajuda aí.” **(Sofia)**

Comparativamente, a Ângela apresentava uma situação profissional confortável quando nasceu o Xavier. Vejamos, a título de exemplo, o seu testemunho:

“felizmente tenho a sorte de ter um horário sempre diurno e semanal de segunda a sexta...Há coisas que nós pensamos um bocadinho se vale a pena abdicar...e neste momento, o trabalho que eu tenho permite-me isso, ir buscá-lo relativamente cedo à escola. Ainda temos tempo para brincar um bocadinho e dá para fazer as coisas em casa.” **(Ângela)**

Vejamos também o testemunho do Nuno, que nos mostra que o nascimento do Duarte não influenciou a sua situação face ao emprego.

“tenho o melhor chefe do mundo...Muitas vezes tenho de ficar à tarde em casa, porque o Dinis saiu mais cedo. E chego ao pé dele ‘Olhe, eu preciso de sair mais cedo, porque o Dinis sai mais cedo ou porque teve um furo’...Porque ele também sabe, se precisar de me ligar às 21:00h ou às 02:00h eu atendo e resolvo.” **(Nuno)**

Relativamente aos casais com três filhos, salientamos que os dados apurados revelam, por um lado, o esforço acrescido dos pais para terem uma situação profissional estável e, por outro, a convicção de que irão conseguir dar aos filhos uma vida digna e com qualidade. Assim, reconhece-se o valor e o empenho destes pais, que pelos filhos, alteram as suas vidas para que nada lhes falta dentro daquilo que lhes é possível.

Nada mais elucidativo do que os testemunhos da Rita e da Marta, mães de três filhos, para testemunhar as adaptações por que passaram, nomeadamente relacionadas com as ocupações profissionais.

“Em termos de trabalho alterou... Porque eu estava a começar num trabalho que entrava as 09:00h e chegava a casa sempre depois das 20:00h... Foi ele porque era mais um para tratar e foi a entrada do irmão para a escola primária.... Tenho fins-de-semana, coisa que não tinha na outra empresa... Eu precisava de o deixar ao fim de semana andava sempre tipo, por favor, pode.” **(Rita)**

“Porque eu sou trabalhadora independente. O facto de ter engravidado...não conseguia fazer coisas que fazia nos três/quatro primeiros meses [no trabalho]. Tive de arranjar alguém que estivesse comigo no gabinete...Depois aos cinco meses quando eu regresssei, faltavam-me clientes...Foi quando surgiu a hipótese de ir para o espaço onde estou agora e graças a Deus estou estável.” **(Marta)**

Verifica-se no caso da Anita de como fatores externos (instabilidade económica e profissional) podem impactar o adiamento dos projetos de parentalidade e, nem concreto, do segundo filho. Vejamos:

“da primeira foi supercomplicado, pois estávamos envolvidos num projeto e correu supre mal. Às vezes para compramos um pacote de fraldas não era fácil. Por isso é que nós esperámos pelo menos os três anos para uma deixar a fralda, para ter outro filho.” **(Anita)**

“Eu estava no restaurante com o meu marido...não tive quase consciência do que é que foi a minha filha a crescer porque ficava com os avós, pronto...e foi então que eu decidi ingressar pela carreira de ama...quando as minhas filhas estão doentes, ou estão de férias, ou uma coisa assim, eu estou com as minhas filhas.” **(Anita)**

Na tentativa de aprofundamento analítico sobre a perceção dos entrevistados no que concerne à satisfação das necessidades básicas dos filhos, conseguimos identificar que a maioria dos casais perspectiva conseguir a satisfação dessas necessidades. Os sujeitos de que estamos a falar, de facto, evidenciam um esforço para não fazerem gastos desnecessários e supérfluos quer para os próprios quer para os filhos, canalizando, assim, os recursos para aquilo que é fundamental, pensando sempre no interesse superior dos filhos. Contudo, existe a consciencialização que não é fácil - estamos perante agregados familiares de classe média/baixa - existindo a possibilidade de não conseguirem proporcionar aos filhos tudo aquilo que gostariam “Provavelmente não vamos conseguir, se calhar estar ao nível de alguns dos colegas deles” **(Aida)**. As palavras dos seguintes entrevistados foram bastante claras a este respeito:

“Por agora estou a conseguir. Não digo que mais tarde não seja complicado.” **(Anita)**

“Financeiramente sabia que ia ser mais complicado. Felizmente conseguimos sempre dar a volta por cima.” **(Hélio)**

“Claro, isso sim. Como se costuma dizer, nem que uma pessoa se vire do avesso, mas sim, os básicos vão ter.” [Convicção] **(Rita)**

“Como pai vou ter de conseguir..., mas sim, vamos acreditar que sim. Faço disso um objetivo diário para que aconteça.” [Convicção] **(Nuno)**

Dinâmica conjugal

Propomos agora, um regresso às percepções dos entrevistados sobre as mudanças que poderiam vir a acontecer, na relação conjugal, após o nascimento de um filho e as que efetivamente aconteceram. Optámos pela apresentação das principais tendências observadas que serão exemplificadas com os testemunhos dos indivíduos entrevistados. Como primeira tendência observada salienta-se o facto da quase totalidade dos casais ter a noção que iriam ter menos tempo um para o outro. Contudo, conseguiram gerir eficazmente essa presumível falta de tempo. As palavras dos seguintes entrevistados são, a este respeito, elucidativas:

“Claro, se calhar temos um bocadinho menos tempo para nós como tínhamos antigamente, mas é por uma boa razão, por isso há que haver compreensão de parte a parte para isso.” [Segurança] **(Rui)**

“Sim, se calhar, pensei um bocadinho, podia. Mas nós temos muita ajuda...A minha mãe facilmente fica um bocadinho com a Eduarda...e nós vamos jantar fora.” **(Sofia)**

“Há menos tempo um para o outro. Não quer dizer que o carinho e o afeto não esteja lá, mas há menos.” **(Telmo)**

“É assim, há menos tempo para estarmos e havia algum receio de afetar...apesar de estarmos menos tempo juntos, acho que acabamos por nos unir mais, porque temos um objetivo mais comum.” **(Aida)**

“Antes do Duarte nascer achei que o nosso relacionamento pudesse ficar equilibrado, não pelo sentimento que tínhamos um para o outro, mas pelo facto de termos mais uma criança e o tempo é sempre diferente que temos um para o outro...Houve sempre muito apoio...ter ali o pai presente a ajudar-me” **(Marta)**

De uma forma geral, regista-se no seio do grupo entrevistado a tendência para uma compreensão mútua e uma entajada de forma a equilibrar alguma “ausência” afetiva em relação ao parceiro. Parece-nos que, mais importante do que apontar eventuais lacunas na relação conjugal, será refletir, também, sobre um conjunto de fatores que em nosso entender, favorecem e mantêm o bem-estar conjugal, e que, acima de tudo, estão estreitamente relacionados a uma manifestação de amor - um filho - que fortalece e une o casal. Referimo-nos aqui ao bem maior que é um filho, não como desculpa para

o afastamento entre o casal, mas como uma força maior que os une; à tentativa de manter alguns hábitos antes praticados em comum, mesmo que não tão intensamente como antes, de modo a preservar e a não esquecer o amor; à consciencialização que viver a dois é diferente do que viver a três, a quatro ou a cinco; ao apoio mútuo entre o casal para ativar e fazer crescer o amor, que é maior quando o fazemos por um filho.

Depreende-se, do exposto, que manifestações de carinho são necessários no que respeita a matéria de conjugalidade, e que a maioria dos entrevistados procuram a realização das mesmas. Embora tendo consciência da sua importância, nem sempre conseguem pôr em prática, o que vem a ser comprovado pela Rita e o Tiago. Vejamos:

“Mudou, claro que mudou, mudou porque nós necessitamos tempo como casal, que é mesmo assim, claro. Deixamos de o ter.” **(Rita)**

“Sim [Desânimo], várias, principalmente na parte das noites, do dormir. Além das noites mal dormidas era... O João está num quarto com o Hugo e eles, tanto um como outro, mas mais o João tem dificuldade, às vezes, em adormecer. E então ou eu ou a Rita vamos lá adormecê-los...E muitas vezes eu acabo por adormecê-los e adormeço junto” **(Tiago)**

Como segunda tendência, salientamos o facto de a vulnerabilidade económica influenciar negativamente a harmonia conjugal e poder deteriorar o relacionamento conjugal; isto é, poder-se-á dar o caso, de nem todos os casais conseguirem unir-se mutuamente, para lidarem com os problemas que mais um filho poderá trazer na sustentabilidade financeira do mesmo. Tendo como ponto de referência a experiência relatada pelo Tiago, podemos, na nossa perspectiva, entender essa vulnerabilidade, não só como resultante do acréscimo dos gastos com mais um filho, mas também da ausência de comunicação entre o casal, conduzindo a um desacreditar e uma desmotivação, no que respeita ao tempo e disponibilidade para a relação conjugal. A esse propósito, vejamos o testemunho do Tiago que ilustra as dificuldades vividas:

“Sim... Porque ela [Rita] andava sempre preocupada e dizia: ‘E vamos ter mais despesas. É mais um filho. Como é que vai ser e mais isto e mais aquilo’...E ela vê isso de uma forma muito intensa...porque depois com isso traz mais frustrações...às vezes dizemos coisas que não queremos... Depois há coisas que eu acho que falta comunicação entre mim e a Rita.” **(Tiago)**

Centremo-nos agora na disponibilidade que os casais têm para viverem momentos a dois. Ao longo das entrevistas, foi possível perceber que alguns dos inquiridos

exteriorizaram que sentem falta de momentos a dois, de fazerem atividades em conjunto, aproveitando o pouco tempo livre que dispõem para se dedicarem um ao outro. No entanto, houve ainda quem referisse que sentia falta de momentos só para si, de fazer algo que antes fazia e que agora não o faz ou faz com menos frequência. Comparemos as duas situações, exemplificado com os seguintes testemunhos:

“Eu e o meu marido, às vezes, conseguimos ir a um café à noite quando elas estão com os avós. Antigamente saíamos, íamos ouvir uma música, íamos dançar...e é uma coisa que já não fazemos há imenso tempo. Porquê? Porque chegamos a uma hora que estamos cansados e nem sequer nos apetece sair de casa.” **(Anita)**

“Ainda há pouco tempo aproveitámos que a Júlia e a Alice foram para casa dos avós e fomos passear a pé...Gosto de fazer com ela.” **(Hélio)**

“às vezes sabia bem sair de manhã. ‘Sim, filho a mãe vai só beber café com o pai e já volta’. Não ter a necessidade de ter de arranjar alguém para os deixar um tempinho...Quando nós conseguimos no meio destas 24, parecem 48 horas ter um tempinho para nós, o cansaço já é tanto que só sentar no sofá e tipo relaxar cinco minutos é mais que suficiente” **(Rita)**

“se eu quero sair à noite, ele fica com a menina, eu vou sair e depois trocamos” **(Sofia)**

Pelo que podemos constatar, a partir das situações relatadas, apesar das suas especificidades, apresentam, em nosso entender, perspetivas diferentes sobre o significado e a valorização dos momentos vividos a dois. Assim, salienta-se o facto de no caso da Sofia, estar implícita a necessidade de ter algum espaço de liberdade para descontrair e cuidar de si, abstraindo-se um pouco da rotina familiar, situação que é facilitada pelo facto de ter apenas uma filha; ao passo que no caso da Anita e do Hélio, o tempo que têm para a relação é escasso, não só pela condição de terem duas filhas, mas também pelo cansaço e a falta de disponibilidade.

Em síntese, e pese embora a complexidade de ter um, dois ou três filhos, nos casos em análise podemos considerar que as causas mais significativas para a ausência de tempos livres relacionam-se com o cansaço proveniente de toda a gestão de um dia normal, conciliando o trabalho, os filhos e as tarefas domésticas. Pelo que podemos constatar, para alguns inquiridos é importante terem algum tempo dedicado só para si, “nem que seja para estar sofá” **(Marta)**, outros valorizam mais o companheirismo da esposa ou do marido, um tempo para o casal. No entanto, percebeu-se que alguns

entrevistados, evidenciaram ter saudades de alguns hábitos que tiveram de abdicar para poderem dedicar mais tempo aos filhos e para “não faltar com a presença” **(Tiago)**.

Seguidamente, tentaremos apresentar de forma resumida a dimensão do “amor” que um filho representa enquanto simbolismo do amor conjugal. Cabe salientar algumas perceções dos entrevistados quanto a algumas dimensões da sua vida privada bem como destacar alguns comportamentos que, consciente ou inconscientemente, poderão desenvolver alguma suscetibilidade à relação conjugal. Pelos relatos, um filho vem unir ainda mais o casal, uma vez que existe uma vontade em comum de serem pais e de cuidarem daquela criança, contudo verifica-se uma perda de intimidade. Vejamos os discursos dos seguintes testemunhos que nos elucidam a esse respeito:

“Veio vincar mais [a relação]. Pode-se dizer que é um elo entre nós.” **(Rui)**

“É o acrescento que faltava... ele é a extensão do nosso amor... Não foi planeado, mas quando aconteceu o nosso amor, acho que floriu.” **(Sofia)**

“às vezes há ali uns atritos, porque há falta de tempo, há falta de atenção... Mas depois, ao fim ao cabo, como as coisas são fortes ficamos mais unidos.” **(Ângela)**

“Eu acho que é uma vontade pessoal dos dois de sermos pais... Não sei se é só fruto do amor, não, acho que é fruto de uma vivência em conjunto. Claro que tem amor, que é vivido no amor, senão não estaríamos juntos, não.” **(Aida)**

“Claro que sim... No sentido em que queríamos os dois. A ansiedade dos dois. O amor e o carinho que tínhamos os dois.” **(Anita)**

“Oh sim. Posso dizer que sim.... Eu acho que não fez reafirmar nada. Vem dizer: ‘Apesar das dificuldades eu só venho provar que vocês conseguem.’” **(Rita)**

“E de separação, entre aspas, do casal, acaba por haver uma separação.” **(Rita)**

“Sim. O que eu acho na nossa relação e que se perdeu um bocadinho é o diálogo. Não temos tempo para falar um do outro. Fala-se das crianças, fala-se do trabalho e a seguir já estamos a dormir, porque estamos exaustos.” **(Tiago)**

“Sem dúvida.” **(Marta)**

Em que sentido?

“O facto de confiar mais nele. Porque eu achava que ninguém era capaz, porque eu era a mãe...E o Nuno sentiu ‘Não, eu quero fazer. Eu quero participar.’” **(Marta)**
“Veio reafirmar a relação, ele veio como sendo uma prova de que eu e a minha mulher, a nossa ligação é real e é para durar.” **(Nuno)**

O relato da Marta deixa transparecer o papel materno como o normativo e o esperado na prestação dos cuidados, desvalorizando a confiança no saber e no fazer masculino. Na nossa perspetiva, este seu modo de pensar, está associado à relação marital anterior em que não teve a presença e o apoio da figura masculina no cuidar.

De outras considerações que podem ser feitas, podemos constatar que existem possíveis riscos que a maternidade pode trazer à relação, interferindo mais diretamente com a mulher. Referimo-nos ao período do pós-parto, em que a mulher se sente menos disponível para a relação afetuosa e sexual. Algumas das mães inquiridas falaram-nos no que aconteceu a nível emocional no pós-parto, que de alguma forma tornou a relação conjugal mais “fria” (questão não contemplada no guião da entrevista). Eis alguns relatos traduzindo essas constatações:

“Nessa altura, enquanto amamentava eu não me sentia tão mulher..., mas é mulher enquanto casal porque eu era daquela criança...Deixei de ser tão carinhosa, fui menos, talvez, porque era para aquilo. Sentia que a Eduarda dependia de mim... Ele não podia amamentar, mas ele ajudava. Mas isso fez diferença.” **(Sofia)**

“na minha primeira filha, nós estávamos aí metidos numa mercearia que correu mal. Houve muitas dívidas...A disponibilidade psicológica não estava ativa...Tive depressão pós-parto da minha primeira filha e da segunda já não.” **(Anita)**

“Cheguei a ponto que eu pensei: ‘Isto se calhar não vai correr bem’ e eu comecei mesmo a nível sexual, tive de falar com o meu marido...estávamos imenso tempo sem fazer, porque eu não tinha vontade... Comecei a negá-lo.” **(Anita)**

“O Duarte é um menino que depende muito de nós e é muito exigente. Faz-me coisas que os irmãos nunca fizeram...o ano passado fui detetada com uma depressão. Acredito que tenha sido uma depressão pós-parto, que nunca tive nada disso nos dois mais velhos.” **(Marta)**

Entrelaçado com tudo a que falamos a este respeito, surge, naturalmente, a dimensão da sexualidade como algo intrínseco à vida amorosa. Constatou-se que, apesar de não ser nosso intuito focar a vida íntima dos casais, alguns manifestaram-se

nesse sentido; embora conscientes das implicações que uma criança tem na vida conjugal, revelam inquietudes, incutindo a necessidade de serem desenvolvidos esforços para uma relação sexual, enquanto outros apresentam alternativas exequíveis para a sua concretização. Desgaste físico, perturbações do sono, menos tempo livre e todas as tarefas necessárias ao cuidar conciliado à gestão do lar, produzem, norma geral, desconforto físico e emocional, não estando o casal disponível para investir no relacionamento conjugal. Parece-nos importante revelar os seguintes testemunhos:

“Sim, conseguimos. De vez em quando deixamos em casa da avó” **(Rui)**

“Mesmo em termos de relações sexuais, por exemplo, como é que fazemos? Nós temos um bebé e como é que vamos fazer e ela vive aqui, não é? E se calhar as mulheres pensam mais nisso. E agora o bebé? Não sei.” **(Sofia)**

A disponibilidade do Rui e da Sofia para exercerem a conjugalidade apoia-se na ajuda de familiares diretos, aspeto que outros pais também realçam.

“Conseguimos esporadicamente, talvez..., mas depois também a tal coisa, nunca conseguimos estar muito tempo, até porque, sendo o primeiro filho, estamos sempre preocupados e se ele se vira na cama, já estamos a olhar para ele e pronto. Isto faz parte, não é?” **(Telmo)**

O relato do Telmo acima exposto dá a conhecer a sua inexperiência, relacionado à falta de experiência anterior e de termo de comparação a outros filhos. Confrontando-se com situações novas e tomando consciência da dependência total do filho, há a necessidade de supervisão constante no seu bem-estar do bebé.

“Vamos tentando. Isso é também uma aprendizagem que temos de fazer.” **(Bruno)**

“Momentos só a dois temos menos.” **(Aida)**

O Bruno e Aida reconhecem que a vida mudou, têm menos momentos a dois, mas compreendem a transição para a parentalidade como um tempo de aprendizagem. Também, por serem pais mais velhos, denota-se a capacidade e o amadurecimento que têm para filtrar as ausências afetivas, comparativamente aos casais mais jovens.

“À noite. Estamos sentados no sofá a ver televisão. Há ali aquela parte em que estamos nos miminhos...E quando ele tem férias é que consigo aproveitar um bocadinho mais tempo. As meninas estão na escola.” **(Anita)**

Tem as meninas na escola, mas tem as crianças em casa?

“Sim, mas há dias em que tenho só duas crianças ou tenho só uma. Eles estão a descansar. Dá para fazermos qualquer coisa.” **(Anita)**

“Nós gostamos imenso, mas chega a um ponto que estou tão cansada, que só quero é dormir e ele não compreende isso. Ou não compreendia. Agora já é totalmente diferente. **(Anita)**

A Anita aproveita quando as crianças estão a dormir para estar a sós com o Hélio, e mesmo quando ele está de férias. Percebemos também, no seu testemunho, que o cansaço torna a prevalecer na vida dos casais como o fator inimigo à relação conjugal.

“Com três filhos não.” **(Rita)**

Não é só na intimidade, nem que seja ao final do dia ou à noite sentarem-se um bocadinho no sofá.

“Não, porque como eu já disse o cansaço é muito...O mais velho já se deita sozinho, o do meio precisa que nós vamos um bocadinho ao pé dele....Eu vou adormecer o do meio...lá fico e depois acordo uma hora e tal depois.” **(Rita)**

“E depois em casa como casal, a parte privada também. Porque passar tantas noites mal dormidas que acabamos por desleixar.... É desgastante. Por mais que nos esforcemos, nunca mais conseguimos.” **(Rita)**

O testemunho da Rita revela a ausência de intimidade entre o casal, em que as noites mal dormidas e a atenção muito direcionada para os filhos não deixa lugar para a relação sexual. Ao longo da entrevista, a Rita veio transmitindo acomodação e descrença no reaver da atividade sexual.

“Conseguimos namorar um bocadinho, nem que seja quando o Duarte vai para a cama, nem que seja quando fica em casa da avó...Às vezes até já estamos assim sonolentos, mas vamos um bocadinho à sala...Conseguimos ter esse bocadinho entre nós...A lua-de-mel vai ser pequeníssima...Vão ser três dias nossos, de namorarmos, de recém-casados.” **(Marta)**

“Sim. Construimos para que haja esses momentos a dois.... Tentamos ter os nossos momentos, e quando temos são dedicados um ao outro.” **(Nuno)**

Tecendo algumas considerações sobre a Marta e o Nuno, é de revelar que durante a entrevista estava explícito a felicidade e a união que os ligava. O tempo vivido a dois é fundamental para cultivarem a relação, aproveitando todos as oportunidades para

namorar. O entusiasmo demonstrado pela Marta em ir de lua-de-mel, as expectativas depositadas de viverem uns dias a dois é referida com exaltação.

Relação pai-mãe-primogénito e pai-mãe-filhos

Começemos pelas alterações ocorridas no sistema triádico (pai-mãe-primogénito) com a inserção de um novo filho. A este propósito apresentamos a experiência do Bruno e da Aida, que procuram que o primogénito não se sinta excluído da atenção dos pais, tentando ser os mais justos possíveis. No entanto, acabam por atestar que o tempo que antes era dedicado ao filho único é agora diminuto, não existindo, por vezes, uma compreensão por da parte do primogénito. Recorrendo às palavras do Bruno e da Aida:

“Eu procuro que isso não aconteça... Tentamos distribuir o afeto, o carinho de modo igual. Ser o mais equitativo possível.” **(Bruno)**

“dantes o tempo era todo concentrado no primeiro filho, agora o tempo é dividido... Nem sempre o primeiro filho consegue perceber isso. Dantes tínhamos mais brincadeiras em comum, tínhamos mais tempo” **(Aida)**

A relação única e especial entre mãe e primogénito é afetada por ter de dar mais atenção ao filho mais novo, procurando o primogénito o pai, que está mais disponível. Esta disponibilidade para além de proporcionar conforto emocional ao primogénito fortalece a relação pai-filho, aproximando-os mais. Neste contexto, vejamos os relatos:

“A relação quase umbilical que existe entre o filho e a mãe. Até porque, por exemplo, se está a amamentar, tem de passar naturalmente mais tempo com ele. Já tínhamos o Ivo, buscava o pai, mais disponível.... Pois é, o José ser bastante possessivo, querer a mãe, quer ali uma presença.” **(Bruno)**

“há uma série de tarefas que era eu que fazia normalmente, como por exemplo deitar, o contar a história à noite...e passou a ser o pai que faz” **(Aida)**

Ainda na opinião da Aida, apesar das exigências e das dificuldades que se colocam aquando da operacionalização das várias tarefas diárias, inevitavelmente acaba por existir uma diminuição da interação positiva entre si e o Ivo, quer pela falta de tempo quer pelo cansaço e falta de paciência. Eis, o seu relato traduzindo essa constatação:

“Foi afetada, eu acho que sim... Se para um tínhamos pouco tempo, para dois temos menos ainda...e se calhar há mais momentos em que nós chamamos a atenção, que ralhamos e que não temos ali tanta paciência.” **(Aida)**

Ainda neste domínio, procuramos obter informações quanto à percepção dos entrevistados acerca do comportamento do primogénito em relação aos cuidados e atenção prestados ao irmão. Pelos relatos detetamos que os entrevistados reconhecem uma maior dependência do filho mais velho em relação aos mesmos, nomeadamente em algumas práticas que antes do nascimento do irmão fazia sozinho e que agora solicita a ajuda dos pais. Vejamos:

“Agora muitas vezes é uma maior dependência...Porque na verdade, ele já fazia tarefas que de alguma forma abandonou.” **(Bruno)**

“Sim. Em querer mais atenção.... Ainda quer muito colo, ainda quer que o vista, ainda quer que lhe deem comida à boca.” **(Aida)**

Além do comportamento de dependência demonstrado pelo José, o mesmo também revela manifestações de irmão mais velho em atitudes de proteção ao irmão e no querer participar em tarefas de ajuda aos pais. Como refere a Aida:

“Algumas vezes, alguns dias faz o papel do crescido...Ele é cuidador do irmão sempre e, portanto, tenta que o irmão sempre ou quase sempre não esteja em perigo ou não caia ou não suba. É protetor do irmão...de ajudar o irmão, nos ajudar e pronto, ele participa nos cuidados de vez em quando.” **(Aida)**

Direcionando a nossa análise à experiência da Anita e do Nuno, tentando perceber de que forma a segunda filha alterou a relação que existia entre pai-mãe-primogénita. Ambos são da opinião que houve, sem qualquer dúvida, uma manifestação de ciúme por parte da Júlia, evidenciando-se através do pedir colo. Como refere a Anita:

“Lá está, o que ela não era muito para mim: o querer mimos, querer o meu colo. Ela agora é muito assim para mim.” **(Anita)**

“Sinto que é ciúme, mas que ela não demonstra muito. Basicamente deixa que a irmã saia do meu colo para vir.” **(Anita)**

Os entrevistados relatam as dificuldades sentidas perante as exigências da filha mais velha, quando esta vê que deixa de ser o centro das atenções. São referidas o chamamento constante pela mãe e as birras como resposta imediata à falta de atenção. Salientam, também as dificuldades em lidar com os comportamentos de exteriorização da filha, tendo de recorrer a repreensões verbais e a castigos. Vejamos a partir dos relatos abaixo:

“É na parte de eu estar com a irmã e ela chama-me para ir fazer alguma coisa com ela, também tem a ver com o ciúme. Estou a fazer alguma coisa, ela está sempre a chamar ‘Mãe, mãe, mãe’.” **(Anita)**

“A Júlia é mais em termo de birras...Anda a chamar a atenção...Às vezes é quase o dia todo, isso desgasta uma pessoa... Agora maior parte das vezes tenho de ralar com ela, ou pô-la de castigo, o que seja.” **(Hélio)**

Acrescenta-se a tudo isso, a questão dos comportamentos de dependência e de independência como resposta para expressar as reações emocionais do primogénito. O primeiro e mais marcante parece residir, precisamente, no retorno ao uso da fralda, seguido do querer ser alimentada; o segundo revela-se na emancipação em atividades e tarefas, tais como ir sozinha à casa de banho, brincar sozinha e ajudar a pôr a mesa, o que revela um amadurecimento e uma maior autonomia. Anexa-se aos comportamentos regressivos, também anteriormente referido pelos pais, o pedir colo, a maior solicitação por atenção materna, o choro e as birras. Salientamos os seus testemunhos:

“E muito a nível do chichi. Para uma menina que já não usava a fralda...Tenho de lhe pôr fralda à noite porque ela faz sempre chichi na cama.” **(Anita)**

Mas também há coisas que de certeza ela faz sozinha, está mais autónoma.

“Sim. Por exemplo, quando estávamos em casa, ela era muito: ‘Mãe tenho de ir à casa de banho’...E eu tinha de ir sempre com ela. Agora não. Acende a luz, faz, vai-se embora, vai brincar.... É o ajudar a pôr a mesa... Ela cresceu num aspeto, mas diminuiu noutro.” **(Anita)**

“Em algumas coisas sim. O almoço ou o jantar, nós é que dávamos e ela aprendeu a comer sozinha...E agora não, pede muito a atenção.” **(Hélio)**

Ao nível da recetividade da primogénita nos cuidados à irmã, os pais apercebem-se de uma participação ativa, funcionando também como impulsionadores do investimento na interação entre as filhas, embora continue a prevalecer o ciúme como manifestação de insegurança afetiva. Apresentamos novamente o ponto de vista da Anita e do Hélio:

“ela participa.” **(Anita)**

“E a dar o banho. Às vezes é ela que lava o cabelo à irmã. Isso é muito giro.” **(Anita)**

“Ela tanto nos ajuda e ajuda a mana, quer mudar a fralda...Agora não tem tanta curiosidade em ajudar... Se for eu a pedir não quer, mas se eu estiver a dar ela vai para o pé de mim e ela é que quer dar.” **(Hélio)**

Ela manifesta ciúmes quando dão mais atenção à bebé?

“Um bocadinho. Estarem a brincar as duas ou estarmos a brincar com elas e darmos mais atenção à mana e fica com aquele ciúme.” **(Hélio)**

À semelhança dos casais com dois filhos, observou-se nos casais com três filhos a mesma preocupação para que o primogénito não se sentisse menos amado. Verificou-se no caso da Rita e do Tiago, um esforço acrescido para envolver os filhos nas tarefas e atividades relacionados com o bebé. O gesto simbólico da Rita ao fazer uma carícia no primogénito, enquanto está a amamentar o bebé, demonstra notoriamente a sua preocupação para que este sinta que a mãe continua presente na sua vida. Os testemunhos ilustram esta situação:

“eu sempre me esforcei para o envolver em tudo o que eu fazia ou eu necessitava de fazer com o irmão já para não perder essa ligação. E, por exemplo, estava a dar mama ao irmão, ele vinha, sentava-se ao meu lado e eu, com uma mão livre, passava a mão na cabeça, fazia uma festa na perna. Não posso dar colo, mas posso fazer com que ele esteja ali.” **(Rita)**

Tal como nos casais com dois filhos, também aqui se verifica uma maior disponibilidade do pai aos filhos mais velhos, sobretudo numa fase inicial em que o bebé ainda não consegue separar-se da mãe e que dela depende para tudo. Os relatos permitem confirmar, uma vez mais, o que já foi dito pelos anteriores entrevistados. A título de exemplo:

“Notei que no início houve ali uma maior atenção do pai aos mais velhos. Sim, houve, porque depois tem de ser uma questão de gerirmos, porque entra alguém novo e apesar de tentarmos fazer as rotinas, não é a mesma coisa.” **(Rita)**

A opinião deste casal não é unânime relativamente ao grau de exigência dos filhos, quando o tempo e a atenção são divididos pelos três. A Rita foi perentória ao dizer que os filhos exigem mais de si, independentemente de estarem a experimentar diferentes estágios de crescimento e mudanças nas suas vidas; o Tiago considera que não há uma maior exigência por parte dos filhos, acreditando que tem muito a ver com a forma de ser de cada um deles. Eis, os seus testemunhos:

“Exigem. Eu acho que é por tudo. Porque existe um outro...o tempo, como são três, tem de ser mais dividido para calhar a todos. Porque eu acho que cada um deles está numa fase diferente.” **(Rita)**

“Eu acho que não. Às vezes tem muito a ver com uma questão de personalidade porque eles são todos diferentes.” **(Tiago)**

Quanto às mudanças em termos de problemas de comportamento, expressas em exteriorizações de maior dependência e independência, identifica-se a solicitação exacerbada da atenção materna, identificada primordialmente pelo Tiago, e como sinais de crescimento e independência o abandono do uso da fralda. Entenda-se:

“eu tenho uma experiência muito boa, que o meu mais velho deixou a fralda com a vinda do irmão, e tudo indica e por norma, não é isso que acontece: quando vem um irmão eles regredem. E na minha situação ele deixou porque quis.” **(Rita)**

Que é que isso significa para ele? Se calhar quis provar alguma coisa.

“Eu acho que de uma forma não pensada, imatura: ‘sou crescido e agora vou ajudar a minha mãe e ela já não vai perder tempo comigo a pôr-me a fralda’” **(Rita)**

“Pede tudo à mãe, podemos estar à mesa e a mãe estar na outra ponta da mesa e pede à mãe.” **(Tiago)**

Falemos agora das mudanças percebidas pela Marta e o Tiago em relação à dinâmica intersubjetiva pai/mãe-filhos com a vinda de um outro filho. Encontramos nas suas narrativas, principalmente para a Marta, o receio de um novo bebé vir danificar o construído entre ela e o Raúl devido à situação do autismo, espelhado nas expressões “Até agora ele tinha sido o menino encantado cá de casa” e “Pensei que principalmente o Raúl regressasse”. O Nuno evidencia claramente que tudo irá fazer para que os enteados não se sintam “menos filhos” do que o Duarte. Vejamos o que nos disseram:

“Tinha muito medo, mesmo, principalmente pelo Raúl...O Raúl sempre esteve muito agarrado a mim. Achei que com a vinda do Duarte que a nossa relação se fosse perdendo...Não perdemos.” **(Marta)**

“Não. Eu sempre disse à Marta: ‘Se os aceitei, aceitei de igual forma, como aceitei o Duarte’. E é assim que fui educado, e é assim que vou fazer.” **(Nuno)**

Apesar do filho mais novo preencher muito tempo e atenção aos pais, existe a preocupação e a supervisão nas várias tarefas de responsabilização materna e paterna aos outros filhos. Destaca-se o testemunho do Nuno que segue os ensinamentos que recebeu durante a infância, ao dividir a atenção por todos, tentando, por meio de negociações constantes, que participem e o ajudem nos cuidados ao filho, mostrando posteriormente tempo para os ajudar das tarefas solicitadas. Os relatos seguintes são expressivos desta consciencialização:

“Apesar de não estar ao pé dele, estar a fazer o jantar, estar com o Duarte ou outra coisa qualquer, há sempre uma atenção. ‘Dinis vai estudar, vais ter teste para a semana, vais ter prova de aferição.’” **(Marta)**

“Tentamos sempre explicar: ‘Olha, agora tenho de mudar a fralda, esperas um bocadinho’, ou por exemplo, eles estão a fazer os trabalhos de casa ‘Olha, estou a mudar a fralda, senta-te aqui, até me ajudas.’” **(Nuno)**

O casal conta com o apoio da família materna para ter momentos dedicados aos filhos mais velhos. Antes do nascimento do irmão já existiam atividades desenvolvidas em conjunto que estes pais tentam que não se percam. Assim, nota-se por parte deste casal a necessidade de serem desenvolvidos esforços no sentido de não perderem o que antes foi conquistado com os filhos. O relato abaixo comprova tal necessidade:

“Ontem o Duarte ficou com a avó, eles ficaram connosco. Tentamos ter estes bocadinhos. Às vezes peço à minha mãe ‘Ó mãe, hoje à tarde ficas um bocadinho com ele, para irmos sair.’” **(Marta)**

Todo o trabalho desenvolvido por estes pais, ao priorizarem as necessidades e os momentos investidos no envolvimento afetivo dos filhos, conduz a que, na sua perspetiva, não sintam que os filhos exigem mais de si pelo facto de terem mais um irmão. Facilmente nos dizem “Isso não” **(Marta)** e “Não. De forma igual” **(Nuno)**.

Quando questionados acerca das implicações emocionais em termos de problemas de comportamento, mais uma vez, a análise das informações obtidas permitiu-nos constatar a predominância de comportamentos de dependência, prevalecendo o retorno ao uso da chucha e a fala infantilizada. Os seus relatos desvalorizam estes comportamentos, compreendendo tratar-se de situações transitórias. Concomitantemente a estes retrocessos de funcionamento, existe também, no caso do filho mais velho, manifestações de independência em relação à mãe, mostrando ser autónomo e capaz para o desempenho de determinadas tarefas. Vejamos:

“quando nasceu, o Dinis já não usava chucha, quis voltar a usar chucha. Andou ali uma semana de chucha. O Raúl, quando o Duarte nasceu e quando ele começou a verbalizar os primeiros sons, a falar... fazia falas infantis..., mas acho que são pormenores que conseguimos contornar. Mas tinha algum receio que ele regredisse bastante. A coisa que eu senti foi isso.” **(Marta)**

“Notei que o Raúl voltou a fazer uns sons mais *abebezados*, mas chamámos à atenção...Claro que é sempre uma preocupação, tanto minha como dela [Marta]...neste momento já não acontece.” **(Nuno)**

Para finalizar, destaca-se ainda o papel interventivo dos pais, ao nível da participação dos filhos quando estão a cuidar do irmão mais novo, quer por iniciativa própria, quer por solicitação dos pais. A este propósito, a Marta e o Nuno esclareceram-nos:

“Isso é sem stress.” **(Marta)**

“Por norma participam...Se eu estiver a dar mais atenção ao Duarte ou estou a ler uma história, eles sentam-se à volta.” **(Nuno)**

Por iniciativa própria?

“Sim. Vêm, sentam-se. ‘Olha Dinis sentas-te aqui. Enquanto eu estou a contar a história, dás a fruta e ele assim vai comendo’. Sem problema nenhum. Ele é capaz.” **(Nuno)**

CONCLUSÕES

Procurou-se compreender, a partir da análise de entrevistas a um conjunto de casais heterossexuais, que se encontravam a experienciar transições para a parentalidade, como se processam as motivações reprodutivas, que sentimentos e expectativas estão subjacentes a esse processo, os impactos económicos e profissionais, as relações entre os membros da família (pai-mãe-primogénito e pai-mãe-filhos), as dinâmicas conjugais e como foi vivida a transição para a parentalidade, quer para os Pais quer para o primogénito e restantes filhos. Considerando algumas dimensões pessoais de vida destes casais, era nosso objetivo conhecer as suas perceções sobre as condições pessoais, sociais e familiares enquanto pais na situação de primeiro, segundo e terceiro filho, e o significado deste nos seus processos de construção identitária.

O processo de investigação que apresentamos diz respeito a um número reduzido de casais com especificidades e singularidades nos contextos diretos dos mesmos. Considera-se que teria sido vantajoso ampliar o processo de recolha de informação a mais casais, possibilitando uma interpretação mais explicativa.

Posto isto, passamos à apresentação sumária dos principais resultados alcançados no âmbito desta investigação, evidenciando a importância e o sentido deste estudo no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária.

De tudo o que vimos ao longo deste trabalho demonstrou-se que os contextos sociais, culturais, económicos, profissionais e de saúde, apesar da sua importância no leque de escolhas das decisões reprodutivas, não determinam em exclusividade as dinâmicas motivacionais para um projeto de parentalidade. As questões internas e afetivas prevalecem nas decisões dos casais, mesmo que na altura, quando os casais pensavam e planeavam ter um filho, tenha existido algum constrangimento ou fragilidade que pudesse pôr em causa a vontade de ser pai e ser mãe. Note-se que os entrevistados estão a viver momentos intensos, cujas expressões emocionais estão muito presentes, sendo difícil distanciarem do que estão a sentir.

Como vimos, a partir dos relatos dos nossos entrevistados, apontam-se um conjunto de fatores motivacionais que levam os sujeitos a querer um ou mais filhos, a saber: ser completo; desejo de cariz sentimental; gratificação e satisfação pessoal; ter o parceiro ideal; desejo do cônjuge; contributo do cônjuge; tempo biológico reprodutivo;

companhia ao primogénito; satisfação na experiência anterior e o querer repetir; procura por um filho do sexo oposto ao anterior.

Desde o início se colocou a hipótese de as motivações poderem ser compreendidas “à luz” das trajetórias de vida dos sujeitos, abrangendo as mais variadas dimensões, quer passadas quer presentes das suas vidas. Parece-nos importante salientar que, no que respeita às trajetórias pessoais vividas na infância e na juventude, alguns dos entrevistados nasceram em contextos familiares atravessados por alguma instabilidade associada, conforme os casos, a precariedade socioeconómica e a ausência (por motivos laborais ou por afastamento) dos progenitores, cabendo à figura materna ou à figura da avó a responsabilidade do cuidar, situações que tiveram efeitos na vida dos entrevistados, na maneira de pensar a parentalidade. Destacam-se dois pais que evidenciaram o cenário de carência socioeconómica em que tinham vivido na infância e juventude, e uma mãe que ficou à responsabilidade da avó durante longo período de tempo. Salientamos aqui o simbolismo do “ser mãe” (no caso da entrevistada que foi criada pela avó) e a educação que os progenitores tentam transmitir aos filhos, como herança vinda dos seus próprios pais ou seus substitutos, funcionando, para alguns, como um modelo a seguir, ensinando aos filhos a serem contidos nos pedidos e a darem valor a coisas simples, como partilhar um brinquedo com os irmãos e saber esperar para ter aquele brinquedo ou aquele passeio que tanto desejam.

A este respeito, parece-nos que poderia ser vantajoso para uma etapa futura deste trabalho de investigação, o estudo sobre as motivações nas transições para a parentalidade que focasse as vulnerabilidades durante a infância ou juventude dos progenitores. Esta questão remete-nos para uma dimensão de estudo a que esta pesquisa não pretendeu responder – o cuidar – tentando perceber os modelos parentais que os progenitores seguem na educação dos seus filhos. Seria interessante contribuir para o conhecimento científico, debruçando-nos em modelos educacionais desprovidos da presença de um dos progenitores ou de ambos.

No que respeita às motivações de cariz relacional (relação afetiva entre os cônjuges) podemos afirmar que o desejo de ter um filho surge como aliança do amor conjugal. Antes de mais, porque o desejo de ter um filho é construído com o cônjuge e na relação com ele, e também como simbolismo do amor entre ambos. Assim, um conjunto de variáveis contribuem para o amadurecimento de um novo projeto de parentalidade. Entre eles destacam-se:

- A partilha nas responsabilidades parentais e nas tarefas domésticas, na medida em que ambos os cônjuges colaboram na realização dos cuidados aos filhos e execução daquelas tarefas. Esta partilha, nomeadamente, no que respeita ao pai, funciona como alicerce para o bem-estar materno e também para o crescimento do vínculo paterno. Na globalidade todos os pais contribuem na participação e partilha das rotinas diárias. Embora se verifique que, apesar do contributo dos pais (uns mais que outros), são as mães que lideram toda a gestão do lar.

- O apoio da rede informal, assumindo uma importante ajuda para o tempo do casal, ou seja, para que possam ter momentos a dois (de afetos e de intimidade). Em alguns dos casais, a sustentabilidade da relação amorosa passava pelo apoio imprescindível de familiares (as avós). Dentro do grupo de entrevistados três casais têm esse apoio, embora todos os casais reconheçam que o tempo para estarem a sós é escasso e, muitas vezes, o cansaço e a falta de disponibilidade prejudicam a relação.

- O simbolismo do amor conjugal como a principal razão para se desejar um filho. Para os nossos casais, tal desejo corresponde a uma manifestação do amor existente e de união do casal.

O estudo revelou um conjunto de condições de vida dos casais, ainda que uns tenham ficado mais evidentes do que outros, como determinantes desejáveis ou imperativos para conceber um projeto de parentalidade - condições habitacionais, estabilidade profissional e económica, casar como condição para ter um filho, capacidade emocional significativa para a saúde e segurança no desempenho do papel materno.

Quanto ao contexto em que os nossos entrevistados se encontravam quando decidiram por um ou mais filhos, observou-se que alguns entrevistados tinham empregos que não eram compatíveis com o apoio quotidiano que tinham de prestar aos filhos, a conciliação entre trabalho e vida familiar era quase impraticável. Ora por chegarem tarde a casa ora por trabalharem ao fim-de-semana, fez com que tivessem de mudar de emprego. A maioria dos Pais prioriza o apoio e a presença aos filhos. Conforme pudemos constatar a partir dos testemunhos dos entrevistados, duas mães deixaram de trabalhar por conta de outrem para terem o seu próprio negócio para, não só, equilibrarem a sua situação económica, mas também, e sobretudo, para se dedicarem mais aos filhos. Não esqueçamos que cada criança tem um desenvolvimento emocional próprio, com características únicas e que cabe aos Pais promover que cresçam dentro dos parâmetros normais de uma família. Queremos pais envolvidos,

dedicados e preocupados com os seus filhos. Noutros casos, verificou-se a existência de determinantes de ordem biológica, pessoal e relacional, como a aproximação da idade limite para uma nova gravidez, a sensação de que algo está a faltar para que a mulher se sinta mais realizada e o ter o parceiro ideal.

Refira-se ainda que, a propósito da sustentabilidade económica, todos os entrevistados tinham, de alguma forma, a noção que um outro filho iria produzir transformações nas suas vidas, em termos financeiros. No entanto tinham o conhecimento que uma gestão equilibrada do orçamento familiar iria responder, adequadamente, à satisfação das necessidades elementares dos filhos. Apesar da generalidade dos casais terem esta perceção, encontravam-se numa situação mais complexa, os que tinham dois ou três filhos, principalmente o casal que tinha passado por alteração da sua situação face ao emprego, com dívidas de um negócio que não correspondeu ao expectável. Para este, o processo elaborativo de um outro filho foi condicionado pela situação em que se encontrava e as responsabilidades familiares que tinha (filha a cargo), acabando por contribuir para a reconstrução das dinâmicas motivacionais.

No que respeita à experiência vivida com o primeiro ou segundo filho para a construção de um novo projeto de parentalidade refira-se, que para as progenitoras, a motivação intrínseca sobrepunha-se a qualquer constrangimento ou dificuldade, independentemente das dificuldades económicas, das complicações no parto e de comportamentos ou patologias referentes a algum dos filhos. Para outras, podemos mesmo dizer que as transições para a parentalidade quase representam um “choque”, por falta de preparação prévia e não estar nos planos uma nova gravidez, o que dificultou, em certa medida, o desenvolvido de competências pessoais e psicológicas para responder às exigências de um bebé. Relativamente aos progenitores, o prazer na realização das atividades parentais, a descoberta e a conquista parental e o acompanhar o desenvolvimento do filho, motiva o desejo por ser novamente pai.

Às motivações inerentes às transições para a parentalidade estão associados sentimentos intensos, numa perspetiva de desejos e aspirações que os progenitores depositam num filho. Interligando as experiências vividas e sentidas com uma primeira parentalidade e agora transpondo para o momento em que os progenitores estão a vivenciar novas transições (de um outro filho), expectativas diferentes apoiam e incentivam para o papel parental. Já sabemos que existe gratificação no papel desempenhado, mas essa satisfação e realização advêm da experiência anterior.

A maneira como os Pais se posicionam em relação a um novo projeto de parentalidade, não deixa de ser uma escolha pensada e ponderada. De certa forma, os progenitores parentalizaram-se, tomando consciência e interiorizando os seus deveres enquanto figuras responsáveis pela sobrevivência, a todos os níveis, daquela criança. A este processo de parentalização está implícita uma maneira muito própria de sentir e viver a parentalidade. Para além de tudo o que já foi referido os Pais adotam, inconscientemente, comportamentos e atitudes ensinados pelos filhos. Tornar-se pai e mãe, não é só adquirir as competências necessárias para tal, é também aprender com os filhos, crescendo com eles. Salientamos, assim, a importância atribuída aos nossos progenitores, na dimensão relacional e socio afetiva, constituindo-se como uma “dimensão chave” durante todo o processo de efetivação dos direitos e deveres dos Pais. De facto, conforme pudemos observar, verifica-se um crescimento em termos de maturidade e de alteração de alguns estados emocionais e comportamentais que, por si só, contribuem para um melhor desempenho das funções parentais.

Quererá isto dizer, que ser pai e ser mãe de um segundo ou terceiro filho, não é tão fácil como foi de um primeiro? A experiência adquirida com um primeiro filho não facilita o saber cuidar de um segundo ou terceiro filho? O que nos dizem os nossos entrevistados é que não se trata de ser mais fácil, mas sim diferente. Apesar da experiência anteriormente adquirida, cada criança tem a sua individualidade e como tal a maneira que os pais têm de lidar com ela é diferente dos demais filhos. Idealmente, poderia ser mais fácil, mas na verdade não é o que acontece. Os dados obtidos, permitem-nos afirmar que os papéis parentais desempenhados nas experiências anteriores influenciam o posicionamento dos pais em relação a um novo projeto de parentalidade.

Refira-se que, a propósito das expectativas criadas durante o processo de gravidez e as vivenciadas com o bebé, todos os entrevistados desejavam, cima de tudo, que o seu bebé fosse saudável. Para os casais com dois e três filhos, as expectativas centravam-se, para além de nascerem saudáveis, nas semelhanças com os outros filhos. Contudo, as opiniões são diversas: alguns, apesar de fazerem comparações, nada do que imaginaram correspondeu ao que o filho é; outros, criaram expectativas em termos de personalidade fazendo comparações com os outros filhos; outros imaginavam o que poderiam viver agora com este filho, como oportunidade de realização de ideais não concretizados com os anteriores. Note-se que entre os casais, duas progenitoras – uma mãe com três filhos e uma mãe com dois filhos - manifestaram

apreensões diferentes dos restantes: o receio do bebé não vir saudável por ter descoberto a gravidez tardiamente, culpabilizando-se caso acontecesse; e não conseguir amar de igual forma o seu bebé como ama o primogénito.

Não obstante as dificuldades encontradas nos processos de transições para a parentalidade e da reorganização no quadro global das vidas dos entrevistados, sentem-se, presentemente, felizes e realizados, embora se verifique, para alguns, o desejo de terem um outro filho, de forma a se sentirem mais completos, pelo gosto de serem Pais e, nos casos de filhos únicos, pela importância que um segundo filho significa para o primogénito (companhia e partilha).

Queremos deixar claro que temos consciência que estamos perante um quadro familiar “normativo”, favorável à concretização de decisões reprodutivas e distante de contextos familiares frágeis, quer em termos económicos e profissionais, quer por isolamento social ou mesmo por doença (défices cognitivos ou doenças neurológicas).

É preciso estudar o vulnerável, o ambivalente e o instável, ou seja, aquilo que nos assusta e que nos leva mais além. É, pois, necessário investigar conjecturas familiares que saem fora da “caixa”, do socialmente desejável e esperado, ou seja, desenvolver intervenções adequadas e específicas para aqueles que desejam ser pai e ser mãe e, cujo contexto de vida é tão frágil e que, por mais vontade que demonstrem, a incerteza e o medo de “pôr um filho ao mundo” requer intervenção adequada específica.

Para tornar mais rico um trabalho desta natureza, que se dedique a contextos familiares extremamente vulneráveis, a primeira grande recomendação seria no sentido de envolver parceiros e agentes à escala nacional e regional (Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, Ministério da Saúde, Ministério da Educação, Municípios) e à escala local (serviços de ação social, serviços de saúde, instituições de ensino, associações) no levantamento das necessidades e das potencialidades que emergem da realidade em que se quer intervir para a melhoria de respostas sociais.

Outra linha de trabalho, que nos parece de particular importância é o acompanhamento e apoio a estas famílias por técnicos da área social e de profissionais especialistas em saúde da mulher e da grávida, qualificados com preparação adequada às necessidades de intervenção, de forma a que todos se envolvam e articulem entre si, fazendo o acompanhamento persistente, detetando e prevenindo situações prejudiciais à saúde familiar, de forma a direcionar estas famílias para apoios sociais adequados às necessidades detetadas.

No entanto, parece-nos que os resultados obtidos, apesar de dizerem respeito a um número restrito de casais com perfis específicos, poderão contribuir para o aprofundamento do conhecimento acerca das vivências das transições para a parentalidade, a partir dos fundamentos teóricos e metodológicos mobilizados no quadro desta investigação, podendo ser também o ponto de partida para o desenvolvimento de novas pesquisas que incluam outras dimensões de análise, como sejam a da criação de grupos de pares (perspetiva dos efeitos de um segundo ou terceiro filho na relação pai-mãe-primogénito/filhos), ou o estudo da relação entre processos educativos/cuidar e processos de relação conjugal (perspetiva dos efeitos do processo de parentalidade na intimidade/sexualidade do casal). A este propósito, é necessário que se criem oportunidades efetivas para que cada indivíduo possa viver a sua parentalidade como pessoa singular e como homem e mulher que são pai e mãe, numa lógica de fomentar gravidezes planeadas e famílias felizes.

Acresce ainda, que se pretendeu desenvolver uma perspetiva analítica e reflexiva que favorecesse a capacidade dos Pais se entenderem a si próprios, aos outros e o mundo onde vivem, contribuindo para a sua participação nos processos (da construção da parentalidade) que lhes dizem respeito (Timóteo & Bertão, 2012). Por fim, acredita-se que a partir da relação do educador social com os Pais, no domínio de uma educação construtiva, irá potenciar o educador social a “refletir sobre a prática e de aprender a partir dela” (Timóteo & Bertão, 2012, p.21), desenvolvendo um olhar autocritico sobre si e da construção que o outro faz da realidade, reconhecendo assim o profissional reflexivo que é.

Bibliografia

- Almeida, A. N. (2016). A queda da fecundidade: O seu lado solar. Em V. Cunha, D. Vilar, J. Lavinha, & P. Pereira (Edits.), *A(s) problemática(s) da natalidade em Portugal: Uma questão social, económica e política* (pp. 1-302). ICS Imprensa de Ciências Sociais. Obtido de <http://hdl.handle.net/10451/25303>
- Amado, J. (2014). *Manual de investigação qualitativa em educação* (2 ed.). Imprensa da Universidade de Coimbra. doi:<http://dx.doi.org/10.14195/978-989-26-0879-2>
- Atalaia, S., & Cunha, V. (2017). O impacto da crise nos nascimentos em Portugal: uma perspetiva territorial. Em J. Ferrão, & A. Delicado, *Portugal Social em Mudança. Retratos Municipais* (pp. 33-41). Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa. Obtido de <http://hdl.handle.net/10451/29177>
- Azevedo, J., & Baptista, I. (2008). Educadores Sociais: Quem são? O que fazem? Como desejam ser reconhecidos? *Cadernos de Pedagogia Social*(2), 45-60. doi:<https://doi.org/10.34632/cpedagogiasocial.2008.1924>
- Barros, I. D. (2015). Transição para a parentalidade em contexto de neonatologia: apoio educacional e emocional como intervenção terapêutica de enfermagem. *[Master's thesis]*. Repositório Comum. Obtido de <http://hdl.handle.net/10400.26/16412>
- Barroso, P. (2020). Vivências da Paternidade. *[Master's thesis]*. Universidade de Évora, Escola de Ciências Sociais. Obtido de <http://hdl.handle.net/10174/27990>
- Barroso, R., & Machado, C. (2010). Definições, dimensões e determinantes da parentalidade. *Psicologica*, 1(52), 211-229. doi:https://doi.org/10.14195/1647-8606_52-1_10
- Bogdan, I., Turliuc, M. N., & Candel, O. S. (2022). Transition to Parenthood and Marital Satisfaction: A Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 13(901362), 1-11. doi:10.3389/fpsyg.2022.901362
- Brazão de Freitas, R. (2019). Que caminhos para o futuro da fecundidade em Portugal? O filho único como modelo de descendência final. *[Doctoral thesis]*. Universidade de Évora, Instituto de Investigação e Formação Avançada. Obtido de <https://dspace.uevora.pt/rdpc/handle/10174/25792>
- Cameira, S., Cabral, I. P., Leal, I., & Ribeiro, J. L. (2000). Desejo de um filho. Em *Psicologia da saúde nas doenças crónicas: actas do 3º congresso nacional de*

- psicologia da saúde*. (pp. 771-777). ISPA. Obtido de <https://hdl.handle.net/10216/91718>
- Cardoso, A. M. (2006). Alguns desafios que se colocam à Educação Social. *Cadernos de Estudo*(3), 7-15. Obtido de <http://hdl.handle.net/20.500.11796/880>
- Carvalho, A., & Baptista, I. (2004). *Educação Social: Fundamentos e estratégias*. Porto Editora. Obtido de <https://www.portoeditora.pt/produtos/ficha/educacao-social/134228>
- CNPDP CJ. (2006). *Recomendação Rec(2006)19 do Comité de Ministros do Conselho da Europa para os Estados-Membros sobre a Política de Apoio à Parentalidade Positiva*. Obtido de <https://www.cnpdpj.gov.pt/documents/10182/19464/Recomenda%C3%A7%C3%A3o+2006/e36ba3eb-d849-4ebb-9827-688de3e92f94>
- CNPDP CJ. (3 de Julho de 2023). *Parentalidade Positiva*. Obtido de [cnpdpj.gov.pt: https://www.cnpdpj.gov.pt/parentalidade-positiva](https://www.cnpdpj.gov.pt/parentalidade-positiva)
- Cunha, V. (2009). Filhos a mais: descendências numerosas e a questão do (não) planeamento dos nascimentos. *Sexualidade & Planeamento Familiar*(52/53), 23-27. Obtido de <http://hdl.handle.net/10451/12291>
- Cunha, V. (2012, Junho 19-22). Trajetórias não reprodutivas em três gerações de portugueses: incidência, circunstâncias, oportunidade [Paper presentation]. *VII Congresso Português de Sociologia: Sociedade, Crise e Reconfigurações* (pp. 1-11). Universidade o Porto: APS. Obtido de <http://hdl.handle.net/10451/7263>
- Cunha, V. S. (2002). O filho único na sociedade portuguesa contemporânea: descendência ideal ou descendência possível? pp. 203-215. Obtido de https://associacaoportuguesasociologia.pt/cms/docs_prv/docs/DPR49f72ee6db c00_1.pdf
- Cunha, V. S. (2006). Famílias, fecundidade e funções dos filhos: O impacto do tempo e dos contextos sociais. [Master's thesis]. Repositório do Iscte, Instituto Universitário de Lisboa. Obtido de <http://hdl.handle.net/10071/622>
- Cunha, V. S. (2014). *Inquérito à Fecundidade 2013*. Instituto Nacional de Estatística, I.P., Fundação Francisco Manuel dos Santos. Obtido de https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/11514/1/ICS_VCunha_Partel_CLN.pdf
- Esteves, C. M., Sonogo, J. C., Vivian, A. G., Lopes, R. C., & Piccinini, C. A. (2013). A Gestaçã o do Segundo Filho: Sentimentos e Expectativas da Mãe. *Psico*, 44(4), 542-551. Obtido de

<https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/12284/10847>

- Fleck, M. P. (2000). O instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): características e perspectivas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 5(1), 33-38. Obtido de cielo.br/j/csc/a/3LP73qPg5xBDnG3xMHBVVNK/?format=pdf&lang=pt
- Gama, E. (2014). A transição para a parentalidade: Vivências de pais, três meses após o nascimento do primemiro filho. [Master's thesis, Instituto Politécnico de Viana do Castelo]. Repositório Científico IPVC. Obtido de <http://hdl.handle.net/20.500.11960/1263>
- Gonçalves, C. C. (2014). Sentimentos, representações e expectativas da gestante relativamente ao filho. Estudo exploratório com uma amostra de gestantes do Centro Hospitalar Cova da Beira. [Master's thesis]. Repositório Universidade de Coimbra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação. Obtido de <https://core.ac.uk/download/pdf/43578142.pdf>
- Guerra, I. (2006). *Pesquisa Qualitativa e Análise de Conteúdo - Sentidos e formas de agir* (1 ed.). Principia.
- Hoghugh, M. (2004). Parenting - An introduction. Em M. Hoghugh, & N. Long (Edits.), *Handbook of parenting: Theory and research for practice* (pp. 1-389). Sage. Obtido de [https://books.google.com.br/books?hl=pt-PT&lr=&id=idNLe4mTFZkC&oi=fnd&pg=PP1&dq=Hoghugh,+M.+\(2004\)+Parenting:+an+introduction.+In+M.+Hoghugh+%26+N.+Long+\(Eds\),+Handbook+of+parenting:+theory+and+research+for+practice.+\(pp.+1-18\).+London:+Sage&ots=ELVA_DB](https://books.google.com.br/books?hl=pt-PT&lr=&id=idNLe4mTFZkC&oi=fnd&pg=PP1&dq=Hoghugh,+M.+(2004)+Parenting:+an+introduction.+In+M.+Hoghugh+%26+N.+Long+(Eds),+Handbook+of+parenting:+theory+and+research+for+practice.+(pp.+1-18).+London:+Sage&ots=ELVA_DB)
- Instituto Nacional de Estatística, I. (2021). *Inquérito à Fecundidade - 2019*. Instituto Nacional de Estatística, I.P. Obtido de [file:///C:/Users/Utilizador/Downloads/IFecundidade2019a%20\(7\).pdf](file:///C:/Users/Utilizador/Downloads/IFecundidade2019a%20(7).pdf)
- Lakatos, E., & Marconi, M. (1992). *Metodologia científica: ciência e conhecimento científico, métodos científicos, teoria, hipóteses e variáveis* (2ª ed.). Atlas. Obtido de <https://vdocuments.pub/metodologia-cientifica-lakatos-e-marconi.html?page=3>
- Lopes, L., Pinheiro, F., Ribeiro da Silva, A., & Sousa de Abreu, E. (2015). Aspectos da motivação intrínseca e extrínseca: Uma análise com discentes de ciências contábeis da Bahia na perspectiva da teoria da autodeterminação. *Revista de*

- Gestão, Finanças e Contabilidade*, 1(1), 21-39. Obtido de <http://www.atena.org.br/revista/ojs-2.2.3-06/index.php/RGFC/article/viewFile/21-39/1974>
- Machado, R., Féres-Carneiro, T., & Magalhães, A. (2015). Parentalidade adotiva: Contextualizando a escolha. *Psico*, 46(4). doi:10.15448/1980-8623.2015.4.19862
- Martinelli, S. d., & Bartholomeu, D. (2007). Escala de motivação acadêmica: uma medida de motivação extrínseca e intrínseca. *Avaliação Psicológica: Interamerican Journal of Psychological Assessment*, 6(1), 21-31. Obtido de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v6n1/v6n1a04.pdf>
- Martins, A. C., de Abreu, W. J., & de Figueiredo, M. d. (2014). Tornar-se pai e mãe: um papel socialmente construído. *Revista de Enfermagem*, 4(2), 121-131. doi:10.12707/riii1394
- Martins, C. (2013). A transição no exercício da parentalidade durante o primeiro ano de vida da criança: uma teoria explicativa de enfermagem. [Doctoral thesis]. Universidade de Lisboa, Escola Superior de Enfermagem. Obtido de <http://hdl.handle.net/10451/9420>
- Meleis, A. I. (2010). *Transitions theory: Middle-range and situation-specific theories in nursing research and practice*. Springer publishing company. Obtido de <https://books.google.com.br/books?hl=pt-PT&lr=&id=TdLhXm5fpx8C&oi=fnd&pg=PR7&dq=Transitions+theory+:+middle-range+and+situation>
- Mendes, M. F. (2016). A natalidade e a fecundidade em Portugal. Em V. Cunha, D. Vilar, J. Lavinha, & P. Pereira (Edits.), *A(s) problemática(s) da natalidade em Portugal: Uma questão social, económica e política* (pp. 1-302). ICS Imprensa de Ciências Sociais. Obtido de <http://hdl.handle.net/10451/25303>
- Mota, M. (2011). Representações sociais da gravidez: a experiência da maternidade em instituição. [Master's thesis]. Repositório da Universidade de Lisboa. Obtido de <http://hdl.handle.net/10400.5/3276>
- Oliveira, D. d., & Lopes, R. d. (2010). Implicações emocionais da chegada de um irmão para o primogénito: uma revisão de literatura. *Psicologia em Estudo*, 15(1), 97-106. Obtido de <https://www.scielo.br/j/pe/a/LxtyhKDZjrcZv8qs5GpPNmp/?format=html&lang=pt>

- Oliveira, D. S. (2010). Indicadores de regressão e de crescimento do primogénito no processo de tornar-se irmão. *[Doctoral thesis]*. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia. Obtido de <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/26467/000758431.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Organização Mundial da Saúde. (2016). *Recomendações da OMS sobre cuidados pré-natais para uma experiência positiva na gravidez*. Organização Mundial da Saúde.
- Pansera, S., Valentini, N., Santayana de Souza, M., & Berleza, A. (2016). Motivação intrínseca e extrínseca: Diferenças no sexo e na idade. *Psicologia Escolar e Educacional*, 20(2), 313-320. doi:10.1590/2175-3539/2015/0202972
- Pereira, C. R., & Piccinini, C. A. (2007). O impacto da gestação do segundo filho na dinâmica familiar. *Estudos de Psicologia*, 24(3), 385-395. doi:<https://doi.org/10.1590/S0103-166X2007000300010>
- Piccinini, C. A., Gomes, A. G., De Nardi, T., & Lopes, R. S. (2008). Gestação e a Constituição da Maternidade. *Psicologia em Estudo*, 13(1), 63-72. Obtido de <https://www.scielo.br/j/pe/a/dmBvk536qGWLgSf4HPTPg6f/?format=pdf&lang=pt>
- Piccinini, C. A., Pereira, C. R., Marin, A. H., & Lopes, R. C. (2007). O Nascimento do Segundo Filho e as Relações Familiares. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(3), 253-262. doi:<https://doi.org/10.1590/S0102-37722007000300003>
- Piccini, C. A., Gomes, A. G., Moreira, L. E., & Lopes, R. S. (2004). Expectativas e Sentimentos da Gestante em Relação ao seu Bebê. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 20(3), 223-232. doi:<https://doi.org/10.1590/S0102-37722004000300003>
- Pinto, A., & Monteiro, A. (2018). As redes sociais de apoio na transição para a parentalidade. *Sociologia on line*(17), 113-135. doi:10.30553/sociologiaonline.2018.17.5
- PORDATA, Estatísticas sobre Portugal e Europa. (s.d.). *Idade média da mãe ao nascimento do primeiro filho*. Obtido em 9 de Setembro de 2023, de [pordata.pt: https://www.pordata.pt/Portugal/Idade+m%c3%a9dia+da+m%c3%a3e+ao+nascimento+do+primeiro+filho-805](https://www.pordata.pt/Portugal/Idade+m%c3%a9dia+da+m%c3%a3e+ao+nascimento+do+primeiro+filho-805)
- PORDATA, Estatísticas sobre Portugal e Europa. (s.d.). *Indicadores de fecundidade: Índice sintético de fecundidade e taxa bruta de reprodução*. Obtido em 9 de

- Setembro de 2023, de pordata.pt:
<https://www.pordata.pt/Portugal/Indicadores+de+fecundidade+%c3%8dndice+si+nt+%c3%a9tico+de+fecundidade+e+taxa+bruta+de+reprodu+%c3%a7+%c3%a3o-416>
- Pujana, I. F. (2019). Feminismo e maternidade. Uma relação incómoda? Em D. Neves, M. Santos, & S. Pintassilgo (Edits.), *Nascimento e Outros Debates Género, Parentalidade e Criação* (pp. 1-77). CIES-IUL. doi:10.15847/CIESIUL2019NASCER
- Ramos, V. (2016). A pluralização limitada de trajetórias familiares em Portugal. *Sociologia: Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*(6), 38-57. doi:10.21747/0872-3419/soctema9
- Regulamento n.º 391/2019 da Ordem dos Enfermeiros. (2019). Diário da República: II série, n.º 85. Obtido de <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/regulamento/391-2019-122216892>
- Resolução da Assembleia da República n.º 20/90, de 12 de Setembro. (1990). *Convenção sobre os Direitos da Criança*. Obtido de https://www.pgdlisboa.pt/leis/lei_mostra_articulado.php?nid=1894&tabela=leis
- Shapiro, G. (2014). Voluntary childlessness: A critical review of the literature. *Studies in the Maternal*, 6(1), 1-15. doi:<https://doi.org/10.16995/sim.9>
- Timóteo, I., & Bertão, A. (2012). Educação Social Transformadora e Transformativa: Clarificação de sentidos. *Sensos*, 2(1), 11-26. Obtido de <https://recipp.ipp.pt/bitstream/10400.22/6296/1/Sensos%203%20-%20Educacao%20Social.pdf>
- Tralhão, F., Rosado, A. F., Gil, E., Amendoeira, J., Ferreira, R., & Silva, M. (2020). A família como promotora da transição para a parentalidade, Family as a promoter of the transition to parenting. *Revista da UIIPS – Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém*, 8(1), 17-30. doi:<https://doi.org/10.25746/ruiips.v8.i1.19874>
- Vivian, A. G. (2010). Tornar-se mãe de um segundo filho: da gestação ao segundo ano de vida da criança. [Doctoral thesis]. Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto de Psicologia. Obtido de <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/26812/000761032.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Vivian, A. G., Lopes, R. C., Geara, G. B., & Piccinini, C. A. (2013). “Eu fico comparando”: expectativas maternas quanto ao segundo filho na gestação. *Estudos de Psicologia*, 30(1), 75-87. doi: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2013000100009>
- Wall, K. (2005). A divisão familiar do trabalho. Em K. W. M (Ed.), *Famílias em Portugal. Percursos, interações e redes sociais* (pp. 303-362). Imprensa de Ciências Sociais. Obtido de <file:///C:/Users/Utilizador/Downloads/Karin%20Wall%202005%20-%20n%C2%BA5.pdf>
- Wall, K., Atalaia, S., Leitão, M., & & Marinho, S. (2013). *Observatório das Famílias e das Políticas de Família - Relatório 2012*. Observatórios do Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa. Obtido de <http://hdl.handle.net/10451/23188>
- World Health Organization. (2022). *WHO recommendations on maternal and newborn care for a positive postnatal experience*. World Health Organization.

ANEXOS

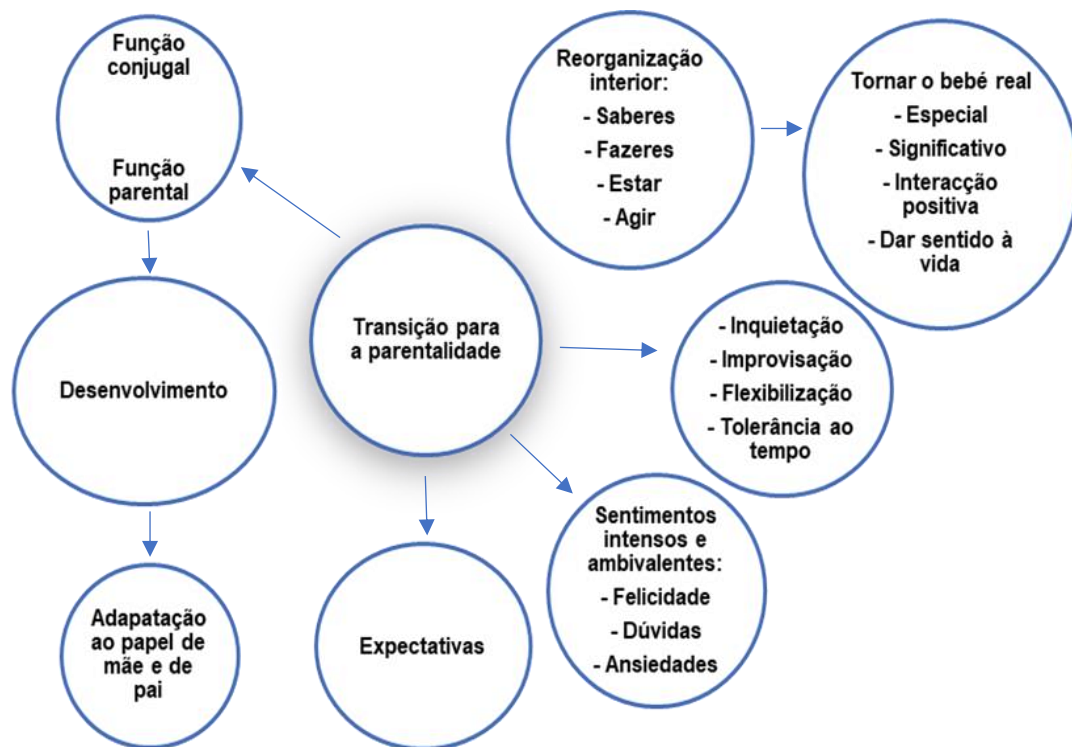
ANEXO A – MAPA CONCEPTUAL

Esquema representativo do processo de transição



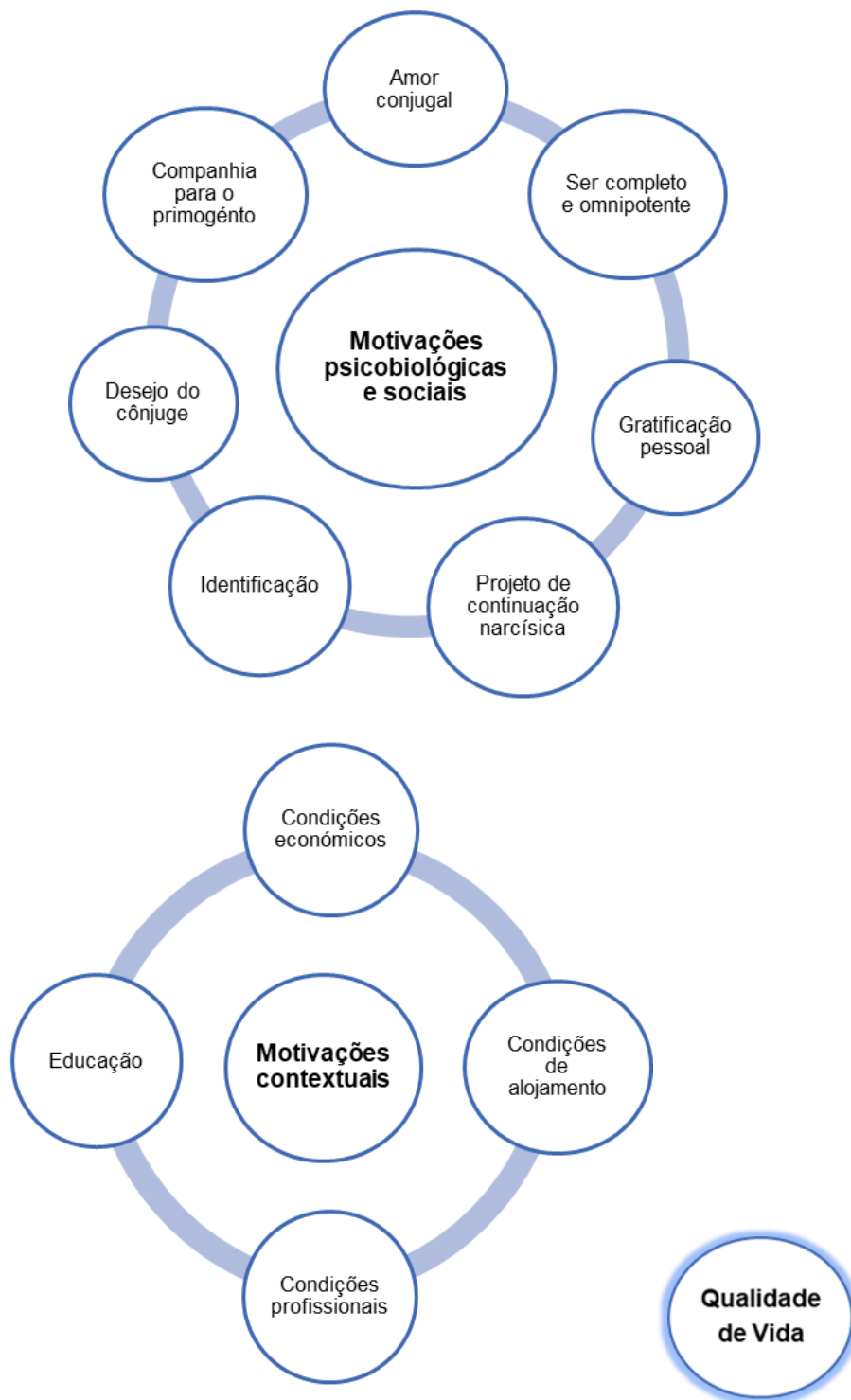
Fonte: Elaborado pelo autora apartir de Meleis (2010)

Esquema representativo do processo da transição para a parentalidade



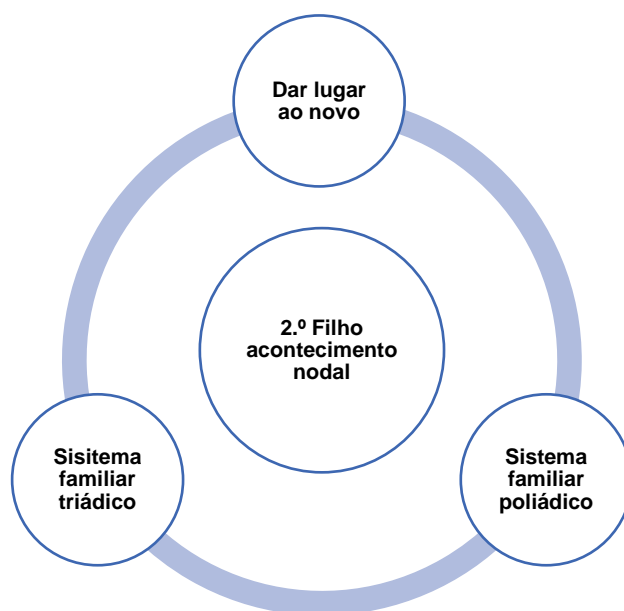
Fonte: Elaborado pela autora.

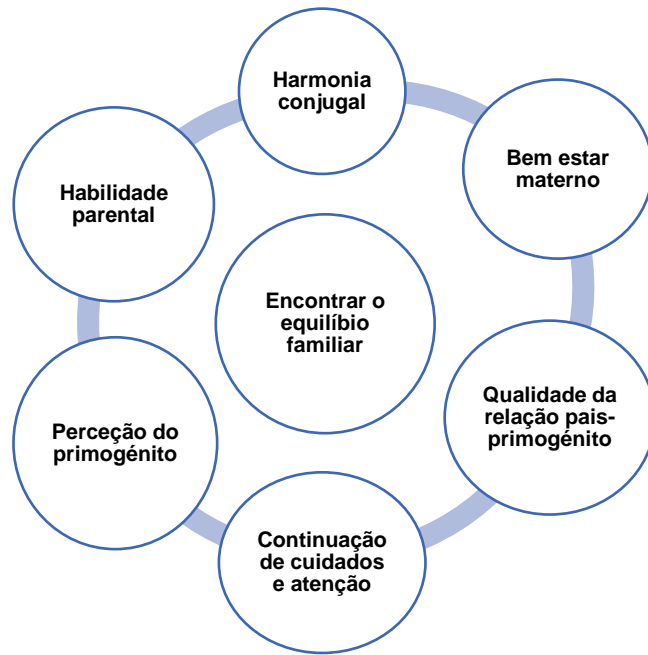
Esquema representativo da transição para a parentalidade na situação de segundo filho



Fonte: Elaborado pela autora.

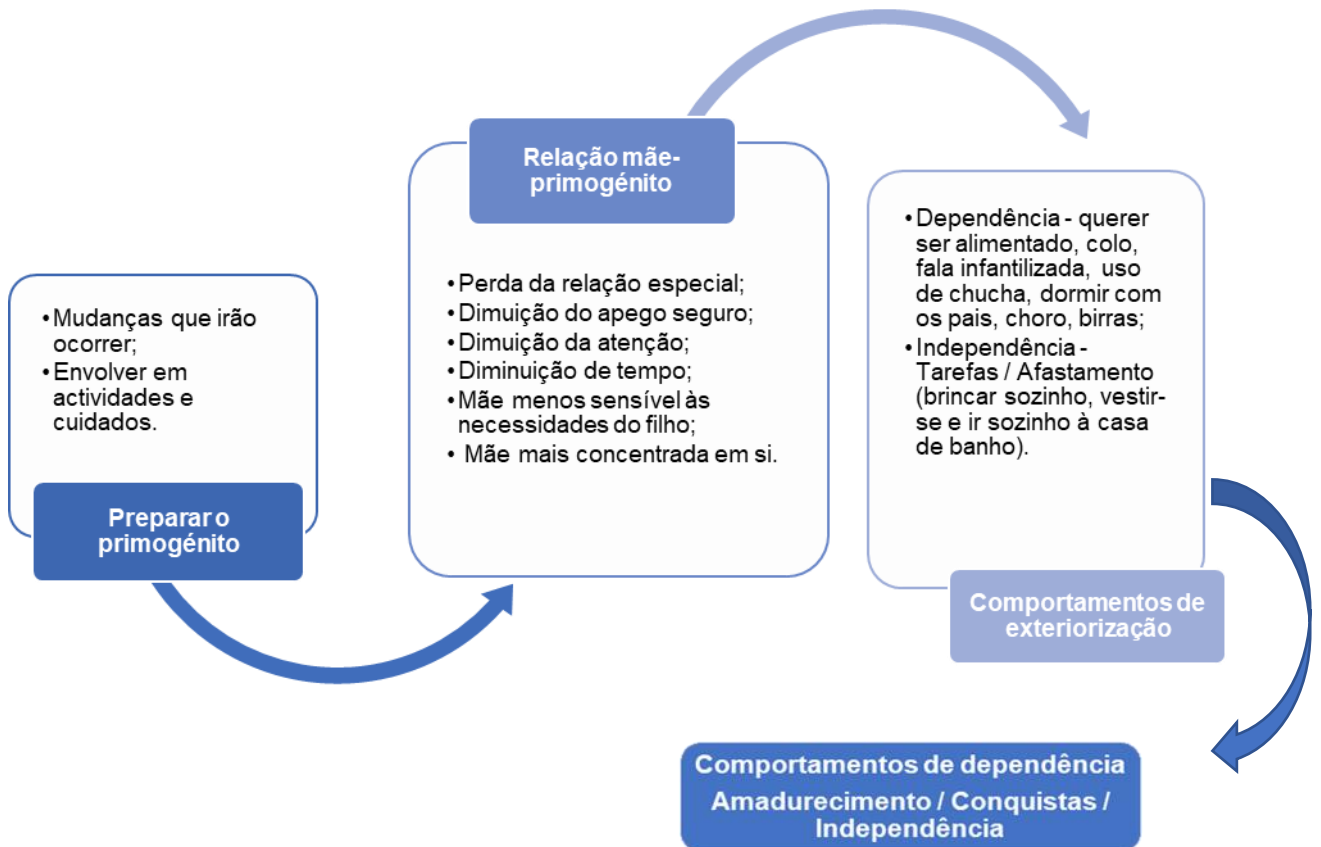
Esquema representativo da transição para a parentalidade – impacto de um segundo filho





Fonte: Elaborado pela autora.

Esquema representativo da transição de filho único para irmão mais velho



Fonte: Elaborado pela autora.

ANEXO B – PREPARAÇÃO DO GUIÃO DE ENTREVISTA AOS PAIS

**GUIÃO DA ENTREVISTA
CASAS – PAIS COM 1, 2 E 3 FILHOS
PREPARAÇÃO/PLANIFICAÇÃO DA ENTREVISTA**

	Passos Necessários	Descrição
Descrição	Definição dos objetivos da entrevista	<p>Explorar transições para a parentalidade na situação de primeiro, segundo e terceiro filho, relativamente às motivações, sentimentos e expectativas que os Pais formulam, procurando descrever diretamente a experiência vivida, tendo por base o que se segue:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar e caracterizar as principais motivações que estiveram na origem de uma gravidez; 2. Identificar os sentimentos e expectativas sobre a vivência da transição para a parentalidade, numa perspetiva orientada e explicitada através de uma visão mais instrumental ou mais sentimental/romântica; 3. Compreender as alterações ocorridas na estrutura económica e profissional, como promotoras de bem-estar familiar; 4. Compreender de que modo a dinâmica conjugal é afetada, procurando aferir que fatores inerentes àquele contexto familiar teriam mais impacto na reorganização familiar; 5. Por fim, identificar e caracterizar o impacto de um segundo ou terceiro filho na relação pai-mãe-primogénito e pai-mãe-filhos, tendo em consideração a uniformização das rotinas e das inter-relações familiares.
	Entrevistados	Casais heterossexuais que vivem maritalmente e que estão a vivenciar transições para a parentalidade na situação de primeiro, segundo ou terceiro filho.
	Entrevistador	Mestranda do curso de Educação Social e Intervenção Comunitária da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Santarém.
	Condições Logísticas	<p>Impressão do Guião da Entrevista. Impressão do Consentimento Livre e Informado. Aquisição de gravador áudio. Espaço – domicílio dos pais e União Distrital das IPSS de Santarém. Dia e hora – A definir com os entrevistados.</p>
	Duração da entrevista	Até 01:00h.
Elaboração	Variáveis	<ul style="list-style-type: none"> - Modos de vida e vivências. - Sonhos e idealizações: o bebé imaginário. - Papel paterno/materno: expectativas e práticas. - Experiências anteriores (1.º e 2.º filho). - Fatores e motivações para um novo projeto de parentalidade. - Atividades e hábitos de lazer. - O “Eu”: desejos e vontades. - O bebé como uma necessidade interna. - Participação do cônjuge/companheiro nos cuidados aos filhos e nas tarefas domésticas. - Formas de estar (comportamentos, partilha de saberes) e de relacionamento entre o casal (momentos a dois). - Impacto, importância e significado de um 1.º, 2.º ou 3.º filho na vida a dois. - O lugar afetivo e físico de uma nova criança no seio familiar. - Interferência na dinâmica familiar: casal-filho(s). - Relação única e especial entre a mãe e o primogénito. - A chegada de um novo membro: ocupação do espaço afetivo e físico. - O comportamento do primogénito e do 2.º/3.º filho – manifestações e formas de estar. - O lugar do pai na relação mãe-primogénito-bebé. - Rotinas e atividades com o primogénito e 2.º/3.º filho: permanências.

		<ul style="list-style-type: none"> - Partilha de cuidados: atenção ao primogénito e ao 2.º/3.º filho. - Relação entre irmãos: comportamentos. - Papel do irmão mais velho. - Aprendizagens/competências/dificuldades. - Reorganização familiar. - Receios face ao futuro: oportunidades e constrangimentos. - Projetos futuros. <p>Descrição dos itens:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Considerar que nem sempre se consegue extrair o que se quer saber, em termos de emoções e sentimentos. - Elaboração de questões agrupadas em categorias e/ou em subcategorias. - Explorar algumas das questões, podendo dar exemplos. - Repetir ou esclarecer questões, ou mesmo formular a questão de maneira diferente, quando o entrevistado não está a perceber o conteúdo da mesma ou quando a sua resposta é insuficiente/escassa. - Reforçar o dito e o não dito. - Introduzir novas questões associadas à questão anterior, desde que seja pertinente para o estudo e que não cause constrangimento ao entrevistado. - Fechar a questão ou interrompê-la em situação de maior vulnerabilidade emocional. - Transcrição da entrevista. - Resumir o discurso oportunamente (sinopse).
	Marcação da entrevista	<p>Apresentar de forma breve o estudo e o que se pretende com o mesmo. Definir o espaço e o tempo com o entrevistado.</p> <p>Nota: priorizar um espaço com ambiente tranquilo, confortável e de confiança para o entrevistado sem interferência de outras pessoas ou ruídos sonoros; apenas o entrevistado e a investigadora estarão presentes.</p>
Realização	Critérios gerais a ter em consideração	<p>Na análise de conteúdo, deve ser dada especial atenção, aos estados emocionais do entrevistado. Assim, privilegiasse:</p> <ul style="list-style-type: none"> - O momento vivido. - As lembranças e recordações. - As trajetórias pessoais. - As emoções. - As convicções. - As hesitações e as pausas (“Hum”, “Não sei”, “Não me estou a fazer entender”, “É difícil de explicar”). - Dar tempo para a resposta. - O que não consegue exprimir por palavras. - A linguagem corporal. - O género de linguagem utilizada (rica ou pobre). - A intensidade do ritmo da linguagem. - O ambiente envolvente e onde decorre a entrevista.
	Aspetos formais a ter em conta	<p>Apresentação:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Criar um ambiente descontraído e de confiança, mostrando empatia e gentileza para com o entrevistado. - Transmitir ao entrevistado que aquilo que vai dizer tem muito valor e é muito importante. - O momento de interação da entrevistadora com o entrevistado é único e nunca mais de vai repetir de igual forma. - Tudo o que será dito e mesmo confessado é estritamente sigiloso. - Clarificar dúvidas sempre que necessário.

		<p>Consentimento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Solicitar a autorização do entrevistado através do consentimento livre e informado. - Salvar o aspeto da voluntariedade e da interrupção da sua participação sem qualquer prejuízo resultante. - Assegurar a confidencialidade dos dados e o anonimato com recurso a nomes fictícios. - A pesquisadora colocar-se à disposição, facultando o seu contacto telefónico e email. <p>Nota: desde já, explicando o âmbito do estudo, o objetivo geral e a metodologia a utilizar; pedir a autorização para a gravação áudio da entrevista.</p> <p>Decorrer na entrevista:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Deixar o entrevistado falar livremente e de forma descontraída. - Focar o entrevistado nos tópicos principais, interpelando-o quando necessário. - Incentivar o entrevistado a explorar mais acerca determinados tópicos que poderão enriquecer e dar especificidade à entrevista. - Não interromper o discurso do entrevistado quando este responde a questões sem que lhe tivessem sido ainda colocadas, ou caso esteja a transmitir informações novas não equacionados previamente mas que tragam mais-valias à investigação. - Saber escutar com sensibilidade. <p>Terminar a entrevista:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tentar não ultrapassar o tempo limite. - Apresentar as considerações finais antes do desfecho da entrevista. - Agradecer a participação e disponibilidade do entrevistado. <p>Nota: quando a entrevista é realizada no domicílio dos pais reforçar o agradecimento por terem aberto “as portas” da sua casa.</p>
--	--	--

**GUIÃO DA ENTREVISTA
CASAIS – PAIS COM 1, 2 E 3 FILHOS
REALIZAÇÃO DA ENTREVISTA**

Objetivo	Tópicos/exemplos de questões	Observações
<p>Legitimar a entrevista</p> <p>Contextualizar o tema no âmbito do curso de mestrado</p>	<p>Encontro-me a realizar a minha dissertação de Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária, estou a investigar a vivência de transição para parentalidade na situação de primeiro, segundo e terceiro filho. Assim, gostaria de explorar as motivações, sentimentos e expectativas dos pais e das mães que estão a viver este momento. Sou Assistente Social no Hospital Distrital de Santarém e uma das minhas áreas de intervenção é o Serviço de Obstetrícia e o Bloco de Partos. Como tal, para além da experiência profissional na área em questão, tenho todo o interesse e curiosidade de explorar ainda mais esta temática. Assim, pretendo realizar esta entrevista a casais que estão a</p>	<p>Frisar que se trata de um trabalho de investigação para fins académicos.</p>

	vivenciar, no momento, a experiência de serem pais de um primeiro, segundo ou terceiro filho.	
Motivar o entrevistado	A importância da sua colaboração para a investigadora obter o grau de mestre.	Esclarecer:
Informar sobre a importância da participação do entrevistado	A necessidade do seu contributo para compreender de forma mais detalhada todas as motivações, sentimentos e expectativas aliadas a um [novo] projeto de parentalidade.	- Objetivo da entrevista. - O anonimato dos dados. - De forma alguma se pretende causar danos ao entrevistado. - A qualquer momento poderá desistir da entrevista. - Tem liberdade para não responder a questões que possam suscitar emoções do foro privado (não se pretende causar qualquer tipo de dano ao entrevistado). - O entrevistado terá acesso aos resultados do estudo.
Utilização dos dados recolhidos	Esta entrevista irá ajudar a investigador a perceber e a compreender o que pensam e sentem estes pais e mães; que expectativas colocam nos filhos e em si próprios. Esta entrevista irá contribuir para um melhor desempenho da investigadora, enquanto profissional que lida diariamente com mães e pais que têm os seus bebés no Hospital Distrital de Santarém.	
Dados sociodemográficos do entrevistado	Os dados recolhidos serão estritamente confidenciais e em nenhum momento será divulgado a identidade do participante ou dado a entender a sua identificação.	
Dados sociodemográficos do entrevistado	Identificação das características do entrevistado (idade, nacionalidade, estado civil, local de residência, escolaridade, profissão, estatuto laboral, filhos em comum do casal)	Apenas serão recolhidos os dados estritamente necessários.

GUIÃO DA ENTREVISTA
CASAIS – PAIS COM 1, 2 E 3 FILHOS
TRATAMENTO E ANÁLISE DOS DADOS

Tratamento dos dados	Análise das respostas às questões: - Transcrição da entrevista. - Sinopse da entrevista. - Análise de conteúdo da entrevista escrita.
Elaboração das análises	- Explicitar metodologia. Tratamento de dados: - Descrever e interpretar os dados recolhidos. - Apresentar a análise dos dados. - Explicar com base na pesquisa exploratória e nos mapas conceptuais. - Realizar as conclusões.

ANEXO C – PREPARAÇÃO DA GRELHA DE AGENDAMENTO DAS ENTREVISTA AOS PAIS

GRELHA DE PREPARAÇÃO DA ENTREVISTA AOS PAIS

Participantes	N.º de Filhos	DN	Participação na SE	Entrevista Dia/Hora	Data a confirmar com os pais	Local	Contacto Telefónico	Especificidades
Casal 1 Pais do bebé José Mãe Aida Pai Bruno	2.º Filho do Casal Ivo	31/03/2022	15/04/2023	27/04/2023 16:00h	24/04/2023	Domicílio dos pais Vila do concelho de Almeirim	Pai - XXXXXXXXXX	Pai com doença do foro neurológico Ivo – 6 anos
Casal 2 Pais do André Mãe Rita Pai Tiago	3.º Filho do Casal Hugo João	04/04/2022	15/04/2023	01/05/2023 10:30h	25/04/2023	União Distrital das IPSS de Santarém	Mãe – XXXXXXXXXX	Hugo – 7 anos João – 2 anos
Casal 3 Pais da bebé Eduarda Mãe Sofia Pai Rui	1.º Filho do Casal	04/04/2022	15/04/2023	01/05/2023 14:00h	27/04/2023	Domicílio dos pais Concelho de Rio Maior	Pai- XXXXXXXXXX Mãe - XXXXXXXXXX	Mãe com doença do foro neurológico
Casal 4 Pais do bebé Xavier Mãe Ângela Pai Telmo	1º Filho do Casal	15/04/2022	29/04/2023	01/05/2023 16:30/17:00h	Confirmado pessoalmente com os pais no dia da participação na SE	Domicílio dos pais Concelho de Rio Maior	Mãe - XXXXXXXXXX	_____
Casal 5 Pais da bebé Alice Mãe Anita Pai Hélio	2º Filho do Casal Júlia	11/02/2022	_____	27/05/2023 11:00h	25/05/2023	União Distrital das IPSS de Santarém	Mãe - XXXXXXXXXX	Júlia – 4 anos
Casal 6 Pais do bebé Duarte Mãe Marta Pai Nuno	3º Filho da Mãe (1.º filho do pai) Dinis Raúl	11/06/201	_____	28/05/2023 15:00h	25/05/2023	Domicílio dos pais Cidade de Santarém	Mãe - XXXXXXXXXX	Dinis – 11 anos Raúl – 9 anos; apresenta um transtorno de desenvolvimento neurológico

ANEXO D – CONSENTIMENTO LIVRE E INFORMADO

“Vivências da transição para a parentalidade: permanências e mudanças.”

CONSENTIMENTO LIVRE E INFORMADO

OBJETIVO

A presente investigação decorre no âmbito do Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária de Ana Cristina Baltazar Puim Marques, a realizar na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Santarém, sob orientação da Professora Doutora Luísa Maria da Silva Delgado.

A investigação tem como objetivo explorar transições para a parentalidade na situação de primeiro, segundo e terceiro filho, relativamente às motivações, sentimentos e expectativas que os Pais formulam.

METODOLOGIA

Para a recolha dos dados utilizarei uma entrevista semiestruturada. Nesse sentido, venho por este meio solicitar a sua participação no referido estudo e a sua autorização para a gravação áudio da entrevista.

Este trabalho é realizado com fins académicos, sendo a sua privacidade respeitada, todos os dados recolhidos serão estritamente confidenciais, e a equipa garante o armazenamento seguro da informação (todos os dados e informação recolhida neste estudo são guardados num servidor seguro e com acesso restrito da equipa de investigadores). Os resultados da investigação serão apenas utilizados na elaboração e divulgação científica.

Informo que a sua participação é inteiramente voluntária, podendo desistir a qualquer momento, sem qualquer prejuízo.

Contato para esclarecimento de dúvidas: 914709794; anacpuim@gmail.com

APÓS A LEITURA DA INFORMAÇÃO ANTERIOR

Eu, _____
_____(nome completo), com a identificação _____(BI/CC), com a
data de validade _____ com o grau de parentesco
de _____, declaro que tive conhecimento dos objetivos do estudo
e metodologia e declaro que concordo em participar no estudo.

Assinale com uma cruz tudo aquilo que concorda:

Tenho conhecimento dos objetivos e condições do estudo e concordo em
participar.

Autorizo que a recolha de dados seja gravada em áudio.

Autorizo que me contactem telefonicamente, por chamada, SMS ou por email

Assinatura do Participante

Assinatura da Investigadora

Data _____

ANEXO E - GUIÃO DE ENTREVISTA AOS PAIS DE 1.º FILHO

GUIÃO DE ENTREVISTA AOS PAIS DE 1.º FILHO

A presente entrevista tem como objetivo explorar transições para a parentalidade na situação de primeiro, segundo e terceiro filho, relativamente às motivações, sentimentos e expectativas que os Pais formulam.

A informação recolhida destina-se a ser trabalhada no âmbito da Dissertação de Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária de Ana Cristina Baltazar Puim Marques, a decorrer na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Santarém sob orientação da Professora Doutora Luísa Maria da Delgado.

Procedimentos:

1. Apresentação pessoal do entrevistador
2. Definição dos objetivos da entrevista
3. Esclarecimento do anonimato do entrevistado e liberdade para não responder a determinadas questões que possam ser colocadas
4. Pedido de autorização para proceder à gravação da entrevista e agradecimento da colaboração

I – SITUAÇÃO SÓCIOFAMILIAR ATUAL

Objetivo: Caracterizar os progenitores relativamente à sua situação sociofamiliar atual.
Para começar, gostaria de lhe colocar algumas questões relacionadas com a sua vida familiar:

- ◆ O seu agregado familiar é composto por quantas pessoas?
- ◆ Que tipo de relações de parentesco existem entre os elementos que constituem o agregado familiar?
- ◆ Pode descrever-me as suas rotinas diárias? Como são divididas as tarefas em casa? Tem ajuda do seu marido/esposa/companheiro/companheira?
- ◆ Para além das exigências do dia-a-dia ainda tem tempo para si? (passear, fazer desporto, ler, conversar com um amigo...)

(Tentar perceber se sente falta de fazer alguma atividade que antes fazia e agora, por falta de tempo, já não faz)

- ◆ Qual a sua apreciação sobre o nível de vida que tem hoje e o que tinha antes do nascimento do seu filho? (nível de satisfação, aspetos mais importantes para a sua vida e realização pessoal)

II – SITUAÇÃO ECONÓMICA E PROFISSIONAL ATUAL

Objetivo: Caracterizar os progenitores relativamente à sua situação económica e profissional atual.

Pode descrever-me sua situação económica e profissional atual:

- ◆ O nascimento do seu filho alterou a situação económica em que se encontra? Se sim, pode dizer-me em que aspetos? Como consegue fazer face aos custos que agora tem?
- ◆ Do ponto de vista profissional, o nascimento do seu filho influenciou a sua carreira ou projetos profissionais? Se sim, de que maneira?
- ◆ Acha que vai conseguir suportar todas as despesas que o seu filho irá exigir, ao nível da satisfação das necessidades básicas? (saúde, educação, vestuário...)

III – MOTIVAÇÕES NA TOMADA DE DECISÃO DE SER PAI/MÃE

Objetivos: Aprofundar as dinâmicas motivacionais dos sujeitos; compreender o significado atribuído a um filho.

Gostaria de colocar algumas questões sobre as motivações que conduziram à decisão de ter um filho:

- ◆ Que motivações levaram à decisão de ter um filho?
 - Realização pessoal;
 - Desejo de ser completo e onnipotente;
 - Desempenho de papel gratificante;
 - Sentido de existência;
 - Desejo de união com o cônjuge/companheiro/companheira (resolução de problemas conjugais ou afirmação do amor conjugal);
 - Realização de ideais e oportunidades que não concretizou;
 - Identificação narcísica.
- ◆ Que fatores tinham contribuído, naquela etapa da sua vida, para essa decisão? (coesão familiar, estabilidade económica, apoio conjugal, condições de saúde...)
- ◆ Teve dúvidas em tomar esta decisão? Em algum momento se arrependeu?
- ◆ O que espera que o seu filho lhe traga ou que irá acrescentar à sua vida? (tranquilidade, amadurecimento, novas aprendizagens...)

- ◆ Que significado tem para si ser pai/mãe?

IV – PERCEÇÕES PESSOAIS

Objetivos: Conhecer as expectativas e sentimentos; compreender a satisfação expressa pelos sujeitos; explorar as principais aprendizagens, saberes e competências adquiridas; conhecer os impactos futuros.

Agora gostava de perceber em que sentido a sua vida mudou com o nascimento do seu filho:

- ◆ As vivências que está a ter com o seu filho correspondem às expectativas criadas durante o processo de gravidez?
- ◆ Antes do nascimento do seu bebé, o que pensava que ia mudar na sua vida? (financeiro, social, familiar) E quanto ao seu relacionamento conjugal, acha que seria afetado? Como? (se não respondeu anteriormente)
- ◆ O seu bebé era como imaginava? Se não, o que é diferente?
- ◆ Sente que o nascimento do seu filho veio preencher uma necessidade interna? (algo que lhe faltava ou que estava incompleto) Se sim, sente-se mais completo?
- ◆ Como se imaginava a si enquanto pai/mãe? Hoje, algo é diferente daquilo que imaginou? E como se sente ao ser pai/mãe? (Tentar compreender o tipo de pai/mãe que idealizava ser e que é agora).
- ◆ Que competências e aprendizagens considera ter adquirido desta experiência?
- ◆ Quais têm sido as suas principais dificuldades e como as tem ultrapassado?
- ◆ Sente-se mais cansado e com menos tempo do que antes? Ou sente que os momentos e as tarefas com o seu filho compensam tudo isso?
- ◆ Tem algum projeto ou realização pessoal que não foi concretizado por si devido à decisão de ter um filho? Se sim, pensa vir a realizá-lo? Quando?

V – RELAÇÃO CONJUGAL

Objetivos: Avaliar a relação conjugal; perceber os impactos e mudanças na relação.

Gostaria que me falasses um pouco sobre o seu relacionamento conjugal agora com um filho:

- ◆ O nascimento do seu bebé alterou o seu relacionamento conjugal? Se sim, em que aspetos? Como era antes? Como está agora?
- ◆ Considera que o seu filho é o resultado do amor que existe entre si e o seu marido/esposa/companheiro/companheira?

- ◆ O nascimento do seu filho reafirmou a sua relação conjugal? Se sim, em que sentido? Se não, porquê?
- ◆ Como gere a sua relação conjugal, agora que o seu filho lhe ocupa tanto tempo?
- ◆ Consegue ter momentos a dois?

VI – PERSPETIVAS FUTURAS

Objetivos: Identificar perspetivas futuras ao nível do projeto de vida individual da criança e de um novo projeto de parentalidade.

Antes de finalizar, gostaria de explorar um pouco como imagina a vida do seu filho no futuro:

- ◆ Acha que vai conseguir oferecer ao seu filho uma vida satisfatória, com qualidade de vida? (estabilidade económica, educação, ajuda na compra de uma casa...) Pois, como tem conhecimento o país está a atravessar uma crise económica e cada vez mais os filhos permanecem mais tempo na dependência financeira dos pais.

Em relação a ter um segundo filho:

- ◆ Está nos seus planos ter mais filhos? Se sim, quantos? E para quando? Porquê nessa altura? Se não, porquê?
- ◆ Ter mais filhos compromete a qualidade de vida da sua família? (relação custos/nº de filhos) O que mudaria na sua vida se tivesse mais filhos?
- ◆ Que significado teria um segundo filho para si? Como se imagina pai/mãe de um segundo filho? (se respondeu que pretende ter mais filhos)
- ◆ Sente-se feliz e realizado só com um filho?

Para finalizar:

- ◆ Como avalia esta experiência? Quais os aspetos mais positivos? Quais os aspetos mais negativos?
- ◆ O que faria diferente?

ANEXO F - GUIÃO DE ENTREVISTA AOS PAIS DE 2.º E 3.º FILHO

GUIÃO DE ENTREVISTA AOS PAIS DE 2.º E 3.º FILHO

A presente entrevista tem como objetivo explorar transições para a parentalidade na situação de primeiro, segundo e terceiro filho, relativamente às motivações, sentimentos e expectativas que os Pais formulam.

A informação recolhida destina-se a ser trabalhada no âmbito da Dissertação de Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária de Ana Cristina Baltazar Puim Marques, a decorrer na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Santarém sob orientação da Professora Doutora Maria Luísa da Silva Delgado.

Procedimentos:

1. Apresentação pessoal do entrevistador
2. Definição dos objetivos da entrevista
3. Esclarecimento do anonimato do entrevistado e liberdade para não responder a determinadas questões que possam ser colocadas
4. Pedido de autorização para proceder à gravação da entrevista e agradecimento da colaboração

I – SITUAÇÃO SÓCIOFAMILIAR ATUAL

Objetivo: Caracterizar os progenitores relativamente à sua situação sociofamiliar atual.
Para começar gostaria de lhe colocar algumas questões relacionadas com a sua vida familiar:

- ◆ O seu agregado familiar é composto por quantas pessoas?
- ◆ Que tipo de relações de parentesco existem entre os elementos que constituem o agregado familiar?
- ◆ Que idade tem o seu filho mais velho? (ou filhos mais velhos)
- ◆ Pode descrever-me as suas rotinas diárias? Como são repartidas as tarefas em casa? Tem ajuda do seu marido/esposa/companheiro/companheira?
- ◆ Para além das exigências do dia-a-dia ainda tem tempo para si? (passear, fazer desporto, ler, conversar com um amigo...)

(Tentar perceber se sente a falta de fazer alguma atividade que antes fazia e agora, por falta de tempo, já não faz)

- ◆ Qual a sua apreciação sobre o nível de vida que tinha até ao nascimento do seu segundo/terceiro filho? (nível de satisfação, aspetos mais importantes para a sua vida/satisfação e realização pessoal)

II – SITUAÇÃO ECONÓMICA E PROFISSIONAL ATUAL

Objetivo: Caracterizar os progenitores relativamente à sua situação económica e profissional atual.

Pode descrever-me sua situação económica e familiar atual:

- ◆ O nascimento do seu segundo/terceiro filho alterou a situação económica em que se encontra? Se sim, pode dizer-me em que aspetos? Como consegue fazer face aos custos que agora tem?
- ◆ Do ponto de vista profissional, o nascimento do seu filho influenciou a sua carreira ou projetos profissionais? Se sim, de que maneira?
- ◆ Acha que vai conseguir suportar todas as despesas que os seus filhos exigem, ao nível da satisfação das necessidades básicas? (saúde, educação, vestuário...)?

III – MOTIVAÇÕES NA TOMADA DE DECISÃO DE SER PAI/MÃE

Objetivos: Aprofundar as dinâmicas motivacionais dos sujeitos; compreender o significado atribuído a um segundo/terceiro filho.

Gostaria de colocar algumas questões sobre as motivações que conduziram à decisão de ter um outro filho:

- ◆ Que motivações levaram à decisão de ter outro filho?
 - Realização pessoal;
 - Desejo de ser completo e onnipotente;
 - Desempenho de papel gratificante;
 - Sentido de existência;
 - Desejo de união com o cônjuge/companheiro (resolução de problemas conjugais ou afirmação do amor conjugal);
 - Realização de ideais e oportunidades que não concretizou;
 - Identificação narcísica;
 - Ter gostado da(s) experiência(s) anterior(es);
 - Satisfazer a vontade do cônjuge/companheiro/companheira.

- ◆ Que fatores tinham contribuído, naquela etapa da sua vida, para a essa decisão? (coesão familiar, estabilidade económica, apoio conjugal, condições de saúde...)
- ◆ Teve dúvidas em tomar esta decisão? Em algum momento se arrependeu?
- ◆ A experiência do primeiro/segundo filho, influenciou de alguma maneira a decisão de ter um outro filho?
- ◆ O que espera que o seu filho lhe traga ou que irá acrescentar à sua vida? (tranquilidade, amadurecimento, novas aprendizagens...)
- ◆ Que significado tem para si ser pai/mãe de dois/três filhos?

IV – PERCEÇÕES PESSOAIS

Objetivos: Conhecer as expectativas e sentimentos; compreender a satisfação expressa pelos sujeitos; explorar as principais aprendizagens, saberes e competências adquiridas; conhecer os impactos futuros.

Agora gostava de perceber em que sentido a sua vida mudou com o nascimento de um outro filho?

- ◆ As vivências que está a ter com o seu segundo/terceiro filho correspondem às expectativas criadas durante o processo de gravidez?
- ◆ Antes do nascimento do seu bebé, o que pensava que ia mudar na sua vida? (financeiro, social, familiar) E quanto ao seu relacionamento conjugal, acha que seria afetado? Como? (se não respondeu anteriormente)
- ◆ O seu bebé era como imaginava? Se não, o que é diferente?
- ◆ Sente que o nascimento do seu filho veio preencher uma necessidade interna? (algo que lhe faltava ou que estava incompleto) Se sim, sente-se mais completo?
- ◆ Como se imaginava a si enquanto pai/mãe de dois/três filhos? Hoje, algo é diferente daquilo que imaginou? E como se sente ao ser novamente pai/mãe?
- ◆ Que competências e aprendizagens considera ter adquirido desta experiência?
- ◆ Quais têm sido as suas principais dificuldades e como as tem ultrapassado?
- ◆ Sente-se mais cansado e com menos tempo do que antes? Ou sente que os momentos e as tarefas com os seus filhos compensam tudo isso?
- ◆ Tem algum projeto ou realização pessoal que não foi concretizado por si devido à decisão de ser pai/mãe? Se sim, pensa vir a realizá-lo? Quando?

V – RELAÇÃO PAI/MÃE-FILHOS

Objetivos: Conhecer a satisfação expressa pelos sujeitos; caracterizar o bem-estar e harmonia familiar; identificar aprendizagens significativas; Identificar saberes e competências adquiridas; impactos futuros na sua vida.

Abordemos agora a relação que existe entre si e os seus filhos:

- ◆ É mais fácil ser pai/mãe de um segundo/terceiro filho, por já ter a experiência do primeiro/dois filhos? Se sim, pode explicar melhor de que forma essa experiência facilitou uma melhor adaptação a um outro filho? Se não, porquê?
- ◆ Sente-se mais bem preparado para ser pai/mãe agora, do que quando o foi pela primeira vez? Se sim, porquê? Se não, porquê?
- ◆ De que forma um segundo/terceiro filho alterou a relação que existia entre si e o seu primeiro/segundo filho? Verificou alguma alteração na relação do seu marido/esposa/companheiro/companheira com o seu filho(s) mais velho(s)? Se sim, quais?
- ◆ Como divide a atenção e os cuidados do seu bebé com o seu(s) outro(s) filho(s)?
- ◆ Acha que de alguma forma houve uma diminuição da relação que tinha com o(s) seu(s) filho(s), depois da chegada do irmão? (por a sua a tenção estar mais focada no bebé)
- ◆ Consegue manter as atividades que tinha com o(s) seu(s) filho(s), depois do nascimento do bebé?
- ◆ O(s) seu(s) filho(s) exige mais de si agora? (atenção, cuidados, disponibilidade...) Se sim, como se manifestam?
- ◆ O(s) seu(s) filho(s) tem comportamentos diferentes em relação a si, dos que tinha antes do irmão nascer? Se sim, quais?

Comportamentos de dependência: querer ser alimentado, pedir colo, fala infantilizada, uso da chucha, chupar no dedo, dormir com os pais, alterações no sono, nos hábitos de alimentação e de higiene, maior solicitação por cuidado e atenção materna, desobediência, choro e birras.

Comportamentos de independência: brincar sozinho, vestir-se e ir sozinho à casa de banho, afastamento em relação à mãe.

- ◆ E em relação ao seu marido/esposa/companheiro/companheira? Como se sente em relação a essas mudanças de comportamento?
- ◆ Como se costuma comportar o(s) seu(s) filho(s) quando está a dar atenção ou cuidando do seu bebé? Ele(s) participa nos cuidados ao irmão?

VI – RELAÇÃO ENTRE IRMÃOS

Objetivos: Compreender como o primogénito/segundo filho se adaptou ao irmão; Identificar o lugar afetivo e físico do primogénito/segundo filho.

No que respeita à relação entre os seus filhos:

- ◆ Durante o período de gravidez preparou o(s) seu(s) filho(s) para a chegada do irmão? Se sim, de que forma?
- ◆ Como acha que o seu filho se sente em ser irmão mais velho? Que comportamentos ele demonstra?
- ◆ Qual a relação do seu(s) filho(s) com o irmão?

VII – RELAÇÃO CONJUGAL

Objetivos: Avaliar a relação conjugal; perceber os impactos e mudanças na relação.

Gostaria que me falasses um pouco sobre o seu relacionamento conjugal agora com dois/três filhos:

- ◆ O nascimento do seu bebé alterou o seu relacionamento conjugal? Se sim, em que aspetos? Como era antes (só com um/dois filho)? Como está agora?
- ◆ Considera que os seus filhos são o resultado do amor que existe entre si e o seu marido/esposa/companheiro/companheira?
- ◆ O nascimento do seu filho reafirmou a sua relação conjugal? Se sim, em que sentido? Senão, porquê?
- ◆ Como gere a sua relação conjugal, agora com dois/três filhos?
- ◆ Consegue ter momentos a dois?

VIII – PERSPETIVAS FUTURAS

Objetivos: Identificar perspetivas futuras ao nível do projeto de vida dos seus filhos e de um novo projeto de parentalidade.

Antes de finalizar, gostaria de explorar um pouco como imagina a vida dos seus filhos no futuro:

- ◆ Acha que vai conseguir oferecer aos seus filhos uma vida satisfatória, com qualidade de vida? (estabilidade económica, educação, ajuda na compra de uma casa...) Pois, como tem conhecimento o país está a atravessar uma crise económica e cada vez mais os filhos permanecem mais tempo na dependência financeira dos pais.

Em relação a ter um terceiro/quarto filho:

- ◆ Está nos seus planos ter mais filhos? Se sim, quantos? E para quando? Porquê nessa altura? Se não, porquê?
- ◆ Ter mais filhos compromete a qualidade de vida da sua família? (relação custos/nº de filhos) O que mudaria na sua vida se tivesse mais filhos?
- ◆ Que significado teria um terceiro/quarto filho para si? Como se imagina pai/mãe de um outro filho? (se respondeu que pretende ter mais filhos)
- ◆ Sente-se feliz e realizada com os seus filhos?

Para finalizar:

- ◆ Como avalia esta experiência? Quais os aspetos mais positivos? Quais os aspetos mais negativos?
- ◆ O que faria diferente?

PERFIL DOS ENTREVISTADOS (Casais não contemplados na amostra recolhida da participação da investigadora na SE).

Agora para terminar, gostaria de colocar algumas perguntas mais diretas sobre si.

- ◆ Idade
- ◆ Nacionalidade
- ◆ Estado civil
- ◆ Cidade onde vive atualmente
- ◆ N.º de anos de estudo
- ◆ Profissão
- ◆ Estatuto laboral
- ◆ Filhos em comum do casal

ANEXO G - GUIÃO DE ANÁLISE DAS ENTREVISTAS AOS PAIS

ESTRUTURA FAMILIAR	Contexto sociofamiliar	Agregado familiar N.º de elementos Relações de parentesco Idade dos filhos mais velhos
	Contexto económico e profissional	Rendimentos do agregado familiar Mudanças e permanências – Situações concretas Peso das despesas na estruturação e organização da vida familiar Estratégias de ajustamento Representações face ao futuro – receios/apreensão/inquietude confiança/tranquilidade Percurso profissional Situação profissional quando do nascimento Percurso profissional – Permanências e projetos futuros
MODOS DE VIDA	Tempos e atividades quotidianas	Práticas quotidianas Tarefas domésticas e de assistência aos filhos Limitações de saúde Rotinas diárias Atividades de lazer Perceções subjetivas Satisfação Nível de vida hoje e face ao passado
DINÂMICAS MOTIVACIONAIS	Motivações para a decisão de ter um filho	Motivações de ordem intrínseca/pessoal Realização pessoal Plenitude e onipotência Sentido existencial Necessidade egóica Identificação narcísica Gratificação do papel (experiência anterior) Desejo de ter um filho de sexo oposto Motivações de ordem conjugal União conjugal Reconciliação conjugal Afirmação do amor conjugal Determinantes contextuais Estabilidade conjugal Estabilidade económica Estabilidade profissional Condições favoráveis de saúde Sensações/interpretações Dilemas de ordem intrínseca (dúvidas/hesitações) Expectativas (Tranquilidade, amadurecimento, aprendizagens, felicidade...) Significado para o sujeito de ser pai/mãe Importância de um irmão

EXPERIÊNCIAS VIVIDAS	Vivências	Expectativas (durante a gravidez e depois do nascimento) Perceção pelo sujeito relativamente: Mudanças (financeiro, social, familiar, conjugal) Bebé imaginário Necessidades internas (o bebé surge para preencher/completar o <i>self</i>) Desempenho e sentimentos do papel paterno e materno Processo e Dinâmica Competências e aprendizagens adquiridas; importância Principais dificuldades e estratégias adaptativas (aperfeiçoamento de práticas) Cansaço e falta tempo Projetos e realizações por concretizar
RELAÇÕES FAMILIARES (Organização e funcionamento/ Adaptação e reformulação dos papéis parentais e regras de funcionamento)	Dinâmica relacional	Opinião face: <ul style="list-style-type: none"> ➢ À comparação da experiência de ser pai/mãe de 2º/3º filhos e da experiência do 1º filho (práticas, aptidões, conhecimentos apercebidos como facilitadoras) ➢ À relação pai/mãe-filhos com a inserção de um outro filho ➢ À importância da relação especial mãe/pai-1º/2.º filhos ➢ Às adaptações e mudanças sobre o equilíbrio e organização pré-estabelecidos no sistema familiar ➢ À atenção e cuidados aos 1º/2º filhos ➢ À reformulação dos papéis parentais ➢ À prática de manter as atividades que tinha com os filhos
	Implicações emocionais	Problemas de comportamento <u>Comportamentos de dependência:</u> ser alimentado, pedir colo, fala infantilizada, uso da chucha, chupar no dedo, dormir com os pais, alterações no sono, nos hábitos alimentares e de higiene, maior solicitação por cuidado e atenção materna, desobediência, choro e birras <u>Comportamentos de independência:</u> brincar sozinho, vestir-se e ir sozinho à casa de banho, afastamento em relação à mãe
	Dinâmica entre irmãos	Apreciação sobre: Preparação do 1º/2º filho para a chegada do irmão Participação do 1º/2º filho nos cuidados ao irmão Sentimentos, atitudes e comportamentos do 1º/2º filho como irmão mais velho Relação entre irmãos
	Dinâmica conjugal	Percurso conjugal Situação conjugal/situação face ao relacionamento conjugal quando do nascimento do filho <ul style="list-style-type: none"> ➢ Mudanças - o antes e o agora ➢ O pós-parto ➢ O filho como manifestação e confirmação do amor conjugal ➢ Reafirmação do amor ➢ Gestão da relação ➢ Momentos a dois ➢ Sexualidade
PROJETOS	Perspetivas futuras	Perceção subjetiva relativamente à capacidade de proporcionar aos filhos uma vida satisfatória, com qualidade de vida Motivação para um novo projeto de parentalidade – significado, importância, perspectivas e mudanças Relação entre nº de filhos (aumento das despesas) /qualidade de vida Apreciação sobre o nível de satisfação atual

ANEXO H - RESUMO DAS ENTREVISTAS AOS PAIS

Casal 1 - Pais do bebé José

Data: 27/04/2023

Local da entrevista: domicílio dos pais (Vila do Concelho de Almeirim)

Sexo: masculino

Data de Nascimento: 31/03/2022

Idade: 1 ano e 27 dias

Irmãos: Ivo; Idade: 6 anos

Pai Bruno

Idade: 55 anos

Estado civil: casado

Anos de escolaridade: 18

Profissão: reformado

Estatuto laboral: não ativo

Com quem reside atualmente: esposa Aida; filhos Ivo e José

Duração: 1:20:33

Situação sociofamiliar atual:

- Vive com a esposa e os dois filhos;
- A organização do dia-a-dia passa por se levantar para fazer o pequeno-almoço à família, preparar os filhos, levar o mais velho à escola e a esposa ao emprego, depois regressar a casa com o José e estar com ele, almoçar com a esposa (vem a casa à hora de almoço), arrumar a cozinha; entretanto a esposa regressa ao trabalho, torna a estar sozinho com o filho, ao final do dia vão buscar a mãe e o irmão, depois ir às atividades com o José, regressar a casa, ajudar a preparar o jantar e tratar das tarefas domésticas e dos cuidados aos filhos, e tratar da horta e das galinhas;
- Tem ajuda da esposa nas lidas domésticas e nos cuidados aos filhos;
- Cuidou do filho mais velho até aos três anos, altura em que entrou para a escola (janeiro de 2020); em março de 2021 veio para casa, devido à pandemia COVID 19; no ano seguinte, também a esposa veio para casa, ficando a dar aulas online;
- A esposa é professora de educação especial;
- Em 2022, quando o filho mais velho regressa à escola, nasce o José;
- Relativamente, a ter algum tempo para si, pode-se dizer que é escasso; um dos seus *hobbies* preferidos é a leitura e a escrita; às vezes, ainda consegue ter tempo, embora seja curto;
- Tem uma doença do foro neurológico, a sua capacidade de leitura foi afetada, não só pelo cansaço, mas também pela dificuldade de visão;
- Costumam sair em família; é raro sair com um amigo;
- Aspetos negativos: quando o seu primeiro filho nasceu, teve de se adaptar a uma nova vida, “foi tudo uma adaptação, portanto, uma novidade para mim”;
- Aspetos positivos: uma continuação dentro da normalidade.

Situação económica e profissional atual:

- A sua situação económica foi alterada, as despesas aumentaram;
- Não se considera gastador, antes pelo contrário, bastante contida nos gastos; tenta transmitir isso aos filhos;
- Sabe viver com aquilo que tem;
- Ensinar aos filhos a pensar e a refletir sobre o que realmente é importante ter;
- No que diz respeito à satisfação das necessidades básicas, priva-se de determinadas coisas para poder proporcionar-lhes uma vida condigna e satisfatória.

Motivações na tomada de decisão de ser pai:

- Foi renitente em ter outro filho, a vontade partiu da esposa;
- A motivação principal foi dar um irmão ao seu filho;
- Fatores que contruíram: o apoio da esposa nos cuidados Ivo e a estabilidade económica;
- Salientou o facto de mais importante que as condições económicas é o “gerar vida”;
- O entrevistado nunca se arrependeu de ter sido pai, porque parte do pressuposto que ao “gerar vida” tem de a acolher;
- Não consegue avaliar se a experiência com o primeiro filho teve influência na decisão de ser novamente pai; apenas sabe que foi uma experiência positiva;
- Espera que lhe traga alegrias, novas aprendizagens; acrescenta-lhe mais inquietações;
- Ser pai de dois filhos “é uma maravilha”; é dar o que sabe e o que é capaz;
- Realça os momentos que têm a três, em que brincam e fazem cócegas;
- Sente-se muito feliz com a paternidade.

Perceções pessoais:

- Expetativas criadas e reais: não acha adequado criar expectativas, uma vez que podem não corresponder ao idealizado;
- Para si chega-lhe a cumplicidade que existe entre os seus filhos, é isso que o torna feliz;
- Sente-se preenchido interiormente;
- Tinha a noção que a sua vida iria mudar em termos económicos, mas como já referiu tem alguma estabilidade económica;
- A nível conjugal, a relação mudou para melhor; estão mais unidos e próximos;
- Relativamente a ter imaginado o seu filho e a si como pai, não imaginou; apenas deixou “o processo acontecer naturalmente”;
- Aprendeu a ter disponibilidade para estar com os filhos;
- Principais dificuldades específicas: deixar de ter tempo para o que mais gostava de fazer, ler; por vezes consegue ultrapassar melhor essa ausência, outras vezes não;
- Sabia que era provável que isto viesse a acontecer “é a fatura que se paga, é inevitável”;
- Não ficou mais cansado com um segundo filho, o cansaço já existia devido à sua doença (esclerose múltipla), ao final do dia tem necessidade de descansar um pouco, mas nem sempre é fácil, os filhos não o deixam;
- As atividades e tarefas com os filhos compensam todo o cansaço;
- Em termos de projetos inacabados, há um que teve de interromper quando o José nasceu; pensa vir acabá-lo quando o Ivo for mais crescido e o José for para o jardim-de-infância; não revelou o projeto por ser pessoal e íntimo.

Relação pai/mãe-filhos:

- Agora está mais bem preparado para ser pai, por já ter “um primeiro ensaio”; sente-se mais tranquilo;
- A relação que tem com seu filho mais velho foi afetada com o nascimento do José, sobretudo por no que diz respeito à atenção que lhe era dada;
- Sentiu alguma insegurança e medos por parte do mais velho, embora tente distribuir o afeto e a atenção de forma equitativa;
- Tenta que o Ivo não se sinta posto de parte, dando-lhe a atenção que ele precisa;
- Descreve uma situação do filho mais velho em relação ao irmão por este ter andado duas vezes de baloiço e ele só uma “ele tinha razão, andou mais uma vez e ficou feliz”;
- Em relação à mãe, quando está, por exemplo, a amamentar, procura a atenção do pai, que está mais disponível;
- No que diz respeito às atividades que realizava com o mais velho antes do nascimento do irmão, ainda consegue manter algumas; no entanto, já aconteceu ficar privado de algumas devido ao irmão;
- O entrevistado considera que o filho mais velho se tornou mais dependente, regrediu em determinadas tarefas, tais como o vestir-se sozinho (hoje pede ajuda);
- Também está mais dependente de si, por ver a mãe ocupada com o irmão;

- Relativamente ao seu comportamento quando está a ser dada atenção ao irmão, por vezes também quer participar, ajudando em algumas tarefas (por exemplo, a dar a sopa), outras vezes tenta chamar a atenção “também cá estou, também existo”.

Relação entre irmãos:

- O seu filho manifestou que gostava de ter uma irmã e, nomeadamente, já lhe tinha atribuído um nome; os pais começaram a prepará-lo dizendo que ainda não sabiam se seria um mano ou uma mana; com a confirmação que era um rapaz, aos poucos foi aceitando;
- Existe uma boa relação entre ambos, nomeadamente um certo cuidado e posse do mais velho em relação ao irmão, bem como um sentido de responsabilidade.

Relação conjugal:

- O José é o resultado do amor que existe entre o casal;
- Tornou a relação ainda não forte;
- Pode-se considerar que os momentos a dois são menos, embora vão tentando estar juntos, mas também isso é “uma aprendizagem que temos de fazer”;
- Conseguem conversar enquanto casal.

Perspetivas futuras:

- Em relação aos filhos: não faz planos, vai fazendo algumas privações, vivendo com aquilo que têm, e ensinando aos filhos a não serem gastadores e a darem valor ao que têm;
- Em relação a um terceiro filho: não está nos seus planos, considera que é totalmente despropositado, não apenas pela sua idade, mas também por uma questão de bom senso.

Avaliação final:

- Globalmente está bastante satisfeito com a experiência, considera ser “gratificante”;
- Tem aprendido muito e espera manter-se disponível para continuar a aprender.

Mãe Aida

Idade: 43 anos¹⁸

Estado civil: casada

Anos de escolaridade: 18 anos

Profissão: especialista de profissão intelectual e/ou científica (Professora)

Estatuto laboral: com emprego

Com quem reside atualmente: marido Bruno; filhos Ivo e José

Duração: 50:06

Situação sociofamiliar atual:

- Rotinas diárias: dar de mamar, levantar, tomar banho, vestir os filhos (a mãe veste o José e o pai veste o outro), dar o pequeno-almoço ao mais velho, ir para o trabalho, regressar para casa, fazer o jantar e tratar das tarefas domésticas, dar banho, às vezes brincar com eles e depois deitá-los;
- O marido ajuda-a nas tarefas domésticas e nos cuidados aos filhos;
- Por vezes sente falta de tempo para si, não diariamente; é importante tê-los, mas como refere: “ou fazemos com eles, ou praticamente não fazemos”;
- Aspectos positivos: dedica mais tempo à família;
- Aspectos negativos: tem pouco tempo para brincar com os filhos, muitas vezes traz trabalho da escola.

Situação económica e profissional atual:

- Considera que em termos económicos os gastos aumentaram;

¹⁸ Idade à data da entrevista.

- Conseguem fazer uma boa gestão, são poupados e usam muitas coisas que eram do primeiro filho e que lhes deram;
- A nível profissional não houve alterações, uma vez que consegue separar o trabalho da família;
- É da opinião que hoje as crianças são muito exigentes em termos de bens materiais; teme que não consiga proporcionar isso aos seus filhos.

Motivações na tomada de decisão de ser mãe:

- Sempre quis ter mais que um filho;
- Fazia todo o sentido ter mais um filho, não só por razões pessoais, mas também para dar um irmão ao seu filho;
- Na sua opinião era importante que o seu filho tivesse um irmão “terem-se um ao outro” caso acontecesse alguma coisa aos pais;
- Fatores que contruíram: aproximar-se da idade limite para ter outro filho (barreira biológica reprodutiva);
- Nunca teve dúvidas do que queria;
- Confessa que não foi fácil convencer o marido à ideia de ser novamente pai;
- A experiência vivida com o seu primeiro filho não influenciou a decisão de um outro filho;
- Apesar de ser uma experiência bastante positivo, a vontade por um segundo filho já existia;
- Sempre se imaginou mãe de dois filhos;
- Espera que lhe traga “mais uma força de viver” para lutar contra as adversidades da vida;
- Considera que um filho é prolongar a própria existência; é “projetar sonhos”.
- Ser mãe de dois filhos “é uma bênção”; é estar mais completa.

Perceções pessoais:

- As expectativas superam aquelas que imaginou durante a gravidez;
- Confidenciou que tinha medo que não vir a gostar tanto do segundo como gostava do primeiro;
- A relação especial e intensa que tinha com o lvo deixava-a inquieta, se ia gostar tanto assim do segundo; gosta dos dois de igual forma;
- A sua preocupação era não conseguir fazer face ao acréscimo das despesas, associado ao medo de o bebé vir a nascer com algum problema de saúde, como por exemplo Síndrome de Down (por já ter mais de 40 anos);
- Também se preocupou se lhe acontecesse a si alguma coisa, se o pai ia conseguir financeiramente cuidar de duas crianças;
- A nível conjugal, sente que, apesar de terem menos momentos a dois, estão mais unidos porque têm “um objetivo em comum”;
- Imaginava que o seu bebé ia ser bonito e pensava naquilo que poderia viver com ele; hoje é ainda mais bonito e melhor do que aquilo que pensava vir a viver;
- Sente-se mais completa com dois filhos;
- Sente-se mais descontraída, não tão rígida como era antes “Caiu, levantou, vamos embora”, deixou de dar importância a determinados pormenores que hoje considera insignificantes;
- Considera que o que mais aprendeu com esta experiência foi não fazer planos; o dia-a-dia acontece devido a eles e ao ritmo deles.
- Principais dificuldades específicas: não ter o tempo que gostaria para brincar com os filhos;
- Vai tentando conciliar a vida doméstica com o tempo para os seus filhos;
- Sente-se mais cansada, mas não se arrepende;
- É gratificante ser mãe de dois filhos;
- Relativamente a projetos que foram interrompidos, não existem. O seu projeto era ser mãe.

Relação pai/mãe-filhos:

- Sempre imaginou que seria mais fácil ser mãe de um segundo por já ter a experiência do primeiro;
- Revela que foi mais difícil, não só porque já não se lembrava de determinadas coisas, mas também porque os seus filhos são muito diferentes um do outro “já sei fazer tudo...depois chego à conclusão que não é bem assim e que vamos ter de rever tudo”;

- Tem de estar muito atenta a ambos, pois querem experimentar muitas coisas e por vezes torna-se perigoso; nos primeiros tempos foi difícil tratar dos dois;
- Para a entrevistada não se coloca a questão se está mais bem preparada agora, é apenas diferente;
- A relação com o primeiro filho foi afetada com o nascimento do José; tem menos tempo para ele, agora tem de se dividir pelos dois e nem sempre eles percebem isso;
- Algumas vezes, o Ivo colabora nos cuidados ao irmão, outras nem por isso “acabamos por guerrear”, a paciência é menos e exige que ele seja mais autónomo;
- Entende que o Ivo ficou mais próximo do pai, pois são muitas as vezes que tem de se ocupar do filho (ir deitá-lo, contar a história, etc.), para que a mãe cuide do mais novo;
- Antes fazia muitas atividades com ele (trabalhos manuais, atividades de culinária, etc.); ainda consegue manter algumas;
- Manifesta que o seu filho exige mais de si, quer mais atenção; pede mais colo, quer que lhe deem a comida, que o vistam e quer companhia para dormir;
- Está mais dependente, mas às vezes também mostra que está mais crescido, fazendo o papel de irmão mais velho, ajuda nos cuidados e protege o irmão dos perigos, por exemplo de não cair.

Relação entre irmãos:

- Confessa que devia ter explicado ao filho mais velho que o irmão ia precisar mais de si e não se ter focado apenas a relação que deveria existir entre ambos;
- Em relação ao papel de irmão mais velho, de dar o exemplo e de cuidar do irmão, acha que não o leva tão a sério; talvez mais no sentido da brincadeira “se eu sou mano mais velho, eu vou fazer umas palermices para o mano se rir”;
- Considera que a relação é bastante positiva.

Relação conjugal:

- Mudou para melhor;
- Sendo um casal mais velho, não precisam de falar muito, comunicam pelo olhar “há coisas que se dizem sem se dizer”;
- Com o primeiro filho havia uma certa disputa, agora isso já não; há uma partilha de cuidados;
- Considera o José como resultado do amor entre o casal, mas também como uma vontade pessoal de ambos quererem ser pais, de uma vivência em comum;

Perspetivas futuras:

- Em relação aos filhos: espera proporcionar-lhes uma boa educação para que consigam ser independentes e que alcancem por mérito próprio aquilo que desejam; o sonho de pagar uma casa, um carro, o casamento, acha que não vai conseguir devido à conjuntura económica atual;
- Em relação a um terceiro filho: não está nos seus planos, não só pela idade do seu marido, mas também pela situação económica do país; acresce que só ela trabalha;
- Um terceiro filho ia preenchê-la ainda mais;
- Para si um outro filho não ia pôr em causa a sua qualidade de vida, uma vez que ter filhos é qualidade de vida, “é fazer crescer, é deixar o mundo melhor”;
- Está feliz com os filhos que tem.

Avaliação final:

- Aprendeu que não deve julgar os outros sem se pôr no lugar deles;
- Nem sempre consegue ser a mãe que gostaria;
- Luta pelos filhos “até às últimas consequências” independentemente do comportamento (menos bom) que tenham; “Eles são o melhor de mim”.

Casal 2 – Pais do bebé André

Data: 01/05/2023

Local da entrevista: União Distrital das IPSS de Santarém

Sexo: Masculino

Data de Nascimento: 04/04/2022

Idade: 1 ano e 27 dias

Irmãos: Hugo e João; Idade: 7 e 2 anos

Mãe Rita

Idade: 36 anos

Estado civil: casada

Anos de escolaridade: 9

Profissão: trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores (Assistente Administrativo num escritório)

Estatuto laboral: com emprego

Com quem reside atualmente: marido Tiago; filhos Hugo, João e André

Duração: 59:44

Situação sociofamiliar atual:

- Vive com a esposa e os três filhos;
- A organização do dia-a-dia passa por se levantar às 06:00h para preparar os filhos e ir trabalhar às 08:00h;
- O marido ajuda-a, sai às 07:00h para o trabalho, é ele que prepara o pequeno-almoço para o filho mais velho;
- Ao final do dia, o marido ajuda-a com os filhos;
- Relativamente, a ter algum tempo para si o que mais sente falta é de ir ao café a sós com o marido e não precisar de pedir a alguém para ficar com os filhos;
- Quando tem algum tempo livre, aproveita para descansar “Sentar no sofá e tipo relaxar cinco minutos é mais que suficiente”;
- Aspectos positivos: hoje não se imagina sem os seus filhos;
- Aspectos negativos: o cansaço é muito, às vezes sentar-se cinco minutos no sofá já é bom.

Situação económica e profissional atual:

- Um dos aspetos positivos que contribuiu para equilibrar os gastos foi a medida implementada pelo Governo da gratuidade das creches;
- Do ponto de vista profissional, mudou de emprego, antes entrava às 09:00h o que fazia com que não tivesse de se levantar tão cedo, mas regressava a casa depois das 20:00h;
- Para além do horário laboral, que incluía fins-de-semana, a entidade patronal quis deslocá-la para mais longe e isso não era favorável; o Hugo tinha acabado de entrar para a escola primária e precisava de mais apoio; viu-se obrigada a despedir-se, esteve um mês e meio em casa, apenas com o salário do marido; não foi fácil;
- Hoje já não trabalha aos fins-de-semana;
- Satisfação das necessidades básicas: vai conseguir, “Nem que uma pessoa se vire do avesso”.

Motivações na tomada de decisão de ser mãe/pai:

- A entrevistada não planeou um terceiro filho, descobriu que estava grávida às 20 semanas de gestação;
- Sempre desejou ter dois filhos, o terceiro “apareceu porque ele quis” e como tal considera que ele tem uma missão especial;
- O primeiro filho foi muito difícil, para além das noites mal dormidas, tem um “feitio muito difícil”; ainda hoje não sabe o que “o que é dormir uma noite inteira seguida”;
- Espera que o seu filho lhe traga a paz, ou seja, o equilíbrio entre os irmãos; o mais velho é meigo, o do meio é o “capitão” (manda e impõe), o mais novo é brincalhão e bem-disposto.

Perceções pessoais:

- Durante a gravidez não se preocupou com a fisionomia do bebé, apenas se preocupava se ia ser perfeito e se ia nascer bem, uma vez que não tomou os devidos cuidados próprios de uma gravidez;
- Chegou até a pensar que se o bebé nascesse com algum problema a culpa era sua;
- Outra preocupação era como é que ia fazer relativamente aos quartos, uma vez que só tinha dois quartos “Onde é que vou pôr um terceiro?”; mudar de casa era impensável porque não tinham orçamento para isso;
- O marido foi uma grande ajuda neste sentido, dizendo “tu tens casa, tens um teto, desenrascamo-nos”;
- Uma das atividades que gosta de fazer é ir a concentrações de motas; o casal pertence a um grupo de motard; quando eram só os dois passeavam muito e iam a concentrações; com os filhos passaram a ir de carro e menos vezes; não o deixaram de fazer;
- Não se imaginava mãe de três filhos;
- Apesar do André não ter sido planeado, hoje não se imagina sem ele; sente-se ainda mais completa;
- Aprendeu que tem uma capacidade enorme para enfrentar qualquer obstáculo;
- Conseguir fazer uma boa gestão do tempo; dá o exemplo que nem sempre o marido está em casa à noite e é ela que faz tudo;
- Principais dificuldades específicas: não ter o tempo que gostaria para brincar com os filhos; vai conseguindo arranjar algum tempo;
- Sente-se mais cansada, mas tudo isso compensa;
- Relativamente a projetos que pretende realizar, espera daqui a dois anos iniciar o que tem planeado.

Relação pai/mãe-filhos:

- Considera que não se trata de ser mais fácil ser mãe de um terceiro filho por já se ter a experiência dos anteriores, mas sim tem a ver com a personalidade deles;
- Sente-se mais relaxada e descontraída com o terceiro “a chucha vai ao chão, passa-se por água e está bom”;
- Sempre tentou que os seus filhos não sentissem que o irmão lhes ia tirar o lugar; se estava a dar de mamar e os seus filhos vinham para ao pé de si “passava a mão na cabeça, fazia uma festa na perna”;
- Tenta interessar-se por aquilo que os filhos estão a fazer para que não se sintam em segundo plano;
- Os seus filhos mais velhos compreendem que o irmão é mais novo e precisa de outro tipo de atenção;
- A relação do marido com os filhos mais velhos não foi afetada; o pai sempre teve a preocupação de dar atenção aos mais velhos;
- Não acha que os seus filhos exigem mais de si por causa do irmão, mas sim porque têm idades diferentes e, naturalmente, estão em diferentes fases de crescimento; dá o exemplo Hugo que entrou para a escola primária e necessita de outro tipo de atenção, e do João que apesar de achar que já é crescido ainda pede muito colo;
- O seu filho mais velho tornou-se mais independente com o nascimento do irmão, quis mostrar que já era crescido e que podia ajudar a mãe; um dos aspetos positivos foi por exemplo, ter deixado de usar fralda por iniciativa própria;
- Tenta sempre que possível que os irmãos participem nos cuidados ao mais novo; eles já demonstram preocupação e cuidado com o irmão e querem ajudar.

Relação entre irmãos:

- Preparou o Hugo para a vinda do irmão tendo o cuidado de referir que podia não ser uma mana (que ele tanto queria); levou algum tempo até se convencer que era um mano; relativamente ao João, já não houve essa preparação, uma vez que ele ainda não tinha um ano;

- Pensa que o Hugo interiorizou bem o papel de irmão mais velho; quando é pedida a sua ajuda nos cuidados ao irmão, mostra-se disponível e parece que se sente importante por estar a ajudar.

Relação conjugal:

- Sente falta de tempo para estar a sós com o marido “Deixamos de o ter”;
- Quando se vai deitar está muito cansada, e muitas vezes adormece na cama com o filho do meio;
- Sem dúvida que os filhos são a expressão do amor entre si e o marido;
- Não acha que o André veio reafirmar o amor que existe, mas sim veio provar que apesar das dificuldades... “Eu só venho provar que vocês conseguem”.

Perspetivas futuras:

- Receia não conseguir suportar as despesas de uma universidade, pois não tem capacidade financeira para isso; apoiar sim, mas “suportar na íntegra os três na universidade, não”;
- Está fora de hipóteses ter outro filho, não só por razões económicas, mas também psicológicas;
- O tempo que tem para os seus filhos já é tão pouco, que um quarto filho ia-lhe roubar “mais tempo de afetos”;
- Um outro filho ia mudar a sua vida drasticamente: “trocar de carro, de casa...”;
- Na sua opinião ser mãe é radiante; sente-se totalmente feliz e realizada.

Avaliação final:

- Considera que os seus filhos “são uns terrores, mas são uns amores”;
- Faria tudo igual; talvez a única coisa que faria diferente, caso não tivesse o André era o seu filho mais velho ter continuado a frequentar as aulas de natação; com o covid as piscinas fecharam, com a sua reabertura não regressou, por falta de tempo.

Pai Tiago

Idade: 41 anos

Estado civil: casado

Anos de escolaridade: 10

Profissão: operadores de instalações e máquinas e trabalhadores da montagem (Serralheiro)

Estatuto laboral: com emprego

Com quem reside atualmente: esposa Rita; filhos Hugo, João e André

Duração: 1:21:17

Situação sociofamiliar atual:

- De manhã ajuda as crianças no pequeno-almoço, caso já estejam acordadas; sai mais cedo para o trabalho do que a esposa; é ela que trata de despachar os filhos para a escola;
- Sempre que consegue ajuda nas tarefas, mas é a esposa que faz a maior parte das coisas;
- Tem muito pouco tempo para si; tinha muitos *hobbies*, dos quais abdicou “para não faltar com a presença...”;
- Sente falta desses *hobbies*; hoje já não os fazia sozinho, mas sim com os seus filhos “como fazia antes parece que já não é suficiente”; esporadicamente faz sozinho;
- Nível de vida antes e após o nascimento: sente-se limitado em termos de tempo e de saídas;
- Torna-se difícil saírem os cinco, uma vez que o bebé exige muita atenção, ao contrário dos irmãos que “já brincam sozinhos, já ficam mais entretidos”; mesmo assim, ainda conseguem dar uns passeios com os filhos.

Situação económica e profissional atual:

- Considera que tem mais despesas, no entanto não sente que houve uma alteração significativa;
- Sendo todos rapazes, é mais fácil; a roupa e o calçado vai passando de uns para os outros;
- Os gastos são controlados e os filhos “não exigem muito”; tenta ensinar-lhes a não ter tudo o que veem;

- Em termos profissionais, já com dois filhos sentiu a obrigação de manter um emprego fixo, para que houvesse estabilidade financeira; o terceiro filho veio reforçar ainda mais necessidade;
- Espera conseguir suportar todas as despesas com os seus filhos, mas reconhece dificuldades já que “os empregadores e os patrões não facilitam...conseguem ver para o lado deles quando as coisas aumentam de preço, mas não conseguem ver para o lado dos empregados...eles não sobem os salários”;
- O trabalho tem sido cada vez mais exigente, mantêm o ordenado há anos;
- Confessa que há dias muito difíceis; chegar a casa e ver o sorriso dos filhos e os braços estendidos para ele, vale por tudo.

Motivações na tomada de decisão de ser pai:

- Apesar de não ser um filho planeado sempre disse que gostava de ter outro filho;
- Demonstra que gostou das experiências anteriores “há ali uma energia diferente”, e que apesar das noites sem dormir “os maus bocados passam com um sorriso, uma gargalhada”;
- Hoje está grato pela vida lhe ter concedido um outro filho;
- Todos têm um lado carinhoso, mas vê que “os irmãos que são traquinas e eles depois aprendem uns com os outros” e isso trará “mais cabelos brancos”
- Tem a certeza que lhe vai trazer coisas boas e apesar de ser muito apegado à mãe, sabe que se pedir para vir para o seu colo, ele estende logo os braços;
- Refere que ser pai de três filhos é ter “responsabilidades acrescidas”, recordando a infância, quando fazia muitas asneiras e a mãe tinha de estar muito atenta (o pai era mais ausente por razões laborais);
- Quer que os filhos “se libertem”, “vão cair, aleijar-se”, vão ser avisados e errar para aprender; por outro lado será protetor “que saibam que têm ali um conforto, uma proteção”; que quando tiverem algum problema se sintam à vontade para falar e pedir ajuda.

Perceções pessoais:

- As expectativas e vivências com o terceiro filho não correspondem totalmente ao que idealizou: “além do tempo limitado”, a “atenção tem de ser dividida” de forma que “eles percebam que não há um preferido”;
- O Hugo requer muita atenção, já o do meio “arranja-se uma brincadeira, uma distração e fica satisfeito”;
- Antes do nascimento do André, pensou de imediato que teria de abandonar alguns *hobbies* para estar mais tempo em casa;
- Tanto ele como a companheira, antes de casarem, viviam numa zona rural (no campo) e sentem a falta de liberdade; o mesmo se passa com os filhos;
- Vive num apartamento, sente que os seus filhos precisam de liberdade, de espaços abertos para brincarem e correrem à vontade; viver num apartamento faz com que estejam sempre a ralhar “Não faças isso, não desarrumes aquilo...”; o mesmo não se passa quando vão a casa dos avós, que vivem numa zona rural, “a alegria, a energia, o à-vontade”;
- O relacionamento conjugal foi afetado com o nascimento do André;
- Quando o primeiro filho nasceu, o pós-parto foi muito difícil; a mãe não conseguiu amamentar “o leite não desceu, não ganhou consistência” e tiveram de recorrer ao leite artificial; esta situação fez com que a companheira pensasse que não conseguia dar a assistência devia ao filho, passando por uma fase depressiva; surgiam frustrações e alguns desentendimentos entre o casal;
- Desde então, houve uma quebra no relacionamento conjugal;
- Com o nascimento do terceiro filho, tentou apoiar a esposa, embora esta estivesse sempre preocupada, se ia faltar com alguma coisa ao filho;
- Sente que, como casal, têm ainda menos tempo um para o outro, o que prejudica a relação;
- Antes do bebé nascer imaginou se ele seria uma mistura dos outros dois, ou mais parecido com a mãe;
- Vê pareências com o Hugo (calmo e hesitante) e pouco João (mais atrevido); uma mistura dos dois;

- O terceiro veio preencher e completar o que já tinha, dando uma “satisfação enorme”, sabendo que “todos os dias ao acordar, ele está ali e vem”; são estes momentos que o preenchem;
- Não se imaginava pai de três filhos, apenas de um ou dois; tinha receio que lhe faltasse alguma coisa, tais como roupa, comida ou cuidados de saúde;
- Competências e aprendizagens adquiridas: aprendeu a ser mais tranquilo, mais ponderado, a saber enfrentar os problemas e a ultrapassá-los com mais sensatez e calma;
- Esta nova forma de ser e de estar na vida permitiu-lhe compreender como agir e ajudar os filhos perante uma situação mais stressante e a compreendê-los melhor; adquiriu novas competências;
- Principais dificuldades específicas: a desarrumação dos seus filhos: ajuda-os a arrumar o quarto, mas ao fim de um tempo eles cansam-se e abandonam a tarefa; a falta de comunicação entre si e a esposa: não sabe o que é que ela quer que faça e até onde deve fazer “ela não fala”;
- Sente-se mais cansado, mas considera que os momentos que tem com os seus filhos compensam tudo;
- Projetos ou realizações pessoais que foram interrompidas: provas de bicicleta (btt e estrada), capoeira e passeios com o grupo de motard.

Relação pai/mãe-filhos:

- É mais fácil ser pai de um terceiro por já ter a experiência anterior; tem aprendido muito com os outros filhos, até mesmo as “traquinices”;
- Aprendeu que cada um tem a sua personalidade e que há coisas que não pode exigir deles;
- Considera que é uma adaptação;
- Sente-se mais bem preparado e não tem qualquer problema em, por exemplo, mudar uma fralda ou dar banho;
- A relação com os outros filhos ficou fortalecida com o nascimento do André. Verifica que quando está a brincar com o André, os irmãos também se juntam “querem interagir e estar”;
- Apercebe-se que o Hugo sente que já não tem tanta atenção como tinha antes; acredita que ele pode estar um pouco diferente, mas não é por ciúme;
- O Hugo não exige mais de si (com o nascimento do irmão). Acha que tem muito a ver com a personalidade dele “eles são todos diferentes”;
- Em relação à esposa, o Hugo está mais apelativo “pede tudo à mãe”;
- Com esforço consegue manter algumas atividades com os filhos: ir ao jardim, andar pela rua, andar de bicicleta;
- Os irmãos participam nos cuidados ao André, por livre iniciativa; por vezes, repara que ficam sem reação e aí chama-os para junto dele para que participem.

Relação entre irmãos:

- Preparou o Hugo para a chegada do irmão, já o mais novo como tinha um ano ainda não tinha essa percepção;
- A reação foi diferente comparativamente ao primeiro irmão em que se mostrou recetivo; a sua reação foi que veria outro ocupar o seu lugar e que teria de dividir aquilo que era seu;
- O Hugo sente a responsabilidade de ser o mais velho; com frequência está atento àquilo que o irmão faz e avisa os pais se está a fazer algo que não deve;
- O João vê o irmão como sendo mais para brincar.

Relação conjugal:

- A principal mudança foi passar a dormir no quarto dos filhos mais velhos; o filho do meio ainda quer que o adormeçam, acabando por dormir com eles;
- Considera que os filhos são resultado do amor que existe entre o casal;
- O seu terceiro filho, por um lado, reafirmou a relação, por outro, fez com que se perdesse um pouco o diálogo entre o casal, já que têm pouco tempo, usam-no para falar das crianças e do trabalho;
- Sente a falta de estar a sós com a sua esposa, uma ou duas horas por dia “sem ter ali a confusão das crianças”;

- Uma ou outra vez conseguem sair e ir jantar fora, mas o bebé vai com eles; ainda lhes custa deixá-lo aos cuidados de outra pessoa.

Perspetivas futuras:

- Devido às dificuldades que têm todos os dias, e sem terem um salário que possam ficar descansados, não pode afirmar que criam um pé-de-meia para colocá-los todos na universidade;
- Quando chegar a altura acredita que os filhos terão de fazer a parte deles, ou seja conjugar um part-time com os estudos;
- Tem receio de não conseguir ajudar o suficiente;
- Gostava de ter um quarto filho e gostava que fosse uma menina; é um sonho seu;
- Para além da questão económica vê no espaço habitacional a maior dificuldade; a casa é pequena;
- Teve uma infância com muitas dificuldades, sentia-se diferente dos seus colegas da escola “a maneira de vestir era diferente, as roupas eram mais pobres...”, não quer que os seus filhos passem pelo mesmo, que se sintam diferentes dos outros porque não poderem ter o que eles têm;
- Teria de mudar muita coisa na sua vida se tivesse outro filho, desde a casa até, talvez, mudar de emprego;
- Deseja que os filhos cresçam sem dependências exageradas, como os telemóveis, e que aprendam a viver com dignidade;
- Que escolham um caminho, um trabalho de que gostem, seja ele qual for, porque qualquer trabalho é digno;
- Está feliz com os seus filhos.

Avaliação final:

- Vê como aspeto negativo passar tudo muito rápido, sempre a correr e com muita exigência;
- Tem de dedicar-se mais ao trabalho (porque precisa), mas fica com menos tempo para eles;
- Adoro os pequenos momentos, “Estar com eles” é a melhor parte;
- “Tem uma garagem cheia de sonhos”; não quer vender coisas que tem: bicicletas, canas de pesca e outros artigos; quer deixar algo aos filhos, ao contrário dos pais, que se separaram; não teve herança do pai e perdeu a casa da infância, dos avós.
- Quer que os seus filhos tenham um “canto onde comecem a brincar e a ter uma vida”, e que tenham lembranças e recordações;
- O que faria diferente era ter arriscado no sentido de ter uma vivenda.

Casal 3 – Pais da bebé Eduarda

Data: 01/05/2023

Local da entrevista: domicílio dos pais (Concelho de Rio Maior)

Sexo: Feminino

Data de Nascimento: 04/04/2022

Idade: 1 ano e 27 dias

Irmãos: Não tem

Pai Rui

Idade: 34

Estado civil: união de facto

Anos de escolaridade: 9

Profissão: trabalhadores não qualificados (Assistente Administrativo num escritório)

Estatuto laboral: com emprego

Com quem reside atualmente: companheira Sofia e filha Eduarda

Duração: 25:08

Situação sociofamiliar atual:

- Vive com a companheira e a filha;
- A organização do dia-a-dia passa por se levantar de manhã e ajudar nos cuidados à filha: dar o pequeno-almoço, ajudar a vestir e, às vezes, dar banho; depois trata das suas coisas antes de ir trabalhar;
- Divide as tarefas com a Sofia, o mais que pode, e vão alternando funções;
- Apesar das responsabilidades e obrigações, ainda tem tempo para si, confessando que “antes tinha mais tempo para sair com amigos ou ir ao café ver um jogo de futebol”; agora tem de ponderar entre o que pode ou não pode esclarecendo que “é de uma maneira diferente do que era antigamente, mas dá para conciliar”;
- Aspectos positivos: a sua vida é melhor desde que foi pai; sente-se realizado;
- Aspectos negativos: não considera que haja.

Situação económica e profissional atual:

- Tem mais despesas, mas não considera que tenha alterado significativamente a situação económica; frisa esse aspeto dizendo que “tem de haver sempre mais um bocadinho de esforço, mas não acho que seja aquele esforço...” e “nem que eu tenha de trabalhar um pouco mais, fazer mais uma hora de trabalho a mais por dia, mas isso também não é problema”;
- O nascimento da filha não impediu a concretização de nenhum projeto profissional nem nenhuma melhoria a nível de trabalho;
- Antecipadamente optou por mudar de trabalho para estar mais perto de casa;
- Acredita que não terá problemas em suportar as despesas em termos de necessidades básicas, e frisa-o de forma concisa e confiante “Sim, vou”.

Motivações na tomada de decisão de ser pai:

- Não foi planeado;
- Supostamente seria para a Sofia engravidar este ano e o bebé nascer no próximo ano; apesar de ter acontecido mais cedo, está muito satisfeito e feliz;
- A filha traz-lhe felicidade, alegria, vivência; faz com que tenha “outra consciência sobre as coisas”;
- Ser pai “é a melhor fase da vida que uma pessoa pode ter”.

Perceções pessoais:

- As vivências que tem com a sua filha são melhores do que aquelas que imaginava;
- Durante a gravidez, imaginou como seria a sua filha e hoje pode dizer que é melhor do que aquilo que imaginava;

- É uma aprendizagem contínua, como pai e como ser humano;
- Antes do nascimento da sua filha, tinha a noção que uma das coisas que ia mudar eram as rotinas e os seus hábitos de vida;
- A sua filha veio preenchê-lo ainda mais, tendo em conta que ele e sua companheira já eram uma família;
- Considera-se satisfeito e realizado por concretizar o sonho de ser pai; extremamente feliz;
- Não pensou muito como seria enquanto pai; tinha a opinião das outras pessoas que diziam que iam ser um bom pai, talvez pela convivência que tinha com outras crianças; hoje acha que é mais ou menos isso;
- Aprendizagens e competências adquiridas: saber interpretar certos sinais, ou seja, quando está a chorar saber o porquê, se é fome, sono ou se tem a fralda suja;
- Principais dificuldades específicas: não demonstra dificuldades, tenta perceber o que se passa para atuar em conformidade;
- Sente-se um pouco mais cansado que antes; não sente que tenha menos tempo para aquilo que gosta de fazer, tenta conciliar da melhor maneira;
- A sua filha não fez com que deixasse para trás algum projeto ou realização pessoal, “não deixei de concretizar fosse o que fosse, só porque fui pai”; o seu maior projeto era ser pai.

Relação conjugal:

- Algumas mudanças surgiram no início, quando tentavam perceber como lidar com a nova realidade “é uma coisa sempre nova”, surgindo algum *stress*;
- Na sua perspetiva, não há grande diferença na relação, antes e após o nascimento da bebé; adaptaram-se e já sabem como lidar com determinada situação, afirmando “estamos como antigamente”;
- Têm menos tempo a sós, mas “é por uma boa causa”;
- A Eduarda é o resultado do amor entre os pais.
- Veio reafirmar o amor existente no sentido de uma maior conexão entre o casal.

Perspetivas futuras:

- Estará sempre disponível para dar o melhor à sua filha, dentro das suas possibilidades; mas talvez, não o irá conseguir em certas coisas, como por exemplo, comprar-lhe um carro, mas irá sempre ajudar naquilo que tiver ao seu alcance;
- Está nos seus planos ter pelo menos mais um filho, num prazo de quatro/cinco anos; a filha estará mais desenvolvida, mais crescida e terá outra compreensão;
- Um filho é sempre “a concretização de um sonho”;
- Acredita que tendo mais filhos a qualidade de vida não será afetada “Se uma pessoa já tiver os alicerces ou as bases do passado...”
- Não sabe o que mudaria na sua vida, pois só na altura é que poderia avaliar;
- Sentir-se-á mais realizado porque “Com duas será a sobrar, ou até mesmo a triplicar” e estará mais “ligado” à sua companheira.

Avaliação final:

- A sua vida melhorou com o nascimento da sua filha;
- Só tem aspetos positivos com a sua filha;
- Hoje, faria tudo igual.

Mãe Sofia

Idade: 25 anos¹⁹

Estado civil: união de facto

Anos de escolaridade: 16

Profissão: especialista de profissão intelectual e/ou científica (Empregada de café)

Estatuto laboral: com emprego

Com quem reside atualmente: companheiro Rui e filha Eduarda

Duração: 47:56

Situação sociofamiliar atual:

- O seu dia inicia-se às 08:00h com os preparativos para levar a filha à creche, segue para o trabalho, ao final do dia vai buscá-la à creche e passa em casa da mãe ou da madrinha; caso vá ao ginásio ou às compras, deixa-a em casa da mãe; pelas 19 horas ou um pouco mais tarde dá o jantar à filha (por vezes janta com ela), brincam e esperam pelo pai (chega mais tarde do trabalho);
- Divide as tarefas com o Rui, mais condicionado por ter um horário mais exigente, chegando mais tarde a casa, não lhe exigindo muito;
- É importante ter algum tempo só para si, em que possa descontraír e sair um pouco da rotina do dia-a-dia; costuma ir ao ginásio duas vezes semana ou ir ter com uma amiga;
- Tem esclerose múltipla; o exercício físico ajuda a controlar o cansaço e diminui as dores;
- Aspetos positivos: sempre quis ser mãe, não se imaginava de outra forma;
- Aspetos negativos: não há.

A investigadora tentou perceber de que forma a sua doença poderia interferir nos cuidados à filha. Foi colocada a seguinte questão:

A sua doença limita a capacidade para cuidar da sua filha ou de fazer determinada atividade com ela?

- Revela que, por vezes, tem necessidade de se sentar um pouco para descansar;
- Não é impedimento para brincar com a sua filha “posso sentar-me aqui com ela, brincamos e rimos”.

Situação económica e profissional atual:

- Não houve grandes alterações nas despesas;
- O abono de família e a gratuidade das creches ajudou bastante;
- Teve o apoio da Junta de Freguesia que lhe ofereceu um cheque e bens materiais; hoje ainda tem alguns desses bens;
- Tem ajuda de muitas mães que lhe dão muita roupa e da sua família;
- Passou a pensar primeiro na satisfação das necessidades da sua filha, depois nela;
- O período mais difícil foi quando esteve desempregada (após o nascimento da Eduarda), durante dois meses, mas teve a ajuda da família;
- Hoje vai gerindo as despesas “um dia de cada vez”;
- É licenciada, trabalhou em instituições de idosos;
- Na altura quando engravidou não estava a trabalhar na área; após o nascimento da Eduarda ponderou em voltar a trabalhar na mesma área, no entanto entendeu que seria demasiado exigente, tendo de conciliar com o papel materno, para além da sua doença;
- Atualmente, trabalha num café, das 09:00h às 18:00h, perto de casa; tem facilidade de horário caso seja necessário se ausentar ou sair mais cedo (por motivos de doença da filha ou para acompanhamento a consultas);
- Até ao momento tem consigo suportar as despesas referentes às necessidades da sua filha; diariamente vai vendo o que é preciso;

¹⁹ Idade à data da entrevista.

- Antes do nascimento da sua filha preocupava-se mais e questionava-se “Como é que vamos gerir?”.

Motivações na tomada de decisão de ser mãe:

- Não foi uma gravidez planeada, “aconteceu”;
- Como casal, planeavam ser pais, mas não nessa altura; apesar de viverem juntos há mais de um ano e ambos trabalharem, antes de serem pais projetavam mudar de casa, uma vez que tinham apenas um quarto e a casa era demasiado pequena;
- Apesar das circunstâncias do momento, decidiram seguir em frente “nós temos uma casa, temos empregos, temos a nossa vida orientada, e decidimos prosseguir”; mais tarde mudaram para uma casa maior;
- A Eduarda já acrescenta muito à sua vida, deu “cor, alma, brilho...”;
- Nasceu no ano em que a bisavó faleceu; apesar da perda, tronou a trazer alegria à família;
- No dia em que teve conhecimento que estava grávida, sentiu que tinha nascido naquele dia “Sinto que nasci novamente como pessoa naquele dia...uma pessoa diferente, mais leve”;
- É difícil explicar o que é ser mãe; define como “uma conexão muito grande, é uma aprendizagem”.

Perceções pessoais:

- As vivências que está a viver com a sua filha correspondem às expectativas criadas;
- Sabia que a sua vida ia mudar, ia ter um ser humano a depender dela;
- Quando estava grávida imaginou como gostaria de ter uma outra casa e um quarto totalmente preparado para a chegada da filha;
- Tinha pesquisado sobre tudo, desde o parto, à alimentação e ao sono; criou uma expectativa muito grande e queria que tudo fosse perfeito, mas stressou porque as coisas demoraram a chegar;
- Houve coisas que resultaram e outras nem tanto; a amamentação não resultou e na altura não foi fácil lidar com isso; prendeu que nem tudo é como se imagina;
- Achou que a relação poderia ser afetada, mas tendo ajuda e suporte familiar é mais fácil; com alguma frequência vão os dois jantar fora ficando a bebé com a avó materna; outras vezes, depois de estar a dormir, ficam os dois em casa a ver um filme; antes de a filha nascer já tinham estes hábitos;
- Considera que a sua filha veio tornar mais forte aquilo que sentem um pelo outro;
- Imaginou a sua bebé com saúde e perfeita;
- Quando acordou da cesariana e viu a bebé começou a chorar porque ela estava bem e já a conhecia; conheceu-a durante nove meses antes de toda a gente, parecia já a conhecer “de outra vida”; estava totalmente preparada para ser mãe;
- Sentiu-se preenchida com a chegada da filha e ficou ainda mais feliz por saber que a sua avó a poderia conhecer; não tinha sido propositado, mas foi no momento certo, já que sete meses depois do nascimento, a sua avó faleceu;
- Só começou a imaginar-se mãe quando começou a sentir os movimentos do bebé; antes “nem tinha barriga, não sentia nada”;
- Competências e aprendizagens adquiridas: a organizar-se de forma diferente e a ser mais calma; a aprendizagem é contínua;
- Principais dificuldades específicas: controlar a ansiedade e o querer fazer sempre tudo bem;
- Não sente maior cansaço nesta fase; sentiu no início durante a amamentação;
- Considera que não tem menos tempo do que antes; tanto ela e o marido ajudam-se um ao outro, um pode sair e o outro ficar a cuidar da menina e vice-versa;
- Não tem nenhum projeto ou realização pessoal que nesta fase da vida tenha deixado: “está tudo certo”.

Relação conjugal:

- Houve mudanças na relação porque nem tudo é perfeito, têm visões diferentes da mesma coisa; já antes tinham algumas divergências a esse nível;

- Não quer que se quebre o que sentem um pelo outro; por mais situações difíceis, que a relação não mude;
- Considera importante fazerem coisas juntos, como verem um filme e comerem pipocas, ou mesmo saírem (beber um copo, cinema ou jantar fora);
- A filha é o acrescento que faltava à sua vida;
- É a extensão do amor que tem pelo companheiro “o nosso amor existe e está ali”;
- Nem sempre conseguiu gerir as emoções, e preocupava-se com a intimidade por terem uma bebé;
- Passou uma fase difícil no pós-parto. Admite ter sido menos carinhosa com o Rui, não se sentia mulher como antes, principalmente quando amamentava “eu era daquela criança, fazia com que ela sobrevivesse...eu sentia-me só para aquilo”.
- O Rui esteve sempre disponível para ajudar; foi uma ajuda fundamental;
- Quando deixou de amamentar (dois meses depois) voltaram à normalidade.

Perspetivas futuras:

- Vai tentar fazer pela filha o mesmo que os pais fizeram por ela;
- Quando decidiu ir para a faculdade, teve o apoio da sua família, que apesar das dificuldades financeiras tentaram que não lhe faltasse nada;
- Sendo licenciada vai tentar mais tarde arranjar um emprego para dar melhor estabilidade financeira, e sem conseguir prever o futuro, tentar dar-lhe, pelo menos, as bases;
- Depois ela decidir o caminho a seguir, mas fazê-la entender que se estudar, se trabalhar chega lá; terá um bom futuro;
- Pretende transmitir à sua filha bons valores e que ela seja feliz;
- Quer transmitir que os pais se amam;
- Quer “aproveitar” muito a filha, “namorarem” os três;
- Gostava muito de ter outro filho e acredita que o companheiro também gostava;
- Considera importante a “Eduarda” ter um irmão;
- É filha única e acha que um irmão “deve ser uma sensação muito boa”;
- Deseja ter o segundo quando a filha for mais independente, mas não com muita diferença de idades, talvez em quatro ou cinco anos;
- Já está a guardar muitas coisas da Eduarda para um segundo filho;
- Não sabe ao certo o que significa ser mãe de um segundo filho, mas pensa muito na ideia de a filha ter uma companhia;
- Sabe que o nível de vida não é propício para um segundo filho, pelo menos a nível financeiro e habitacional (não terem um outro quarto);
- Apesar de a Eduarda poder dividir o quarto com um irmão, não seria fácil tratando-se um recém-nascido;
- Já pensaram comprar uma casa para terem melhores condições;
- O que mudaria na sua vida com um segundo filho seria criar melhores condições habitacionais, porque de resto o amor já existe; iria explicar à Eduarda que ia continuar a amá-la como sempre;
- Sente-se realizada e feliz com a sua filha, mas gostava de ter mais filho;
- Na sua opinião, um segundo não é um preenchimento de alguma coisa, é sim uma extensão do amor que já têm.

Avaliação final:

- Avalia a experiência de ser mãe como tendo coisas boas e más;
- Preocupa-se se está a fazer tudo bem, se está a ser uma boa mãe;
- O que mais a *stress* é ter a casa sempre desarrumada “era uma coisa que não estava habituada...ada vez vai estar mais desarrumada”;
- Não faria nada diferente; fez o melhor que sabia e achava que deveria fazer, afirmando que a filha é a prova de que faria tudo igual novamente.

Casal 4 – Pais do bebé “Xavier”

Data: 01/05/2023

Local da entrevista: domicílio dos pais (Concelho de Rio Maior)

Sexo: Masculino

Data de Nascimento: 15/04/2021

Idade: 1 ano e 16 dias

Irmãos: Não tem

Mãe Ângela

Idade: 33

Estado civil: casada

Anos de escolaridade: 18

Profissão: especialistas de profissão intelectual e/ou científica (Animadora Social)

Estatuto laboral: com emprego

Com quem reside atualmente: marido Telmo e filho Xavier

Duração: 32:10

Situação sociofamiliar atual:

- Vive com o marido e o filho;
- A rotina passa por levantar-se de manhã, preparar o filho para o levar à escola, levá-lo à escola e depois ir para o trabalho; por vezes deixa-o em casa da irmã e é ela que o leva à escola; no final do dia, após terminar o horário de trabalho vai buscá-lo à escola, faz a lide doméstica, prepara o jantar, dá o banho, jantam e depois vão dormir;
- O marido trabalha por turnos, sempre que pode também ajuda;
- Divide as tarefas com o Telmo; quando ele está no horário de dia (08:00h às 17:00h), chega a casa e cuida do bebé para que possa orientar as coisas;
- Admite que poderia ter tempo para si e ter outras atividades, mas “parece tudo tão regrado” e a rotina é apertada no dia-a-dia;
- Não considera que desperdice tempo porque há sempre coisas para fazer em casa;
- Aspectos positivos: sente-se muito mais realizada em termos pessoais;
- Aspectos negativos: nos primeiros meses teve más noites com o filho, dias sem dormir “ele sofreu muito com cólicas”;
- Está muito satisfeita com a sua filha, sente-se totalmente realizada;
- Não lhe falta nada: tem uma família, saúde e trabalho.

Situação económica e profissional atual:

- O encargo cresceu, mas saliente o apoio do Estado, embora inicialmente tivessem de suportar essa despesa;
- Atualmente pensa primeiro em tudo o que é necessário para o filho, seja bens essenciais ou outros;
- Tudo o que seja supérfluo é avaliado consoante o mês e a disponibilidade económica; deixou, por exemplo, de comprar muita roupa, como fazia anteriormente;
- Trabalha num Lar de Idosos, tem um horário diurno e só excecionalmente trabalha ao fim de semana;
- Tem tempo para ir buscar o filho à escola relativamente cedo, brincar e fazer as tarefas domésticas;
- Em relação à satisfação das necessidades básicas do seu filho, tenta que não lhe falte nada;
- Considera que é importante fazer uma boa gestão do que realmente é mesmo necessário ter.

Motivações na tomada de decisão de ser mãe:

- Sempre idealizou ser mãe;
- Tanto ela e o Telmo primeiro pensavam casar e depois ter um filho;

- Eventualmente, se tivessem um filho antes de terem casado, isso não seria impedimento para tal;
- Nunca teve dúvidas desse desejo nem colocou a hipótese de voltar atrás;
- É todos os dias muito feliz, apesar do cansaço;
- Na sua perspectiva, encontrar um significado para ser mãe é uma questão “muito profunda”;
- Acha que talvez seja demasiado altruísta por pensar primeiro sempre nele desde que acorda até se deitar, mas ao contrário de algumas pessoas para quem é indiferente ter ou não filhos, é algo que sempre desejou;
- Sente que o seu filho lhe acrescenta todos os dias mais alguma coisa, “só sentindo na pele”.

Perceções pessoais:

- As vivências ultrapassaram as expectativas por ser um “bebé bem-disposto, relativamente tranquilo, muito dado e brincalhão”;
- O que mais importante para si era que nascesse saudável;
- O saber gerir o tempo foi o mais difícil “passa tudo muito rápido”;
- Considera que a prioridade número um é o bebé;
- Teve de aprender a viver a três, mas não acha que a relação tenha sido afetada negativamente;
- Imaginou o seu bebé com um rosto “redondinho”; era parecido ao que imaginou quando nasceu;
- Afirma ser uma ambição concretizada, já que se tratava de um “projeto de vida”; sem dúvida que veio preencher a sua vida;
- Confessa que sempre quis ser boa mãe, calma e cuidadora, mas que precisa trabalhar um pouco mais a sua tranquilidade, pois isso “tem impacto nele”;
- Tinha muitos receios e dúvidas, e até uma simples tosse era motivo para ter dificuldades em tomar decisões; neste momento já se sente mais capaz;
- Em termos de afeto, está a corresponder àquilo que achava que ia acontecer; gosta muito de dar “miminhos” e receber;
- Aprendeu muito com a experiência de ser mãe, por ser “mãe de primeira viagem”;
- Considera ser uma “aprendizagem sem descrição, desde o nascimento”;
- Principais dificuldades específicas: noites mal dormidas, passou muitas noites em que nem duas horas dormiu, sentia o cansaço a acumular-se;
- Sente-se mais cansada e com menos tempo do que antes;
- Acontece com frequência, que quando está a adormecer o seu filho está a pensar “Ainda me falta fazer isto e aquilo”;
- A nível profissional sente-se realizada;
- Ainda não pensou em projetos que gostasse de realizar, está muito empenhada na tarefa de mãe.

Relação conjugal:

- Por vezes o cansaço cria alguma tensão, mas a reconciliação é rápida, pois percebem que é gerada pelo cansaço e pela falta de tempo um para o outro;
- Antes tinha tempo para se sentar tranquilamente no sofá com o marido, agora é raro;
- O bebé é fruto do amor e são um casal bem resolvido, mas comenta com o marido e concordam em como é um erro aquelas pessoas que têm um filho para tentarem unir-se mais quando as coisas não estão bem;
- São um casal unido e o bebé veio fortalecer ainda mais a relação.

Perspetivas futuras:

- Trabalha todos os dias a pensar no futuro para que possa dar ao seu filho uma vida com qualidade, mas sabe que é muito incerto;
- Mais do que o fator económico assusta-a a “crise de valores”; a infância e juventude na sua altura eram muito diferentes, atualmente há pouca compreensão e respeito pelo outro;
- Tem planos para ter mais um filho, talvez daqui a dois anos, quando o Xavier for mais crescido e para dar tempo para se organizarem;
- Para si é importante ter irmãos, é “enriquecedor”; tanto ela como o marido têm irmãs;

- Considera que um segundo filho irá mudar algumas coisas, nomeadamente irá ser um esforço maior em termos económicos e também de gestão de tempo;
- O significado principal será sempre o amor que a une ao marido;
- Deseja que o seu filho não seja filho único; pensa que ter irmãos é enriquecedor “podemos partilhar tanta coisa e às vezes ser tão confidentes”;

Avaliação final:

- O positivo é ver a simplicidade e a curiosidade dele a descobrir coisas;
- De forma muito emotiva refere: “Parece que estamos a redescobrir o mundo outra vez, a ver com os olhos dele”; dá o exemplo de estarem os três a passear e o filho ver uma pequena aranha e querer tocar;
- A falta de tempo para ter tudo arrumado é um dos aspetos que considera negativo “gosto de ter tudo arrumado, limpo”;
- Não faria nada diferente, não se vê de outra forma que não ser mãe;
- Teve receio de não conseguir ser mãe, caso não o fosse não seria completa.

Pai Telmo

Idade: 37

Estado civil: Casado

Anos de escolaridade: 12

Profissão: Técnico ou profissional de nível intermédio (eletromecânico)

Estatuto laboral: Com emprego

Com quem reside atualmente: esposa Ângela e filho Xavier

Duração: 30:52

Situação sociofamiliar atual:

- Trabalha por turnos, mas nos dias que faz trabalho diurno, de manhã levanta-se, ajuda a despachar o Xavier e vai trabalhar.
- Nesses mesmos dias vai buscar o filho à escola, vão para casa, dá-lhe um lanche, e depois é o banho, a comida, jantarem e chegar a hora de ir para a cama;
- Divide as tarefas em casa com a esposa; não tem problemas em mudar uma fralda, dar de comer e tudo mais; a única coisa que nunca fez foi dar banho ao bebé com medo que lhe “escorregue das mãos”;
- Antes era capaz de sair do trabalho e ir para o café com amigos, não é que não tenha tempo, mas agora tem outras prioridades; a sua preocupação quando sai do trabalho é ir buscar o filho e vir para casa;
- Não sente falta de ter mais tempo para si;
- Sente-se satisfeito; sempre quis ser pai;
- Aspetos positivos: chegar a casa do trabalho, naqueles dias complicados, e o filho estender-lhe os braços e querer ir para o seu colo;
- Aspetos negativos: as birras.

Situação económica e profissional atual:

- Não pensa que o nascimento do filho alterou substancialmente a sua situação económica, apenas tem de fazer uma melhor gestão;
- Antes de pensar em comprar algo supérfluo, pensa primeiro no Xavier e no dia de amanhã;
- O nascimento do seu filho não influenciou a sua carreira ou outros projetos;
- Espera conseguir fazer face às despesas, principalmente as necessidades básicas, trabalha para isso.

Motivações na tomada de decisão de ser pai:

- Conheceu a Ângela, começou a namorar e casou; quando tivesse uma vida mais estável poderia ter um filho;

- Na sua perspetiva, querer ter um filho faz parte da evolução da vida, como os seus pais que casaram e tiveram filhos;
- Um conjunto de fatores contribuíram para a decisão de ter um filho: o ter casado, ter estabilidade económica e profissional e, por último, ter a sua casa;
- Nunca duvidou da decisão de ter um filho;
- O seu filho acrescentou muita alegria “é a alegria da casa”; vai ajudá-lo a crescer como pessoa e a evoluir;
- Deseja que nunca lhe falte nada, como não lhe faltou a ele: fosse em educação ou carinho;
- Tem gosto em ser pai, mas tem consciência de que é uma grande responsabilidade e um grande desafio;
- Quer transmitir-lhe valores para que não se agarre em demasia aos bens materiais e respeite os outros.

Perceções pessoais:

- As suas expectativas relativas às vivências que está a ter foram amplamente superadas;
- Sente-se surpreendido; não imaginava todos os processos do crescimento do filho;
- Não achava que ia mudar muita coisa na sua vida depois do nascimento do filho;
- Durante a gravidez da esposa não se focou em pensar se o seu relacionamento seria afetado, mas sim que iria ter uma criança a necessitar de cuidados;
- Só teve uma perceção das feições do seu bebé depois o visualizar através da ecografia 3D; a partir daí começou a imaginá-lo;
- Daquilo do que imaginou o que acha que é diferente são as brincadeiras e a maneira de estar dele;
- O filho veio preencher algo;
- O que mais o fascina é quando chega a casa e ele lhe estica os braços a pedir colo;
- Imaginou-se um pai mais protetor do que é na realidade;
- Gosta de ver o desenvolvimento do filho e a forma como lida com os obstáculos;
- Competências e aprendizagens adquiridas: está mais calmo e encara pequenas coisas do dia-a-dia de forma mais tranquila;
- Principais dificuldades específicas: o receio de não conseguir evitar um perigo, como por exemplo, “ele está a tentar pôr-se de pé, e eu até estou ali a deixar, e aí depois de repente ele cai e depois uma pessoa fica...”
- Para si o tempo e o cansaço estão interligados;
- Atualmente canaliza o tempo de outra forma, a não querer fazer tudo ao mesmo tempo e no mesmo dia “Se não fizer hoje, faço amanhã que também é dia”;
- Só se sentiu mais cansado com a azáfama para o batizado do bebé;
- Não deixou nenhuma realização pessoal ou projeto para trás porque o seu trabalho já estava definido e a sua situação profissional não tinha mais por onde evoluir;
- Ter um filho foi o seu projeto.

Relação conjugal:

- Passaram a ter menos tempo um para o outro, mas “o carinho e o afeto estão lá”;
- Têm menos momentos a dois, mais momentos a três;
- Neste momento trabalham essencialmente para ver o filho feliz e com um sorriso;
- O Xavier é o resultado do amor que sentem um pelo outro; veio dar mais sentido à vida;
- Esporadicamente conseguem sentar-se no sofá e estarem apenas os dois, mas por pouco tempo;
- O fato de ser um primeiro filho, faz com que tenha sempre a preocupação que ver se ele está bem.

Perspetivas futuras:

- Sabe que o futuro é instável, mas contrapõe dizendo que “Portugal sempre esteve em crise”, demonstrando confiança em ultrapassar os problemas que possam surgir;
- Vai fazer de tudo para dar o melhor ao seu filho;
- Faz parte dos seus planos ser novamente pai num futuro próximo;

- Gostava de dar um irmão ou uma irmã ao filho, mas apenas mais um;
- Nesta fase pretende aproveitar ao máximo os momentos que está a viver com o Xavier; vai esperar que ele seja mais autónomo, para ter um outro filho;
- Para si, faz todo o sentido ter outro filho, mas considera que mais sentido faz para o Xavier, que terá um irmão;
- Imagina-se pai de um segundo filho e a realizar mais coisas com ele, porque já tem a experiência e saberá lidar com mais facilidade;
- Um segundo filho não comprometerá a qualidade vida, e até frisa que a enriquecerá; em termos monetários será mais uma despesa, mas isso é compensado em termos humanos e de família;
- Sente realizado e feliz com um filho, mas tem a ambição de ter um segundo;
- Caso não venha a ter um outro filho, ficará tudo bem na mesma, embora dê a entender que o ideal seja mesmo que se realize o seu desejo.

Avaliação final:

- Os aspetos negativos são esquecidos rapidamente; são as preocupações normais;
- O mais positivo para si é quando chega a casa totalmente exausto e o seu filho estende-lhe os braços; mais uma vez reforça a energia que senta quando isso acontece;
- De forma convincente diz que não faria nada de diferente, mantendo aquele ar embevecido que só um pai “apaixonado” pode ter.

Casal 5 – Pais da bebé Alice

Data: 27/05/203

Local da entrevista: União Distrital das IPSS de Santarém

Sexo: feminino

Data de nascimento: 11/02/2022

Idade: 15 meses e 16 dias

Irmãos germanos: Júlia; Idade: 4 anos

Mãe Anita

Idade: 29

Estado civil: casada

Anos de escolaridade: 12

Profissão: Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores (Ama)

Estatuto laboral: Com emprego

Com quem reside atualmente: marido Hélio; filhas Júlia e Alice

Duração: 01:00:55

Situação sociofamiliar atual:

- Vive com o marido e as duas filhas;
- Começa o dia cedo quando é acordada pelo despertador cerca das 07:20h;
- Acha um processo engraçado vestir uma das meninas enquanto o pai veste a outra;
- Depois do pequeno-almoço, e do pai levar as meninas para a escola, ainda consegue ir um pouco até ao café antes de voltar a casa para trabalhar;
- Depois das 09:00h recebe em casa os meninos de quem é ama, estando com eles até ao final da tarde;
- Quando as meninas chegam é tempo de banhos, dar-lhes o jantar cedo, e deitá-las também cedo;
- Acaba o dia a relaxar um pouco no sofá com o Hélio e nem sempre jantam por não terem esse hábito;
- Reparte as tarefas com o Hélio para que nenhum dos dois seja sobrecarregado, e o facto de dialogarem um com o outro facilita a situação;
- Sempre que pode aproveita os momentos para descansar sossegada; ao fim de semana, quando tem hipótese dorme um pouco mais;
- Afirma que acaba por ter muito pouco tempo para si própria;
- Sente falta de sair com o marido nem que seja para ir ao café, para ouvir música ou dançar (algo que sempre adorou fazer), mas com o cansaço já nem tem tanta vontade para fazer essas coisas;
- Considera que a Alice contribuiu positivamente para o seu bem-estar e aptidão psicológica; na altura do nascimento da Júlia, não estava psicologicamente bem para desempenhar o papel de mãe, na sequência de ter tido uma mercearia que não correu bem.

Situação económica e profissional atual:

- Acredita que a sua situação económica é mais afetada pela subida dos preços, do que propriamente o nascimento de uma segunda filha;
- Sempre que consegue aproveita as promoções e compra mais quantidade. Acaba por poupar e assim ajudar a fazer face às despesas;
- Trabalhava num restaurante, mas tomou consciência que o tempo passou muito rápido e nem se apercebia da sua filha a crescer;
- Decidiu afastar-se do negócio gerido pela família e trabalhar em casa. Além de afastar a depressão tem a vantagem de poder estar mais tempo e estar mais disponível para as suas filhas;
- Por enquanto consegue satisfazer as necessidades básicas;

- Compra muitos produtos em promoção que são bons como os outros.

Motivações na tomada de decisão de ser mãe:

- Quis ter outro filho porque acima de tudo sente amor em ser mãe;
- Foi criada pela sua avó paterna desde os três meses de idade, viveu com a avó até aos 21 anos;
- Ser mãe significa o que nunca teve “vai ser sempre uma coisa maravilhosa”;
- A avó era proprietária de um restaurante, a Anita ficava em casa entregue a si própria. Não quer que as suas filhas passem pelo mesmo, ou seja, que não tenham a mãe presente;
- Pela responsabilidade de tomar conta de um ser. Por ser “totalmente diferente”, cansativo, mas bom;
- Tinha bastante vontade e o mesmo desejo do marido também ajudou;
- Na primeira experiência como mãe a filha tinha tudo, era mimada, mas teve a certeza que não queria que ela fosse filha única;
- Nunca se arrependeu e até faz notar que não deveria ter sido mãe novamente tão tarde;
- A experiência anterior não influenciou a decisão de ter outro filho;
- Sabe que vai ter muitas dores de cabeça, mas sente-se orgulhosa e mais mulher;
- Sobre o que pode acrescentar à sua vida tem dificuldade em definir reais parâmetros, afirmando que “nunca sabe o que esperar”;
- Diz que ser mãe de duas filhas é maravilhoso e que vai tentar dar-lhes o que não teve, já que foi educada pela avó (mãe afetiva) e não tem nenhuma relação com a mãe biológica.

Perceções pessoais:

- As vivências que está a ter não correspondem àquilo que imaginou. Deparou-se com uma menina diferente, tanto a nível fisionómico como de personalidade, quando acreditou que iam ser parecidas;
- Achou que o seu relacionamento conjugal seria afetado negativamente por falta de tempo a dois;
- Sentiu receio que pudesse não sentir o mesmo amor que sentia pela primeira;
- Sente que com o nascimento da segunda filha foi preenchida uma necessidade interna;
- Diz sentir-se mais mulher, mais mãe, mais pessoa, embora por vezes se esqueça de si própria e de viver mais.
- Afirma que continua a faltar-lhe alguma coisa;
- Não é a mãe que pensava que ia ser. Sempre acreditou que seria conservadora e rígida, com a primeira filha teve mais essa atitude, já com a segunda passou a ser mais despreocupada, deixando-a “viver um pouco mais”, sem perder a responsabilidade;
- Sente-se muito feliz por ser mãe de duas filhas. Apesar das muitas dores de cabeça que lhe trazem é a “melhor coisa do mundo”;
- Primeiramente não sente que tenha aprendido nada de novo com a experiência atual, por trazer já uma “estaleca” anterior;
- Depois de refletir, acha que pode ter passado a ser uma pessoa mais tranquila. Anteriormente, ao mínimo problema de saúde, ia logo a correr para o hospital. Agora tem mais noção de como e quando fazer o quê;
- Tem muita dificuldade em lidar com ambas por serem “os oito e o oitenta”, sendo que a mais velha tem um feitio igual ao seu, muito provocadora. Recorre ao castigo, mas em determinadas situações que já não sabe como lidar, chama o Hélio para tentar resolver;
- O tempo para estar com a Júlia diminuiu;
- Dar bens materiais não é um hábito seu. Refere que o tempo que tem para ter momentos de lazer ou tarefas com as filhas é muito mais importante e compensatório;
- Adiou a compra de um carro, mas que é algo que pretendem adquirir logo que a estabilidade financeira o permita (talvez em dois anos), porque faz falta e torna o casal mais autónomo, sem dependerem um do outro.

Relação pai/mãe-filhos:

- A facilidade com que lida com a Alice é maior. Adquiriu mais competências a nível de cuidados básicos e sente-se mais bem preparada; com a Júlia era tudo uma nova experiência; com a Alice bastou acrescentar mais alguns pontos e ir juntando ao que já fazia com a primeira;
- Embora tente disfarçar e não demonstre muito, a Júlia tornou-se ciumenta, mais possessiva. Sempre que tem possibilidade fica mais junto da mãe, mas nunca magoando a irmã;
- Divide a atenção brincando com as duas. A tarefa é também facilitada quando a Júlia participa e tem iniciativa em ajudar a cuidar da bebé, pelo que acredita que a relação com a Júlia aumentou de intensidade;
- Com ajuda familiar conseguiu manter atividades que tinha com Júlia (como as danças), que só deixou de ser possível com o aparecimento de atividades na escola;
- Tenta estar mais disponível para dar atenção a ambas. Se por um lado a sua bebé é mais complicado por esta estar sempre agarrada a si, a irmã mais velha tornou-se mais birrenta e dependente (um ano depois de deixar a fralda voltou a usá-la);
- Os comportamentos da Júlia em relação ao pai continuam iguais. O pai é quem continua a fazer tudo com ela e a dar mimos;
- Quando dá mais atenção à bebé, a outra filha pede mais carinho e a mãe tem de dividir o colo. Por outro lado, participa na forma de cuidar da irmã.

Relação entre irmãos:

- Preparou a filha para a chegada da bebé. Mostrou-lhe a cicatriz de quando ela tinha nascido. Cativou-a e reagiu muito bem, dando beijos na sua barriga e abraços;
- Afirma que a Júlia é mandona, tenta mandar na irmã. Por outro lado, tem grande dificuldade em dividir e quando tem de brincar com um amigo, escolhe um e mais ninguém pode brincar com ele;
- Explica que as irmãs têm uma boa relação, mas tanto andam aos beijinhos e abraços, brincadeira e gargalhadas, como ralham uma com a outra. Mas conclui que “há ali muito amor”;
- Não tem dúvidas que a bebé é protegida pela irmã.

Relação conjugal:

- Sente que o amor aumentou apesar do menor tempo para estarem juntos;
- Em determinada altura achou que as coisas não iam correr bem devido a dívidas com um negócio falhado;
- Teve uma depressão pós-parto com a primeira filha, o que se deveu aos problemas financeiros que teve com a mercearia;
- Deixou de ter desejo sexual, como refere “a disponibilidade psicológica não estava ativa”, “comecei a negá-lo”;
- Atualmente sente-se renovada: mais realizada e mais satisfeita;
- Depois de deixar o emprego que tinha e passar a trabalhar em casa a sua relação melhorou e atualmente está tudo bem;
- Tem a certeza de que as suas filhas são fruto do amor conjugal e com o nascimento da segunda reafirmou isso. Ambos queriam e ansiavam muito ser novamente pais;
- Consegue ter momentos a dois, e aproveitam momentos, principalmente à noite quando estão sozinhos no sofá, quando as meninas estão na escola e o Hélio está de férias, ou mesmo quando durante o dia se conjugam momentos em que as crianças de quem é ama dormem;

Perspetivas futuras:

- Considera que o futuro vai ser difícil. Tal como faz para o Natal, quando há promoções vai comprando em maior quantidade os bens essenciais que necessitam. Vai juntando material escolar regularmente, para quando chegar a altura o investimento ser mínimo e mais fácil de suportar;
- Vai tentar que nada lhes falte, mas sem poder afirmar que vai conseguir, embora frisando que fará o máximo que conseguir;
- Planeia ter mais um filho, provavelmente engravidar daqui a um ano, e a criança nascer no ano seguinte, quando a bebé fizer os três anos;

- Tem consciência que mais um filho afeta a qualidade de vida familiar devido a um crescente de gastos;
- Com mais um filho mudaria de carro;
- Ter um terceiro filho é a sua realização pessoal de forma total;
- Imagina-se mãe de um menino, embora ache que o marido “só faz meninas”;
- Acha que ver a cumplicidade entre irmãos vai ser uma coisa ainda mais bonita. Não teve hipótese de ter essa experiência por crescer como filha única, apesar de ter um meio-irmão e uma meia-irmã;
- Sente-se realizada com as duas filhas, mas “falta alguma coisa”;
- Ter duas filhas é bom pela facilidade de fazerem alguma coisa, brincarem juntas e nenhuma delas estar sozinha;
- Quer que as filhas tenham uma família que ela própria não teve, com base em sentimentos e não bens materiais.

Avaliação final:

- Não tem dúvidas que se trata de uma experiência cansativa, mas muito positiva;
- Passou a dar mais atenção a si própria e a cuidar-se (amar-se), coisa que antes descurava;
- Acredita que não faria nada diferente;
- Não vê aspetos negativos, mas sim uma aprendizagem contínua;
- É uma pessoa muito sentimental e chora em todo o lado, mas sem margem para dúvidas que tudo é positivo.
- Reafirma a positividade da experiência, concluindo e dizendo que “é bom ser mãe”.

Pai Hélio

Idade: 30

Estado civil: Casado

Anos de escolaridade: 12

Profissão: trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores (Empregado de mesa)

Estatuto laboral: Com emprego

Com quem reside atualmente: esposa Ângela; filhas Júlia e Alice

Duração: 01:00:50

Situação sociofamiliar atual:

- Vive com a esposa e as duas filhas;
- Acorda antes das 08:00h e vai despachar-se. Por vezes demora a levantar-se;
- Embora afirme que sabe fazer o necessário para tratar das filhas e também o faz, confessa que a mãe tem mais jeito e grande parte das vezes é ela que as veste, prepara a refeição e tudo o mais;
- Vai pô-las na escola e de seguida vai trabalhar. No final do dia faz o inverso: vai buscá-las e regressa a casa;
- Durante a semana vão quase sempre para casa devido aos horários das crianças, mas também acontece irem um bocadinho ao parque ou ao café;
- A Júlia vem quase sempre cheia de sono da escola e é preciso dar-lhe o jantar cedo senão adormece e já não janta;
- Depois do jantar brinca com a mais pequenina, que é sempre a última a ir dormir;
- Quando tem oportunidade conversa com a Ângela sobre o dia, mas tem consciência que é mais reservado nessa parte;
- A Ângela adormece e costuma ficar a ver um pouco de televisão;
- Divide as tarefas; desempenha todas as funções necessárias como limpar o pó, passar a ferro e é ele que normalmente faz o jantar;
- Tentar ter tempo para si, mas cada vez mais prefere ficar sossegado em casa a descansar;
- Praticava desporto, jogava futebol, mas lesionou-se num joelho e foi operado, optando por não voltar a jogar. Diz que “não é bem o sentir falta”, mas sim porque “gostava de fazer”. Atualmente,

com familiares ou amigos, fá-lo de vez em quando. Mesmo com as meninas gosta de passear a pé, e de preferência com a presença da esposa;

- Sempre quis ter filhos, mas consciente do que isso acarreta diariamente e que a vida tem de ser inevitavelmente diferente;
- Também gostava da vida que tinha antes, aproveitava mais o tempo para si, mas considera ter uma vida melhor agora.

Situação económica e profissional atual:

- Não sente que a vinda da Alice tenha alterado a situação económica. Refere que o que alterou foi a parte da loja que tinha juntamente com o seu irmão;
- Embora tudo esteja um pouco mais difícil, se não fosse o negócio que correu mal poderiam ter uma vida mais tranquila, passear mais;
- Poupa nos gastos que fazia antigamente como ir ao café com os amigos (agora fá-lo poucas vezes). Faz essa gestão e com isso guarda o dinheiro para coisas mais importantes como fraldas e comida para casa;
- Não viu a carreira nem projetos profissionais a serem afetados, mas antes de a esposa cuidar de crianças em casa, era ele quem ficava com as filhas quando estas adoeciam. Tinha mais facilidade em faltar;
- Acredita que vai conseguir fazer face às despesas. O facto de atualmente não pagarem creche ajuda a equilibrar as contas, embora por vezes a meio do mês já se torna difícil.

Motivações na tomada de decisão de ser pai:

- A principal razão para querer ser pai novamente foi por gostar de ser pai, de cuidar, e tudo o que acarreta ter filhos;
- Não tem dúvidas que é positivo chegar a casa e ter as filhas lá, mesmo que por vezes esteja chateado e triste com alguma coisa;
- Teve dúvidas em avançar; na altura começavam uma nova etapa difícil, que era a mercearia;
- Financeiramente sabia que ia ser complicado, mas sempre teve facilidade em arranjar emprego quando necessitou. Além disso, ser lutador e querer muito ser pai novamente foi essencial;
- A experiência anterior influenciou a sua decisão de querer ser pai novamente; gostou muito, quis repetir e não se arrependeu;
- Espera que a Alice lhe traga felicidade e consiga ajudar, a que tanto ela como a irmã tenham uma boa vida, ajudando-as no que precisarem quando decidirem o rumo a tomar. Que sejam alguém na vida;
- Diz que ser pai de duas filhas é “ter mais cabelos brancos”. É ter uma responsabilidade diferente de quando estava solteiro;
- Sente-se feliz por ser pai de duas meninas, mas gostava de ter um menino.
- Acha fundamental a esposa também estar bem, porque “não tem lógica querer ter filhos e acabar por se divorciar”. É mau, especialmente para as crianças;
- Não sabe, ao certo, dar um significado a ser pai de duas filhas, mas tem de haver harmonia.

Perceções pessoais:

- As vivências iniciais foram diferentes do que imaginou. Quando era recém-nascida, a bebé era muito mais ligada à mãe;
- Teve receio ainda maior ao sentir-se mais distante a nível de brincadeiras, ou com o “pedir colo”, mas com o crescimento da menina, as coisas ficaram diferentes e já mudaram para melhor;
- Achou que ia ter menos tempo para a “Júlia” e para a vida de casal, mas sente-se feliz por acreditar que deram “conta do recado”;
- Não pensou muito no facto de o relacionamento poder ser afetado, porque na sua cabeça acha que temos de “ter tempo para todos”;
- Viu as suas expectativas superadas ao imaginar como seria a sua bebé. Receava que pudesse ter algum problema, mas sentiu alívio ao perceber que nasceu bem e cresce saudável, com energia “para dar e vender”;
- Mais do que fisicamente, imaginou como seria a sua personalidade. Afirma que acertou, sendo mais ou menos o que pensava: extrovertida e mais malandra;

- Sente-se mais completo na medida em que ter outro filho foi algo que sempre quis;
- Achou que ia ser “pai galinha” e não deixar fazer nada, mas diz que é ao contrário, às vezes até demais;
- Tenta ser exigente em certas coisas, como na alimentação uma vez que é fundamental “comerem bem”. Gosta de ser o “pai bom” quando é para a brincadeira e se portam bem, mas rígido quando não se portam adequadamente;
- Sente-se mais velho, mas ainda com energia para poder cuidar das filhas;
- Aperfeiçoou a forma como consegue “cuidar”. Considera que com a segunda filha é “uma coisa automática”, mas continua a aprender, porque elas têm personalidades diferentes;
- Sente maior dificuldade ao cuidar de duas crianças, porque apesar de sempre ter sido uma pessoa desenrascada leva mais tempo a desempenhar as tarefas, comparativamente com a mulher;
- Sempre teve um problema para se levantar por ser preguiçoso, mas já consegue ser mais rápido;
- Sente-se mais cansado; o trabalho ocupa mais tempo, mas sabe que é necessário ganhar dinheiro;
- Não duvida que os momentos que passa com as meninas compensam tudo e aproveita-os sempre que tem hipótese;
- Gostaria de ter uma casa nova, referindo que não é por ter tido outra filha. O que tem impedido a concretização desse desejo é a questão financeira.

Relação pai/mãe-filhos:

- Tem dificuldade em lidar com certas situações, principalmente com as birras quando está mais cansado;
- Acha mais fácil lidar com uma segunda filha por já ter tido a primeira, mas confessa que começa a faltar paciência;
- Na sua cabeça a relação com a primeira filha alterou-se por tentar dar mais atenção à segunda;
- Nota que é idêntica a mudança da sua esposa em dar mais atenção, mais à Alice, principalmente porque precisa de mais cuidados;
- Mantém atividade que tinha com a filha antes do nascimento da bebé; sempre que pode brinca com ela, ajuda-a a pintar;
- As filhas exigem mais; a mais pequena chora e quer mais colo, a mais velha faz mais birras, chama mais a atenção;
- Os comportamentos da mais velha mudaram. Passou de fazer birras, pedir colo e acalmar-se a seguir, para um estado em que é preciso ralhar com ela e pô-la de castigo. Deixou de ser tão autónoma: nem sempre come sozinha e voltou a usar fralda. No entanto, progrediu nas brincadeiras e em tudo o resto;
- Nota que a Alice manifesta ciúmes quando a bebé tem mais atenção.

Relação entre irmãs:

- Preparou a Júlia para a chegada da irmã mostrando-lhe a barriga da mãe e frisando que depois a mãe iria precisar de ajuda;
- Dão-se bem e muitas vezes andam aos beijinhos e de mão dada. Por vezes Júlia tenta ser responsável e avisa a irmã do que pode ou não fazer.

Relação conjugal:

- O seu relacionamento conjugal é um pouco “vítima” da falta de tempo de ambos, e da falta de paciência (especialmente da Anita), o que acaba por se refletir, mas tenta sempre mudar isso;
- Tem uma relação de altos e baixos, com menos afetos, mas igualmente positiva;
- As filhas são resultado do amor entre ambos, mas refere que antes das filhas terem nascido já existia o desejo;
- A Alice reafirmou o amor, mas tem uma relação diferente. Antes não saía de casa sem a esposa e vice-versa, atualmente ambos o fazem;
- Tenta aproveitar o tem que tem a dois. Por vezes há muito cansaço e a esposa diz que ele está sempre a “chateá-la”; quer dar-lhe atenção também a ela, e não só às filhas;

- Quando estão sozinhos aproveitam para jantar fora, ou simplesmente ficam em casa a descansar.

Perspetivas futuras:

- Tem receio que no futuro não consiga dar às filhas tudo o que precisam. Ele próprio passou por dificuldades. Não que não quisesse, por exemplo seguir os estudos, ou os pais não tivessem dado força, mas tinha consciência que eles não podiam ajudar muito (eram quatro irmãos);
- O pensamento é sempre positivo. Reconhece que vão ter três ou quatro anos difíceis por causa das dívidas da loja. Felizmente estão melhor e acreditam em melhores dias;
- Quer ter pelo menos mais um filho, mas para mais tarde, quando tiverem maior estabilidade;
- Acredita que ter mais filhos até pode ter mais custos, mas não compromete a qualidade de vida, na medida em que, no meio de tudo, o bem-estar familiar vai ser muito melhor;
- Ter um terceiro filho faria ter uma responsabilidade diferente. De resto só teria coisas a acrescentar, incluindo cabelos brancos e mais orgulho;
- Acredita que ainda vai a tempo de ser pai novamente e andar a correr com ele para todo o lado, embora a sua idade aumente e já não esteja tão predisposto a fazer certas coisas;
- Sente-se mais completo;
- Acha que ser pai de duas é uma aprendizagem, que ser só de uma é diferente. Ter companhia é sempre bom e têm sempre alguém a quem recorrer (assim espera);
- Quer educá-las ao máximo de forma positiva.

Avaliação final:

- Não tem dúvidas em afirmar que ter uma casa cheia é a melhor parte;
- Pode ser difícil gerir em termos conjugais e novamente surgir a falta de paciência, mas é uma questão de equilíbrio;
- Para si esta experiência só tem coisas boas a acrescentar e não faria nada diferente.

Casal 6 – Pais do bebé Duarte

Data: 28/05/2023

Local da entrevista: domicílio dos pais (Cidade de Santarém)

Sexo: masculino

Data de nascimento: 11/06/2021

Idade: 23 meses e 14 dias

Irmãos uterinos: Dinis e Raúl; **Idade:** 11 e 9 anos

Mãe Marta

Idade: 34

Estado civil: Casada

Anos de escolaridade: 12

Profissão: trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores (Esteticista)

Estatuto laboral: com emprego

Com quem reside atualmente: marido Nuno; filhos Dinis, Raúl e Duarte

Duração: 01:03:43

Situação sociofamiliar atual:

- Vive com o companheiro e três filhos;
- Os filhos mais velhos têm onze e nove anos. Provêm de uma relação anterior, e tem guarda partilhada com o pai de ambos, à semana;
- Quando é a semana de ter os mais velhos, acorda por volta das 06:30/07:00h, manda-os vestirem-se, tomarem o pequeno-almoço, lavar os dentes. Normalmente é o Nuno que depois os leva à escola enquanto despacha o pequenino. Assim já não tem a atenção dos irmãos e é também uma questão de logística (o marido segue logo para o trabalho);
- Ao final do dia, para ir buscá-los, depende dos horários do mais velho. O do meio tem sempre o mesmo horário e o mais pequeno podem ir buscá-lo mais tarde. Poucas vezes tem esta rotina, por ter um horário mais oscilante, tendo em conta a sua profissão;
- Os mais velhos praticam karaté às terças-quintas;
- À noite fazem os trabalhos, tomam banho e jantam. Tenta que cumpram horários para ir dormir. Nem sempre consegue e sente um certo descontrolo devido à privação do sono;
- Nas semanas em que os mais velhos não estão as rotinas são mais tranquilas, mas o Duarte é muito exigente, depende muito dos pais, tem uma personalidade vincada. Sente-se muito desgastada, porque ele é muito agarrado e sufoca;
- Ao fim de semana, quando ele era mais pequeno davam-lhe o almoço às 11:00h (horário do colégio). Hoje é diferente, já almoça e janta com os adultos;
- Considera que o seu filho tem muita energia e é muito desafiador;
- Tem muita ajuda do Nuno em todo o tipo de tarefas, seja com os pequenos ou com a casa;
- Batalha todos os dias para ter tempo para si, mas diz que não consegue;
- Afirma não ter deixado de fazer nada em específico por causa do bebé. Apenas queria ter mais tempo para estar sossegada no sofá, com fones nos ouvidos a ouvir música. Sem miúdos.
- Apesar de ter ajuda, com seu casamento à porta, tem sempre algo mais para fazer ou alguma prioridade, mas tem noção que precisa de tempo para descansar e dormir;
- Diz que tem uma vida melhor com três filhos. Foi essencial mudar para uma casa mais pequena e mais fácil de manter, com menos gastos, e isso libertou-a para atividades com os miúdos, que antes não conseguia ter, e consegue algumas vezes jantar fora.

Situação económica e profissional atual:

- Viu a sua situação profissional alterada. Trabalhou até ao último dia antes de ir para a maternidade, mas não conseguindo ter o mesmo desempenho dos primeiros três ou quatro meses, teve de arranjar alguém para estar consigo no gabinete;

- Perdeu várias clientes e o que recebeu de licença de maternidade foi muito pouco, o que fez com que o seu companheiro tivesse sido mais sobrecarregado;
- Quando regressou novamente ao trabalho notou uma diminuição de trabalho. Deixou de fazer sentido ter alguém a trabalhar consigo. Começou a pensar arranjar um espaço para si, já que estava a trabalhar num apartamento alugado;
- Espera conseguir suportar as despesas de necessidades básicas dos filhos, mas não sabe se será capaz de o fazer;
- Certas coisas como uma consulta em especialidade, se não dá num mês gerem para que consigam no seguinte.

Motivações na tomada de decisão de ser mãe:

- A primeira razão foi o facto de o Nuno ter uma grande ligação com os seus filhos;
- Num primeiro momento não queria ter mais filhos, mas ao ver outros amigos com bebés e ambos passaram a ter vontade de ter;
- Avançaram nesse sentido quando ficaram com uma vida mais estabilizada;
- Foi uma gravidez planeada: foi à médica, deixou a pílula, fez exames e tudo o mais;
- Tinha passado por uma relação complicada, tinha estado muito tempo sozinha e tinha sido difícil dar as bases aos filhos. O apoio constante do Nuno foi decisivo para avançarem;
- Nunca se arrependeu deste caminho traçado;
- O facto de ter tido duas gravidezes que correram bem e dois partos normais foram influentes na tomada de decisão;
- Apesar do Raúl ter um transtorno de desenvolvimento neurológico, foi um período complicado de cerca de três anos, não pôs em causa a sua decisão de ser mãe novamente;
- Os seus filhos significam por um lado uma grande família, por outro, uma grande dor de cabeça. Mas refere que se dão todos muito bem;
- Afirma que o amor que sentem uns pelos outros e ver a relação que os mais velhos têm com o mais pequenino e vice-versa, paga tudo;
- Acredita que vai receber ensinamentos novos e que nem todas as crianças são iguais.

Perceções pessoais:

- Não pensou que aquilo que está a viver com o bebé fosse tão complicado. Acha que os pais desejam sempre uma criança que seja calma, durma bem e que dê noites tranquilas, ma depois é uma montanha-russa de emoções;
- Sabia que com o nascimento do bebé a vida ia mudar, mais coisas para comprar e para fazer;
- Achou que o seu relacionamento seria afetado, por terem menos tempo um para o outro e menos disponibilidade íntima, para além de que os seus filhos estavam a tempo inteiro consigo;
- O incentivo do Nuno e estar sempre presente, ajudou para que tudo fosse mais fácil;
- Imaginou o bebé muito parecido com o pai; tinha o feitio do pai quando era pequeno (segundo a sua sogra);
- Sente-se mais completa, e apesar de muitas pessoas dizerem que deviam tentar uma menina, e embora o companheiro quisesse, já falaram diversas vezes sobre isso e não é algo que esteja nos planos. Se acontecesse, provavelmente, nem iria avante com a gravidez: por motivos financeiros e não só. Além de acharem que, como foram pais novos, quando chegarem a uma idade mais adiante terão hipótese de usufruir da vida, já com os três filhos encaminhados;
- Não se imaginava mãe de um terceiro filho, nem tão pouco um quarto;
- Teve uma depressão pós-parto com o Duarte, o que nunca teve com os outros dois. Acha que se deveu ao facto de após o parto ainda ter uma barriga “tão grande”, o que baixou a sua autoestima; e por o Duarte, a partir dois meses, por estar um “bocadinho ranhoso”, acordar mais vezes durante a noite para mamar, o que criou uma habituação. Refere que nem sempre é para mamar, muitas vezes é pela chucha. Até já pusemos cinco ou seis chuchas à volta dele, acorda sempre.
- Com a depressão chegou a pôr-se em causa como mãe, mas agora sabe que faz o melhor por eles, embora por vezes lhe custe ralhar, dizer não ou pô-los de castigo. Mas confia que um dia lhe vão agradecer;

- Inicialmente, ser mãe não foi positivo porque não se sentia preparada para acordar novamente durante a noite, para cólicas e birras;
- As principais dificuldades que sente, é fazer com que ele entenda o “não” e o “sim” por se tratar de uma criança muito desafiadora e ciumenta;
- O Duarte depende muito dos pais e é muito exigente, desgasta e sufoca. Para além de ser “quero, posso e mando”.
- Sente-se mais cansada e com falta de tempo, embora reconheça que já sentia isso antes;
- Às vezes vê-los correr, saltar e rir enche-lhe o coração, mas nem sempre sente que compensa tudo. Diz ter momentos “zen” e mágicos quando os mais velhos vão para o pai e o mais novo para a avó e pode, simplesmente, sentar-se no sofá e usufruir da sua casa;
- Gostaria de abrir um espaço seu, mas de momento não é possível a nível financeiro.

Relação pai/mãe-filhos:

- Não é mais fácil ser mãe de um terceiro filho porque cada criança é uma criança;
- Achou que ia ser mais fácil, mas depois percebeu que o que pode funcionar com um filho pode não funcionar com outro;
- Afirma convictamente que a relação anterior com os outros dois filhos não se alteraram, embora tivesse tido esse receio;
- Não sentiu nenhuma alteração na relação deles com o companheiro;
- O Duarte requer sempre mais atenção porque é bebé; está atenta, preocupada e é interventiva nos momentos do dia-a-dia com os três, para que sintam que a mãe está ali para eles;
- Faz menos atividades com os filhos mais velhos depois da chegada do bebé, porque passaram a ser cinco. Explica-lhes isso e eles entendem;
- Não sente que os filhos exijam mais de si agora;
- Com a chegada do bebé, o Raúl durante algum tempo fazia sons de bebé e quis voltar a usar chucha. O Dinis tenta dar o exemplo, ser responsável, mais autónomo e ajudar com o irmão mais novo, além de o proteger.

Relação entre irmãos:

- Preparou os filhos para a chegada do bebé. Com o mais velho foi fácil e ele achou espetacular, quanto ao outro foi uma preparação diária devido ao autismo. Até agora tinha sido sempre o “menino encantado”. Mas a preparação correu bem e foi boa a reação de ambos;
- Diz que o Dinis adora ser o irmão mais velho adora embora por vezes não dê os melhores exemplos;
- A relação entres os três irmãos é boa. Os mais velhos são como “cão” e “gato”, mas se não se virem um ao outro perguntam logo pelo irmão.

Relação conjugal:

- Passou a ter a certeza que tem alguém ao seu lado a 100%. A relação tornou-se melhor;
- Não tem dúvidas que o bebé foi resultado amor de ambos e a relação saiu fortalecida, passando a confiar ainda mais no companheiro;
- Tenta ter momentos a dois e namorar um bocadinho, nem que seja quando o bebé vai dormir ou fica em casa da avó, ou quando meio sonolentos se sentam no sofá a ver televisão. Só estarem encostados, a aproveitar a sala. Acha que só isso já acaba por fortalecer a relação, porque esta já existia antes;
- Vê como positivo casar e poder ir em lua-de-mel (apesar de curta) apenas com o marido, porque há casais que conhece que até nessa fase tiveram de levar os filhos.

Perspetivas futuras:

- Espera que nunca falte nada aos seus filhos e tenham as bases. Que compreendam um “sim” ou um “não” quando pedirem algum bem material. Mas que consiga, caso isso se proporcione, ajudar um ou mesmo todos a ir para a faculdade, nem que tenha de pedir um crédito se até lá não conseguir juntar o suficiente. Mas acredita em si própria e diz, convictamente, que tem de conseguir;

- Não se sente preparada para ser mãe novamente. Emocionalmente não está a 100% e acredita que isso faria descambar o rumo que começa a ser mais certo;
- Sente-se feliz e realizada com os seus filhos.

Avaliação final:

- Vê como muito positivo ter outro filho. Conseguiu sempre dar-lhe mais atenção e usufruir mais da maternidade do que antes, já que eram dois e com diferença de idades pequena;
- Consegue viver a coisas numa perspetiva diferente e não cometer os mesmos erros, por ter a experiência com os outros dois;
- Não abdicaria da vida a cinco, mas diz ser difícil quando querem arranjar casa para férias ou a movimentação porque têm um carro de quatro lugares e se o outro avaria têm um problema. Não vê nisso tanto uma desvantagem, mas sim uma preocupação;
- Se voltasse atrás não teria os dois primeiros filhos naquela altura, pois considera que, apesar de terem sido planeados, não vieram na altura certa;
- Quando tomou a decisão de ter outro bebé, sabia a decisão que estava a tomar, ao contrário de que aconteceu quando engravidou do Dinis, que veio para salvar uma relação.

Pai Nuno

Idade: 34

Estado civil: Casada

Anos de escolaridade: 15

Profissão: Técnico ou Profissional de Nível Intermédio (Técnico de Informática)

Estatuto laboral: Com emprego

Com quem reside atualmente: Marta, enteados Dinis e Raúl, e um filho

Duração: 54:18

Situação sociofamiliar atual:

- Vive com a esposa e três filhos;
- Normalmente é sempre o primeiro a acordar. Começa por orientar as lancheiras e os pequenos-almoços. Senta-se à mesa, e enquanto os mais velhos comem toma o pequeno-almoço com o mais pequeno
- Sai mais cedo para levar o mais velho que entra mais cedo na escola e de seguida deixa o do meio antes de seguir para o trabalho;
- Nas semanas em que os mais velhos não estão acorda vinte minutos mais tarde, e acaba por sair de casa à mesma hora da esposa;
- Consoante os seus horários vai buscar os mais velhos e às terças e quintas-feiras leva-os para as atividades;
- À noite tratam dos banhos e do jantar e depois tentam sempre ter uma rotina de deitar os miúdos;
- Dividem as tarefas e faz sempre questão de ajudar. Diz não fazer sentido o ditado "o homem serve para trabalhar e a mulher para fazer as coisas em casa"; faz a lide doméstica em casa e gosta mesmo de colaborar nessa parte;
- Tenta ter tempo para si, mas obviamente tem menos depois do nascimento do bebé. Não se sente insatisfeito com isso;
- Gosta de estar sossegado a ver um filme. Ao domingo quando os miúdos estão descansados, costuma sentar-se no computador a jogar um bocadinho. Não o faz mais vezes porque não sente necessidade.
- Não tinha noção do que era ser pai realmente. A sua definição de pai mudou. Sente-se uma pessoa mais realizada. Apesar de não ser pai biológico do três, gosto de todos de igual forma.

Situação económica e profissional atual:

- Não está arrependido de ter um bebé, mas afirma que a vinda de uma criança altera sempre a situação económica. Têm de ajustar as contas para equilibrar as despesas;

- Diz que a sua carreira profissional não foi influenciada pelo nascimento, porque tem “o melhor chefe do mundo”. Tem flexibilidade para gerir o trabalho. Quando precisa altera o seu horário normal, mas por outro lado também dá confiança ao líder, por estar disponível qualquer hora do dia ou da noite para resolver problemas que surjam;
- Acredita e diz que como pai vai ter de conseguir e pensa conseguir satisfazer as necessidades básicas dos filhos. Faz disso um objetivo diário para que aconteça.

Motivações na tomada de decisão de ser pai:

- Tinha o sonho de ter um filho, especialmente com a pessoa certa;
- Ao passar pela relação anterior já não acreditava nela nem no próprio amor, mas tudo mudou ao conhecer a esposa. Tudo passou a fazer sentido e o desejo aumentou;
- A decisão foi tomada a dois e porque viu a esposa como uma excelente mãe.
- Foi um bebé planeado e processou-se tudo muito rápido. Tiveram a ideia em agosto e em setembro a gravidez já era uma realidade; não se arrepende da decisão que tomou;
- Não afirma que a tomada de decisão tenha sido influenciada por ter já dois filhos não biológicos, mas afetivos (porque o sonho já existia), mas reconhece que isso possa ter ajudado um pouco;
- Espera que o bebé lhe traga felicidade, tudo de bom. Que consiga fazer um percurso escolar, vá para a universidade, arranje uma namorada e um dia se case. Apesar disso sabe que nunca sabemos o dia de amanhã;
- Diz que ser pai de três filhos é ter “uma família numerosa” de quem gosta muito, incluindo os dois pequeninos de quatro patas, que passeiam pela casa.

Perceções pessoais:

- Trata-se de um bebé exigente, que depende tanto do pai como da mãe, como é normal. Tem noção que a esposa vai mais vezes ter com ele à noite. Se antes de ser pai dormia mesmo com o som de um camião a passar, agora basta-lhe o respirar do filho a ouvir-se no intercomunicador que acorda logo. Acredita que é um “chip” que muda e o faz ter esse alerta maior;
- As expectativas não são muito diferentes das que esperava ter;
- Já esperava que financeiramente ia haver um abalo, não no sentido negativo, mas que ia haver mudanças;
- Tinha receio que a atenção que tivessem de dar a mais ao bebé criasse alguma lacuna no relacionamento conjugal, mas conseguiram planear tudo de forma tranquila;
- Imaginou o seu bebé, também pela ajuda de uma fotografia 5D e quando ele nasceu tinha o aspeto que mais ou menos imaginara;
- A nível de personalidade acha que ele tem muitos traços seus, mas mais vincados;
- Sente-se completo;
- Sabia que não ia ser fácil ser pai de três filhos, mas a convivência com cada um deles fê-lo ganhar experiência para saber lidar com as situações, sempre com a preocupação de não sentirem que faz distinção entre eles. Confessa, no entanto, que sentiu receio de inconscientemente poder dar mais atenção ao bebé. Mas considera que não seria justo, até porque eles são irmãos de sangue. Faz essa luta diária consigo mesmo e tenta todos os dias ser igual para todos;
- Aprendeu a ter maior autogestão;
- Vê como uma aprendizagem e não uma dificuldade considerar-se pai dos três. Os mais velhos, não os conheceu quando eram bebés, mas vai tentando sempre o melhor;
- Por vezes sente-se mais cansado, talvez também devido à patologia de que sofre: apneia do sono. Mas não mudava nada para ter mais tempo. Sente-se satisfeito;
- O seu projeto, aquele que queria realizar, conseguiu - ser pai.

Relação pai/mãe-filhos:

- Acredita que cada criança tem a sua maneira de ser e não é mais fácil nem mais difícil ser pai de um terceiro devido à experiência anterior;
- Não se sente nem mais nem menos bem preparado. Cada um com o seu feitio, e tudo é sempre uma aprendizagem;

- A sua relação com os outros filhos não mudou. Aceitou os mais velhos da mesma forma que aceitou a chegada do Duarte;
- Também não viu alteração na relação da mãe com eles. Tentou sempre equilibrar a atenção e divisão dos cuidados;
- Explica aos mais velhos as necessidades com o bebé, mas para que entendam que também têm a sua parte de atenção;
- Faz questão de manter as atividades com eles, embora de forma menos repetitiva;
- Não nota que exijam mais de si por existir o Duarte;
- O Dinis não demonstrou nenhuma dependência com a chegada do irmão, enquanto o Raúl voltou a usar chucha e fazer sons de bebé;
- Quando dá mais atenção ao seu bebé (por exemplo a ler uma história) por norma os outros dois participam nos cuidados, por iniciativa própria e porque gostam de se dedicar ao irmão.

Relação entre irmãos:

- Preparou os irmãos mais velhos para a chegada do bebé mostrando imagens (das ecografias) e explicando que estava a crescer dentro da sua barriga.
- Viu como momento mais engraçado o momento em que viram o bebé pela primeira vez e disseram admirados: “Isto estava dentro da tua barriga? Isto é o meu irmão?”
- Refere que o irmão mais velho se sente orgulhoso, responsável e importante. Gosta de ensinar, de brincar, de interagir e puxar pelo irmão mais novo.

Relação conjugal:

- Não considera que o nascimento do Duarte tenha alterado o seu relacionamento e sempre que podem dedicam-se um ao outro a 100%;
- Garante que o filho é fruto do amor e prova que a relação dos pais é real e para durar;
- Tentam sempre gerir as coisas de forma construtiva e aproveitar ao máximo os momentos.

Perspetivas futuras:

- Diz que é função de um pai e de uma mãe tentar fazer tudo para oferecer aos filhos uma vida satisfatória, embora tenham de ponderar tudo muito bem. Que têm de planear e articular, conversar e prepararem-se financeiramente, mas acredita que é possível;
- Não planeia ter um quarto filho. Sente-se realizado e completo;
- Ter mais um filho poderia comprometer a qualidade de vida, porque era mais um a quem dar atenção e financeiramente ia ser mais complicado. Duvida que caso a gravidez acontecesse se a levariam para a frente;
- Caso tivesse outro filho, teria de mudar de carro;
- Não sabe nem pode explicar que significado teria mais um filho, porque não está nos seus planos nem vê como venha a ser;
- Para si ter três filhos é: uma casa alegre e animada, com imensas ideias.

Avaliação final:

- De zero a 10 avalia a experiência de ser pai com a nota máxima. Confessa, no entanto, com alguma amargura que escusava de ter passado pelo que passou na vida para chegar a este ponto. Diz que talvez tivesse sido a forma de valorizar o que tem dentro de si e dar importância a pormenores na vida que nem sequer dava importância no passado;
- O mais positivo de ser pai é sentir-se feliz;
- Não considera aspetos negativos, porque acha que não os há;
- Afirma que não faria nada diferente e voltaria a trilhar os mesmos caminhos, a dar os mesmos passos e ter as mesmas ações.

ANEXO I – GRELHA DE ANÁLISE DE CONTEÚDO

Grelha de Análise de Conteúdo
Referência: Guião de Entrevista aos pais de 1.º filho.

DIMENSÃO	SUBDIMENSÃO	CONTEÚDO
Casal 3 – Pais da bebé Eduarda		
Contexto sociofamiliar	Agregado familiar	Rui “Neste momento, comigo são três. Eu sou seu pai.”
	Rotinas diárias	Rui “Durante a semana tenho o meu trabalho. Por vezes, a minha filha já está acordada ajudo nas tarefas, no que é necessário. A dar o pequeno-almoço ou mudar a roupa, se necessário tomar banho de manhã. E faço as minhas coisas para depois ir trabalhar.” Sofia “Normalmente, num dia de trabalho normal, levanto-me mais ou menos às 08:00h. A seguir visto-me e faço a minha higiene normal, enquanto a Eduarda ainda dorme e depois vou levá-la à creche, logo de manhã, às 08:30h mais ou menos. Às 09:00h vou trabalhar. A partir daí, saio às 18:00h, vou buscá-la à escola.” “Quando vou ao ginásio, deixo-a um bocadinho com a minha mãe. Vou ao ginásio porque o pai ainda está a trabalhar nessa altura, portanto, ele sai mais tarde normalmente que eu.” “Num dia normal vou para casa da minha mãe ou da minha madrinha para ter alguma ajuda, ou para ir às compras ou qualquer coisa, ou então venho para casa e normalmente já são ali 19:00h, dar o jantar à Eduarda, brincar um bocadinho com ela ainda antes ou uma sesta ainda antes do jantar. Normalmente esperamos pelo pai, que ele chegue. Ela janta, vai-se deitar. Nós jantamos mais tarde. Como ele chega tarde, eu às vezes janto com ela e vou deitá-la e depois jantar e cama.”
	Partilha de responsabilidade	Rui “Tentamos dividir o mais que podemos. Às vezes um dá o comer, o outro muda de roupa e muda as fraldas. Vamos fazendo assim. Por exemplo, ontem fiquei a tomar conta da menina e a mãe foi sair com umas amigas.” Sofia “Depende, porque como ele tem um horário mais exigente, até sou eu que faço o jantar. Até temos a ajuda da minha madrinha, porque ela faz, muitas vezes ajuda-nos com a comida e com a roupa.” “Mas aqui normalmente nós dividimos as tarefas, vai dependendo quando temos tempo...Eu costumo dizer que ele [Rui] não ajuda, ele faz, porque também suja. Ele normalmente de manhã põe a roupa a lavar se for preciso e depois eu ponho a secar.... Tentamos dividir mais ou menos as coisas.... Eu vou lavar o pátio, eu lavo a loiça, ele fica com a menina, e nós vamos trocando também com a menina. Mas sim, eu não considero que ele ajuda, ele faz parte do processo, de todas as coisas.... Eu faço, ele faz e vamos fazendo conforme podemos...”
	Tempos livres	Rui “Sim, tenho. É uma maneira diferente do que era antigamente, mas dá para conciliar.”

		<p>Sofia “Sim, normalmente tento ir ao ginásio, ou tento ir ter com uma amiga, sair um bocadinho da rotina...porque também é exigente estar sempre focada no mesmo...Ainda ontem estive com uma amiga, ele [Rui] ficou com a menina depois do trabalho.” “vou ao ginásio, isso é uma parte que tento ir duas vezes por semana, só ali meia hora nem que seja. Não preciso de estar lá o dia todo. É só meia hora para estar livre do <i>stress</i>, do trabalho...O trabalho exige e no final do dia queremos também descontrair, e para mim descontrair é também ir ao ginásio.”</p>
	Doenças	<p>Sofia “O meu cansaço é gerido também com o ginásio, porque tenho esclerose múltipla e o cansaço é um sintoma. Há dias que eu tenho cansaço extremo, chama-se fadiga e o ginásio controla muito isso. (...) Eu sempre treino porque faz muita diferença, não tenho tantas dores, não estou tão cansada.” [A sua doença limita a capacidade que tem para cuidar da sua filha ou para fazer determinada atividade com ela?] “Se tiver de me sentar, sento e ela também está tudo bem...Talvez mais tarde comece a explicar: ‘A mãe está cansada, temos só de descansar só um bocadinho’, nem que seja só 10 minutos e depois passa. O meu cansaço, por enquanto, não me limita dessa forma.”</p>
Contexto económica e profissional	Alteração da situação económica	<p>Rui “Não. Acho que não. Tem de haver sempre mais um bocadinho de esforço, mas não acho que seja aquele esforço...há mais despesas, é normal.”</p> <p>Sofia “Não, porque também temos os apoios. O abono dela que é uma ajuda e depois a creche que é gratuita. Isso ajuda muito em termos económicos, pelo menos na situação da comida, mas eu tento fazer, por exemplo, a comida.... Claro, quando ela nasceu, ela bebeu leite artificial, aí talvez mais, mas como também temos o abono dela usamos para isso, para a comida dela. Temos muitas pessoas que nos ajudam.”</p>
	Alteração na situação profissional	<p>Rui “Não. Até antes do nascimento da minha filha eu optei por mudar de trabalho já por causa disso. Eu estava mais longe do que estou agora.”</p> <p>Sofia “Sim, acho que sim. Porque sou educadora social...Na altura em que engravidei não estava a trabalhar na área, mas depois de ser mãe pensei que queria voltar a trabalhar com idosos, que era o que eu fazia. Mas o que é que influenciou? Senti a exigência das duas partes: ter um bebé que é exigente e trabalhar na minha área, que também se tornou exigente, e ao mesmo tempo, e mesmo com o meu problema de saúde. Foi tudo ao mesmo tempo e senti que não poderia, neste momento fazer aquilo que supostamente ia fazer, que é trabalhar na minha área... Eu tenho</p>

		tempo, tenho 25 anos, portanto tenho tempo de fazer. O meu foco agora é mais na minha família, na minha casa, na Eduarda e não tanto na situação profissional. Trabalho num café. É um trabalho normal, das 09:00h às 18:00h. Tenho uma patroa que facilita nos horários. Eu às 18:00h vou buscar a Eduarda à escola, mas se tiver de sair às 17:00h por algum motivo, que já aconteceu, ou ir às consultas, também é uma ajuda aí.... Eu trabalho lá, mas se eu faltar continua aberto...”
	Estratégias de ajustamento	<p>Rui “Nem que eu tenha de trabalhar mais um pouquinho, nem que tenha de fazer mais uma hora de trabalho por dia ou assim.”</p> <p>Sofia “Há meses em que as despesas são mais, mas é uma questão de gestão financeira. Nós tentamos gerir o dinheiro dos dois. Temos os apoios, temos a creche, e ela come lá. É mais as fraldas, toalhitas. Mas a roupa não gastamos dinheiro, porque temos pessoas que nos vão dando e sempre foi assim. Temos a madrinha, os amigos que vão sempre dando coisas...” “Se calhar, deixamos de comprar algumas coisas para comprar para ela...Penso primeiro nela. Se calhar não preciso tanto, porque ela precisa mais. Vamos sempre tentando por aí. Um dia de cada vez.” “Nunca senti que passámos grandes dificuldades, até porque durante a gravidez recebi ajuda da junta de freguesia, que têm apoios para famílias que vão ter crianças. Deram-me um vale, um cheque com dinheiro e depois deram-nos fraldas.”</p>
	Satisfação das necessidades básicas	<p>Rui “Sim, vou.”</p> <p>Sofia “Vamos tentando, vamos vendo todos os dias o que que é preciso. Há coisas que já não são necessárias, que eram dantes, é tentar sempre fazer o melhor...Todos os dias vemos o que é necessário. Por enquanto temos conseguido. Acho que sim. Acho que pelo menos não tem corrido assim tão mal. Acho que antes de ela nascer, eu pensava mais nisso, do como é que nós vamos fazer e como é que vamos gerir.”</p>
Perceções pessoais	Nível de satisfação/Nível de vida	<p>Rui “Sinto-me satisfeito, realizado. Sempre o sonho ‘Como é ser pai?’. A minha vida é melhor. Um filho é a realização de um sonho.”</p> <p>Sofia “Eu sou muito feliz desde que sou mãe. Completamente.”</p>

Dinâmicas motivacionais	Principais motivações	<p>Rui “Eu sempre pensei em ser pai, e eu cheguei a uma altura que pensei que não pudesse ser pai.”</p> <p>Sofia “Nós descobrimos e pensámos logo que queríamos ter a criança. Nós temos uma casa, temos empregos, temos a nossa vida orientada, e decidimos prosseguir. [Feliz]”</p>
	Fatores facilitadores para a decisão de ser pai/mãe	<p>Rui “Não estávamos à espera. Não foi planeado. Supostamente era para a minha namorada engravidar este ano, para futuramente ter bebé no ano a seguir, mas correu ao contrário. Mas estamos satisfeitos, estamos felizes.”</p> <p>Sofia “Não foi uma gravidez planeada, aconteceu. Eu tive um descontrolo hormonal, tive alguns problemas com a pílula que eu tomava. Já tínhamos falado disso. Já namoramos há muitos anos, já vivíamos juntos, trabalhávamos os dois. Eu queria mudar de casa primeiro. A minha visão das coisas ‘Ok, estamos a viver juntos há algum tempo, há mais de um ano, mas quando tivéssemos filhos mudamos para uma casa maior’.”</p>
	Dúvidas/Hesitações	[Não houve necessidade de perguntar se “Teve dúvidas em tomar esta decisão? Em algum momento se arrependeu?”, estava explícito que “não”]
Ser pai/mãe – sentimentos e sensações	Expetativas/Acréscimos	<p>Rui “Felicidade, alegria, vivência, outra consciência sobre as coisas.”</p> <p>Sofia “Ela deu para a nossa vida uma cor, alma, brilho, não sei, e eu quero ter mais filhos. Mas ela acrescenta muito...Acho que trouxe luz para a minha família, porque a minha avó faleceu o ano passado...Ela faleceu, mas a ‘Eduarda’ também nasceu nesse ano... E parece que eu nasci também nesse ano. Sinto que nasci novamente como pessoa naquele dia. Não, nem foi naquele dia. Foi quando descobri que ia ser mãe, eu até sinto que me tornei uma pessoa diferente, mais leve.”</p>
	Significado	<p>Rui “É a melhor fase da vida que uma pessoa pode ter.”</p> <p>Sofia “Acho que uma pessoa nem sabe explicar, é um sentimento muito forte porque ela cresceu na minha barriga, o meu corpo criou, não é? Nós temos uma cumplicidade muito grande...” “É uma aprendizagem, é um sentimento muito difícil de explicar...É exigente, há dias cansativos, não é tudo maravilhoso. Mas depois no final do dia estamos ali, com miminho, carinho...”</p>

Perspetivas sobre futuras mudanças de vida	Vivências atuais comparadas às expectativas criadas durante a gravidez	<p>Rui “Acho que estão a ser melhores. Porque o que uma pessoa espera é ser melhor a cada dia e cumprir objetivos. Cumprir com aquilo que um pai tem de cumprir. [Orgulho]</p> <p>Sofia “Sim.” [Convicção]</p>
	Perceção acerca das principais mudanças	<p>Rui “A rotina pelo menos. O dia-a-dia. Podemos dizer também que antes tinha mais tempo para estar com os amigos, ou ir ao café ou ir ver um jogo de futebol ou assim uma coisa. Agora, se calhar já tenho de ponderar, já tenho de tentar conciliar umas coisas com as outras...Tenho de falar com a minha namorada, a minha esposa, e ver o que pode fazer e tentar encaixar. “</p> <p>Sofia “Sabia que ia mudar, porque do nada nós temos uma rotina e vai mudar. Porque temos um ser humano que depende de mim.” “Eu queria, antes dela nascer, quando estava grávida, queria que a minha casa tivesse toda como eu imaginei. O quarto dela tinha de ter uma cama, tinha de ter a roupa pronta, tinha que ter uma cama no nosso quarto, muda fraldas, uma banheira para ela, tinha de ser como imaginei.... Eu queria que as coisas estivessem todas organizadas e isso até não aconteceu assim. As coisas demoraram a chegar e isso stressou-me na altura.” “Sabia que as coisas iam mudar, e quando estava grávida tentei pesquisar montes de coisas: sobre o sono, a alimentação, o parto. Tinha uma grande expectativa. E realmente houve coisas que resultaram, outras que não resultaram e está tudo bem.”</p>
	Perceção acerca das mudanças na relação conjugal	<p>Rui “Claro, se calhar temos um bocadinho menos tempo para nós como tínhamos antigamente, mas é por uma boa razão, por isso há que haver compreensão de parte a parte para isso.” [Segurança]</p> <p>Sofia “Sim, se calhar, pensei um bocadinho, podia. Mas nós temos muita ajuda...nós queremos ir jantar fora, que é uma coisa simples, nós fazíamos muito isso. A minha mãe facilmente fica um bocadinho com a Eduarda, que ela adora a avó, e nós vamos jantar fora. No início tinha muita dificuldade em fazer isso, porque ia deixar a minha filha.... Tinha medo que pudesse faltar alguma coisa, mas é uma questão de adaptação e nós fomos adaptando. Nem que seja ver um filme. Ela está a dormir e vemos um filme que é uma coisa que fazíamos antes.” “Acho que só aumentou o que nós tínhamos um pelo outro. “</p>
Construção identitária	Bebé imaginário	<p>Rui “Sim, imaginei. Acho que está a ser melhor do que aquilo que estava à espera.”</p>

		<p>Sofia “Eu sinto que imaginava pelo menos com saúde e perfeitinha. Eu sinto que ela é, não sei, parece que já a conheço de outra vida.” “eu quando vi a ‘Eduarda. pela primeira vez, porque foi anestesia geral, eu quando acordei já toda a gente a tinha visto. O pai já tinha visto e eu não. Eu comecei logo a chorar porque ela estava bem e não me interessava se ela era bonita, feia, gorda, magra.... Como não assisti ao parto, quando a vi parecia que já nos conhecíamos. Eu conheci-a nove meses antes de toda a gente.... Eu nem sequer estava nervosa para o dia do parto.... Eu às vezes digo que nasci preparada para ela porque eu já a conheço.”</p>
	O bebé como uma necessidade interna – o ser completo	<p>Rui “Posso dizer que sim, e posso dizer que não...Quando soube que ia ser pai, isso veio preencher parte de mim. É sempre normal. Mas, como é que eu posso explicar bem... veio preencher, mas também eu e a minha namorada já eramos uma família, é claro que veio complementar aquilo que já tínhamos.”</p> <p>Sofia “Preencher ela preencheu, mas eu sempre quis ser mãe, mas eu tinha alguma coisa que era... também tem a ver com a minha avó. Aconteceu que estava grávida e eu fiquei mais feliz porque sabia que a minha avó a poderia conhecer. Não sei se faz sentido, não foi propositado, mas foi no tempo certo. Porque ela faleceu o ano passado, portanto, elas conheceram-se durante sete meses.... Mesmo quando eu estava grávida a primeira coisa que eu fiz quando saí do hospital, foi ir para casa dela.... Eu não sei, parece que senti qualquer coisa que ia acontecer...mas o meu subconsciente eu pensava: ‘Será que a minha avó vai conhecer os meus filhos?’...E de repente, do nada, descobri que estava grávida...elas conheceram-se, e isso fez muita diferença.” [Emocionada]</p>
Experiências vividas	Perceção sobre o papel paterno e materno	<p>Rui “Sinceramente não pensava muito nessa questão, mas as pessoas diziam que eu ia ser um bom pai. Porque pela convivência que eu tinha com outras crianças, tinham essa opinião. Eu acho que é mais ou menos o que eu estava à espera.... Uns dias melhores, outros piores, normal.”</p> <p>Sofia “Eu sempre quis ser mãe aos 25, isto já de há muito tempo. A minha mãe foi mãe aos 25. É que nem sequer foi propositado...Não imaginava porque não tinha barriga.... Parecia que não estava a acontecer.” “Eu pensava assim: ‘Ok, eu tenho de ser a melhor pessoa que eu consigo, para ela ser a melhor pessoa, para lhe transmitir isso’. Eu como mãe sou o exemplo dela. Ela pode seguir ou não...E quero ser melhor. Quero ser boa pessoa.”</p>
	Competências e aprendizagens adquiridas	<p>“Rui”</p>

		<p>“Cada dia tem sido uma aprendizagem, tem sido um evoluir, como sou e como pai também...às vezes, quando estão a chorar ou quando estão com fome tentar perceber o que é que se passa, o que é que não se passa, se é fome, se a fralda está suja, se é sono. É aprender esses sinais.”</p> <p>“Sofia” “Às vezes acho que nem sequer penso sobre isso. É difícil, porque parece que eu já nasci para fazer isto. É muito estranho. Mas eu sinto que aprendi muito a organizar-me de forma diferente. A ser mais calma e a Eduarda fez-me acalmar.... É uma aprendizagem diária, muito grande. Acho que todos os dias aprendo coisas novas e acho que o tempo é cada dia, cada dia mais. Não sei. Dias fáceis, dias difíceis.”</p>
Dificuldades/ Estratégias adaptativas		<p>Rui “Penso que não. Eu tento perceber o que é que se passa e chegar ao ponto onde é necessário atuar para conseguir acalmar a bebé.”</p> <p>Sofia “Eu sou stressada. Foi muito difícil gerir horários e eu acho que já aprendi. Ainda estou em fase de aprendizagem, mas aprendi a acalmar-me...quero sempre tudo, quero ser melhor... Ele [Rui] acalma-me também nesse aspeto. Ele é mais calmo, mais tranquilo, está tudo bem.” “E ter a casa desarrumada que era uma coisa que eu não estava habituada...Eu stresso muito com coisas desarrumadas. Mas tenho o Rui, que é o oposto de mim e que faz com que seja mais leve. Ele também tem de ter essa paciência. “</p>
Cansaço e falta de tempo		<p>Rui “[Relativamente ao cansaço] Talvez um bocadinho, sim.” “Menos tempo, não. É preciso é conseguir conciliar as coisas, encaixar no nosso dia-a-dia.”</p> <p>“Sofia” “[Também sentiu cansaço] Agora, neste momento não, mas no início sim, quando amamentava.” “Menos tempo, por acaso não. Porque lá está, temos ajuda e temo-nos um ou outro, e se for preciso ele fica com ela. Eu vou fazer as minhas coisas e o contrário. Por exemplo, se eu quero ir sair à noite, ele fica com a menina, eu vou sair e depois trocamos.... Acho que é uma questão de gestão tudo isto.”</p>
Projetos e realizações pessoais por concretizar		<p>Rui “Não deixei de concretizar fosse o que fosse, só porque fui pai. Se calhar tive de adaptar determinadas coisas, mas acho que deu para concretizar tudo. Todos os objetivos que tinha até ao momento.”</p> <p>Sofia “Não, nesta fase da minha vida acho que não...acho que está tudo certo para este tempo.”</p>

Dinâmica conjugal	Percurso conjugal – impactos e mudanças	<p>Rui “Não. Talvez no início, sim, é normal por causa de ser uma fase nova e estamos a tentar perceber o que é que aí vem, o que é que não vem, o que não vai dar para fazer...A princípio não há aquela compreensão, mais nervos à flor da pele, o <i>stress</i> começa a ser um bocadinho, porque a bebé não dorme, porque tem fome, tem isso tudo. Mas fomos vendo como as coisas iam sendo e como iam funcionando, e depois fomos adaptando e agora estamos como antigamente.”</p> <p>Sofia “Sim, claro que sim. Não é sempre tudo perfeito. Às vezes temos visões diferentes da mesma coisa. Porque ele pensa de uma maneira e eu penso de outra. Às vezes chocamos um bocadinho com isso, mas já antes era assim, portanto, isso acho que não mudou, mas é mais exigente agora... Eu digo que não, ele diz que sim.” “mas em termos de relação, mesmo nós, acho que não. Tentamos sempre que não se quebre o que nós sentimos, que nós gostamos um do outro e que por mais situações difíceis ou mais fáceis, que as coisas não mudem.” “O que nós tentamos sempre fazer, alguma rotina, porque a rotina é boa, eu gosto da rotina. Gosto de ele chegar a casa do trabalho e a menina já está a dormir, deitarmo-nos no sofá, ou vermos um filme ou comermos pipocas, ou irmos ao cinema ou jantar fora.... Nós gostamos disso e tentamos fazer. Ou irmos só beber um copo, só os dois. Ou irmos os três passear. Tentamos que isso não se perca.”</p>
	O pós-parto	<p>Sofia “O pós-parto foi muito complicado, mas o pós-parto, acho que o Rui sofreu um pouco com isso. Das minhas hormonas, das minhas frustrações... Essa fase foi mais difícil e acho que se um casal ultrapassa essa fase eu acho que ultrapassa tudo e mais alguma coisa.” “Nessa altura, enquanto amamentava eu não me sentia tão mulher. Não é tão mulher, mas é mulher enquanto casal, porque eu era daquela criança, eu fazia com que aquela criança sobrevivesse. Não deixamos de ter o carinho, aquele conforto, mas na altura eu sentia-me só para aquilo. Deixei de ser tão carinhosa, fui menos, talvez, porque era para aquilo. Sentia que a Eduarda dependia de mim, e ele aí ajudava. Ele não podia amamentar, mas ele ajudava. Mas isso fez diferença. Fez diferença enquanto casal também. Ele estar disponível.”</p>
	Simbolismo do amor conjugal	<p>Rui “[Relativamente ao amor conjugal] Sim, sem dúvida. Veio vincar mais [a relação]. Pode-se dizer que é um elo entre nós.”</p> <p>Sofia “Sem dúvida, sim, eu acho que sim. É o acrescento que faltava...ela é uma extensão do nosso amor. É uma concretização. O nosso amor existe e está ali. Não foi planeado, mas quando aconteceu o nosso amor, acho que floriu. Uma flor que está fechadinha, mas de repente abre e o Sol vem e está tudo certo.”</p>
	Gestão da relação/ momentos a dois	<p>Rui “Sim, conseguimos. De vez em quando deixamos em casa da avó, que ela também gosta da avó.”</p>

		<p>Sofia “No início foi mais difícil, confesso, mesmo em termos de relação. Isto é tudo novo e ela depende de mim, de mim, mais porque eu amamentava.”</p>
	Sexualidade	<p>Sofia “Mesmo em termos de relações sexuais, por exemplo, como é que fazemos? Nós temos um bebé e como é que vamos fazer e ela vive aqui, não é? E se calhar as mulheres pensam mais nisso. E agora o bebé? Não sei.”</p>
Perspetivas futuras	Capacidade de proporcionar um projeto de vida	<p>Rui “Naquilo que eu puder ajudar, vou. É claro que vou sempre ajudar naquilo que puder, dentro das possibilidades. Vou estar sempre disponível. Se calhar, está claro, não vou conseguir comprar um carro novo ou assim. Tentamos pelo menos dar uma parte do carro. Ou uma casa, por exemplo, tentamos sempre ajudar alguma coisa.”</p> <p>Sofia “Eu vou tentar fazer aquilo, pelo menos que a minha família também fez comigo porque eu fui para as escolas que eu quis, a minha família sempre me apoiou. Não tinham grandes possibilidades financeiras, não são ricos, mas sempre tentaram” “Mas espero que consiga dar-lhe bases pelo menos. Se não quiseres ir para universidade, também está tudo bem. Queres tirar um curso profissional? Está tudo bem. A minha família também fez isso comigo... Os meus pais chegaram a passar dificuldades financeiras, mas eu fui bolseira porque tinha boas notas, porque eu estudei. Eu vou tentar também transmitir isso à ‘Euarda’ que é: se estudares, se trabalhares para isso chegas lá.” “Mesmo que não tenhamos muita estabilidade financeira, nós tentamos sempre guardar algum dinheiro e mais tarde dar-lhe algum dinheiro... Vou tentar dar-lhe estabilidade, pelo menos a mínima estabilidade para ela crescer saudável, para ela ir à escola... E tentar sempre dar-lhe oportunidades. Pelo menos vamos tentar.”</p>
	Motivação para um outro filho	<p>Rui “Sim, um pelo menos. Dentro de quatro, cinco anos. Porque já é uma fase em que a nossa filha já está mais desenvolvida, já está mais crescida, já tem outra compreensão. E depois ter um irmão ou uma irmã com quem brincar.”</p> <p>Sofia “Quando era mais nova queria ter cinco filhos. Agora, calma, já diminuiu para dois.... Acho que ter um irmão deve ser uma sensação muito, muito boa.... Quero muito que ela tenha um irmão, que eu não tenho irmãos. Eu quero muito, mais tarde. Pelo menos quando for mais independente. Quatro, cinco anos, porque também já temos algumas bases e já temos muitas coisas dela, seja menina ou menino, não importa ...se não acontecer também está tudo bem.” “Agora quero aproveitar muito a minha filha e ela a mim e namorarmos, eu e ela e nós os três. Eu costumo dizer que namoro com ela, porque quando ela chora, quando ela ri, é tudo.” [Os olhos brilham]</p>

	<p>N.º de filhos/Qualidade de vida</p> <p>Mudanças</p> <p>Significados</p> <p>Um só filho – grau de felicidade</p>	<p>Rui “Não. Se uma pessoa já tiver os alicerces ou as bases do passado, acho que não vai tirar qualidade de vida.”</p> <p>Sofia “A nível financeiro sim, tem de comprometer de alguma forma, mas eu conheço muitos casais que têm dois, três filhos e eles conseguem gerir. Lá está, a gestão. É preciso avaliar a situação financeira. Parece que não, mas é importante. Não é só casa, não é só eu, por exemplo agora, se calhar, não temos ali um quarto disponível. Se calhar nesse aspeto, sim, mas pronto, eles também podem partilhar o quarto.”</p> <p>Rui “O que é que mudava? Não sei se mudava alguma coisa ou não. Depende.... Acho que na altura é que vou saber.”</p> <p>Sofia “A casa. Sim, porque o amor estende-se. Era mais em termos materiais de casa, de quarto, porque em termos de rotina, ela também já está na escola, mas é difícil ter um bebé recém-nascido.”</p> <p>Rui “É mais um elo entre mim e a minha mulher e mais realização. Um sobreposto à realização que já tive.” “É a realização, é mais felicidade. Já tenho uma criança, com duas é a dobrar, ou até mesmo a triplicar.”</p> <p>Sofia [Ter um segundo filho é um acréscimo.] “Não é um preenchimento de nada, é só um acréscimo, uma extensão do amor que nós temos.”</p> <p>Rui “Sim, considero-me. Extremamente.”</p> <p>Sofia “Sinto-me realizada, mas gostava de ter mais filhos. Sempre foi o meu idealizar. Mas se me dissessem assim: “não pode ter mais filhos”, eu estava super realizava completamente.”</p>
Condições de vida	Considerações finais	<p>Rui “[Sobre a experiência de ser pai] Avalio que melhorou. Melhorou também termos psicológicos também.” “Tudo o que veio com a minha filha foi um aspeto positivo.” “Aspeto negativos? Não.” “Fazia tudo igual.”</p>

		<p>Sofia “Tem coisas boas e tem coisas más. As coisas más... às vezes é a culpa. As mães têm muita culpa, sempre a sentir culpa que ‘não estou a fazer bem’...E principalmente agora no início. ‘Será que estou a fazer mal, será que não fiz o que era preciso? O médico disse isto e eu não fiz porque não concordei’, e vem alguém e diz: ‘mas devias ter feito’...tem a ver comigo própria. Porque as rotinas gosto. Gosto de adormecê-la, gosto de lhe dar o jantar.” “Faria tudo igual. Eu fiz o melhor que eu sabia. Nem fazia melhor nem fazia pior...E foi o certo. E está ali a prova.”</p>
Agradecimentos		<p>[Obrigada, damos finalizada a entrevista. Muito obrigada.] Rui “Obrigado. De nada.” [Muito obrigada.] Sofia “De nada. Obrigada.” [Gostei muito gostei. Você é muito simpática, muito sorridente, muito expressiva. Obrigada. Muito obrigada e mais uma vez obrigada por me ter aberto aqui a sua porta de casa.]</p>
Perfil dos entrevistados	Idade	Rui: 34 Sofia: 24
	Estado civil	Rui: União de facto Sofia: União de facto
	Residência atual	Concelho de Rio Maior
	N.º de anos de estudo	Rui: 9 Sofia: 16
	Profissão	Rui: Trabalhador não qualificado – Assistente Administrativo num escritório Sofia: Especialista de profissão intelectual e/ou científica – presentemente trabalha num café
	Estatuto laboral	Rui: Empregado Sofia: Empregada
	Filhos em comum do casal	1

Grelha de Análise de Conteúdo
Referência: Guião de Entrevista aos pais de 1.º filho.

DIMENSÃO	SUBDIMENSÃO	CONTEÚDO
Casal 4 – Pais da bebé Xavier		
Contexto sociofamiliar	Agregado familiar	<p>“Ângela” “Três. Então com o meu marido e o meu filho.”</p>
	Rotinas diárias	<p>“Ângela” “Nós levantamos de manhã, despachamos o pequenino. Consoante o horário, o meu marido às vezes ajuda mais, umas mais que outras, porque trabalha por turnos... Despacho o pequenino para irmos para a escola e para o trabalho. E muitas vezes é a minha irmã que o leva para a escola. Vou deixá-lo na minha irmã, depois eu sigo para o trabalho. No final, mais à tarde, quando terminar o horário de trabalho, vou buscá-lo à escola. Venho para casa fazer a lide doméstica, o jantar para ele, para nós. E dar banho. Basicamente, depois, hora de jantar e deitar.”</p> <p>“Telmo” “É um bocado relativo para quem trabalha por turnos. Começa a correria do dia-a-dia. Nos dias que estou no horário diurno, de manhã levanto-me, ajudo a despachar o Xavier e vou para o trabalho. Depois, quando saio, vou neste horário, vou buscar o menino à creche. Depois vimos para casa. E dar-lhe um lanchinho às vezes. Pois é a rotina aqui de casa, que é os banhos ou a comida. E depois até chegar a hora de deitar, pronto é que comemos, dar comida a ele, depois comemos nós.”</p>
	Partilha de responsabilidades	<p>Ângela “Mas consoante o horário ajuda sempre [Telmo]. Dividimos as tarefas. Ou fica ele com o menino ou fico eu para nos irmos organizando assim.</p> <p>Telmo “Sim dividimos. Dividimos as tarefas, mas não todas. Não dou banho, eu nunca dei. Não, porque aquilo pode escorregar nas mãos...mudar a fralda sim, dar de comida, tudo o resto. Não é que não gostasse, ‘sou tão frágil’ e depois quando era ainda mais pequenino ainda era pior, eu ver as minhas mãos grandes e aquilo tão pequenino.” [Faz o gesto com as mãos]</p>
	Tempos livres	<p>Ângela “Eu considero que não, se calhar até devia ter...A rotina é tão apertada no dia-a-dia que acaba por não sobrar muito tempo. Se calhar até daria, não é?” [Tem a ver com uma gestão de tempo?] “Talvez, talvez, mas também não considero que desperdice assim tempos. Basicamente, chego a casa e não paro. Há sempre alguma coisa.”</p> <p>Telmo</p>

		<p>“Não é dizer que não tenho, pois é óbvio que há prioridades que se levanta...só que se calhar dantes era capaz de sair do trabalho, eu tenho meu café com os colegas e pronto. Hoje não faço isso, se saio do trabalho, a minha preocupação, é ir buscá-lo e vir para casa.”</p>
Contexto económica e profissional	Alteração da situação económica	<p>Ângela “Sim, inevitavelmente. Primeiro o encargo que cresce, não é? Agora também já temos o apoio do Estado, felizmente, mas inicialmente tivemos nós que suportar essa despesa.” “Nós sabemos que envolve despesa, as necessidades que ele tem a nível de alimentação, da saúde, cuidados de higiene, tudo...mas claro que mexe de alguma forma com o orçamento familiar, mas isso já sabíamos que ia acontecer.”</p> <p>Telmo “É óbvio que muda, tudo muito mais feito a pensar nele...pensando sempre no dia de amanhã, não posso precisar.”</p>
	Alteração na situação profissional	<p>Ângela “Sim...felizmente tenho a sorte de ter um horário sempre diurno e semanal de segunda a sexta, nunca trabalho fins-de-semana. Só a título excepcional. E sempre foi uma expectativa que eu tinha, porque também já trabalhei por turnos. Não noturnos, mas até tarde. Há coisas que nós pensamos um bocadinho se vale a pena abdicar, por exemplo, das duas refeições diárias com um filho e essas coisas todas e neste momento, o trabalho que eu tenho permite-me isso, ir buscá-lo relativamente cedo à escola. Ainda temos tempo para brincar um bocadinho e dá para fazer as coisas em casa. Alterou-se, mas há pessoas que têm vidas muito mais complicadas nesse aspeto.”</p> <p>Telmo “Não, não, de modo algum.”</p>
	Estratégias de ajustamento	<p>Ângela “Tudo o que seja bens essenciais nunca faltou nada, felizmente. Mas depois se houver uma outra coisa mais supérflua, sim, aí avaliamos consoante o mês a disponibilidade económica. Se for realmente necessário, não é? Acabamos por fazer também uma gestão, realmente ‘Será que é preciso?’”</p> <p>Telmo “Não vou fazer ou então agora fazemos extravagância...pensando sempre no dia de amanhã.” [É assim que o consegue gerir os gastos, fazer face às despesas]</p>
	Satisfação das necessidades básicas	<p>Ângela “Pensa-se primeiro nele. E acaba por ser... eu e meu marido funcionamos muito dessa forma. Acho que primeira é para ele, claro.”</p> <p>Telmo</p>

		“Espero bem que sim, pelo menos trabalho para isso.”
Perceções pessoais	Nível de satisfação/Nível de vida	<p>Ângela “Em termos de realização pessoal sou muito mais que realizada. Claro que é um desafio, porque no início as noites não foram fáceis. Passamos muito com a privação de sono nos primeiros meses. Ele sofreu muito com as cólicas..., mas em termos de realização, foi sem dúvida o melhor que podia ter. Atualmente, se me perguntarem se me falta alguma coisa, eu digo que não. Temos tudo. Temos uma família, temos saúde, trabalho. A nível de satisfação, também. Claro que nós sabemos que não temos aquele tempinho para ir, se calhar... ‘Olha agora apetece-nos, vamos ali’. Nem sempre temos essa disponibilidade, fazemos para sair com ele, de vez em quando.</p> <p>Telmo “Apesar da vida ser diferente, também já tinha conhecimento disso. Quer dizer, não é bem conhecimento direto, porque aquilo que contam também não é bem a realidade, porque a parte que a gente vê, a parte positiva, dos outros casais... agora temos aquela parte das birras.” “eu venho do trabalho, apesar de ter tido um dia daqueles complicadíssimos no trabalho quando chego a casa.... Só o aspeto de ele me esticar os braços e querer vir logo para o meu colo. Até se ganha logo energia, não é?” [Os olhos brilham de felicidade] “Nesse aspeto de ser pai, satisfeítíssimo. Era uma experiência que não tinha, mas sempre quis ter.”</p>
Dinâmicas motivacionais	Principais motivações	<p>Ângela “Era uma coisa que nós os dois queríamos muito...mas primeiro queríamos casar. Casamos e depois, a partir daí pensámos: ‘Quando vier será bem-vindo’. E foi até mais cedo do que planeámos.”</p> <p>Telmo “Conhecemos, namoramos, depois o nosso objetivo era casar e no fim de casar, ter. Termos a nossa vida estabilizada, então ter um filho, é pá e foi o que aconteceu.” “A parte de querer ter um filho... porque os meus pais também tiveram, acho que faz parte da evolução da vida, pronto de casarmos, se calhar é um bocado por aí.”</p>
	Fatores facilitadores para a decisão de ser pai/mãe	<p>[O planejar ter um filho estava condicionado por se casarem ou não?]</p> <p>Ângela “Não diria condicionado. Em termos de expectativa era aquilo que tínhamos idealizado...para também ter alguma estabilidade, porque gostávamos de casar antes de ter um filho, mas eventualmente, se isso acontecesse pronto, não era impedimento para tal. Mas realmente foi assim que pensámos e foi assim que aconteceu.”</p> <p>Telmo “Vamos lá, ao fim de termos a questão do nosso espaço, de termos a nossa casa, de termos casado de pronto.”</p>

	Dúvidas/ Hesitações	<p>Ângela “Não. Nunca.”</p> <p>Telmo “Não.”</p>
Ser pai/ser mãe – sentimentos e sensações	Expetativas/ Acréscimos	<p>Ângela “Eu acho que ele me acrescenta todos os dias mais qualquer coisa e ver a evolução diária dele só sentindo na pele, não consigo mesmo descrever.”</p> <p>Telmo “Ele é a alegria aqui da casa...Nós vamos fazer crescer como pessoa...Ser mais homenzinho...Faz-me também evoluir como pessoa. Primeiro logo a ser mais tolerante...”</p>
	Significado	<p>Ângela “Sou todos os dias muito mais feliz, por mais noites mal dormidas...Ser mãe, olhe é assim... desde que acordo até que me deito eu penso sempre primeiro nele...E eu sempre tive a expectativa, expectativa de ser mãe e gostava desde pequena. É no tempo certo, obviamente.”</p> <p>Telmo “É uma responsabilidade grande, pois é. O facto de estar sempre a pensar é que... pronto para ele, não quer deixar faltar nada...Apesar de não ser, vamos lá, o aspeto de só de bens materiais, mas também educação e carinho... Eu penso para ele e ainda, ele também é, é um bocado essa educação, vamos lá...Não sou muito agarrado nem aos bens materiais, nem, ou seja, respeitar os outros, sim. Estamos aqui a falar numa questão de valores... Enfim, acho que passa muito por aí.”</p>
Perspetivas sobre futuras mudanças de vida	Vivências atuais comparadas às expectativas criadas durante a gravidez	<p>Ângela “O Xavier até é um bebé tranquilo, bem-disposto, já revela alguma teimosia, mas é normal que os pais também são os dois teimosos. Mas sim, ultrapassou. Acho que ultrapassou, porque ele é um bebé muito bem-disposto, muito dado, muito brincalhão e saudável acima de tudo.” “A expectativa, pelo menos quando estive grávida, a minha vontade era que ele viesse bem e saudável. De resto não importava.”</p> <p>Telmo “Está a superar...Eu não tinha a noção mesmo concreta de como era os passinhos todos. Agora vou tendo, quer dizer, um dia mais desafiante que o outro.”</p>

	Perceção acerca das principais mudanças	<p>Ângela “Olhe, estava consciente que, em termos de tempo, ia ser mais difícil essa gestão... Se eu tinha tempo para mim, eu considero que às vezes chego ao fim do dia, digo assim: ‘Ui, não tive cinco minutos’. Sabemos que passa tudo mais depressa. Sobretudo a nível de tempo e também do relacionamento do casal.”</p> <p>Telmo “Sinceramente, não achava que não ia mudar assim grande coisa, mas no fim dele nascer... é que vamos lá se cai na realidade.”</p>
	Perceção acerca das mudanças na relação conjugal	<p>Ângela “Não digo de forma negativa, mas é normal, não é? Eu acho que o pensamento, pelo menos da mãe, está sempre muito mais focado no bebé primeiro e é uma gestão, nós aprendermos a viver a três... somos só três, mas é diferente vivermos só os dois e passarmos a ter um bebé como responsabilidade. A dedicar muito mais tempo.”</p> <p>Telmo “Não pensei assim, nada em concreto, só achei foi que temos aqui uma criança que está a crescer e que quando ele nascer, vai precisar mais de nós ainda e pronto, passou sempre por aí, que é o apoiar do crescimento dele... apoiamos um ao outro para o bem-estar dele.”</p>
Construção identitária	Bebé imaginário	<p>Ângela “Eu quando fiz a primeira ecografia 3D percebi mais ou menos como era o rosto dele e é muito semelhante àquele que era quando ele nasceu. Mas eu nunca tive assim aquela expectativa de imaginar mesmo uma cara. Talvez assim um rosto redondinho, mas assim é parecido com aquilo que eu idealizei.”</p> <p>Telmo “Só consegui ter uma perceção, quer dizer, a barriga estava grande..., mas havia ali uma parte que a gente não via. E quando fizemos a ecografia 3D aí sim.... Realmente os lábios são aquilo, o nariz é aquele..., mas o que é diferente é a parte dele de, vamos lá, das brincadeiras dele, da atividade dele, porque isso nem conseguia imaginar.” [Pois, por isso não imaginou]</p>
	O bebé como uma necessidade interna – o ser completo	<p>Ângela “Sem dúvida nenhuma.” [Como se estivesse incompleta] “Sim. Apesar de sermos muito felizes os dois. Lá está, como era uma ambição, não é? Projeto de vida como nós os dois chamamos, sem dúvida, é um preenchimento enorme. E depois toda a aprendizagem que é desde o nascimento dele, e viver o dia a dia com ele, não tem descrição, não tem palavras, não. [Emoção]</p> <p>Telmo</p>

		<p>“Veio.”</p> <p>[Sentia a necessidade de o ter. Um filho e se? Se calhar sentia um vazio por não faltava qualquer coisa, se sentia isso]</p> <p>“Antes de o ter, se calhar, até não sentia. Eu queria muito ser pai. O que mexe mais comigo é eu vir do trabalho e ele esticava as mãos para mim. Vir ao meu Colo. [Os olhos brilham, quase que choram de felicidade]</p>
Experiências vividas	Perceção sobre o papel paterno e materno	<p>Ângela</p> <p>“Eu pensava assim: só espero que eu seja uma boa mãe, que seja calma, que seja cuidadora, às vezes, sim, estamos um bocadinho stressados, falo por mim, sou um bocadinho mais stressada. Às vezes vimos do trabalho já com uma certa carga...já vimos um bocadinho irritadas ao nível de tempo. Falta-nos tempo para isto ou para aquilo...E às vezes confesso que me falta isso. Às vezes, essa tranquilidade, preciso de a trabalhar um bocadinho mais. Porque isso depois também tem impacto nele.”</p> <p>“Está a corresponder àquilo que eu achava que ia ser. Gosto muito de dar miminhos e receber os miminhos dele. Ele é um doce. Mas, às vezes, parece que falta aquele bocadinho de paciência, não é? E claro que não. Isso não pode ser assim.”</p> <p>[E essa parte da paciência não imaginava antes]</p> <p>Telmo</p> <p>“Ah imaginava mais protetor do que sou, no aspeto de andar sempre ali de ver ou, vamos lá, o desenvolvimento dele, num aspeto de ainda mais agora que se quer levantar e quer andar para aqui para acolá e ouvir a reação dele aos obstáculos. Ver evolução dele pronto, claro, estar ali a tomar conta dele e ver como ele se desenrasca porque se tiver uma almofada à frente, ele vai e pega.”</p> <p>[Mas antes imaginava-se mais protetor, não é?]</p> <p>“Isso, imaginava mais protetor no género de tá ali almofada, ele tem um obstáculo, vou lá tirar. Eu tenho de experimentar, deixá-lo.... É claro que estou estando ali perto...Não é capaz? Sim, eu vou.”</p>
	Competências e aprendizagens adquiridas	<p>Ângela</p> <p>“Tudo. Ainda por cima, mãe de primeira viagem, muitas dúvidas no início, então com a questão da alimentação, do sono, tive muitas dúvidas, aprendi muito sobre isso...Há alguns meses, ficávamos, se calhar muito mais inquietos, falo por mim, mais inquieta e com muitos receios, muitas dúvidas.”</p> <p>Telmo</p> <p>“Ter mais calma...acho que estou mais calmo naquelas pequenas coisas.”</p> <p>[A questão do banho, isso não está, não?]</p> <p>“É, não é? Ainda não.”</p> <p>[Estava a brincar. Pode escorregar, não é?]</p>
	Dificuldades/	Ângela

	Estratégias adaptativas	<p>“As noites. Agora andamos a passar outra vez numa fase um bocadinho difícil. Felizmente, parece estar estabilizada. Por causa da questão dos dentes. Mas no início foi, foi muito complicado. Eu dormi muito mal...E só considero complicada porque acabava por ter impacto no cansaço nos dias a seguir, nas semanas, nos meses. Foram vários meses assim.”</p> <p>Telmo “Talvez seja o aspeto de estar, como é que hei de explicar, estar a tomar a ali conta dele e ... Como é que eu não consigo evitar aquele perigo? Ou seja, ele está a tentar pôr-se de pé, e eu até estou ali a deixar, e aí depois de repente ele cai e depois uma pessoa fica...” [Expressão de aflição]</p>
	Cansaço e falta de tempo	<p>Ângela “Sim sem dúvida. Às vezes estou com ele, ou estou a adormecê-lo, olho à volta e penso: ‘Ainda me falta fazer isto e aquilo’. Às vezes, o meu marido até me diz assim: ‘Calma, uma coisa de cada vez’. Ele é muito o nosso equilíbrio, que eu sou mais alterada, digamos assim. Ele é muito tranquilo.”</p> <p>Telmo “Não me sinto mais cansado. O tempo do dia só tem 24 horas. O tempo é o mesmo, é canalizado de outra forma, acaba por estar ligado ao outro, num aspeto do tempo e do cansaço. Porque querer fazer tudo hoje em dia já começa a deixar coisas para trás.... Se não fizer hoje, faço amanhã que amanhã também é dia, mas pronto, pois é, aí está, ir exigir mais do corpo, não. Ainda tenho de fazer isso, fazer aquilo agora ele está, está a dormir, vou aproveitar para ir aqui. Aí acabamos por chegar ao fim do dia mais cansados, mas pronto também é esta a situação.” “Agora, quando foi a altura de organizar o batizado, andávamos mais cansados porque tínhamos mais o acréscimo da organização, da escolha do sítio. Ok, tudo compensa só chegar a casa e os bracinhos como sempre”.</p>
	Projetos e realizações pessoais por concretizar	<p>Ângela “Não, não... Fiz primeiro os estudos que queria fazer. Ainda pensei, quando terminar o mestrado, um dia ainda vou fazer um doutoramento, mas acho que já desisti dessa ideia. Para ser sincera, talvez um dia, não sei.” [Não tem nada de diferente que gostasse de fazer?] “Algo que...” [Eu percebo o que é que está a dizer. O seu filho preenche-a, mas a nível individual, a nível do seu ego, a nível pessoal para si, não tem nada que gostasse de fazer?] “Sim, sim. Agora assim de repente... porque a nível profissional sinto-me concretizada.... Agora, como tenho estado tão embrenhada na maternidade estes meses, se calhar, ainda não parei um bocadinho para pensar nisso, e a realidade é essa, não é? Parece que abandonamos um bocadinho a individualidade. Passamos a ser a mãe e a esposa e são vários papéis numa pessoa só, como eu costumo dizer. Não, confesso que não, pelo menos para já.”</p> <p>Telmo</p>

		<p>“Não, não, não. Vamos, na situação em que estou e em termos profissionalmente, também não tinha. Não ia gerar mais evolução. Não ficou nada parado, o meu filho foi um projeto.”</p>
Dinâmica conjugal	Percurso conjugal – impactos e mudanças	<p>Ângela “Claro que há dias que não correm tão bem. Naturalmente, se calhar um pode estar, um outro, mais cansado e já pode roçar ali alguma tensão, mas depois acho que também essa conciliação me parece que é muito mais rápida, porque percebemos que é gerado por um cansaço e não é nada.... Um bocadinho um fator externo a todos e acaba por tocar os três da mesma forma. Tínhamos muito mais tempo um para o outro.”</p> <p>Telmo “Há menos tempo um para o outro. Não quer dizer que o carinho e o afeto não esteja lá, mas há menos. Mas depois também trabalhamos com o fim de ver o nosso filho feliz. Agente chega e veio o sorriso dele...”</p> <p>[Antes, vocês eram só dois] “Aí era diferente era um para o outro. Hoje somos três...O nosso terceiro é dos dois, ou seja, acabamos por abrir mão um bocadinho do nosso. Um bocadinho mais falta de tempo”.</p>
	Simbolismo do amor conjugal	<p>Ângela “[Relativamente ao amor conjugal] Sem dúvida, sem dúvida nenhuma. Sim, acho que sim [reforço da relação conjugal]. Porque nós, por exemplo, consideramos que estamos, estamos bem, somos um casal resolvido felizmente. Mas claro que às vezes há ali uns atritos, porque há falta de tempo, há falta de atenção...Mas depois, ao fim ao cabo, como as coisas são fortes ficamos mais unidos. E eu sinto isso, embora lá está, nós estejamos sempre aquele bocadinho, os dois, ou mesmo os três.”</p> <p>Telmo “[Também sobre o amor conjugal] Sem dúvida. Veio [reforço da relação conjugal]. [Vai dar mais ênfase à relação?] “Veio dar mais sentido.”</p>
	Gestão da relação/ momentos a dois	<p>Ângela “Não, é raro.”</p> <p>Telmo “Às vezes é a tal coisa aqueles cinco minutos que estamos ali, os dois a brincar com ele...Agora temos momentos a três.”</p> <p>[Portanto, não existe. Nem que seja quando o seu filho está a dormir, conseguem se sentar ali no sofá. Seja conversar, estarem só os dois.]</p>

		<p>“Conseguimos esporadicamente, talvez. De uma ou duas vezes, mas depois também a tal coisa, nunca conseguimos estar muito tempo, até porque, sendo o primeiro filho, estamos sempre preocupados e se ele se vira na cama, já estamos a olhar para ele e pronto. Isto faz parte, não é?”</p>
Perspetivas futuras	Capacidade de proporcionar um projeto de vida	<p>Ângela “Eu gostava muito e nós trabalhamos muito a pensar nisso todos os dias. Porque o futuro é um bocadinho incerto.” “mas sabe, o que ainda me assusta mais? É a crise de valores.... Assusta-me um bocadinho essa parte mais até do que sinceramente, a parte económica...Mas a parte dos valores dos miúdos, serem um bocadinho maus uns para os outros, de atualmente haver pouca compreensão pelo outro, respeito. Preocupa-me mais, até.”</p> <p>Telmo “É pá, vamos fazer tudo para isso, agora dizer que vou conseguir pronto, não sei, mas vamos trabalhar para isso...Portugal sempre viveu em crise, portanto, a gente também havemos de ultrapassar isto.”</p>
	Motivação para um outro filho	<p>Ângela “Eu gostava, sei lá, para daqui a dois anos, talvez, quando o Xavier fosse mais crescidinho. E eles vão precisar sempre da nossa atenção. Não quer dizer que não precise, mas quando já consegue ter outra compreensão, e consegue partilhar um bocadinho do carinho com outra pessoa, talvez.” [E só mais um?] “Olhe para já, porque tanto eu como meu marido temos irmãs. E então isso é muito importante. E a minha irmã é a minha melhor amiga até hoje. Nós temos 19 meses de diferença, portanto crescemos sempre lado a lado. Temos uma relação... E lá está, eu gostava de dar um bocadinho ao meu filho aquilo que eu tive nesse aspeto. [Não queria que o seu filho fosse filho único.] “Não gostava, não quer dizer que ele fosse infeliz nesse sentido, mas acho que é tão diferente e tão enriquecedor termos um irmão. Podemos partilhar tanta coisa e às vezes ser tão confidentes. Coisas que os pais nunca vão sonhar na vida, nunca vão saber e não vão poder ser, por isso é que são irmãos e amigos e por isso é que nós somos os pais. Mas eu acho que isso é muito importante: ter um irmão.”</p> <p>Telmo “Sabe planeado como quem diz, portanto, não é para já, nem estamos a pensar, não é que se acontecesse, não, não era por aí...a gente começa logo a fazer contas de cabeça, mas... possivelmente, pelo menos, é nossa intenção. Adorava dar um irmão ou uma irmã ao Xavier. Só um bocadinho até para nós gozarmos agora este período. Um bocadinho mais autónomo que agora precisa sempre dos pais.</p>
	N.º de filhos/Qualidade de vida	<p>Ângela “Acho que se consegue, mas claro que o impacto é outro...Mas a ginástica já tem de ser outra, obviamente. Por isso é que eu digo que em termos de tempo, para também dar tempo para nos organizarmos um bocadinho.</p>

	Mudanças	<p>Telmo Não acho que não, acho que, até pelo contrário...mas é, vamos lá, em termos humanos e de família, acho que vai enriquecer em muito.</p>
	Significados	<p>Ângela “Penso que não.”</p> <p>Telmo “Enriquecer não podemos dizer sim, em termos monetários, que é mais uma despesa.”</p> <p>Ângela “Embora nunca sejam iguais, nós sabemos que não há duas pessoas iguais, mas eu acho que em termos de desenvolvimento já vai ser diferente. Se acontecer vai ser diferente porque a estaleca seria outra. Já vamos arriscar um bocadinho mais de uma forma ou de outra. Mas sim, o significado será sempre o amor que nos une.”</p>
	Um só filho – grau de felicidade	<p>Telmo “Acho que faz sentido para mim ter o segundo filho, até mais fará sentido para ele ter um irmão.” [Para si faz sentido, mas para ele ainda mais e sempre.]</p> <p>Ângela “É assim, gostava de ter dois como já disse, mas agora sim, sinto-me muito realizada, sem dúvida nenhuma.”</p> <p>Telmo “Não posso dizer que me sinto infeliz, incompleto por não ter o segundo filho, mas é pá se tiver ou pelo menos, a minha ambição será ter, mas se não tiver...” [Sim, o Xavier é o primeiro filho. É sempre especial e tem um lugar especial. Se tiver um segundo filho? Também fica bem. Porque você já é feliz com o seu filho.] “Porque sou feliz com o meu filho, é óbvio que se tiver dois...”</p>
Condições de vida	Considerações finais	<p>Ângela “[Aspetos positivos da experiência vivida] Olhe, positivos eu vejo às vezes a simplicidade, sei lá, por exemplo, poder levá-lo ali ao jardim, brincar um bocadinho...ver a curiosidade dele a descobrir as coisas. Isso enche-nos de felicidade. Parece que estamos a redescobrir o mundo outra vez, a ver com os olhos deles.... Nós vemos as coisas tão à pressa, corre tudo tão depressa...E eles não, eles querem ver o detalhe. Eles estão a descobrir, a aprender.” [Repita lá a frase que disse, é muito bonita, parece que estamos...] “A ver com os olhos deles.”</p>

		<p>[Sim, parece que estamos a redescobrir o mundo.] “Sim, exatamente. Redescobrir o mundo outra vez, mas através dos olhos deles, do olhar deles, não é?...ainda há bocadinho, estávamos ali no jardim e ia passar uma aranha minúscula, e o Xavier deu logo conta da aranha.”</p> <p>[Eles têm esse poder de ver coisas que nós não vemos, coisas minúsculas.] “E nós assim ‘filho, não mexas aí’, e ela parou e ficámos a observar tanto eu como o meu marido. Uma coisa que parece um bocado fútil, mas ela parou porque estava a perceber...e estávamos ali os três a ver aquilo.”</p> <p>“[Aspetos mais negativos da experiência vivida] Uma coisa menos positiva: eu noto a nível de tempo. Parece que tem muito, mas isso tem a ver também com uma questão muito pessoal, por eu ser muito exigente com as coisas de casa, e acho que tenho de fazer e conseguir. Se calhar começa sobretudo aí.</p> <p>[É muito exigente consigo mesma?] “Sou...Gosto, gosto de fazer e gosto de me sentir. Gosto, por exemplo, sobretudo a casa e ter tudo arrumado, limpo e assim.”</p> <p>“[Relativamente ao que faria diferente] Acho que não [não faria nada de diferente]”</p> <p>[Sente-se feliz?] “Sim, muito “.</p> <p>[O seu olhar transmite isso. Felicidade. É muito, muito expressiva.] “Pois sou. Para o bom e para o menos bom. Estou verdadeiramente feliz. E não me via de outra forma... Ainda há pouco tempo eu disse, se não tivesse de ser mãe, porque tive uma fase que tive algum receio de não conseguir, naturalmente, por questões hormonais...eu considero que não seria completa... Era uma vontade muito intrínseca minha. Já queria ser mãe.”</p> <p>Telmo “[Sobre os aspetos negativos] essa parte a gente até se esquece deles rapidamente. Ah é o aspeto das preocupações e se o menino está bem. E se está a ficar doente, se vai se aleijar, a gente anda sempre com o coração nas mãos.”</p> <p>“Nos aspetos positivos, a gente ver no dia-a-dia nas brincadeiras com ele e vê-lo sorrir e é a parte de ele estar a brincar. E eu chegar do trabalho e ele estender os braços.”</p> <p>[Essa é a sua frase preferida, vai ficar sempre aqui nesta entrevista. É a frase que, resumindo tudo, se eu lhe dissesse assim, embora isso já não está aqui: numa palavra ou numa frase, diga-me o que é para si ser pai? E você dizia: o braço, eu chegar a casa e ter um abraço do meu filho, embora eu venha exausto às vezes.] “Uma pessoa chega a casa, já veio no limite e é aquele abraço, até ganhou energia.”</p> <p>“[Sobre o que faria diferente] Não, não tudo igual.”</p>
<p>Agradecimentos</p>		<p>[Então acho que damos por finalizada a entrevista. Foi muito bom. Foi daquelas entrevistas de onde saímos de coração cheio.] Ângela “Obrigada. E eu também, mais.”</p>

		<p>[Tem uma magia. É verdade. Ver a magia de uma entrevista.] “Exatamente.” [As pessoas olharem para os olhos e verem...] “Obrigada.” Telmo [Vou dar por finalizada a entrevista. Gostei muito. Muito obrigada. Mais uma vez só tenho a agradecer por este vosso espaço privado que é tão acolhedor. Muito obrigada.] “Obrigada, eu.”</p>
Perfil dos entrevistados	Idade	Telmo: 37 Ângela: 33
	Estado civil	Telmo: Casado Ângela: Casada
	Residência atual	Concelho de Rio Maior
	N.º de anos de estudo	Telmo: 12 Ângela: 18
	Profissão	Telmo: Técnico ou Profissional de Nível Intermediário – Eletromecânico Ângela: Especialista de profissão intelectual e/ou científica – Animadora Sociocultural
	Estatuto laboral	Telmo: Empregado Ângela: Empregada
	Filhos em comum do casal	1

Grelha de Análise de Conteúdo
Referência: Guião de Entrevista aos pais de 2.º filho.

DIMENSÃO	SUBDIMENSÃO	CONTEÚDO
Casal 1 – Pais da bebé José		
Contexto sociofamiliar	Agregado familiar	Bruno “Quatro pessoas, eu, a minha mulher e dois filhos.”
	Rotinas diárias	Bruno “Olhe as minhas rotinas são: levantar, preparar as coisas para o pequeno-almoço da família...Depois de estarem preparados [os filhos], já tenho também o pequeno-almoço tomado...É acelerá-los para depois levar o Ivo para a escola, esta parte inicial o José vai connosco, depois regresso para casa. Depois de deixar o Ivo na escola fico aqui com o José... vou estando com ele. Ao almoço a Aida vem...O José já dormiu a sesta, outras nem por isso. Depois do almoço às vezes arruma a Aida, outras vezes eu. E é continuar aqui com o José. Ir buscar o Ivo e a mãe. E depois cuidar aqui das lides, preparar o jantar, ir a alguma atividade que o Ivo tem.” “Depois cuidar, cuidar. Aqui de algo da minha horta, das minhas galinhas, como se fosse um aldeão.” “A traços largos são assim as rotinas.” Aida “Ui! Então durante a semana é dar de mamar, depois é levantar, tomar banhinho, tomar conta dos meninos. Portanto, normalmente eu visto o mais novo, o pai veste o mais velho. Ajudamos o mais velho a tomar o pequeno-almoço e depois ir para o trabalho. Chegam ao final do dia. Tomar conta do jantar, das tarefas domésticas, banhos e às vezes brincar um bocadinho. Nem sempre temos tempo e eu não sinto que tenho tempo. Por vezes tenho trabalhos para fazer, no meu caso da escola. E depois é as rotinas do jantar e do deitar.”
	Partilha de responsabilidades	Bruno “Sim, claro. Mas eu, por exemplo, não passo a ferro. É daquelas coisas que eu tenho alguma dificuldade. Confesso também por muita preguiça, mas pronto sou eu que ponho a roupa a lavar e estendo.” Aida” “Sim, ajuda
	Tempos livres	Bruno “Quando o Ivo nasceu, até aos 3 anos ficou comigo. Quando fez 3 anos, foi para a escola. Ele entrou na escola, enfim, olhe período sui generis, na nossa história recente. Entrou a 20/01/2020. A 11 ou 12 de março veio para casa.... Depois no ano seguinte, esse ano depois aqui foi um bocado confuso. A professora, ficou a dar aulas também aqui online...éramos os dois, temos aqui um quintal grande, felizmente tínhamos aqui alguma margem de manobra para irmos espairecendo.”

		<p>“No ano seguinte, o Ivo voltou à escola, mas depois voltou para casa...E quando ele começou a ter um período assim, enfim escolar, já com alguma normalidade, nasceu o José, entretanto, veio a Aida, estava em casa. Tomamos os dois conta dele, não é?”</p> <p>“E, então comecei outra vez a tentar ter aqui alguma coisa que tive durante muito pouco tempo, que era a oportunidade, eu já não leio como li, não é? ...Agora o José às vezes dá-me essa oportunidade, mas estes passos muito, muito curtos de ler alguma coisinha, escrever..., mas sinto falta.”</p> <p>[Sente falta?]</p> <p>“Claro, de ler com maior sistematização. Estudar às vezes alguns assuntos que são da minha predileção que enfim, que dão certo gozo interior...Gosto de ler e depois algumas temáticas que me preenchem...Já não tenho essa oportunidade e essa possibilidade”.</p> <p>“E depois sair, nós aqui também fazemos muito isso. Saímos os quatro. Enfim, muito raro eu agora sair assim com algum amigo.”</p> <p>[Sim, a vida muda, a vida também é diferente. Há uma idade para tudo.]</p> <p>“Já não tenho disponibilidade mental, espiritual, para.”</p> <p>Aida</p> <p>“Eu acho que é sempre importante para nós, mas desde o momento em que passamos a ser pais temos duas hipóteses: ou fazemos com eles, ou praticamente não fazemos.”</p> <p>[Mas sente falta de um momento só para si?]</p> <p>“Às vezes sim, diariamente, não.”</p>
	Doenças	<p>Bruno</p> <p>“Eu tenho esclerose múltipla...Primeiro um problema de saúde e porque tinha alguma dificuldade em ver. Mas também me cansava bastante a ler, isso era um problema. Tive de ir aprendendo a viver com isso.... Já não leio como antes. Por várias razões, já não sou capaz.”</p>
Contexto económico e profissional	Alteração da situação económica	<p>Bruno</p> <p>“É normal, não é? Inevitável. São é mais despesa, não é? É óbvio que sim.”</p> <p>Aida</p> <p>“Sim, há sempre mais gastos. Com o segundo temos mais gastos do que tivemos com o primeiro. No entanto, como acho que somos um pouco comedidos, não há tantos gastos assim, porque nós utilizamos muitas coisas que já eram do primeiro ou coisas que nos dão.”</p>
	Alteração na situação profissional	<p>Bruno</p> <p>[Não se enquadra; reformado]</p> <p>Aida</p>

		<p>“É assim, atualmente não, porque embora goste muito da minha profissão e daquilo que faço, tento fazer separadamente tanto quanto possível, ou seja, neste momento dedicar mais tempo à família.”</p>
	Estratégias de ajustamento	<p>Bruno “Por feitio, por temperamento, pelo modo de ser, o historial todo, sempre fui muito contido nas despesas...Nunca me senti um gastador ou que estava endividado...Sou quem sou e como vivo. Tenho o que tenho. É evidente que, porventura, se calhar se viríamos aqui dar um passeio assim que é uma coisa que nós gostamos de fazer, vamos mais espaçadamente e mais perto, já a despesa é menor...”</p> <p>Aida “Fazemos sim. Por enquanto não há um problema a crescer.”</p>
	Satisfação das necessidades básicas	<p>Bruno “Não sei. Espero que consiga, mas é assim. Eles são dois pilares fundamentais. Tentamos não regatear isso. O Ivo, ele aprendeu isso.... Nunca foi uma criança de pedir muito. Às vezes vai comigo às compras, e pergunta se posso comprar. E olha, digo: o que é que tu queres, preferes que o pai compre isto aqui?...ou que queres depois que compro um livro?...ou queres que nós depois vamos passear acolá?... Agora, se nós temos um orçamento familiar bastante limitado e quem trabalha aqui, é a mulher, mãe, eu sou reformado por invalidez e a reforma é limitada...Privando-me de dar algumas coisas porventura? Não de tudo, mas sim, de algumas coisas.”</p> <p>Aida “Acho que eles vão ter de exigir menos.” “O que é necessário para eles desenvolverem, sim, os caprichos dos miúdos de agora não. Não, não, porque atualmente mesmo, a nível de tecnologias, a nível de vestuário de roupa, há assim uma grande exigência por parte deles. Provavelmente não vamos conseguir, se calhar estar ao nível de alguns dos colegas deles.”</p>
Perceções pessoais	Nível de satisfação/Nível de vida	<p>Bruno “Começámos a viver os dois, eu e a Aida e depois até ao nascimento do Ivo, foi tudo uma adaptação, portanto, uma novidade para mim. Depois do José e foi só um adensar do trabalho, uma rotina...é uma continuidade...Depois do nascimento, depois ter começado a vivermos, depois que casamos, e depois do nascimento do Ivo e do José é um progresso no desenrolar normal com alguma normalidade.”</p> <p>Aida “Agora dedico mais tempo a eles, mas também vejo que tenho menos tempo para estar com eles, para brincar, trago trabalho da escola.”</p>
Dinâmicas motivacionais	Principais motivações	Bruno

	<p>“Eu fui muito mais renitente em relação ao segundo filho..., mas considero deveras importante...Para nós, desde o momento em que a pessoa se sintia bem, isso é que é o importante...Seria benéfico, para o Ivo um irmão...”</p> <p>“Mas, enfim, a motivação primeiro é um desejo de gerar vida, não é? Mas se gerarmos vida, depois é um desafio a aventura de cuidar da vida...Isso para mim é que é sempre o mais importante e ainda mais uma vida que me é confiada, a nós, e que nós temos de procurar na medida das nossas possibilidades e da nossa sabedoria ajudá-la a crescer e a desenvolver-se.”</p> <p>Aida</p> <p>“Eu não queria ter só um filho. Portanto, para mim era muito importante ter um segundo.... Acho que era uma coisa que me completava enquanto mãe e acho que era um benefício para o primeiro, ou seja, uma vez que nós já somos pais mais velhos, pelo menos eu passei por essa experiência, e o meu marido também já termos perdido os nossos pais muito cedo. E acho que um dia, eventualmente, eles, neste caso o mais velho, perca o pai ou a mãe é terem-se um ao outro, portanto, também foi uma motivação.”</p>
Fatores facilitadores para a decisão de ser pai/mãe	<p>Bruno</p> <p>“Eu fui sempre mais reservado e mais renitente em relação a isso. E aí foi a minha esposa que tinha ainda mais esse desejo. Eu aí entrei nessa aventura também. E eu percebendo porque vendo os prós e os contras, realmente tínhamos aqui alguma possibilidade económica.”</p> <p>Aida</p> <p>“É assim... da minha parte, eu já queria há muito tempo e foi difícil convencer o meu marido...Foi o timing dele. Outra questão que era o meu timing. Estava a chegar à idade problemática.”</p> <p>[A barreira biológica]</p>
Influência da experiência anterior (primogénito)	<p>Bruno</p> <p>“É uma experiência, tenho e tive uma experiência positiva com o Ivo. Sei lá, se porventura tivesse tido assim uma experiência dramática.”</p> <p>[Porque, por exemplo, eu posso dar um exemplo: Temos pais cuja criança durante o primeiro ano não dorme. Isso é traumatizante, pois se calhar o casal pensa “vamos ter outro filho e se acontece o mesmo”, é neste sentido.]</p> <p>“Pronto, nossa experiência foi uma experiência positiva...nada disso me fez hesitar, mas também tivemos uma experiência muito positiva. Temos tido uma experiência muito positiva, não é?”</p> <p>Aida</p> <p>“Para já, foi uma experiência boa, portanto, não criou barreiras. Mas a necessidade de ter um segundo filho já existia. Então não posso dizer que foi a experiência de ter o primeiro, que por ter sido bom, quis ter o segundo...nunca me vi sem ser mãe e nunca me vi ser mãe só de um, portanto, não é propriamente por ter sido uma experiência boa.”</p>
Dúvidas/	Bruno

	Hesitações	<p>“Não, não. E isto é muito franco. A vida para mim, a minha conceção de vida, e aquilo que são os meus valores, aquilo que me guia norteia, vida é vida e, portanto, a partir do que se tem de ser acolhida.”</p> <p>Aida “Nenhuma.”</p>
Ser pai/mãe – sentimentos e sensações	Expetativas/Acréscimos	<p>Bruno “É óbvio que eles os dois, são diferentes um do outro. O que é que me acrescenta? Acrescenta mais inquietações. Mas também maiores alegrias. Novas aprendizagens, quer dizer, com uma pessoa diferente, com quem tenho de conviver, agora neste primeiro ano de vida...aprendo agora o quê com ele? O que é que espero dele? Eu acho que não devo estar com expectativas porque isso depois pode querer ser egoísta ao ponto de dizer: qualquer dia ele vai tomar conta de mim. Não sei se vai, se não vai. Não lhe posso estar a cobrar nada.”</p> <p>Aida “Eu espero que seja mais uma força de viver, é mais um que nos dá alento para vivermos no dia-a-dia...Eu acho que se não tivéssemos os filhos, e os filhos, estou a falar nos dois, se calhar focávamos nas coisas menos boas, não havia tanta vontade de: vamos ultrapassar isto e vamos para a frente.”</p>
	Significado	<p>Bruno “Olhe, o encanto, é uma beleza, é uma maravilha. Das coisas boas, é assim, pronto também traz outras inquietações ou outra agitação...Gosto de contemplar os dois, de brincar com eles.... Brincamos e fazemos cócegas. Há ali aquele salutar de ciúme. Depois o outro reivindica. É engraçado. “</p> <p>Aida “Portanto, é ótimo ser mãe, é prolongar o que somos, é projetar sonhos, independentemente de eles se realizarem ou não, mas não deixa de ser projetar nos sonhos e dar uma continuidade à vida, e ser mãe de dois é mais completo do que ser mãe de um, porque é mais... é mais.”</p>
Perspetivas sobre futuras mudanças de vida	Vivências atuais comparadas às expectativas criadas durante a gravidez	<p>Bruno “Aquilo que da experiência que tenho da minha vida, e de algumas pessoas com quem a partilhei é que raramente aquilo que idealizamos e sonhamos coincide com a realidade que vivemos. Isso também me ensinou a ter alguma prudência, alguma sensatez para não andar aqui num lirismo, nos sonhos, pois podem tornar-se campo de desencanto, desilusão e até frustração.... Se eles gostarem de brincar um com o outro, gosto de os ver cúmplice um do outro.... Tem aqui alguma cumplicidade se eles forem vivendo nesse ambiente e vão alegrando o meu coração... eu acho que não há bons pais, não há maus pais. Fazer o que se consegue.”</p> <p>[Faz o melhor, se tem o melhor, fazem. O melhor que podem dar é isso mesmo dentro das suas possibilidades.] “Dar o que nós sabemos e o que somos capazes. Da nossa capacidade afetiva, mental, económica.”</p>

		<p>Aida “Eu acho que de certo modo supera. Porque eu achava, eu tinha medo. Isso é uma coisa que eu nunca disse a ninguém. [Confissão] Eu tinha muito medo, como gostava tanto do primeiro filho que não conseguisse gostar tanto do segundo, porque tinha ali uma relação tão forte e neste momento eu consigo gostar tanto de um como de outro. “</p>
	Perceção acerca das principais mudanças	<p>Bruno “Vendo os prós e os contras, realmente tínhamos aqui alguma possibilidade económica. Vamos ser insensatos ao ponto de, depois acharmos que isso não tem repercussão na nossa vida. É óbvio que tem. Imagino os dramas de pessoas, algumas situações em que realmente...”</p> <p>Aida “Mais a nível financeiro. É sempre o medo. É sempre um risco, há mais despesas. E podemos não conseguir colmatar essas despesas e há sempre algum receio. Tive sempre medo se houvesse alguma problemática com o bebé, não conseguíssemos acompanhar.”</p> <p>[Problemática como?] “Sei lá. Como a trissomia. Qualquer coisa do género.”</p> <p>[Mas teve essa preocupação devido ao fator idade?] “Idade também. Sim essencialmente isso...eu quando fui para a gravidez do primeiro, se corresse mal, por exemplo, se corresse mal para a parte da mãe, à partida não haveria grande problema porque a criança ficaria com o pai, etc. No segundo filho, se corresse mal por parte da mãe, o problema era acrescido porque financeiramente se calhar o pai depois não tinha capacidade para cuidar dos dois.”</p>
	Perceção acerca das mudanças na relação conjugal	<p>Bruno “Estamos mais unidos porque agora já não é só um, são dois. No final do dia temos de tomar conta dos dois...”</p> <p>[Já percebi que vocês dividem muitas tarefas e isso contribuiu para crescer o vosso amor?] “É, vamos cultivando assim. Também é dessa forma que o cultivamos, neste nosso compromisso, é nesta nossa responsabilidade mútua. Aproximamo-nos. Gerimos as coisas de uma forma que antes não precisávamos. Estamos próximos um do outro, estamos cúmplices um do outro e pelos filhos que decidimos ter.”</p> <p>Aida “É assim, há menos tempo para estarmos e havia algum receio de afetar, mas acho que para mim ocorreu precisamente o contrário, apesar de estarmos menos tempo juntos, acho que acabamos por nos unir mais, porque temos um objetivo mais comum.”</p>
Construção identitária	Bebé imaginário	<p>Bruno “Deixar o processo acontecer naturalmente Não, não consigo imaginar...não me pus a imaginar cenários.”</p> <p>Aida</p>

		<p>“Que era mais bonito. Acho que era mais espetacular ainda. Eu nunca consegui imaginar as feições dele. Imaginar o que poderia viver com ele, sim, mas as feições propriamente ditas não, nem de um nem de outro.”</p>
	O bebé como uma necessidade interna – o ser completo	<p>Bruno “Pronto lá está, como um ato egoísta, mas também me preenche no interior.”</p> <p>Aida “E é ótimo ser mãe de dois. Ser mãe só de um era muito mais incompleto.” [Emoção]</p>
Experiências vividas	Perceção sobre o papel paterno e materno	<p>Bruno “Não, eu não tenho tanta fertilidade assim, ou seja, nesse aspeto.”</p> <p>Aida “Enquanto no primeiro filho nós estávamos focados só num, no segundo filho, nós estamos focados nos dois. E houve ali, pelo menos as primeiras semanas foram complicadas, porque o primeiro filho queria fazer tudo ao irmão e nós não podíamos deixar... Temos de estar com muita atenção a ambos. Um porque é pequenino e precisa ir porque está a experimentar uma nova vida. Está num mundo diferente do que é o seio materno, e o outro, porque também está a experimentar uma vida diferente, está a experimentar a ter um irmão cá em casa que não tinha, está a ferver de expectativas que eram diferentes daquilo que ele imaginava.”</p>
	Competências e aprendizagens adquiridas	<p>Bruno “Olhe, disponibilidade de estar...Estar com qualidade. Eu tenho tido oportunidade. Pronto, que o nosso tempo que estamos juntos não seja um tempo rotineiro, que seja um tempo onde eles estão crescendo e eu também vou crescer...A disponibilidade interior de estarmos a partilhar a vida com.”</p> <p>Aida “De tudo o que tenho aprendido com eles, tenho aprendido é que fazer planificações de coisas não vale muito a pena... Não podemos achar que as coisas vão ocorrendo só por si, mas aquela planificação diária, hoje vou fazer isto, amanhã vou fazer aquilo, ele vai ser assim, ele vai reagir desta maneira. Isso não acontece. Acontece ao ritmo deles e nós é que temos de nos adequar ao ritmo deles.” “E quando era mãe de um, aquilo tinha de ser assim, assim. Sendo mãe de dois acabamos por estar mais descontraídos. Caiu... levantou, vamos embora, portanto, acabamos por aproveitar mais aquilo que é o importante e dar menos atenção a outros pormenores que se calhar não têm tanta importância.”</p>
	Dificuldades/ Estratégias adaptativas	<p>Bruno “Olhe, cá está ainda maior privação para ler, antes cultivava-me muito, porque eu tinha essa oportunidade de ter um meu espaço, meu tempo, não é? E que, entretanto, deixei. Foi uma opção que fiz. Sabia de antemão que isso era muito provável que acontecesse.... Tenho saudades de algum tipo de atividade que fazia e tinha oportunidade. Agora não faço essas atividades. Claro, cá está, há aqui um não cuidar tanto da minha dimensão, pessoal, espiritual.”</p>

		<p>Aida “As principais dificuldades acho que se prendem sempre com o tempo, com o querer fazer coisas com eles e não termos tempo. Ou seja, eu por mim brincava muito mais com eles ou ia ao parque ou fazia uma série brincadeiras, mas temos uma vida profissional. Temos a vida é de casa, de comida, sopas, roupas, etc. Eu tento no meio do que é vida familiar incluir as brincadeiras e incluir os tempos para eles. E é assim que ultrapasso essa dificuldade.”</p>
	Cansaço e falta de tempo	<p>Bruno “O meu cansaço é proveniente da minha doença...Depois do jantar, preciso mesmo, mesmo de descansar, esticar as minhas pernas. E depois eles vão para lá, estão lá a brincar...Às vezes não deixam, é óbvio, mas não sei o tipo de pilhas que usam. Se houvesse ali um botão que desligasse às vezes não me importava. Entre o haver e o dever a balança pende assim infinitamente mais para o lado, para o belo da vida. Sinto-me bem. Às vezes vamos experimentando coisas no meio de lágrimas e aqui também, há às vezes uma felicidade.”</p> <p>Aida “Sim...não obstante a dias em que nós ficamos com os cabelos em pé e pensamos, Meu Deus se eu agora pudesse pegava na bicicleta. Mas é assim não há arrependimento, por assim dizer, é ótimo ser mãe.”</p>
	Projetos e realizações pessoais por concretizar	<p>Bruno “Há aí uma coisa que eu não lhe vou dizer o que é. Tão íntima e pessoal e é um projeto que andava a fazer, a desenvolver há um tempo e que já ia adiantada. Pronto, olha, nunca mais peguei nisso desde o nascimento do José, mas penso retomar quando ele crescer mais um bocadinho...E se depois eu tiver essa oportunidade de tempo...ver se eu recomeço esse projeto.”</p> <p>Aida “Não, porque a decisão que foi tomada muito mais cedo, foi ser mãe, ou seja, esperava já há muito mais tempo ser mãe. Todos aqueles projetos que eventualmente pudesse ter foram abandonados muito mais cedo. [O que estou a deduzir é que o grande projeto era ser mãe.] “Exatamente. O meu grande projeto de vida sempre foi ser mãe.”</p>
Dinâmica relacional pai/mãe - filhos	Práticas, aptidões e conhecimentos apercebidos como facilitadores	<p>Bruno “Estranhamente, há uma coisa que eu não fiz tanto com o segundo. Nós com o pequenino, com o primeiro dávamos os dois banhos numa banheira, entretanto, depois, demiti-me um pouco disso. Com o José quase sempre foi ela e já mais lá para a frente eu comecei. Depois é assim, aquelas coisas de esterilizar, nunca fui eu.”</p> <p>Aida Pensava que sabia tudo, mas não. Não é mais fácil, é diferente. Eu imaginava que era uma coisa mais fácil. Eu imaginava, tendo experiência do primeiro, nós imaginamos que ao segundo, já sabemos tudo. E quando tivemos o segundo, não era bem assim. Havia coisas que já não nos lembrávamos.</p>

	<p>Perceção sobre o nível preparação para ser pai/mãe de um 2.º filho – experiência do primogénito</p>	<p>Bruno “Há coisas que porventura se valoriza imenso, quer dizer, alguma inquietação, porque é uma preocupação. Aí o que que vai acontecer, que depois se calhar já tivemos algum certo traquejo, um primeiro ensaio e agora depois já não tropeça, mas temos de ter algum cuidado. Fiquei com o espírito mais tranquilo, digamos assim.”</p> <p>Aida “É diferente. Não, eu acho que cada aventura é uma aventura em si.”</p>
	<p>Mudanças – relação com o primogénito</p>	<p>Bruno “Eu procuro que isso não aconteça. Quer dizer, senti nalguns momentos alguma insegurança da parte do Ivo, alguns medos, né? E acredito, até que é um processo completamente natural e normal.... Tentamos distribuir o afeto, o carinho de modo igual. Ser o mais equitativo possível. Às vezes sou capaz, outras não sou.” “Há dias tinham estado de férias...Vamos andar ali no baloiço. Já tinha andado uma vez, uma vez outro depois o José outra vez. Depois, eu disse: agora vá, vamos embora. E ele: pois o mano tem direito a duas vezes e eu é só uma... mas era justíssimo, quer dizer sim, e andou outra vez, e ficou equitativo e ficou feliz.”</p> <p>Aida “Eu acho que alterou neste aspeto. Como há menos tempo, ou seja, dantes o tempo era todo concentrado no primeiro filho, agora o tempo é dividido...Por exemplo, se eu estiver a dar de mamar, não posso estar a jogar com o primeiro filho. Portanto, o tempo está mais dividido e isso alterou. Nem sempre o primeiro filho consegue perceber isso. Dantes tínhamos mais brincadeiras em comum, tínhamos mais tempo, fazíamos mais trabalhos manuais, mais atividades de culinária que ele gosta e agora não temos tanto tempo para isso, sem dúvida.”</p>
	<p>Perceção acerca da mudança na relação pai/mãe-primogénito</p>	<p>Bruno “A relação quase umbilical que existe entre o filho e a mãe. Até porque, por exemplo, se está a amamentar, tem de passar naturalmente mais tempo com ele. Já tínhamos o Ivo, buscava o pai, mais disponível...Pois é, o José ser bastante possessivo, querer a mãe, quer ali uma presença. A mãe passa mais tempo com José, mais cansada. Às vezes o Ivo também não é fácil, na questão alimentar. Pronto, mas é tudo normal.</p> <p>Aida “Depois do nascimento, agora do José, eu acho que ele ficou ainda mais próximo. Sim, porque há uma série de tarefas que era eu que fazia normalmente, como por exemplo deitar, o contar a história à noite...e passou a ser o pai que faz.... Quando o Ivo vai para a cama, o José quer ir mamar e, portanto, como eu vou dar de mamar ao José, não posso estar a contar. Fica com o pai. Às vezes ainda faço isso, ainda conto a história e dou de mamar ao lado, mas nem sempre. Normalmente é o pai, portanto, acho que os aproximou ainda mais.”</p>
	<p>Atenção e cuidados a ambos os filhos</p>	<p>Bruno</p>

	<p>“Fazer ali um período mais moroso, para depois se for preciso também nós lhe darmos atenção. Para lhe darmos até a sopa. Outras vezes quer fazer sozinho e colaborar connosco e ajudar. Quer dizer, isto não há apenas um modo. Há ali uma diversidade de comportamentos, não são assim lineares.”</p> <p>Aida “É simples. Às vezes, o Ivo colabora nos cuidados do bebé. Outras vezes acabamos por guerrear um bocadinho e acabo por exigir mais ainda dele. É exigir que ele seja mais autónomo e que não puxe tanto pela atenção.”</p>
Diminuição da relação única e especial com o primogénito	<p>Bruno “Vou ser muito honesto consigo. Quer dizer, eu penso que não deva dizer com objetividade, não mudou nada, mudou muito.”</p> <p>Aida “Foi afetada, eu acho que sim...Se para um tínhamos pouco tempo, para dois temos menos ainda. E se para um às vezes já não temos paciência, porque há este trabalho, e há para fazer da casa e há isto para não sei quê e nós já não conseguimos. Com dois ainda conseguimos menos e se calhar há mais momentos em que nós chamamos a atenção, que ralhamos e que não temos ali tanta paciência. Isso acaba por afetar um pouco a relação, claro que sim. Não acho que haja um afetar [Pausa] é assim [Pausa] não gosto menos do Ivo, nem acho que ele goste menos de mim, mas a relação acaba por ter ali um bocadinho mais de conflitos.... Acho que sim. Acho que afeta. Não é que seja negativo em si, mas acho que afeta sempre, a união no nosso caso.”</p>
Prática de atividades com o primogénito	<p>Bruno “Quer dizer, já não é tão fácil. Ainda assim, algumas coisas, sim. Mantemos algumas coisas que fazíamos os dois. Sim, quer dizer sei lá. Eu levo-o para aquelas atividades que ele tem. Já uma ou outra vez, não pode, não pode ir o José, o Ivo não pode ir. O Ivo foi privado de participar nalgumas atividades...Ele aceita bem.”</p> <p>Aida “Sim. Algumas, sim. Não tantas quanto gostava, não tantas quanto ele desejava, mas sim algumas.”</p>
Exigências do primogénito em relação aos pais	<p>Bruno “É mais dependente. Ainda há bocado ele chegou, depois, chegou para mim, pimba, foi logo agarrar-se. Como a mãe tem de ficar ali com José, e assim, ele quis já alguma temporada que fica comigo.”</p> <p>Aida “Sim. Em querer mais atenção. Era mais colo. Ainda quer muito colo, ainda quer que o vista, ainda quer que lhe deem comida à boca.”</p> <p>[Mas com seis anos, já não se veste sozinho?] “Já. Veste sozinho, veste, porque nós o incitamos e o obrigamos. Praticamente sozinho.”</p> <p>[Mas antes do nascimento do irmão, vestia-se sozinho?]</p>

		<p>“Sim, muitas vezes, sim.”</p> <p>[E agora?]</p> <p>“Pede ajuda.”</p> <p>“Ele agora anda mais irreverente. Mas há uma série de fatores.... Há o fator do covid. Esteve isolado em casa e não foi para a escola. Levava tarefa de um amigo e era usado por ele, etc. E agora juntou-se a ele. Portanto, há uma série de fatores que não sei até que ponto estão propriamente ligados com o nascimento do irmão ou não. Mas ele está mais irreverente, sim.”</p>
	Comportamentos de dependência e de independência	<p>Bruno</p> <p>“Ele já tinha autonomia, já se vestia e tudo isso. Agora muitas vezes é uma maior dependência.... Porque na verdade, ele já fazia tarefas que de alguma forma abandonou.”</p> <p>Aida</p> <p>“Por norma, está mais dependente. Quer mais atenção, quer mais colinho, quer mais ajuda a vestir. Algumas vezes, alguns dias faz o papel do crescido...Ele é cuidador do irmão sempre e, portanto, tenta que o irmão sempre ou quase sempre não esteja em perigo ou não caia ou não suba. É protetor do irmão...Ele não tinha de estar sempre ao nosso colo e agora tem que constantemente estar ao nosso colo. Uma outra vez até faz de crescido, de ajudar o irmão, nos ajudar e pronto, ele participa nos cuidados de vez em quando. Não é sempre. Em termos de proteção, é quase sempre.”</p>
	Comportamento do primogénito - cuidados e tenção dados ao irmão	<p>Bruno</p> <p>“Umás vezes ajuda, outras vezes com o irmão, outras vezes, nem por isso. Chama a atenção ‘também cá estou, também existo’”.</p> <p>Aida</p> <p>“Eu acho que é mais na questão do dormir e do colo do propriamente nos cuidados. Neste momento, se pudesse, se puder, dorme sempre connosco.”</p>
Dinâmica entre irmãos	Preparação do primogénito para a chegada do irmão	<p>Bruno</p> <p>“Começámos a falar-lhe e ele falava muito da mana, queria dar-lhe o nome de Francisca. E nós dizíamos: filho, não sabemos se é uma mana ou se é um mano. Se for um mano pode ser Francisco, mas já não pode ser Francisca, é um mano que tu vais ter. Depois lá se familiarizou com essa ideia. Pois assim, então, agora depois temos de escolher então o nome. E ficou José.”</p> <p>Aida</p> <p>“Preparamos...Eu acho que nós só contamos a parte positiva...Quer dizer, uma ou outra vez, falávamos que depois a mãe tinha de estar mais ocupada ou o pai e que não tínhamos tanto tempo, mas focávamo-nos essencialmente na boa relação, no ir brincar com o irmão, etc...Essa parte falamos muito mais agora do que antes.”</p>

	Importância do desempenho de irmão mais velho	<p>Bruno “Eu acho que ele se sente responsável.” “Enfim, tem acontecido. Mandar a casca da banana para a frente do irmão, para ver se o irmão escorrega. A fazer aquela coisa assim, põe ali uma coisa mais ou menos assim, a jeito de maneira que o irmão vá. Ainda hoje de manhã estávamos os três a lavar os dentes e ele ali a fazer algumas coisas para o irmão fazer disparates para ele sorrir e gozar o prato. Zela pelo irmão, mas depois faz algumas que é mesmo assim.”</p> <p>Aida “Eu acho que ele não pensa muito nisso. Porque nós, às vezes, tentamos responsabilizar e dizer: ‘Olha, és o mano mais velho, tens de dar o exemplo, tens de cuidar dele’, e muitas vezes não entra muito nesse papel. Acho que é mais assim: então se eu sou mano mais velho, eu vou fazer umas palermices para o mano se rir, estarmos os dois a desfrutar do momento. Não toma muita atenção por ser o mano mais velho.”</p>
	Relação entre irmãos	<p>Bruno “Sim. Vê-se que ele tem aqui uma relação, uma ligação com o irmão.... Parece-me que os dois, para o mais velho, o irmão é dele, mas acho que o mais pequenito também já vai assim tendo essa impressão.”</p> <p>Aida “Sim, acho que é muito positiva.”</p>
Dinâmica conjugal	Percurso conjugal – impactos e mudanças	<p>Bruno “Parece que mudou, porque temos de estar os dois ainda mais em sintonia.” “Nós temos também mais roupa para lavar também.” [Riu-se]</p> <p>Aida “Eu acho que é mais empático, ou seja, eu, acho que nós, é aquela questão dos casais mais velhos que não precisam de falar muito um com o outro, pelo olhar comunicam-se... Também há momentos em que discutimos... Agora, acho que do primeiro filho sentia que havia um bocado aquela quase disputa do bebé. Meu menino, é meu. E agora eu acho que isso já não se põe, porque há mais um partilhar das coisas e agora tu cuidas deste, eu cuido do outro e daqui a bocado é ao contrário e etc. E, portanto, acho que isso acabou por melhorar. Contrariamente àquilo que eu estava a pensar, acabou por melhorar a nossa relação do casal.”</p>
	Simbolismo do amor conjugal	<p>Bruno “Claro.” [Convicção]</p> <p>Aida “É assim, não são só resultado do amor, não são aquela questão, acho eu, idílica do grande amor... Eu acho que é uma vontade pessoal dos dois de sermos pais. Os dois que estamos em comum e os dois que estamos em relação,</p>

		os dois que queremos ter aquele filho. E nasce daí, um pouco. Não sei se é só fruto do amor, não, acho que é fruto de uma vivência em conjunto. Claro que tem amor, que é vivida no amor, senão não estaríamos juntos, não.”
	Gestão da relação/ momentos a dois	<p>Bruno “Vamos tentando. Isso é também uma aprendizagem que temos de fazer.”</p> <p>Aida “Momentos só a dois temos menos.”</p> <p>[Conversam como casal?] “Conversamos, mas como lhe digo [Pausa] somos um casal já mais velho, ou porque eu tenho essa concessão, não sei, sei lá, acho que há coisas que se dizem sem se dizer. Não é que não falemos, que falamos.”</p>
Perspetivas futuras	Capacidade de proporcionar um projeto de vida	<p>Bruno “Já me inquieto um bocadinho às vezes sim, mas nós temos de ver isso de forma o pacificamente possível.”</p> <p>Aida “Nós estamos atentos, nós economicamente vamos poupando tudo o que dão para cada um deles, e daquilo que nós podemos poupar, estamos a poupar no sentido de um dia, podermos proporcionar-lhe uma boa educação.” “Tendo em conta a conjuntura atual, tendo em conta tudo isso, aquele sonho de antigamente passar a pagar a casa aos filhos, pagar o casamento, pagar o carro, se calhar não...Não sei se quero isso para eles, porque eu gostava que eles fossem independentes...que conseguissem as conquistas deles um pouco à custa deles...Eu acho que eles devem estar preparados para enfrentar a vida.” “e tudo o que vier a mais, claro que tentaremos ajudar, mas não creio que seja muito possível fazer aquele sonho do antigamente: pagar-lhes a casa, o carro, o casamento, etc. Nem creio que isso seja bom para eles.”</p>
	Motivação para um outro filho	<p>Bruno “Não, de todo... Não, não seria viável...Não seria muito responsável da nossa parte. Pois, há aqui uma série de coisas que têm de ser colocados em cima da mesa, não é? A minha idade. Já fui pai com uma idade razoável. Primeiro as doenças, e agora o bom senso. Estamos aqui com dois filhos. É o sensato.”</p> <p>Aida “Dada a idade do meu marido e a economia, não. Se fosse mais cedo, se fosse os dois com um emprego, se fosse num país com outro tipo de economia. Ah, isso era ótimo ter mais um.”</p>
	N.º de filhos/Qualidade de vida	<p>Bruno “Eu queria que aqui na nossa conversa isto não se tornasse redutor? A razão maior fosse meramente economicista.” [Quando eu digo qualidade de vida, não tem só a ver com custos económico, tem a ver com motivos pessoais, emocionais, psicológicos.]</p>

	Um só filho – grau de felicidade	<p>comuns...O que existe na nossa casa não é só o que transborda para fora e há toda uma intimidade, toda uma série de relações que nós criamos com os nossos pais e com os nossos irmãos que são diferentes daquelas que criamos com as pessoas de fora.”</p> <p>[Se a conjuntura fosse outra, tinha mais um filho, não era? Mais nova.]</p> <p>“Sim, mais nova. Por mim, sim. Isto é sempre um projeto a dois.”</p> <p>Bruno</p> <p>“É uma alegria. Eu fico muito feliz pela paternidade. Fico muito feliz, é muito boa a paternidade.”</p> <p>Aida</p> <p>“[Sente-se feliz e realizada com os seus filhos?] Sim, claro que sim. Muito.”</p>
Condições de vida	Considerações finais	<p>Bruno</p> <p>“Experiência gratificante. Enriqueceu-me como pessoa. A ter uma visão diferente.”</p> <p>“Eu acompanhei por razões diversas muitas pessoas. Momentos muito gratificantes e muito valorosos da vida de muitas pessoas. E hoje costumo dizer isto: eu tinha mais ou menos sempre solução para o problema deles todos. Agora, não tenho muito para os meus. E é assim, aprendi estar num outro prisma.... Ou seja, conforme nos posicionamos, se eu estiver lá em cima no telhado terei uma visão, se estiver aqui em baixo no rés-do-chão tenho outra, se estiver no primeiro andar tenho outra. Aqui, com os filhos, aprendi um outro posicionamento diante da vida. A deixar muitas teorias e aprender coisas práticas e outras que ainda têm tanto que aprender.”</p> <p>“Eu só espero é manter-me disponível para querer aprender com eles. Eu não tenha a presunção. Já usei uma vez ou outra o argumento da autoridade. Mas então porque é que agora tenho de fazer mais coisas? Mais com o lvo. É porque eu estou a mandar pronto, acabou. E depois já não sei mais o que dizer. Mas tentar que isso seja o mínimo possível.... Que eu não me deixe pensar que... Porque eu é que sei e só tens de fazer o que eu estou a mandar, não tenho. Que eu tenho essa disponibilidade poder aprender”</p> <p>Aida</p> <p>“O que é que aprendi com ser mãe? Aprendi que às vezes devemos estar muito calados. Porque antes de ser mãe, eu tinha assim uma série de teorias para toda a gente...E aprendi que todas as minhas teorias, não é todas estão erradas, mas todas elas caem por terra muitas vezes. E percebi que às vezes nós julgamos os outros sem nos metermos na pele deles, o que é péssimo.”</p> <p>“Dar valor àquilo que é ser mãe. Mãe, que é ótimo, mas não deixa de ser uma aventura...Nem sempre consigo ser como eu gostaria de ser. E isso foi uma coisa que ser mãe me ensinou, porque eu achava que ia ser uma mãe espetacular e não consegui ser mãe espetacular sempre. Consigo ser algumas vezes.”</p> <p>[Mas é a melhor mãe do mundo por seus filhos.]</p>

		<p>“Claro...E eles são o melhor do mundo para mim, apesar das vezes terem uma outra atitude ou modo que me entristece um bocadinho...Mas isso ensinou-me que eles são o melhor para mim. Independentemente da atitude que tenham...E é impossível, nós, mães, deixarmos os filhos para trás. Não dizendo com isto que concordamos com tudo o que eles façam ou com tudo o que eles venham a fazer. Mas serão sempre os nossos filhos, serão sempre aqueles que vamos defender até às últimas consequências.”</p>
Agradecimentos		<p>Bruno [Vamos dar por finalizada a entrevista.] “Sim Senhora.” [Muito obrigada.] Aida [Quer acrescentar mais alguma coisa?] “Acho que não.” [Muito obrigada.] “De nada. Foi, foi ótimo participar e foi interessante, muito interessante.”</p>
Perfil dos entrevistados	Idade	<p>Bruno: 55 Aida: 42</p>
	Estado civil	<p>Bruno: Casado Aida: Casada</p>
	Residência atual	Vila do Concelho de Almeirim
	N.º de anos de estudo	<p>Bruno: 18 Aida: 18</p>
	Profissão	<p>Bruno: Especialista de profissão intelectual e/ou científica – Padre Aida: Especialista de profissão intelectual e/ou científica – Professora de Educação Especial</p>
	Estatuto laboral	<p>Bruno: Reformado Aida: Empregada</p>
	Filhos em comum do casal	1

Grelha de Análise de Conteúdo
Referência: Guião de Entrevista aos pais de 2.º filho.

DIMENSÃO	SUBDIMENSÃO	CONTEÚDO
Casal 5 – Pais da bebé Alice		
Contexto sociofamiliar	Agregado familiar	Anita “Quatro pessoas. Eu e o meu marido, e depois tenho as minhas duas filhas. [A Júlia] Tem quatro anos.”
	Rotinas diárias	<p>Anita “O nosso dia começa pelo despertador às 07:20h, despachar as nossas meninas. Começar a aquecer o leite para elas tomarem o pequeno-almoço. Entretanto já está o pai a vestir uma e eu a vestir a outra, que é um processo muito engraçado. Depois vamo-nos vestir a nós. Ainda vou um pouco ao café enquanto o pai deixa as meninas na escola, e depois, entretanto o pai vai para o trabalho dele e eu regresso para casa para o meu trabalho. Às 09:30h os meus meninos vêm para mim. De seguida vou fazendo a rotina com os meus meninos.... Chega o pai do trabalho já com a pequenina a vir da creche, e com o horário da outra, sair para ir buscá-la. Entretanto, os que tomo conta começam a ir embora.”</p> <p>“Por volta das 18:30h começo a dar banho às minhas filhas, porque elas normalmente vêm muito cansadas e adormecem. Portanto, eu tenho de dar o banho muito cedo, 18:45/19:00h estão a jantar. Deixo-as estar ali a ver um pouco de televisão e às 20:45h é quando as vou deitar. A mais velha já é mais fácil, a mais nova é mais complicado, tenho de lá estar. Às vezes o pai troca comigo. E acabamos o dia assim, os dois com um pouco de sossego no sofá. Jantar, às vezes já não, porque não temos muito a rotina de jantar.”</p> <p>[Pelo que eu percebo é ama.] “Sim.”</p> <p>[Na sua casa. E toma conta de quantas crianças?] “Quatro.”</p> <p>Hélio “Acordar por volta das 07:30/07:45h. Às vezes demoro um bocadinho a levantar, vou-me despachar. Normalmente a mãe é que fica a despachá-las. Tem um bocadinho mais de jeito, embora eu também saiba fazer, obviamente. Normalmente é ela que as veste, prepara o leite, tudo o mais...A seguir vou pô-las à escola, vou trabalhar. No fim do dia vou buscá-las à escola e normalmente vou para casa, vou um bocadinho ao café ou ao parque, consoante os dias. Durante a semana vamos mais para casa, até por causa dos horários delas, jantar. Até porque a minha filha mais velha, normalmente chega a casa da escola cheia de sono. Tem de ser ali dar-lhe o jantar, comer logo se não adormece e já não come. Depois disso, estamos ali a brincar com a mais pequenita, que é sempre a última a dormir, falar com a minha mulher sobre o dia.... Ela é sempre a primeira a adormecer e eu fico a ver mais um pouco de televisão. É mais ou menos assim o dia.”</p> <p>“Trabalho ao fim de semana, e acabo por perder ali um bocadinho de tempo com elas, mas hei-de compensar quando tenho tempo. Felizmente agora não estou a trabalhar à noite, só trabalho durante o dia.... Acabo por ter tempo à noite</p>

		<p>para estar na brincadeira com elas ou irmos passear um bocadinho. Infelizmente não passeamos tanto como fazíamos, porque por causa da empresa que tivemos...e as contas são altas e fica um bocadinho mais difícil.”</p> <p>“Por norma, entre ir buscá-las à escola e chegar a casa, mais ou menos 17:15/17:30. Até tenho chegado mais cedo, os dias têm sido mais fracos. Vou buscar a mais nova à escola, vou a casa e depois quando chega a hora de ir buscar a mais velha vou buscá-la. E volto para casa.”</p>
	Partilha de responsabilidades	<p>Anita</p> <p>“[Relativamente a ter ajuda do marido] Sim. Sempre. Quando um está com as meninas, o outro está, por exemplo, a fazer o almoço ou a fazer o jantar, a estender a roupa, o que for. Há momentos que eu estou a passar a ferro e ele está a brincar com as meninas. Dividimos sempre assim as coisas para não ficarmos um sentado e sobrecarregar o outro. Sempre fomos de diálogo e corre bem essa situação.”</p> <p>Hélio</p> <p>“Sim. Já fiz mais do que faço agora. É verdade. Mas tento sempre ajudar. Passo a ferro, limpo o pó, faço o jantar. Normalmente o jantar sou sempre eu que faço. Já tenho a prática do restaurante também. Mas sempre gostei. Desde miúdo, sempre gostei de cozinhar.”</p> <p>“[Também tem ajuda da esposa] Sim, claro.”</p>
	Tempos livres	<p>Anita</p> <p>“Só mesmo, se calhar, quando os meus meninos estão a dormir, que eu tiro ali um puxãozinho no sofá de meia hora.”</p> <p>[Para dormir?]</p> <p>“Não. Para estar sossegada, pegar no telefone. Porque há bebês que não dormem mais de meia hora, portanto, nunca dá para ser mais de meia hora.”</p> <p>[E ao fim de semana?]</p> <p>“Ao fim de semana quando eu consigo que as minhas filhas fiquem de sexta para sábado na casa dos avós, que é o dia do pijama, que têm os outros primos também, eu consigo dormir um pouco de manhã, até por volta das 08:30h...Ficam lá com os primos. Não é sempre...E é a manhã que eu tenho assim mais sossegada, mas às vezes não é sossegada, porque tenho de fazer isto, tenho de fazer aquilo. Tento dormir um pouco mais, mas nunca consigo mais do que as 08:30h...O meu marido de momento também está a trabalhar ao fim de semana, portanto eu não estou com ele.... Ao domingo, normalmente, é quando elas já estão em casa. Saímos, vamos um bocadinho ao parque e visitamos os tios porque eles têm os restaurantes e vamos ter com eles. Estamos ali, também para as meninas terem convívio com a família. É muito à volta disso.”</p> <p>[Insisto: Tempo para si, mesmo para si, tem?]</p> <p>“Muito pouco. Eu sinto falta de sair um bocadinho. Eu e o meu marido, às vezes, conseguimos ir a um café à noite quando elas estão com os avós. Antigamente saíamos, íamos ouvir uma música, íamos dançar, porque eu adoro dançar, e é uma coisa que já não fazemos há imenso tempo. Porquê? Porque chegamos a uma hora que estamos cansados e nem sequer nos apetece sair de casa.”</p> <p>[Mas fazia isso mesmo com a sua primeira filha?]</p>

		<p>“Sim.”</p> <p>[Esta segunda filha é que alterou tudo?]</p> <p>“Sim, alterou tudo. Tem tudo a ver comigo.... Estou no sofá e acabo por adormecer. Tenho vontade, mas não tenho vontade. E eu adorava fazer zumba, só que não há tempo.”</p> <p>Hélio</p> <p>“Tento ter. Às vezes não tenho muito. Mas aproveito os tempos que tenho. Já fui diferente, mas gosto mais de estar em casa a descansar. Sinto mais falta é de praticar desporto, jogava futebol. Entretanto aleijei-me no joelho, fui operado e tudo mais, e optei por não voltar a jogar. Entretanto conheci a Anita, comecei a viver com ela, nasceu a mais velha. Não é bem sentir falta, gostava de fazer.”</p> <p>[Se não nascesse a Alice, acha que ia tornar a fazer desporto?]</p> <p>“Não sei. Possivelmente não. Se calhar em termos para brincadeira com amigos e familiares, há pouco tempo aconteceu.... Fomos para o campo da bola, depois eles foram jantar e eu fui para casa.</p> <p>[Gostou desse momento? Se pudesse fazia mais vezes?]</p> <p>“Sim. Se pudesse fazia mais vezes. Praticar um bocadinho de desporto. Não é só futebol. Ainda há pouco tempo aproveitámos que a Júlia e a Alice foram para casa dos avós e fomos passear a pé, fomos dar uma volta grande perto de casa.... Foi bom. Gosto de fazer com ela. Não é eu ir e ela ficar em casa.”</p>
Contexto económico e profissional	Alteração da situação económica	<p>Anita</p> <p>“Só se tiver mesmo a ver com o aumento dos preços agora. Porque é como eu lhe digo, da primeira foi supercomplicado, pois estávamos envolvidos num projeto e correu supre mal. Às vezes para comprarmos um pacote de fraldas não era fácil. Por isso é que nós esperámos pelo menos os três anos para uma deixar a fralda, para ter outro filho. O resto é tudo mais fácil, não sei.”</p> <p>Hélio</p> <p>“Infelizmente o que acho que alterou um pouco a nossa vida económica foi o meu irmão. A parte da loja que nós tínhamos. Porque acho que conseguíamos fazer mais ou menos a mesma vida que fazíamos antigamente. Claro que temos outras despesas, obviamente. Agora está um bocadinho mais difícil”</p> <p>[Agora as coisas estão mais equilibradas?]</p> <p>“Um bocadinho mais, sim. Tenho um ordenado melhor...Não é uma vida de luxo, mas podemos fazer mais coisas, passear mais vezes como eu falei, ir dar uma volta até Lisboa, mostrar o Oceanário, já fizemos com a Júlia. Tem de ser um pouco mais controlado. Acho que é mais por aí.”</p>
	Alteração na situação profissional	<p>Anita</p> <p>“Sim. Com certeza. Eu estava no restaurante com o meu marido. Servia à mesa. O primeiro ano da minha filha passou a voar. Ou seja, não tive quase consciência do que é que foi a minha filha a crescer porque ficava com os avós, pronto. Cheguei a um ponto que eu disse: não, eu vou ter de sair da restauração e vou ter de encontrar outro ponto para a</p>

		<p>minha estabilidade e foi então que eu decidi ingressar pela carreira de ama, porque é uma coisa de que eu gosto.... Estou a ajudar outros pais, que precisam que nós fiquemos com os filhos e quando as minhas filhas estão doentes, ou estão de férias, ou uma coisa assim, eu estou com as minhas filhas. Não tenho de pedir a ninguém para ficar com as minhas filhas. Era muito complicado, até porque era um restaurante de família e trabalhar para a família não era fácil. Mais uma depressão, mais uns comprimidos em cima, e estamos assim.”</p> <p>Hélio “Eu acho que não. No meu ver, nós somos bem organizados nessa parte.... Claro que há momentos mais difíceis. Lembro-me, noutra trabalho que tive, não agora, quando as minhas filhas adoeciam era eu que ia para casa cuidar delas, porque o trabalho dela [esposa] era mais difícil estar a faltar. E eu tinha mais facilidade. Agora é diferente, como ela está em casa a tomar conta de crianças, mesmo que haja alguma coisa ela está em casa.”</p>
	Estratégias de ajustamento	<p>Anita “Vamos sempre pelas promoções, por aqueles iogurtes que trazem os dois packs e não só um...Se não gastarmos aqui, se calhar conseguimos ir à praia com elas.”</p> <p>Hélio “Claro, não gasto dinheiro em coisas que gastava antigamente. Por exemplo, não vou tantas vezes o café com os amigos.... Vou guardar o dinheiro para fraldas, comida para casa...”</p>
	Satisfação das necessidades básicas	<p>Anita “Por agora estou a conseguir. Não digo que mais tarde não seja complicado, porque uma vai estar sempre três anos à frente da outra. Vão estar na escola juntas, vai ser o material escolar, vai ser muita roupa...mas por enquanto ainda consigo ir às promoções de t-shirts 2, 3€, para comprar para as duas de igual. Eu sou muito prática nessa situação. Com a primeira era muito picuinhas ‘Isto se calhar é mais caro, é bom’ ...A segunda foi tudo totalmente diferente, promoção e vamos poupar. “</p> <p>Hélio “Neste momento, sim...Temos conseguido. Como tivemos alguma ajuda principalmente com a Alice, fica mais caro, é uma escola privada, por causa da creche. Agora felizmente já não pagamos. Temos a ajuda do Estado. Estávamos a pagar 200 e tal euros, como tivemos ajuda da parte da ajuda da família da [esposa] só pagávamos 120€, 140€, consoante o mês. Apesar de muitas vezes chegamos ali a meio do mês e já estamos um bocado...”</p>
Perceções pessoais	Nível de satisfação/Nível de vida	<p>Anita “Na minha primeira filha, nós estávamos aí metidos numa mercearia que correu mal. Houve muitas dívidas, as coisas começaram a apertar muito a nível financeiro. A disponibilidade psicológica não estava ativa, e com a segunda filha veio aqui renovar um pouco a situação. “</p> <p>[Sente-se agora mais realizada? Mais satisfeita?]</p>

		<p>“Sim. Sim.”</p> <p>Hélio “Não sei. Sempre quis ter filhos e sei o que acarreta tê-los.... Por muito que nós queiramos, temos de ter uma vida diferente. Se calhar antigamente como não tinha filhos, mesmo quando comecei a morar com a Anita, saíamos mais vezes, aproveitávamos para passear. Não era em termos de satisfação. Tanto gostava da vida que tinha como gosto da vida que tenho agora. E sempre que podemos aproveitamos para fazer alguma coisa de diferente. Não só estar em casa. Apesar de agora até gostamos mais de estar em casa a ver um filme, pronto, aproveitar o tempo também para nós. Até porque perdemos um pouco isso. Temos de dar mais atenção às filhas do que propriamente a nós que somos adultos. Mas também faz falta.” [A sua vida está melhor?] “Eu acho que sim.”</p>
Dinâmicas motivacionais	Principais motivações	<p>Anita “É o amor por ser mãe. Ter gostado tanto de ser mãe...A responsabilidade de tomar conta de um ser, é totalmente diferente...Mas chegou a um ponto que eu disse: ‘O meu relógio biológico está novamente a precisar de mais alguma coisa para me realizar’. Conversando com o meu marido, ele também achou que sim, e já estamos a pensar no terceiro, portanto.”</p> <p>Hélio “Gosto de ser pai, de cuidar delas...Embora saibamos que às vezes é difícil. Não ter tempo, ficarmos mais chateados, mais tristes com alguma coisa, mas acho que é muito bom chegar a casa e ter as nossas filhas lá.” [Teve a sua primeira filha, gostou da experiência e quis repetir.] “Sim. E quero repetir.”</p>
	Fatores facilitadores para a decisão de ser pai/mãe	<p>Anita “Primeiro, foi a minha vontade. O meu marido também é louco por filhos e crianças e também é por aí. E achei que a minha filha precisava de não ser filha única. Nota-se que foi um bocadinho prejudicial ser tão tarde. Eu acho que não se deve fazer mais de dois, três anos. Mesmo assim os três anos acho que foi assim um bocadinho... porque mimava-a e dava-lhe tudo, era só ela...E agora estou a sofrer um pouco com isso, porque a pequenina não pede nada, porque já sabe, e a mais velha está sempre a fazer birras e a chorar.”</p> <p>Hélio “Na altura em que falámos disso, fiquei um bocadinho de pé atrás. Tínhamos uma etapa nova na vida, difícil, que era a mercearia. Começámos a pensar ter outro filho. Mas queria muito na mesma. Decidimos seguir. Financeiramente sabia que ia ser mais complicado. Felizmente conseguimos sempre dar a volta por cima...O essencial foi querermos muito...mas pronto, sempre fomos lutadores, gostamos de andar para a frente.”</p>

	Influência da experiência anterior (primogénito)	<p>Anita “Se fosse por aí, dizia que não. Porque tive uma cesariana horrível. Não foi por aí. Foi por vontade própria.”</p> <p>Hélio “Sim. E queria muito.”</p>
	Dúvidas/ Hesitações	<p>Anita “Não. Nenhuma.”</p> <p>Hélio “Ao início sim. Não me arrependo.”</p>
Ser pai/mãe – sentimentos e sensações	Expetativas/ Acréscimos	<p>Anita “Sei lá. Muitas dores de cabeça. Não sei sinceramente.... Sei que me sinto orgulhosa de as ter. Canso-me muito com a primeira, porque ela pede muito tempo de mim, enquanto a pequenina é despachada e pronto, às vezes sinto-me muito cansada...Não sei o que me pode acrescentar. Já me acrescentou como é óbvio. Já me realizou como mãe, como mulher, porque eu alterei a minha maneira de ser totalmente, pelas minhas filhas.”</p> <p>Hélio “Felicidade, isso é de certeza. Espero também, mais tarde, que as consiga ajudar. Termos orgulho nas nossas filhas, no que elas fazem. Embora a vida seja complicada, é tentar fazer tudo para elas terem uma boa vida. É o que nós queremos.... Já fico satisfeito.”</p>
	Significado	<p>Anita “É o significado que eu nunca tive, porque quem tomou conta de mim foi a minha avó paterna. A minha mãe teve-me, mas aos três meses eu fiquei com a minha avó paterna. Para mim, ser mãe de uma, de duas, de três, vai ser sempre uma coisa maravilhosa.”</p> <p>[Foi criada pela sua avó?] “Exatamente.”</p> <p>[Viveu sempre com a sua avó?] “Sempre. Até aos 21 anos e depois foi quando eu saí de casa. É dar às minhas filhas o que eu não tive. Não posso dizer que não tive amor da minha avó, mas a minha avó tinha aqui o restaurante dela.... Ela nunca me dava um beijo. Ela nunca foi uma pessoa de dar carinho, mas nunca me faltou nada em casa.... Das 06:00h às 12:00h, cinco/seis anos ficava sozinha em casa.... Por isso é que eu tive de deixar o restaurante. Já estava a ir no mesmo caminho de trabalho, trabalho, trabalho.”</p> <p>[Você tem mãe biológica?] “Sim.”</p> <p>[E mãe afetiva?]</p>

		<p>“Tenho.”</p> <p>[Tem uma relação com a sua mãe?]</p> <p>“Não, com a minha mãe biológica não. Com a minha mãe afetiva tenho.”</p> <p>Hélio</p> <p>“É ter cabelos brancos. Não sei, é diferente. Queria ter um menino. Saíram duas meninas. Fiquei feliz na mesma, obviamente, mas não sei... Uma coisa é ser pai de um, depois dois. É uma responsabilidade diferente.... Algo mais em termos financeiros e não só. Mesmo pessoalmente. Até mesmo com a minha mulher. Obviamente a vida dá muitas voltas, mas tento sempre estar também com ela e que ela possa estar bem. Não tem lógica querer ter filhos, e acontece...muita gente acaba por se divorciar.”</p>
Perspetivas sobre futuras mudanças de vida	Vivências atuais comparadas às expectativas criadas durante a gravidez	<p>Anita</p> <p>“Não. Nada. Porque a minha filha mais velha, ela nasceu com caracóis, lourinha. Ficávamos a pensar: será que vai ser loura, será que vai ter caracóis? E mesmo pelos feitios: será que ela vai ser assim, será que vai fazer assado?... Quando nasceu parecia exatamente a minha primeira filha, mas no dia a seguir notou-se a diferença. E a nível de feitio das duas, também é totalmente diferente... Eu acho que a minha mais nova é mais mimosa, é mais carinhosa do que era a minha primeira. O pai acha o contrário, porque o pai sempre teve a Júlia do lado dele. Porque ele entrava sempre mais tarde no trabalho, levava a menina à escola... Neste caso, esta menina é mais minha, salvo seja, porque é mais mimosa comigo, mas quando vamos a ver, entre as irmãs é a mais regila. Ela bate, não quer a mana no meu colo, um bocado de ciúme. É mais ciumenta do que a primeira, é mais reguila do que a primeira. Nada do que eu pudesse pensar que era parecido com a primeira, nada foi igual.</p> <p>[Achou que ela ia ser muito parecida com a primeira?]</p> <p>“Achei.”</p> <p>[Fez essa comparação.]</p> <p>“Sim, e ainda faço. A Alice está a fazer uma coisa que a Júlia nunca fez.</p> <p>Hélio</p> <p>“De início não. Quando ela era pequena, recém-nascida, os primeiros dias, as primeiras semanas, eu via que era mais mãe. Mas é normal, sabemos que é normal.... Infelizmente não estive em casa. Com a Júlia estive aquele tempo em casa, com a Alice não. Tive de ficar a trabalhar. Se calhar, não estando tão presente, não notei tanto isso, como notava com a Júlia. Mesmo as brincadeiras e tudo, ela sempre foi mais para o lado da mãe. Agora já é diferente. Está um bocadinho mais velha...e já se começa a chegar um pouco mais ao meu lado. Sei que gosta tanto do pai como da mãe. Mas há sempre aquela coisa quando estão doentes vão sempre mais para o pé da mãe.”</p>
	Perceção acerca das principais mudanças	<p>Anita</p>

		<p>“Pensei muito a nível de casal, de relacionamento. Porque a primeira, nós vivíamos os dois para a primeira. E na segunda eu estava com muito medo de não conseguir ter o amor que tinha pela primeira e não ter tempo para o meu marido. É mais por esse aspeto. Mas graças a deus correu bem.”</p> <p>Hélio “Primeiro o tempo que temos para nós e para a outra filha. Menos tempo para estar com a filha mais velha.... Tive receio de não ter tanta ligação com a filha mais velha. Não dar tanta atenção quando ela precisa. Felizmente acho que conseguimos dar conta do recado, porque ela felizmente também gostava de ajudar. Já tinha uma certa idade. Sempre foi muito de brincar com os bebés e até nos ajudava em muitas coisas. Mudar a fralda, ficar ali ao pé da mana. Acho que correu bem nesse sentido.”</p>
	Perceção acerca das mudanças na relação conjugal	<p>Anita “[Sobre os impactos na relação conjugal] Não. E tenho o apoio a 100%.”</p> <p>Hélio “Sinceramente acho que não pensei muito nisso... Temos de perceber que temos de ter tempo para todos. Pode ter sido uma coisa que pensei, mas não dei muita importância.”</p>
Construção identitária	Bebé imaginário	<p>Anita “Quando fizemos a ecografia 4D, comparámos muito com a primeira. Nariz ‘Se calhar vai ser parecida’. Nós víamos ali..., mas pronto, depois mudou um bocadinho. Era diferente. A outra nasceu mais cabeluda, mais castanho. A outra era mais clarinha.”</p> <p>Hélio “Acho que até superou as expectativas. Mas é sempre aquele receio que venha com algum problema, que possa afetar o seu desenvolvimento. Mas depois, ver que ela nasceu bem e cresce saudável, com energia para dar e vender.” “Acho que pensei mais em termos de personalidade. É mais ou menos o que pensava. Extrovertida, muito divertida. Que ia ser pior que a irmã. Mesmo em termos de malandrice é mesmo como eu estava a pensar.”</p>
	O bebé como uma necessidade interna – o ser completo	<p>Anita “Claro que sim. Sinto como mãe, como mulher, como pessoa, às vezes esqueço-me como pessoa, que tenho de viver também. Mas, como mãe sim. Apesar de ainda me faltar qualquer coisa.” [O que lhe falta?] “Queremos mais um filho.”</p> <p>Hélio “Claro que sim.”</p>

Experiências vividas	Perceção sobre o papel paterno e materno	<p>Anita “Super feliz. É a melhor coisa do mundo. Podem-me dar muita dor de cabeça, mas são minhas. Pensei que ia ser uma mãe supre conservadora no aspeto de os filhos não poderem mexer no chão, em terra.... Hoje sou uma mãe que se elas tiverem de ir para cima de uma relva, se tiverem de se sujar, pronto. Com a primeira não era assim. A segunda já me veio facilitar essa situação. Porque a primeira se a chucha caía, tinha de ir esterilizá-la.” [Mas quando engravidou da Alice como é que pensava que ia ser como mãe? Que ia ser uma mãe igual ou pensou que agora ia ser diferente, não ia ser tão preocupada?] “É mais por aí, sim. Vou tentar não ser tão picuinhas, vou tentar deixá-la viver um bocadinho mais.”</p> <p>Hélio “Primeiro achei que ia ser um bocadinho o pai galinha, que anda sempre em cima das filhas e não deixa fazer nada, mas por acaso até é ao contrário.” “nós eramos quatro irmãos, e a minha mãe teve de cuidar de quatro, enquanto o meu pai estava a trabalhar, embora ele também ajudasse. Via aquilo que a minha mãe era, a forma como ela lidava connosco. Eu achava que tinha de ser mais ou menos igual nesse sentido..., mas tento ser e sempre pensei nisso. Ser rígido em certas coisas. Por exemplo, na alimentação. O comerem bem, que jantem bem, almocem bem, sejam simpáticas, respeitem as pessoas, brinquem...Mas foi sempre o que eu pensei: ser o pai bom quando é para a brincadeira, quando elas se portam bem, e tentar dar sempre o que puder, mas também ser rígido quando elas não se portam como deve ser...Mas ainda com energia para poder cuidar delas.”</p>
	Competências e aprendizagens adquiridas	<p>Anita “Muito sinceramente acho que ainda não me acrescentou nada que eu não conseguisse perceber...Como já venho com uma grande estaleca de trás penso que ainda não houve assim nada...Porque da outra tinha uma dor de garganta, tinha qualquer coisa, eu ia a correr para as urgências. Com esta já não é assim. Já sabemos mais ou menos o que havemos de fazer.” [Se calhar, pode ter sido uma aprendizagem que fez.] “Se calhar. Tem razão. Tem lógica, sim. Sim, é nesse sentido...A minha primeira filha caía, era um drama, um horror. Agora é: ‘Levanta-te, já passou’. Digamos que fazemos uma aprendizagem sim. Não sermos tão picuinhas.”</p> <p>Hélio “O cuidar delas enquanto são pequeninas. Dar o banho, dar o jantar.” [Mas também fazia isso com a primeira filha.] “Nisso não mudou muito. Agora com a segunda filha já é uma coisa automática. Claro que aprendemos sempre alguma coisa. Todos os dias estamos a aprender. Há coisas que eu fazia com a Júlia que não faço com a Alice e o contrário. Elas têm personalidades diferentes. [Dê-me um exemplo.]</p>

		<p>“Na comida. A Júlia é muito mesquinha com a comida...A Alice não, come tudo, não é preciso estar a insistir para comer. Se tivesse sido ao contrário se calhar já ia aprender alguma coisa...Não deu para aprender muito.”</p>
	<p>Dificuldades/ Estratégias adaptativas</p>	<p>Anita “É a interação entre as duas. No aspeto que elas são o oito e o oitenta. Quando preciso de dar mimo à minha mais velha, a minha mais nova não deixa. É muito por aí. Às vezes é muito difícil e a outra também vê que a mana chora, faz birras e faz birras também. Às vezes ignoro. Ela, entretanto, para. Outras tenho mesmo de recorrer ao castigo e ficar no quarto, sossegada e não ir brincar. Porque ela dá cabo do meu juízo. É um feitio exatamente igual ao meu e depois é muito de provocar...e chega a um ponto que eu estou cansada e digo: ‘Vai lá tu que eu já não consigo’”.</p> <p>Hélio “Sempre fui muito desenrascado, mesmo com a Júlia. Com duas é mais complicado. Ter de despachar as duas. A Anita é muito mais rápida nessas coisas, eu levo mais tempo...eu tenho um problema, que é o levantar. Sou um bocadinho preguiçoso. Agora já não tanto, até porque tenho mesmo de despachar.”</p>
	<p>Cansaço e falta de tempo</p>	<p>Anita “Eu acho que eu não me sinto mais cansada, porque a minha Júlia sempre foi assim. Agora está a começar a ser pior porque se a mana faz, ela também tem de fazer, se a mana quer ela também tem de querer...Tentar explicar: ‘Olha, tu és a irmã mais velha, tu é que tens de ensinar à tua irmã’”.</p> <p>[Se não é cansaço, acha que é o quê? Substituindo aqui a palavra cansaço: acha que sente mais...?] “Se calhar um pouco desequilibrada a nível da minha depressão. Tenho menos paciência para a mais velha.” “[Relativamente à falta de tempo] Sim.” “[Sobre os momentos e as tarefas realizadas com as filhas, se compensam o cansaço e a falta de tempo] Eu acho que sim. Eu acho que compensa muito o tempo que temos com elas, só para elas...preferimos sair daqui ir à praia com elas, ou irmos a um parque, porque é isso de que elas gostam. Um brinquedo, compramos, passados dez minutos os brinquedos estão enfiados dentro de uma gaveta qualquer.”</p> <p>Hélio “Cansado. Sim.” “[Relativamente à falta de tempo] Agora não acho. Antigamente, principalmente quando tinha a mercearia, na altura que a Alice nasceu, foi ali na transição, acabei por mudar de trabalho. Eu não tinha quase tempo nenhum. Trabalhava todos os dias. Nós optámos, como a Anita estava grávida...queria ela estivesse em casa a descansar. Ela sentia-se mais cansada. Como ela teve um aborto espontâneo na altura da ‘Júlia’ e voltou a ter antes da Alice, foi no sentido de não forçar.” “Em termos de tempo, tenho um pouco mais...Felizmente sempre fui muito da família, de querer estar com a família. Não só agora, obviamente que agora é diferente, tenho as duas filhas.... Tenho mais tempo em casa apesar de trabalhar ao fim de semana. É a parte pior. Mas aproveitamos noutras alturas.”</p>

		<p>“[[Também sobre os momentos e tarefas realizadas com as filhas, em termos de compensação do cansaço e da falta de tempo] Sim.”</p>
	<p>Projetos e realizações pessoais por concretizar</p>	<p>Anita “Talvez adquirir mais um carro...O meu marido tem de ir com uma moto emprestada ao fim de semana trabalhar, para eu poder ficar com o carro e sair com as minhas filhas. Eu acho esse projeto ficou um bocadinho ali...se eu ficar com o carro e o meu marido devolver moto ao meu tio, ele tinha de ir de autocarro. Não é que seja mau, mas é dinheiro que se gasta.” [Como teve de privar-se de certas coisas para dar à sua mais nova não pode comprar um carro. Mas pensar comprar outro carro?] “Sim, pensamos. Daqui a dois anos. E conseguimos. Estamos mais estabilizados.”</p> <p>Hélio “Sinceramente o que eu queria mais, era ter uma casa nossa, em vez de andar a alugar casa...Mas isso não é por causa de ter tido outra filha. Não é por aí. Foi mesmo a parte financeira.”</p>
<p>Dinâmica relacional pai/mãe – filhos</p>	<p>Práticas, aptidões e conhecimentos apercebidos como facilitadores</p>	<p>Anita “Nós, mães, sabemos. Sabemos tudo. Da primeira tive a aprendizagem toda do que é ser mãe. O que é que eu tinha de fazer como mãe, o que é que eu precisava de fazer. Esta foi só indo acrescentar uns pontos e ir fazendo tudo o que tinha feito com a primeira.”</p> <p>Hélio “É sempre difícil em certas situações. Eu não lido bem com as birras, quando estou mais cansado, principalmente... mas dantes tinha muito mais calma. Nesse caso nunca é com a Alice, é sempre com a Júlia. Está naquela fase mais complicada das birras. Quer e quer e quer. Em termos de ser mais fácil e mais difícil, acho que é mais fácil agora sendo as duas, tendo a experiência da primeira. A paciência é que começa a faltar.”</p>
	<p>Perceção sobre o nível preparação para ser pai/mãe de um 2.º filho – experiência do primogénito</p>	<p>Anita “Sim”</p> <p>Hélio “Acho que sim.”</p>
	<p>Mudanças – relação com o primogénito</p>	<p>Anita “Lá está, o que ela não era muito para mim: o querer mimos, querer o meu colo. Ela agora é muito assim para mim.” [Ciúme?]</p>

		<p>“Sinto que é ciúme, mas que ela não demonstra muito. Basicamente deixa que a irmã saia do meu colo para vir. E a pequenina já é ao contrário. Puxa mesmo as calças, puxa tudo da mana para vir para o meu colo. E diz para ela sair do meu colo... Ela ou anda atrás de mim, ou anda agarrada às minhas calças.”</p> <p>[Acha que a sua filha está mais ligada a si? Mais possessiva?]</p> <p>“É como lhe digo. É possessiva ou ciumenta, mas calma. Enquanto a outra tem de puxar, tem de arrancar a mana do meu colo. Ela não. Disfarça perfeitamente que está com vontade de vir para o meu colo. Se a mana sai para fazer qualquer coisa, ela vem a correr para o meu colo. Não é de magoar a irmã, de mandar sair a irmã, é mais ao contrário.”</p> <p>Hélio</p> <p>“Na minha cabeça, sim. Por tentar dar mais atenção à pequenina. A Alice é mais o colo, chora.”</p>
	Perceção acerca da mudança na relação pai/mãe-primogénito	<p>Anita</p> <p>“Não. Está igual. Alterou comigo.”</p> <p>Hélio</p> <p>“Acho que é mais ou menos o que me aconteceu a mim. Como teve de dar mais tempo à pequenina, é diferente, precisa de mais cuidados. Tanto que a Júlia faz coisas agora que não fazia antigamente, as birras, o querer chamar a atenção.”</p>
	Atenção e cuidados a ambos os filhos	<p>Anita</p> <p>“Temos de fazer brincadeiras sempre juntas. Às vezes ela está ao telefone e não me quer dar atenção e eu meto-me a brincar com a irmã, entretanto ela olha de lado para mim, e eu puxo-a e brincamos as três, porque começo a perceber que há ali qualquer coisa. E digo: ‘Tens de largar o telefone para brincares com a mãe’, e depois brincamos as três. Tem de ser assim.”</p> <p>[Quando está a cuidar da sua bebé, a dar a alimentação, por exemplo.]</p> <p>“A mana quer dar a alimentação, quer mudar a fralda.”</p> <p>[Portanto, é fácil para si nesse aspeto, porque a mais velha tem a iniciativa de ajudar nos cuidados.]</p> <p>“Às vezes atrapalha mais do que ajuda, mas sim. Estou a pôr a irmã para ir comer e ela: ‘Ó mãe é para nós pormos a mesa?’ Ela vai buscar as coisas para pôr a mesa. Ela é muito autónoma nessa situação, gosta de ajudar, e de limpar o pó. Ela gosta muito dessas tarefas.”</p> <p>Hélio</p> <p>“Mas tento sempre ter o tempo para a filha mais velha. Brincadeiras que tinha com ela agora é um bocadinho diferente tendo outra filha. É mais complicado dividir o tempo. Mas há brincadeiras que posso ter com as duas. As brincadeiras que tinha antigamente, ou o tempo que tinha com ela a sós é diferente.”</p>
	Diminuição da relação única e	<p>Anita</p> <p>“Eu tive medo. E por ter tanto medo e ter pensado tanto nisso durante a gravidez, tento que isso não aconteça. Não quer dizer que ela não sinta uma ou outra vez, mas de todo, não faço disso rotina.”</p>

	especial com o primogénito	<p>Hélio “O que tentamos fazer, pelo menos eu tento fazer isso. Por exemplo a Alice quando está mais tempo a mais com a mãe, eu dou mais atenção à Júlia. Também precisamos de descansar. Gostamos do nosso tempinho ali no sofá a ver televisão. Acho que perdemos um bocadinho de tempo para elas, neste caso para a Júlia.”</p>
	Práticas de atividades com o primogénito	<p>Anita “Ela tinha danças. No dia em que eu fui para a maternidade, foi a tia que a levou. Na semana a seguir eu já estava apta a andar e tudo bem. A minha filha foi no carrinho e fomos levar a Júlia às danças, depois fomos buscá-la e continuámos assim. Entretanto ela saiu porque começou a ter atividades na escola e o horário já não dava. Mesmo quando ela era pequenina punha-a no marsúpio e íamos ao parque. Nunca deixei de ir a lado nenhum com a minha filha por causa da segunda.”</p> <p>Hélio “Às vezes ela pede para brincar ou quer pintar, felizmente tenho paciência para isso... Há coisas que não conseguimos fazer agora. Antigamente saía para ir a algum lado que não fosse com a Anita, porque ela estava a trabalhar ou assim. Ir com as duas é complicado. Às vezes levava a Júlia, como ia só com ela, a brincadeira era diferente, e depois tenho de estar com atenção às duas.”</p>
	Exigências do primogénito em relação aos pais	<p>Anita “É na parte de eu estar com a irmã e ela chama-me para ir fazer alguma coisa com ela, também tem a ver com o ciúme. Estou a fazer alguma coisa, ela está sempre a chamar ‘Mãe, mãe, mãe’.”</p> <p>Hélio “A Júlia é mais em termo de birras. Começa a chamar, não vamos logo, birra. Ou, por exemplo, vamos ao café quer um chocolate, dizemos que não e depois já temos de comprar o chocolate, porque ela faz uma birra descumunal. Anda a chamar a atenção.... Antigamente ela pedia, fazia birra e dizíamos que não, mas agora faz muita birra... Às vezes é quase o dia todo, isso desgasta uma pessoa.... Antigamente fazia birra, mas depois vinha pedir colo e atenção e acalmava-se. Agora maior parte das vezes tenho de ralar com ela, ou pô-la de castigo, o que seja. E ela afasta-se.”</p>
	Comportamentos de dependência e de independência	<p>Anita “E muito a nível do chichi. Para uma menina que já não usava a fralda em nada, dormia super bem. Tenho de lhe pôr fralda à noite porque ela faz sempre chichi na cama.”</p> <p>[Porque é que acha que isso aconteceu?] “Não sei. E foi estranho. Foi passado um ano depois da mais nova ter nascido. Não foi logo.”</p> <p>[A sua filha mais nova usa fralda. Acha que pode ter sido...] “Não, porque quando era pequenina, ela própria quis deixar a fralda. Ela com dois anos deixou a fralda. Durante o dia tudo ok, vai à casa de banho, tudo impecável. À noite ela acordava, ia a correr até ao nosso quarto: ‘Mãe tenho chichi’ e nós íamos à casa de banho e agora não.”</p> <p>[Mas também há coisas que de certeza ela faz sozinha, está mais autónoma.]</p>

		<p>“Sim. Por exemplo, quando estávamos em casa, ela era muito: ‘Mãe tenho de ir à casa de banho’. Isto e aquilo. E eu tinha de ir sempre com ela. Agora não. Acende a luz, faz, vai-se embora, vai brincar. E ela sempre foi menina de brincar sozinha.... É o ajudar a pôr a mesa, porque ela sabe onde estão as coisas todas. Ela cresceu num aspeto, mas diminuiu noutra. A chucha é uma coisa que lhe faz um bocado de confusão, mas só gostava de um tipo de chucha que está escondido lá em casa.”</p> <p>[Nunca mais usou?]</p> <p>“Nunca mais usou e ela às vezes põe a chucha da mana na boca, mas agonia-se...como ela não pega em qualquer uma, foi fácil. Agora a fralda...”</p> <p>“[Relativamente às mudanças de comportamento do primogénito em relação ao pai] O meu marido continua igual. É o pai que faz tudo, dá miminhos.”</p> <p>Hélio</p> <p>“Em algumas coisas sim. O almoço ou o jantar, nós é que dávamos e ela aprendeu a comer sozinha...E agora não, pede muito a atenção.”</p> <p>[Quando está com a irmã?]</p> <p>“Já pede mais atenção, quer ajuda. A mãe dá ou o pai dá. Eu vou lá e ela diz que tem de ser a mãe a dar, porque a mãe está a dar à mana...ela já dormia sem fralda. Todas as noites acordávamos para ir à casa de banho e deixou de o fazer.”</p> <p>[Há coisas em que ela está mais autónoma agora?]</p> <p>“Não, teve uma regressão naquilo que aprendeu, tirando isso da fralda à noite ou do comer. Em tudo o resto, em brincadeiras e tudo progrediu.”</p> <p>“[Mudanças de comportamento em relação à mãe] É mais ou menos como faz com o pai.”</p>
	<p>Comportamento do primogénito - cuidados e a tenção dados ao irmão</p>	<p>Anita</p> <p>Sim, ela participa.</p> <p>[Às vezes, quando está a dar colo à Alice, ela também quer, tem de dividir o colo.]</p> <p>Tenho de dividir. Uma perna para cada lado.</p> <p>[E ela participa nos cuidados à irmã.]</p> <p>E a dar o banho. Às vezes é ela que lava o cabelo à irmã. Isso é muito giro.</p> <p>Hélio</p> <p>“Ela tanto nos ajuda e ajuda a mana, quer mudar a fralda. Agora um pouco menos. Mas ela era muito de querer ajudar. E dar o jantar. Ela gosta de participar. Agora não tem tanta curiosidade em ajudar. Mas são coisas repentinas. Quer, ou não quer. Se for eu a pedir não quer, mas se eu estiver a dar ela vai para o pé de mim e ela é que quer dar.”</p> <p>[Ela manifesta ciúmes quando dão mais atenção à bebé?]</p> <p>“Um bocadinho. Estarem a brincar as duas ou estarmos a brincar com elas e darmos mais atenção à mana e fica com aquele ciúme. Também quer ou vem a correr para o nosso colo também.”</p>

Dinâmica entre irmãos	Preparação do primogénito para a chegada do irmão	<p>Anita “Ela dava muitos beijinhos na barriga, abraçinhos...quando eu vim para casa, a primeira coisa que ela fez foi olhar para a mana no berço e dar um beijo na boca.”</p> <p>Hélio “Sim, preparámos os dois. ‘Olha, aqui na barriga da mãe está a mana. Depois tens de ajudar a mãe’. E sempre mostrou interesse.... Sempre quisemos mostrar que a mãe precisava de ajuda.”</p>
	Importância do desempenho de irmão mais velho	<p>Anita “Mandona. ‘Eu é que sou a mais velha’” [Ela mostra que é mandona? Quer mandar na irmã?] “Sim. Mostra. Muito. ‘E tu fazes isto, e eu é que sou a professora. Eu é que sou isto’. Nas brincadeiras é sempre mandona”</p> <p>Hélio “Se os primos estiverem lá em casa, e são mais velhos do que ela, ou a ‘Anita’ que tem lá agora os meninos em casa que está a tomar conta, ela já come sozinha. É a mais velha e quer-se mostrar...Por exemplo, ela está a comer um chocolate e nós dizemos: ‘Não dês à mana, não pode comer isso’, e diz: ‘Não, não podes comer, o pai não deixa’. Nesse tipo de coisas mostra-se mais velha. Pega-a ao colo, ajudá-la a subir e a descer as escadas...A mana gosta sempre de andar com a mão dada a ela. Se a irmã for ao lado e ela for no chão para dar a mão a mim, ela não quer. Quer dar a mão à Júlia” [Ela protege a irmã?] “Eu acho que sim. À maneira dela, mas penso que sim. Quando estão mais miúdos perto, como irmã mais velha.” [Como é que ela demonstra que é a irmã mais velha?] “Quando há coisas que nós não queremos que a Alice faça, ela dá o recado.”</p>
	Relação entre irmãos	<p>Anita “Ou andam as duas aos beijinhos e às brincadeiras e ouvimos elas a rir à gargalhada. E têm outros momentos sempre a ralar uma com a outra. Mas pronto, é muito amor ali. Eu sinto.” [Ela protege a irmã mais nova?] “Sim. Muito. No início, quando os meus tios iam vê-la era muito complicado. Ela estava sentada no meu colo e tinha de estar sentada no meu colo, porque ‘é só para veres’. Ainda hoje brincam com ela: ‘Vou levar a mana para casa’, ‘Não, não vais eu é que sou a irmã mais velha’.</p> <p>Hélio “Dão beijinhos e abraços e sempre a brincar.”</p>

Dinâmica conjugal	Percurso conjugal – impactos e mudanças	<p>Anita “Aumentou o amor. Temos é menos tempo.”</p> <p>Hélio “Voltando um pouco atrás, pouco tempo para os dois. É claro que a falta de paciência acaba por se refletir. Da minha parte não, mas da parte da ‘Anita’, não é um distanciamento, mas quer dar mais atenção às filhas, e o cansaço é outro. Tento sempre mudar isso um bocadinho. Às vezes também quero estar a descansar, estar sozinho...Altos e baixos, obviamente. Menos tempo, menos afetos, por assim dizer.”</p>
	O pós-parto	<p>Anita “na minha primeira filha, nós estávamos aí metidos numa mercearia que correu mal. Houve muitas dívidas, as coisas começaram a apertar muito a nível financeiro. A disponibilidade psicológica não estava ativa, que é mesmo assim, e com a segunda filha, veio aqui renovar um pouco a situação. As coisas já estão melhores, não sei se me estou a fazer entender. Parece que agora estou um bocadinho melhor do que estava com a primeira. Porque tive outras complicações financeiras e o psicológico também. Tive depressão pós-parto da minha primeira filha e da segunda já não. Saí de cesariana também e sabia que ia chegar a casa e tinha a minha outra filha, e tive de andar para a frente.”</p>
	Simbolismo do amor conjugal	<p>Anita “Claro que sim...No sentido em que queríamos os dois. A ansiedade dos dois. O amor e o carinho que tínhamos os dois.”</p> <p>Hélio “Também, sim.”</p> <p>[Também?] “Porque antes de elas terem nascido já havia o desejo. [Reafirmação do amor] Eu acho que sim.”</p> <p>[Veio uni-los mais?] “Em certas coisas sim. Lá está, o relacionamento entre nós é um bocadinho diferente. Não há tanto afeto, temos outro tipo de... é mais um deixa andar. Antigamente não saía de casa se ela não fosse comigo. Agora já é ela que vai café, ou eu que vou ao café sozinho.”</p>
	Gestão da relação/ momentos a dois	<p>Anita “À noite. Estamos sentados no sofá a ver televisão. Há ali aquela parte em que estamos nos miminhos, quando não estamos cansados. Quando estamos cansados, estamos só no sofá. E quando ele tem férias é que consigo aproveitar um bocadinho mais tempo. As meninas estão na escola.”</p> <p>[Tem as meninas na escola, mas tem as crianças em casa?] “Sim, mas há dias em que tenho só duas crianças, ou tenho só uma. Eles estão a descansar. Dá para fazermos qualquer coisa.”</p> <p>Hélio</p>

		<p>“É aproveitar os tempos que tenho. Às vezes o cansaço é muito e ela quer descansar um pouco e eu estou sempre a chateá-la. E é verdade. É naquela coisa de dar atenção a ela, e não só às filhas. Qualquer pessoa sente isso quando há filhos envolvidos. Sempre tivemos uma relação que íamos para todo o lado juntos, tirando o trabalho. Andávamos sempre juntos para qualquer lado que íamos. Com as duas filhas é mais complicado. Ela chega a casa, elas estão a dormir. Temos de ir fazer alguma coisa. Tentamos organizar a situação para irmos sempre os dois. Aproveitar quando vão as duas para os avós, por exemplo. Ou não apetece e ficamos a descansar. Ir jantar fora, qualquer coisa.</p>
	Sexualidade	<p>Anita “Menos paciência um para o outro. Por todos os aspetos que tinham acontecido. Por causa da situação da loja, por eu estar em pós depressão e não sei, foi um simular de sentimentos. Cheguei a ponto que eu pensei: ‘Isto se calhar não vai correr bem’ e eu comecei mesmo a nível sexual, tive de falar com o meu marido. Chegou a um ponto que estávamos imenso tempo sem fazer, porque eu não tinha vontade.... Comecei a negá-lo...E nós, às vezes, temos de facilitar um bocadinho um com o outro para correr bem. Nós gostamos imenso, mas chega a um ponto que estou tão cansada, que só quero é dormir e ele não compreende isso. Ou não compreendia. Agora já é totalmente diferente.</p>
Perspetivas futuras	Capacidade de proporcionar um projeto de vida	<p>Anita “Não vai ser fácil. Sinceramente, penso como faço para o Natal. Vou comprando e guardo. Quando é as comidas e tudo, quando sabemos que está em promoção e sabemos que têm boa validade, nós compramos para termos em casa. Já tenho muitos livros, muitos cadernos, muitos lápis.” [Em termos futuros, acha que vai conseguir o que elas precisam?] “Não sei. Acho que não lhe consigo responder a isso. Vamos tentar, sim. Dar o melhor, sempre.”</p> <p>Hélio “Foi sempre o que tive mais receio. É chegar a altura que elas precisem de alguma coisa ou, por exemplo, vão para a escola. Também passei por isso, infelizmente.... Éramos quatro irmãos. Era difícil. Apesar de eu ser o mais novo e andavam todos a trabalhar, só eu estava a estudar. Vou ter aqui três, quatro anos complicados a nível financeiro por causa da mercearia, mas se tudo correr bem...” [Tiveram a mercearia, deixaram e depois foram para o restaurante.] “Exatamente. A Anita ainda ficou em casa na altura. Era um restaurante familiar.... É onde estou agora. Trabalhámos os dois lá. Eu continuei lá. [Agora estão bem.] “Felizmente.”</p>
	Motivação para um outro filho	<p>Anita [Disse-me que quer um terceiro filho. Já estão a fazer por isso?] “Para o ano. Penso engravidar no próximo ano para nascer no outro ano. Ou seja, quando a minha filha fizer os três, estar a nascer a outra. Foi mais ou menos as contas que nós fizemos. Até acho que três anos é muito, mas também dois anos também não é fácil.”</p>

	Duas filhas – grau de felicidade	<p>“Mais cabelos brancos. E mais orgulhoso daquilo que é a minha expectativa de vida.”</p> <p>“Acho que seria mais ou menos igual. Em termos de tudo, a educação deles, brincadeiras. A idade também vai aumentar. Agente também há coisas que depois já não estamos tão predispostos a fazer. Mas acho que ainda vou bem a tempo de criar mais um filho e andar com ele a correr para todo o lado. E que seja menino agora, para me ajudar também.” [Emoção]</p> <p>Anita “[Relativamente se se sente feliz e realizada com as filhas] Sim. [Pausa] Mas falta alguma coisa.”</p> <p>Hélio “Sim, sinto. Sinto-me mais completo.... Acho que é sempre uma aprendizagem. De duas, do que só uma é diferente. Aquela coisa de tentar dar às duas, não é a mesma coisa que dar só a uma.”</p>
Condições de vida	Considerações finais	<p>Anita “Acho que é positivo, cansativo. Tiramos muito tempo de nós, como mulheres. Porque para além do mais também somos mulheres e, às vezes, eu esquecia-me muito dessa situação. Pensar em mim como mulher. [Em termos da nossa beleza, cuidar de nós.] “Exatamente, da nossa beleza, cuidar de nós. Eu fui muito descuidada com a minha primeira filha. Eu estava de manhã à noite de pijama. Eu não lavava os dentes de manhã e à noite. Agora já consigo fazer tudo isso.” “[Relativamente ao que faria de diferente] Hum... Não sei. Faria diferente? [Pausa]... Se calhar nada.... Lá está, com a aprendizagem da primeira, já fiz algo diferente na segunda. Mas a partir daí, com a terceira uma nova aprendizagem.” [Resumindo, é tudo positivo para si. Aspetos negativos não encontra? Algo específico desta experiência?] “Negativos, negativos, não. Porque são nossos. Chegamos a um ponto que parece que estamos exaustos, mas depois estamos a chorar na cama, porque são os nossos. Eu sou assim... [Pausa] É positivo. É bom ser mãe.”</p> <p>Hélio “É ter a casa cheia. E menos ... a minha falta de paciência [Riu-se].” “De resto acho que não há assim nada. Claro, como falámos, em termos conjugais é sempre mais difícil. É tentar equilibrar isso. Mas acho que sim, só tem coisas boas a acrescentar. Acho que até para elas próprias é sempre bom, têm sempre companhia, alguém a quem recorrer. Pelo menos espero bem que seja assim. Infelizmente há famílias que não é bem assim. Infelizmente a minha família também aconteceu, na parte do meu pai. É uma coisa que não quero que aconteça outra vez. Por isso é que cá estamos para tentar educar ao máximo.” “[Relativamente se fazia algo diferente] Não.” [Silêncio, choro]</p>
Agradecimentos		<p>Anita [Vamos finalizada a entrevista. Obrigada.]</p>

		<p>“De nada.” Hélio [Quer acrescentar alguma coisa?] “Acho que não, espero que tenha ajudado.” [Muito, muito obrigada.]</p>
Perfil dos entrevistados	Idade	<p>Hélio: 30 Anita: 29</p>
	Estado civil	<p>Hélio: Casado Anita: Casada</p>
	Residência atual	Santarém
	N.º de anos de estudo	<p>Hélio: 12 Anita: 12</p>
	Profissão	<p>Hélio: Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores (Empregado de mesa num restaurante) Anita: Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores (Ama no domicílio)</p>
	Estatuto laboral	<p>Hélio: Empregado Anita: Empregada</p>
	Filhos em comum do casal	1

Grelha de Análise de Conteúdo
Referência: Guião de Entrevista aos pais de 3.º filho.

DIMENSÃO	SUBDIMENSÃO	CONTEÚDO
Casal 2 – Pais do bebé André		
Contexto sociofamiliar	Agregado familiar	Rita “Então, sou eu, o meu marido e três filhos, todos meninos. 1, 2 e 7 anos.”
	Rotinas diárias	Rita “Isto com três filhos, não é fácil porque eu também trabalho. Entro às 8:00h e antes das 08:00h tenho de os deixar todos na escola.” “No início de voltar ao trabalho, tinha de me levantar às 05:30 da manhã. Depois entramos na rotina, e começamos a conseguir quebrar alguns obstáculos e pronto, adiantei para as 06:00h da manhã, mas também não pode ser muito mais do que isso porque visto que tenho três crianças. Uma com 1 ano e outra com 2 a dependerem de mim, não é fácil. E eu ter de sair de casa, devia sair às 07:30h, coisa que nunca consigo, para ir com calma.” Tiago “As rotinas diárias, é de manhã tentar despachar e sair para o trabalho. Normalmente se as crianças, se alguns já estiverem acordados ajudo no pequeno-almoço. Saio sempre mais cedo. É a Rita que trata de os despachar para a escola e é ir para o trabalho.”
	Partilha de responsabilidades	Rita “O pai sai de casa às 07:00h, logo a hora a que o pai está a sair de casa é a hora que eu estou à vontade, o que mais o pai consegue fazer é o pequeno-almoço para o mais velho que já come sozinho e já tem uma autonomia diferente. Basicamente, sou eu, tudo de manhã.” [E no final do dia, o pai ajuda?] “Ao final do dia, o pai ajuda, sim, tinha de ajudar. Não é fácil.” Tiago “Ela é que faz a maior parte das coisas. Ajudo sempre que posso.”
Tempos livres	Rita “Sente-se falta. Acho que principalmente por eles serem muito pequenos e muito dependentes...às vezes sabia bem sair de manhã. ‘Sim, filho a mãe vai só beber café com o pai e já volta’. Não ter a necessidade de ter de arranjar alguém para os deixar um tempinho...Saudade de quando não temos filhos...Mas até lá não é fácil.... Quando nós conseguimos no meio destas 24 horas, parecem 48 horas ter um tempinho para nós, o cansaço já é tanto que só sentar no sofá e tipo relaxar 5 minutos é mais que suficiente. Não é suficiente, mas já sabe tão bem.” “eu acho que nunca deixei de fazer nada que não gostasse por causa dos meus filhos...Se calhar não fazemos em tanta quantidade como queríamos, mas eu acho que agente não deixa de fazer por causa deles. Se realmente quisermos, se realmente gostarmos, arranjamos um jeito para fazer.”	

		<p>Tiago “Muito pouco. Eu dantes tinha muitos hobbies, muitos passatempos, muitas coisas e agora abdiquei disso tudo para não faltar com a presença ali por perto.” [E sente falta de alguma dessas atividades que antes fazia?] “Sinto, mas agora seria a tentar fazer com eles. Porque individualmente, como fazia antes parece que já não é suficiente. Uma vez por outra para abstrair, para libertar, sim. Agora, muitas vezes, não.”</p>
Contexto económico e profissional	Alteração da situação económica	<p>Rita “É assim, isto do Estado e de eu ter entrado nessa situação em que deixei de pagar creche, não, não alterou muito...porque o dinheiro que eu consigo poupar na creche dá. Se eu for a analisar e a pensar bem, está bem que tudo encareceu, mas consegue-se. Aquela linha, consegue andar sempre por aí.”</p> <p>Tiago “Alterou um bocadinho, mas não foi muito, porque como são todos rapazes, em termos do vestuário, calçado, isso assim fica facilitado, porque vai dando a roupa de uns para os outros. As fraldas, isso já sabe que é um gasto de sempre, diário. Fora isso, não há assim grande influência. Porque ele é pequeno, os irmãos é que já estão mais desenvolvidos, mas também fomos conseguindo dar uma educação pois eles também não exigem muito.” “Eles têm uma maneira de ver que conseguimos que eles não queiram só o que o outro quer... Isso também facilita a nossa parte de controlar quando é que devemos dizer não e quando é que podemos facilitar.”</p>
	Alteração na situação profissional	<p>Rita “Em termos de trabalho alterou ou se calhar foi ele que me veio impulsionar para. Porque eu estava a começar num trabalho que entrava as 09:00h e chegava a casa sempre depois das 20:00h. Isso já não era vida para ninguém, com dois filhos pequenos e ele se calhar, foi o que me fez impulsionar. Foi ele porque era mais um para tratar e foi a entrada do irmão para a escola primária, onde precisava de mais de apoio. Então isso fez-me eu despedir-me do meu trabalho, não só por isso, mas depois porque a identidade patronal quis me deslocar para mais longe, então as duas coisas associadas, fizeram eu me despedir e vim para casa com uma mão à frente e outra atrás.... Estive um mês e meio em casa, sem trabalho, só com o ordenado do pai.” “Tenho fins-de-semana, coisa que não tinha na outra empresa e a experiência é igual...Eu precisava de o deixar ao fim de semana andava sempre tipo, por favor, pode. Andávamos assim, com três é impossível.”</p> <p>Tiago “É assim, por acaso afetou, mas só no sentido em que já tinha dois filhos e sentindo-me na obrigação de conseguir manter um emprego fixo e ter uma boa carreira para dar estabilidade, para não faltar a parte financeira que é importante, com o terceiro acho que veio reforçar mais essa ideia”.</p>

		<p>“Às vezes, as frustrações que nós encontramos no trabalho, pensamos: nós temos de superar isto, vêm dias melhores e temos de manter o emprego... Já têm acontecido situações de chegar a casa e só de ver quando chegam a sorrir e virem logo ter connosco já tudo vale a pena.”</p>
	Estratégias de ajustamento	<p>Rita “[Consegue fazer face aos custos deles, àquilo que eles precisam por ter o apoio do Estado no pagamento da creche] Sim, sim.”</p> <p>Tiago “[Pode-se dizer que a forma como educa os seus filhos, de eles não querem tudo o que veem, é uma ajuda para fazer face às despesas, agora que são mais?]” “Sim, também. Porque uma coisa que custa bastante, tanto a mim como à mãe, é eles quererem uma coisa... e em certas alturas do mês temos de dizer que não, porque não há mesmo hipóteses, porque temos as despesas controladas e sabemos que ainda faltam X dias para acabar o mês. E se surgir, como acontece às vezes, ou um doente e tivermos de recorrer a uma farmácia ou hospital, ficamos logo ali outra vez com as contas baralhadas.”</p>
	Satisfação das necessidades básicas	<p>Rita “Claro, isso sim. Como se costuma dizer, nem que uma pessoa se vire do avesso, mas sim, os básicos vão ter.” [Convicção]</p> <p>Tiago “Nós tentamos e o espero bem que consiga. Só que atualmente, o nível financeiro que o país está, os empregadores e os patrões... eles não facilitam. Ou seja, eles conseguem ver para o lado deles quando as coisas aumentam de preço, mas não conseguem ver para o lado dos empregados que também têm dificuldades e eles não sobem os salários. Ou seja, já estou com o mesmo ordenado há uns anos”</p>
Perceções pessoais	Nível de satisfação/Nível de vida	<p>Rita “Enquanto eram só os meus dois primeiros filhos eu estava noutro trabalho em que não era exigido levantar-me tão cedo porque entrava às 09:00h, mas depois acabava por me ser exigido chegar a casa sempre depois das 20:00h. Logo aí a diferença. Aqui foi a de mudança de horários, porque não ter tempo acaba por ser igual.”</p> <p>Tiago “Normalmente os tempos que temos lá em casa, ou ao fim de semana ficam mais preenchidos. Porque parecendo que não, como ele ainda é bebé exige mais atenção do que os irmãos. Os irmãos já estão numa fase que já brincam sozinhos... e ele não, ele quer e procura... E nesse aspeto ficamos sempre ali, um pouco mais limitados. Como são três, não é fácil também ir para algum lado, mas a bem dizer temos conseguido conjugar bem as coisas.”</p>

Dinâmicas motivacionais	Principais motivações	<p>Rita “As motivações, não tive nenhuma, porque meu terceiro filho apareceu porque ele quis. No terceiro filho, eu descobri que estava grávida às 20 semanas.... Sempre tive motivação para ter dois, sim. Tive o primeiro, foi extremamente difícil, muito, muito difícil. Tanto que a diferença entre eles é de quatro anos. Porque eu estava sempre à espera de que o mais velho melhorasse um bocadinho para eu ter condições psicológicas com um segundo.” [Era uma criança difícil?] “Eu só pensava assim: pior não há de ser, mas pronto se for igual, eu tenho de ter aqui um bocado de psicológico preparado para. Pronto, o segundo foi. O terceiro foi porque ele quis. Foi assim um dissabor bom, mas quando soube, não foi bom.” [Mas que hoje faz todo o sentido.] “Oh sim, faz todo o sentido”</p> <p>Tiago “O André não foi planeado...Eu sempre disse que gostava de ter um terceiro, um quarto ou aliás, até uma menina...Ou seja, apesar de não haver planeamento, eu fiquei bastante contente, bastante satisfeito e parece que há ali uma energia diferente. É qualquer coisa que sabemos que vem uma criança, um bebé vai surgir, vai dar trabalho, sim, a maior parte da noite sem dormir. Os maus bocados passam com um sorriso, uma gargalhada, o levantou e começou a andar. Isso tudo.”</p>
	Dúvidas/ Hesitações	<p>Rita “E às vezes estamos a conversar e eu digo: apesar dele não ser planeado e só ter descoberto às 20 semanas, se tivesse descoberto no início da gravidez não tirava...Nem sequer ponderei ou ponderava essa situação.” [Emoção]</p> <p>Tiago [Não se aplica por não ter sido uma gravidez desejada]</p>
Ser pai/mãe – sentimentos e sensações	Expetativas/ Acréscimos	<p>Rita [Este menino deve ter uma missão especial, veio porque quis.] “Eu acho que ele vai ser o equilíbrio entre os irmãos. Porque eu tenho o mais velho que é a ternura e a meiguice. Tenho o do meio que é o capitão, como eu digo: é o manda, impõe, e tipo não se metam com o meu irmão, porque eu vou lá e chateamo-nos. E ele, ele vai ser ali o equilíbrio entre eles todos. Vai ser a paz, ele é muito risonho para toda a gente, ele é brincalhão, está sempre bem disposto. Eles preenchem todo o vazio que possa haver ou que haja.”</p> <p>Tiago “Mais cabelos brancos. Porque eu vejo os irmãos que são traquinas e eles depois aprendem sempre uns com os outros. Há sempre aquelas malandrices, têm de estar sempre debaixo de olho, mas todos eles têm... um lado muito</p>

		<p>carinhoso. O João, por exemplo, todos os dias quando chego a casa, se já estiver em casa, vem me dar um abraço, vem me dar um beijinho. O Hugo é um bocadinho mais fechado, mas enfim, depois de estar um bocadinho também se liberta, também fala como é que foi o dia. E o André, apesar de ser muito apegado à mãe, mas quando chego se pedir para vir ao meu colo, ele estende logo os braços e o sorriso. Dá um ânimo. E eu penso que ele...vai..."</p> <p>[Só lhe vai trazer coisas boas.] "Sim"</p>
	Significado	<p>Rita "É assim uma coisa... nós olhamos para eles e pensamos: são o terror, dão cabo do juízo, mas ponho-me às vezes a olhar para eles e a rir-me sozinha. Ou até mesmo quando nós andamos mais stressados ou mais chateados com alguma coisa, respiramos fundo, olhamos para eles e pensamos assim: 'nem vale a pena'".</p> <p>Tiago "Significa ter algumas responsabilidades acrescidas. Porque eu na minha juventude, era criança, fiz muitas asneiras. Eu vejo por eles que eu em certas situações era pior.... Vão cair, vão se aleijar, vão-se, mas que saibam, têm ali um conforto, uma proteção. Por vezes avisamos 2,3, 4 vezes e eles têm de cair para aprender [Firmeza]... Agora, eles brincarem, eles caírem, acho que faz parte do crescer. Vamos ter dificuldades toda a vida e eles têm de aprender essas dificuldades, mas têm de aprender onde podem ir buscar apoio. Essa responsabilidade eu sinto. Depois o revés que é a felicidade de quando eles têm um problema, porque se magoaram, ou no caso do 'Hugo' há alguma coisa que se passa na escola, que eles se sintam à vontade para vir falar, para pedir ajuda."</p>
Perspetivas sobre futuras mudanças de vida	Vivências atuais comparadas às expectativas criadas durante a gravidez	<p>Rita "Eu, se fosse por adorar, eu adoro andar grávida. Por mim eu andava sempre grávida.... Eu só tinha a barriga ali para me empatar, porque de resto eu ando bem. Eu imaginava... [Pausa] eu acho que depois de descobrir eu não imaginava nada. A minha preocupação era: vem bem, está bem, vem perfeito, não aconteceu nada e se acontecer será que a culpa é minha porque não sabia e não tinha cuidados" [Mas no primeiro e segundo criou expectativas?] "Sim." [Este já não?] "Este já não. Não, se calhar por causa disso. Não é o não ser programado, é o ter descoberto tanto tempo depois como ele poderia vir ou que sequelas é que poderia ter, devido à não... não é não preocupação, mas ao não saber e ter feito coisas que não devia fazer. Apesar de que é assim, sou muito relaxada na gravidez."</p> <p>Tiago "Não totalmente, porque durante o período de gravidez já criava algumas expectativas do que é que eu iria conseguir ter mais com ele ou nalguma coisa com os outros. O tempo foi passando e quando demos conta já era tarde. Por exemplo, o Miguel foi o primeiro, nós conseguimos dar toda a atenção máxima e pô-lo nas piscinas durante dois</p>

		anos. Quando era bebé tinha sempre de ir acompanhado e eu é que ia sempre com ele. Ainda fez um terceiro ano sozinho, não fez todo porque depois começou a chatear-se. Com o Rafael foi algumas vezes. Ou seja, começou a perder se ali aquilo. Pensei que com o Daniel conseguisse outra vez voltar, mas até agora ainda não conseguimos porque, além do tempo ser limitado, a atenção que fomos dando tem de ser dividida. Tentamos dividir de forma que eles percebam que não há um preferido. Não há, mas consoante a idade, há um ou outro que requer mais atenção.”
	Perceção acerca das principais mudanças	<p>Rita “Agora vai ser tipo, tenho dois quartos, eles já são dois. Onde é que vou pôr um terceiro? Um terceiro, e se for menina, como é que vamos fazer da casa? Mudar de casa é impensável porque não temos orçamento para isso. Se calhar vamos ter de fazer obras em casa.... Nós fazemos obras, dividimos a sala meio e fazemos o quarto para a menina...Mas depois dizia o pai assim: ‘Estás assim para quê? Olha, os ciganos nem sequer têm casa para dormir. Tu tens uma casa, tens um teto, desenrascamo-nos’. Está bem, mas não é a mesma coisa.” “Nós pertencemos a um grupo motard. E antes deles nascerem eu e o pai andávamos muito de moto. Agente corremos Portugal de moto...Deixei de fazer isso, é claro. Eu, quando tenho de ir, não vou de moto, vou de carro...Todos no carro comigo e vamos. Reduzi a quantidade de vezes? Claro que reduzi porque é impensável despachar toda a gente e andar nesta vida de passeio com eles, porque não é fácil. Mas eu continuo a ir e continuo a fazer.”</p> <p>Tiago “Comecei logo a pensar que alguns <i>hobbies</i> eu tinha mesmo de parar. Que ia ter de conseguir conciliar e estar mais tempo em casa, se bem que hoje sinto falta, não só por mim, mas por eles, de estar mais tempo na rua. Como vivemos num apartamento, torna-se tudo muito difícil e stressamos muito. Eles querem liberdade, querem brincar, têm de explorar, fazer asneiras. Num apartamento passamos o tempo a ralar: ‘Não faças isso, não desarrumes aquilo’. E nós, eu e a mãe, fomos criados na vida de campo, rua e terra. Sinto falta e sinto que eles sentem falta, porque quando vamos aos avós, a alegria, a energia, o à-vontade.</p>
	Relação conjugal	<p>Rita “Sim mudou. Ainda muda. Nós, nós como casal, desde que o André nasceu..., por acaso, fomos jantar fora com a minha cunhada na sexta-feira. Só nós, a minha cunhada, e levámos o pequenino.” “Com três é mais difícil. Deixei o mais velho com a minha mãe. O do meio ficou com a madrinha. O pequenino não tinha com quem o deixar. Foi diferente, foi um relaxe.”</p> <p>Tiago “Sim, porque a Rita quando foi do Hugo, foi uma gravidez que em si não foi muito difícil, mas o pós-parto foi. E ela depois ela não conseguiu o leite, não desceu, não ganhou consistência e tivemos de passar para as latas.... Era o primeiro filho e ela foi-se muito abaixo, porque não se achava mãe por não estar a dar de mamar. E depois porque não conseguia dar a assistência que achava que devia dar. Andou ali numa fase [Pausa] muito depressiva. Mas depois recuperou...E na altura da gravidez do André, eu vinha a pensar nessa parte, do tentar dar uma base, um</p>

		<p>apoio, para que ela não se sentisse, caso voltasse a acontecer... novamente que não estava sendo uma boa mãe. E então aí houve uma preocupação de vamos esperar que corra tudo bem.... Porque ela andava sempre preocupada e dizia: 'E vamos ter mais despesas. É mais um filho. Como é que vai ser e mais isto e mais aquilo'. E eu respondia: 'Não te preocupes, a minha irmã tem quatro e deram a volta por cima'".</p> <p>[Digamos, a mudança foi em termos de apoio. Você deu ânimo.]</p> <p>"Sim, porque ela sempre se viu muito preocupada com a parte financeira, não queria faltar com isto, não queria faltar com roupa, faltar com comer. E ela vê isso de uma forma muito intensa... porque depois com isso traz mais frustrações, e essas frustrações cria ali... às vezes dizemos coisas que não queremos."</p> <p>"Mas às vezes só o apoio e tentar dar a volta à situação, não é fácil, no sentido que ela também precisa de, por ela, ter aquele tempo e ter aquela percepção de que não é assim tão difícil. Depois há coisas que eu acho que falta comunicação entre mim e a Rita. Eu não sei o que ela quer fazer e até onde ela quer que eu faça, porque ela não fala. Há coisas que ela diz: 'Não vêes que isto dá para fazer? Vês que está aqui', e eu: 'Está bem, porque é que não dizes? Não sei se queres fazer ou se queres que eu faça'".</p>
Construção identitária	Bebé imaginário	<p>Rita</p> <p>"Pronto era mais a preocupação de será que é perfeito e está bem. E depois é, está bem. Pode haver possibilidade de alguma coisa que não esteja bem. Mas será, será que depois eu tenho a capacidade de pensar: não está bem, mas mesmo que fosse seguida desde o primeiro dia, continuava a não estar bem? Depois é tipo: não, é como for, a culpa não é tua. Eu acho que foi mais um brigar com os meus pensamentos até ao nascer, do que propriamente 'Aí vai ser de olhos azuis, vai ser uma menina, vai ser isto'. Não, não, não me prendi nesses pensamentos. Apesar de ter de fazer ecografia, está bem, vê se os dedos dos pés, vê-se as mãos, não é, mas até ele nascer eu acho que é..." [Aflição]</p> <p>Tiago</p> <p>"Às vezes quando olhava para os outros dois e pensava como será este pirralho agora? Será uma mistura dos dois, será mais à imagem da mãe, mais calmo, mais irrequieto?"</p> <p>[E hoje corresponde àquilo que pensavam?]</p> <p>"Uma parte sim, eu vejo ali que ele é muito parecido com o Hugo em muitas coisas, mas tem ali uma misturazinha e uma ... como é que eu hei-te dizer? maneira atrevida do João... Por exemplo, o Hugo para saltar desta mesa para o chão hesita muitas vezes, o João não, manda-se logo de cabeça... O André ainda está naquela fase de vermos o que vem dali, mas ele arrisca como o João, mas depois tem aquelas partes que precisa de muito carinho como o Hugo. Ou seja, é um bocadinho a mistura dos dois.</p>
	O bebé como uma necessidade interna – o ser completo	<p>Rita</p> <p>"Sim. Se calhar em mim não vai preencher tanto.... Eu acho que ele vem dar paz, não veio preencher, porque é assim, eu gostava de ter uma menina, gostava [Pausa], aliás, eu o meu sonho era ter gémeos, um menino e uma menina. Mas como eu costumo dizer, nasceu o primeiro e eu desisti desse sonho porque foi tão difícil..."</p>

		<p>[Foi complicado. Mesmo assim teve um segundo, porque às vezes querer um segundo ou tomar a decisão de ter um segundo.... Há pais que pensam: “Nem pensar ter um segundo. Durmo mal. Não vou sujeitar-me a isso” e você de qualquer forma arriscou.] “Eu sempre disse mesmo antes de engravidar...” [Independentemente de tudo, nunca ia ficar só com um.] “Nunca ia ficar só com um...eu já era completa, mas agora com este, eu não me imagino sem ele. Se calhar sou mais completa agora, porque apesar de tanto trabalho, e perder a paciência, porque é mesmo assim... quando a chegamos à noite e eles estão a dormir ou começam aí olhamos para isso assim e já não sei viver sem.”</p> <p>Tiago “Eles vêm preencher a nossa vida e vêm completando mais. Ou seja, o André quando nasceu...quando entrou na vida real para este mundo, não veio criar mais uma caixinha, veio juntar àquilo que já tínhamos e dar uma satisfação enorme.... Ou seja, satisfaz-nos, satisfaz-me bastante todos os dias de manhã acordar, e ele está ali e vem, quer aquele encosto, aquele carinho. Então esses pequenos momentos preenchem-nos mais e pensamos ‘como é que eu podia pensar à X anos que tinha a vida toda feita e preenchida?’. E agora é que me sinto completo, realizado.”</p>
<p>Experiências vividas</p>	<p>Perceção sobre o papel paterno e materno</p>	<p>Rita “Não imaginava.” [Não se imaginava mãe de três filhos]</p> <p>“Tiago” “Não imaginava. [Não se imaginava pai de três filhos] ...sempre tive a ideia de ter só um ou dois filhos, ter um casal.” “Onde eu tinha mais receio também pela vida que tive na minha infância, era que faltasse alguma coisa a eles ou de roupa ou de comida ou saúde...Eu tinha a certeza que ia dedicar toda a atenção tudo aquilo que eu pudesse para eles. Tinha receio porque venho de família pobre e eu sei que houve situações que a minha mãe não passou fome, mas comeu menos do que queria para podermos comer. E essa foi uma das coisas que eu sempre batalhei com a Rita para que não viesse a surgir.” [Não faltasse nada aos seus filhos das necessidades básicas.] “Exatamente, por isso é que nós tentamos que eles percebam o que realmente é necessário e o que é que não é.”</p>
	<p>Competências e aprendizagens adquiridas</p>	<p>Rita “Que nós, como mulheres, temos uma capacidade e uma força que não... imaginamos. Mesmo quando dizem ‘Ah, tu consegues’ e nós estamos assim ‘Ah não consigo’. Quando há obstáculos de qualquer maneira nós vamos.... Temos uma capacidade brutal.”</p> <p>Tiago “Eu acho que consigo parar e pensar. No Hugo eu era muito mais repentino, tanto a falar como a repreender.” [Sente-se um homem diferente?]</p>

		<p>“Sim, eu sinto e noto no trabalho que em situações mais frustrantes eu consigo...Nem que seja ‘Olha, vou ali beber água’, esfrio a cabeça e volto. Quando volto tento analisar a situação de outra forma...o André mais veio trazer isso, que é Há coisas que estão fora do nosso controlo e há coisas que nós, por mais que agente fique a pensar e a stressar, temos de nos adaptar.... No André é: ‘está a chorar, tudo bem, vai com calma’. Vamos ver o que é, perceber...Ele comigo relaxa, descontraí. E aí vejo que a calma que vinha tendo com os irmãos, agora facilita-me também com ele. Porque apesar de eles serem pequenos eles notam quando nós estamos stressados, quando estamos calmos.”</p>
	<p>Dificuldades/ Estratégias adaptativas</p>	<p>Rita “Por exemplo, o pai nem sempre está em casa à noite. Eu consigo fazer o jantar, dar de comer ao André, tomar conta dos outros dois. E se for preciso ainda ajudar o mais velho fazer os trabalhos de casa, tudo ao mesmo tempo.” [Sim, conseguiu aprender essa capacidade, essa gestão do tempo. Mas tem dificuldades?] “Oh, claro. Quais são as principais dificuldades? Não sei se se pode dizer assim, mas no meio de tudo, nós conseguimos gerir o tempo. Nós sentimos falta de tempo para eles para brincar com eles, para estar com eles, para relaxar com eles. Sim, sim.” [E consegue ultrapassar essas dificuldades no dia a dia? Consegue arranjar tempo para estar com eles?] “Vamos conseguindo. Não é o tempo que nós queríamos, mas vamos conseguimos.”</p> <p>Tiago “Sim, sinto. Em casa, na parte de gerir alguma coisa que ainda stressa. Tento não transmitir muito a eles, no sentido de ser muito brusco. Eu não gosto de ver muita coisa desarrumada. E eles não conseguem ter nada arrumado...já várias vezes fui ao quarto deles e digo ‘Vamos começar a arrumar isto’. A princípio encara aquilo como uma brincadeira e vai ajudando, mas depois o João.... Depois cansa e facilmente chega lá pega numa caixa que já está quase cheia e vira tudo ao contrário.</p>
	<p>Cansaço e falta de tempo</p>	<p>Rita “[Relativamente aos momentos e tarefas com os filhos, se compensam o cansaço e a falta de tempo] Claro. Sim, compensa, compensa.”</p> <p>Tiago “[Também é da mesma opinião] Sim.”</p>
	<p>Projetos e realizações pessoais por concretizar</p>	<p>Rita “Para já, não. Não é que eu não vá concretizar, que eu só adiei. Mais uns dois aninhos, talvez. Porque não é nada impossível, é só mesmo aqui uma questão de gerir o tempo e depois numa questão financeira...”</p> <p>Tiago “Sim. É mais em termos físicos e desportivos. E com o passar do tempo fica sempre tudo mais difícil. Fazia bicicleta, tanto btt como estrada, praticava capoeira. Tenho um grupo das motos, ou seja, tenho muita coisa para preencher o</p>

		tempo e muitas estão paradas...Mas se calhar, por exemplo, em termos de bicicleta...vi algumas provas que eu gostava de ter treinado e gostava de ter ido. Não vejo que seja impossível, mas vou ter de esperar até eles terem uma idade que me consigam, não é acompanhar porque o nível é outro, mas que eles consigam ter o momento deles, a liberdade deles, estarem sozinhos a brincar na casa dos avós ou...” [Quando eles forem mais autónomos?] “Sim.”
Dinâmica relacional pai/mãe – filhos	Práticas, aptidões e conhecimentos apercebidos como facilitadores	Rita “Se é mais fácil? Não. Eu fui a uma formação onde aprendi uma coisa: nós recebemos e retribuimos o que recebemos. E devido aos feitos, quanto mais fácil for o feito dele mais fácil é para nós retribuirmos, não sei se me estou a explicar. Por exemplo, o Hugo tem um feito mais difícil. Logo, eu tenho de ter uma capacidade maior para lidar com ele...Ele adormece à tarde, faz a sesta. Nós não o podemos acordar, porque isso esponta assim uma birra que nós não conseguimos lidar com ela. Logo, não é o ser mais fácil, ou mais difícil um terceiro. Tem a ver também com eles. O terceiro, janta, acorda, está tudo bem. O mais velho acordamo-lo e temos de ter uma capacidade muito maior para conseguir lidar com ele.” Tiago “Há muita coisa que temos vindo a aprender com os outros e vamos facilitar, mesmo as traquinices deles, porque faz parte. A maior parte, a única dificuldade ou a resiliência, será...cada um tem uma personalidade diferente e nós não podemos moldá-los ao que nós queremos, eles têm a maneira deles.” “Lá está, não é uma dificuldade, mas é uma adaptação à personalidade que ele está a criar e que ele tem. De resto acho que os outros vieram a facilitar o caminho.”
	Perceção sobre o nível preparação para ser pai/mãe de um 3.º filho - experiência 1.º/2.º filhos	Rita “Se calhar acontece com o terceiro nós sermos mais relaxados e sentimos mais à vontade que o primeiro...O terceiro não, a chucha vai ao chão, passa-se na água e está bom. Há estas diferenças.” [Pode dizer-se que se sente mais bem preparada agora com o terceiro do que com os outros.] Tiago “Eu nunca tive problemas desde o Hugo...apesar de ser bebé, em mudar a fralda ou dar banho. E daí para a frente nos outros, a mãe é que faz a maior parte das vezes. Mas se ela disser: ‘Vai trocar a fralda, vai dar banho’”
	Mudanças – relação com o primogénito	Rita “Não, eu acho que não neste sentido, porque eu sempre me esforcei para o envolver em tudo o que eu fazia ou que eu necessitava de fazer com o irmão já para não perder essa ligação. E, por exemplo, estava a dar mama ao irmão, ele vinha, sentava-se ao meu lado e eu, com uma mão livre, passava a mão na cabeça, fazia uma festa na perna. Não posso dar colo, mas posso fazer com que ele esteja ali.”

	<p>Tiago</p> <p>“Torna mais fácil, às vezes eu chamar a atenção de uma forma diferente, dizemos ao Hugo, que é mais velho, de ele parar com algumas brincadeiras, mas como tem os irmãos mais novos, não o deve fazer a frente deles, porque eles vão copiar e vão fazer... Se eu estiver com o André ao colo ou se estiver a brincar na cama, os irmãos vêm, não pelo ciúme, mas pela brincadeira. Se fosse pelo ciúme vinham ter comigo e afastavam o irmão. E ao contrário, eles vêm, querem interagir, querem estar, querem se envolver. Ele [Hugo] sentia que não estava a ter a atenção toda para ele, porque durante quatro anos, era só ele e os pais. Depois aparece o irmão. Tudo bem, ele está ali que é o primeiro momento do primeiro ano. Depois para o segundo ano já começa ‘Já não me levam ali? Já não estão tanto tempo comigo?’ Tanto que é normal entre eles. Brigam muito mais. Mas com o André por perto já são diferentes.”</p>
Perceção acerca da mudança na relação pai/mãe-primogénito	<p>Rita</p> <p>“Eu acho que não. Porque nós, quando foi o terceiro...até acabamos por tentar esforçar-nos mais, a dar mais atenção e, principalmente a ele. Notei que no início houve ali uma maior atenção do pai aos mais velhos. Sim, houve, porque depois tem de ser uma questão de gerirmos, porque entra alguém novo e apesar de tentarmos fazer as rotinas, não é a mesma coisa.”</p> <p>Tiago</p> <p>“O Hugo quer sempre mais atenção.”</p>
Atenção e cuidados aos filhos	<p>Rita</p> <p>“Não é fácil. Eu chamo, eu falo, dou beijos. Eu pensava: ‘Vai buscar isto para o mano, vai buscar aquilo’. Tentamos comunicar, chamar, usar, perguntar, se está tudo bem, tentar ter interesse no que eles estão a fazer para não haver ali aquela quebra, mas não é fácil...Não é fácil porque se vamos a pensar, o irmão com um ano agora tem mais dependência do que quando era bebé. Porque quando era bebé, punha-o ali na caminha e ficava. Agora não.... Só que eu acho que eles agora quanto mais crescidos estão, mais percebem, porque eles percebem, que eu gosto muito deles, dou atenção aos dois, mas o irmão tem de ser de maneira diferente, porque o irmão é pequenino.”</p> <p>Tiago</p> <p>“Tentamos dividir de forma que eles percebam que não há um preferido. Não há, mas consoante a idade, há um ou outro que requer mais atenção. Sim, sim. Eu tinha mais receio e tinha mais esse pensamento em relação ao João, por ter uma idade muito mais próxima, e eu pensar que como a mãe tinha de estar sempre mais presente com o bebé, recém-nascido. Eu teria de libertar muito mais atenção para o João e não deixando o Hugo de parte. Porque ele como é mais velho compreende as coisas de outra forma...O Hugo requer mais atenção...O João, para ele arranja-se uma brincadeira, uma distração para ele e fica satisfeito. O Hugo não tem outra maneira de ver, outro pensamento. Ele sempre foi muito mais recatado, mais sentimental. Ele qualquer coisa choraminga, chora. O irmão nesse aspeto não tem nada a ver. Ele cai, vai ver, tem um joelho esfolado e com sangue. Sacode a areia e está tudo bem. O Hugo... ‘mas não tens aqui nada’ e ele responde, ‘mas está-me a doer’. É um filme.”</p>

	<p>Diminuição da relação única e especial com o primogénito</p>	<p>Rita “Acho que não. Se calhar, se formos perguntar, ele se calhar nota, mas na minha perspetiva não, porque eu tentei que não acontecesse.”</p> <p>Tiago “Eu acho que veio unir mais”.</p>
	<p>Prática de atividades com os filhos</p>	<p>Rita “Sim, tento.”</p> <p>Tiago “Hum... Algumas. Às vezes, sinto mais falta de andar pela rua, de ir ao jardim. Tento pô-los a andar mais de bicicleta.”</p>
	<p>Exigências do primogénito/ 2.º filho em relação aos pais</p>	<p>Rita “Exigem. Eu acho que é por tudo. Porque existe um outro. Porque se calhar, o tempo, como são três, tem de ser mais dividido para calhar a todos. Porque eu acho que cada um deles está numa fase diferente. O irmão mais velho que entrou este ano para a primária exige porque foi para um mundo totalmente diferente, e ele não gosta de grandes mudanças e para ele foi uma mudança radical. O do meio chama a atenção porque anda naquela fase de já sou crescido, mas dá-me aí colo.”</p> <p>Tiago “Eu acho que não. Às vezes tem muito a ver com uma questão de personalidade porque eles são todos diferentes.”</p>
	<p>Comportamentos de dependência e de independência</p>	<p>Rita “eu tenho uma experiência muito boa, que o meu mais velho deixou a fralda com a vinda do irmão, e tudo indica e por norma, não é isso que acontece: quando vem um irmão eles regridem. E na minha situação ele deixou porque quis.”</p> <p>[Que é que isso significa para ele? Se calhar quis provar alguma coisa.] “Eu acho que de uma forma não pensada, imatura: ‘sou crescido e agora vou ajudar a minha mãe e ela já não vai perder tempo comigo a pôr-me a fralda’...E ele chegou ao pé de mim e disse: ‘Mãe já vesti o pijama’, ‘Puseste a fralda filho?’...E ele: ‘Ó mãe não quero usar fralda’ E eu: ‘Tens a certeza?’ E ele: ‘Sim, não vou usar mais’. Disse-lhe, ‘Mas vais fazer xixi na cama’. E ele: ‘Não mãe’. Andámos nisto durante um ano.... Porque ele é um menino que não pode ser acordado. E se ele for acordado, aquilo entra numa espiral tal de stress, de birra que nós depois também não conseguimos controlar.... Então levámos um ano a ele conseguir autocontrolar-se.... É bom olharmos para eles e apesar das dificuldades e das idades, o mais velho, apesar de ter sete anos, são só sete anos.... É bom vê-los crescer e poderem ser mais autónomos, mais independentes.”</p> <p>“[Não notou nenhum comportamento diferente dos filhos em relação ao pai] Não, nunca.”</p> <p>Tiago</p>

		<p>“Pede tudo à mãe, podemos estar à mesa e a mãe estar na outra ponta da mesa e pede à mãe.”</p> <p>Rita “O do meio é assim, tem momentos que ora, está bem, em outros momentos que se nota, vou ali sentar-me, fazer-lhe umas festas no cabelo, pronto. O mais velho, depende. É da necessidade, por exemplo: se tiver tudo bem, se a gente ao final do dia quando vem da escola, se já tivermos conversado um bocadinho e eu perguntar como foi o dia, o que é que aconteceu, já não... Se por acaso, é o pai que vai buscar e nós ainda não tivemos aqueles minutos de conversa, já se nota que vem para o pé de mim.”</p> <p>Tiago “Por vezes já tenho reparado que tanto o João como o Hugo param ali um bocadinho, ficam a olhar, a tentar filtrar o que é que se está a passar...quando eu noto que eles pararam, tento chamá-los à atenção para os envolver na brincadeira. Mas, vêm calmamente, às vezes não querem, ficam ali.”</p>
Dinâmica entre irmãos	Preparação do primogénito para a chegada do irmão	<p>Rita “É assim, o do meio não preparámos porque ele...ainda nem tinha um ano. Agora o mais velho, dissemos...não foi uma questão de preparar porque eu acho que foi uma questão de ‘filho, a mãe está grávida, mas pode não ser uma mana’. O problema não era preparar que a mãe estava grávida, era preparar que pode não ser uma mana.” [Como é que reagiu por não ser uma mana?] “É assim, reagiu bem, mas sempre que lhe perguntavam ao início, ele dizia que era uma mana.” [Mesmo depois dele saber o sexo dizia que era uma mana?] “Sim, sim. Não é um reagir mal ou não querer. Ele levou um tempinho a interiorizar que era um irmão.”</p> <p>Tiago “Sim, mais o Hugo. O João na altura tinha um ano, não tinha perceção disso, mas tentávamos dizer à mesma ‘olha que a barriga da mãe... vem um mano’. Do Hugo aqui tivemos de requerer um pouco mais de atenção...Quando soube que vinha o ‘André’, quando começa a ver barriga crescer e aquele desenvolvimento que já tinha visto do irmão, ele começou a ficar... tanto que ele dizia: ‘Mas é mais um? Tenho de dividir? Mas é uma menina?’. Não, é um menino’. Parece que sentia que ia perder...”</p>
	Importância do desempenho de irmão mais velho	<p>Rita “Por iniciativa dele [Hugo], e porque também o incentivo e o puxo para ele. Porque eu acho que nós ao juntá-los nas tarefas, eles sentem-se bem. E acho que cresce um amor maior entre eles. Porque nós estamos a ajudar.” “Ainda ontem, por exemplo, o pai saiu, jantámos sozinhos, aliás, jantaram eles, porque dada a situação eu nunca janto com eles. Quando janto [Riu-se]. Arranjei a sopa para o irmão [André], e disse assim: ‘Ó filho [Hugo], dás colheradas pequeninas ao mano quando ele abrir a boa e a mãe vai arranjado o comer para o mano [João], está bem?’ E ele acabou por dar a sopa praticamente todo ao irmão. E ainda hoje de manhã...o pai perguntou: ‘Olha lá, o que é que fizeste ontem?’ Porque o pai quando chegou eles já estavam a dormir. E ele todo entusiasmado: ‘Dei a</p>

		<p>sopa ao mano e arrumei o quarto com a mãe'...Eu acho que ele se sente bem, sente-se importante...ainda se sente mais realizado.”</p> <p>Tiago “O Hugo sente a responsabilidade. Sente que tem de estar ali, tem de estar com atenção. Está sempre a avisar-nos. ‘Ó mãe, olha o mano [André]’; ‘O [João] está a fazer isto’; ‘Olha, acho que o ‘André’ pôs qualquer coisa na boca.’...há ali uma preocupação. O [João] acho que ainda vê o André como ser mais para brincar um bocadinho”</p>
	Relação entre irmãos	<p>Rita O meu João é mais assim: vai buscar a chucha e tem a preocupação de dar para o irmão. Eu vou pô-los à creche de manhã e as chuchas ficam sempre comigo...A primeira preocupação que ele tem, porque eu vou buscá-los. Pega primeiro na chucha do André para lhe dar e só depois é que vai buscar a dele...se calhar, porque nós também tentamos inculir que temos de partilhar.”</p> <p>Tiago “Mas eles protegem-se uns aos outros, mas tanto estão bem como zangados.”</p>
Dinâmica conjugal	Percurso conjugal – impactos e mudanças	<p>Rita” “Mudou, claro que mudou, mudou porque nós necessitamos tempo como casal, que é mesmo assim, claro. Deixamos de o ter.”</p> <p>Tiago “Sim [Desânimo], várias, principalmente na parte das noites, do dormir. Além das noites mal dormidas era... O João está num quarto com o Hugo e eles, tanto um como outro, mas mais o João tem dificuldade, às vezes, em adormecer. E então ou eu ou a Rita vamos lá adormecê-los...E muitas vezes eu acabo por adormecê-los e adormeço junto...Às vezes também é porque, agora já não tanto, mas no inverno eu adormecia-os, depois eu ia para a cama, depois o André acordava, queria mamar. Eu não dormia. Depois era o João, que chorava ou porque queria água ou perdeu a chucha ou não sei o quê. Para andar a noite toda para trás e para a frente antes quero ficar ali.... Portanto, e essa foi a minha mudança.”</p>
	Simbolismo do amor conjugal	<p>Rita “Oh sim. Posso dizer que sim.... Eu acho que não fez reafirmar nada. Vem dizer: ‘Apesar das dificuldades eu só venho provar que vocês conseguem. E estou cá para isso, para perceberem, para verem que, apesar das dificuldades’.</p> <p>[Os dois juntos conseguem.] “E de separação, entre aspas, do casal, acaba por haver uma separação.”</p> <p>Tiago</p>

		<p>“Sim. O que eu acho na nossa relação e que se perdeu um bocadinho é o diálogo. Não temos tempo para falar um do outro. Fala-se das crianças, fala-se do trabalho e a seguir já estamos a dormir, porque estamos exaustos. O diálogo e o tempo só os dois.”</p>
	Gestão da relação/ momentos a dois	<p>Rita “Com três filhos não.” [Não é só na intimidade, nem que seja ao final do dia ou à noite sentarem-se um bocadinho no sofá.] “Não, porque como eu já disse o cansaço é muito. Quando chegamos ao final da noite, vamos deitá-los. O mais velho já se deita sozinho, o do meio precisa que nós vamos um bocadinho ao pé dele. Então, ao final da noite, é o pai fica no sofá com o mais novo, porque se for no colo da mãe briga e briga. Se for no colo do pai, dois minutos e está quase a dormir. Eu vou adormecer o do meio, entretanto o que é que acontece? Lá fico e depois acordo uma hora e tal depois. Se tiver alguma coisa para fazer, vou fazer. Se não, vou direito para a cama. Quase do tipo ‘Nem sequer fales para mim que é para dormirmos um bocadinho’. Não deveria ser, mas é.”</p> <p>Tiago “Por exemplo, o simples facto se nós chegamos a casa por volta das 17:30/18:00h... Se tivermos, que não é fácil, uma hora só os dois em casa e só depois vamos buscá-los, há logo ali outra dinâmica, outra relação. Ou seja, se agente conseguisse ter todos os dias uma ou duas horas para depois conversar do trabalho, libertar um bocado, só agente os dois sem ter ali a confusão das crianças, conseguia-se andar mais friamente, ou seja, cabeça mais livre, porque infelizmente os stresses que apanhamos fora, trazemos todos para casa. Depois, às vezes, andamos às turras um com o outro por coisas que nem seque têm nada a ver.”</p>
	Sexualidade	<p>Rita “E depois em casa como casal, a parte privada também. Porque passar tantas noites mal dormidas que acabamos por desleixar, se é que podemos usar essa palavra é assim, não é que a gente não saiba que isso não deve acontecer e que nos vamos esforçar. Mas é assim com três filhos e o mais velho com sete anos... e eu não sei o que é dormir uma noite inteira seguida. É desgastante. Por mais que nos esforcemos, nunca mais conseguimos.”</p>
Perspetivas futuras	Capacidade de proporcionar um projeto de vida	<p>Rita “Vou tentar, mas não, porque supondo que vão os três para a universidade, como as coisas estão hoje em dia não vou conseguir suportar os três na universidade. Posso dar o apoio, sim. Mas agora, suportar na íntegra os três na universidade, não. Porque nós não temos uma vida financeira com essa capacidade. Mas eles também estão a crescer, no sentido e já estão a ser ensinados... eu acho que é um exemplo muito simples, mas que faz muito diferença. O meu mais velho que adora sushi, e ele já percebeu que nem sempre pode comer. E então eu às vezes ‘Ó filho o que queres para o jantar?’ E ele diz-me ‘Hoje quero sushi’ e eu ‘Ó filho hoje não pode ser’ e ele diz ‘Não tens dinheiro, não recebeste?’ ‘Não, quando a mãe receber’. Depois, ele às vezes passado uns dias, volta a fazer a pergunta se pode ser sushi. E pergunta ‘Mãe, tu já recebeste? É que assim já podia ser sushi’. Se eu disser: ‘Filho, não pode ser porque ainda temos contas para pagar’, só depois é que ele aceita. Ele quando pergunta já tem o</p>

		<p>cuidado de: ‘Podemos? Há dinheiro?’. Nós ensinamos a ele que é o mais velho e já percebe. Mas tentamos ensinar aos três que não pode ser sempre que nós queremos.”</p> <p>Tiago “Isso acho que consigo...Eu sei que devido às dificuldades que temos todos os dias, eu não tenho nem eu nem a ‘Rita’, um salário que agente possa dizer que estamos descansados...Não. O que nós sabemos que temos de fazer é: quando chegar a altura, eles têm de começar a fazer a parte deles.... Conjugarem os estudos com um part-time...Mas eu sei que as propinas e as despesas todas que se têm, e se tiverem de ir estudar para outra cidade, tudo isso vai criar ali uma dificuldade que sinto medo de não conseguir ajudar o suficiente. Não só para eles se sentirem realizados, mas para ir além dos sonhos que eles têm e que eles possam vir a ter, e de ter uma vida estável.”</p>
	Motivação para um outro filho	<p>Rita “Não. Porque acho que o ter ou não ter filhos tem a ver com o psicológico. Não só com o financeiro. Sim, que também conta muito. Mas eu, como costume dizer, eu até podia ter muito dinheiro, mas não sei porquê, não queria ter mais filhos. Porque se calhar, porque acho que o tempo que eu disponibilizo para eles não é suficiente.”</p> <p>“Tiago” “Gostava de ir...” [Riu-se] [À menina? E acha que era viável?] “Eu acho que sim...porque costumamos dizer onde comem dois comem três, põe-se mais um bocado de água na sopa e chega. Mas na realidade sabemos que não é assim.”</p>
	N.º de filhos/Qualidade de vida	<p>Rita [Prefere ter menos e dar melhor qualidade de vida, mais tempo aos seus filhos?] “Mais tempo de afetos, não mais tempo por questões monetárias.”</p> <p>Tiago “Aí tinha de fazer alterações. Eu sempre fui um bocadinho ter os pés assentes na terra. E se calhar, por isso é que ainda não arrisquei... já tive algumas propostas de trabalho para fora. E eu disse que se fosse na altura que eramos só eu e a ‘Rita’ íamos os dois, se calhar tinha arriscado. Agora, a partir do momento em que começaram a surgir os filhos não quero correr o risco que haja qualquer coisa que corra mal, porque se for só eu e a Rita de uma forma ou de outra damos a volta por cima. Vai procurar trabalho aqui ou ali.”</p>
	Mudanças	<p>Rita “Tínhamos de mudar drasticamente tudo.”</p> <p>Tiago</p>

		<p>Tiago “Passa tudo tão rápido. Além de andarmos sempre a correr...exige também que eu me dedique mais ao trabalho... Porque, por exemplo, se eu vejo outros que não dão a mínima importância, não fazem horas ao sábado, nem nada...o horário só. E eu já me tenho esforçado ‘Se andar estas horas, finalmente consigo dar mais isto ou mais aquilo para eles’. Essa parte talvez a mais negativa... Agora, o que importa para mim é a família.” “Agora, as partes boas, é o convívio com eles...É a melhor coisa, é os pequenos momentos.” “A Rita costuma dizer que eu tenho uma garagem cheia de sonhos. É motos, bicicletas, canas de pesca, aparelhos de musculação.... Enquanto tiver isto, vai dar para eles. Mais outra coisa que vem da minha infância. Os meus pais separaram-se e passados uns bons anos, o meu pai acabou por vender o terreno que era dos pais dele. Da parte da herança do meu pai não tenho nada..., mas uma das coisas que mais me magoou foi que perdi a casa onde foi a minha infância. Onde os meus avós, quando eu chegava lá, olhava para as paredes e via-os. E para eles quero deixar qualquer coisa. Eu quero que eles sintam que têm ali um canto onde começaram a brincar e depois começaram a ter uma vida e a ter ali umas recordações. Que é deles, é uma herança. Mesmo que não seja material, mas as lembranças boas vêm às vezes através dessas pequenas coisas.” “Aí, [o que faria talvez diferente], tinha arriscado mais enquanto era só eu e a Rita para lutar e ter uma vivenda.” [Tinha outra qualidade de vida para dar aos seus filhos.] “Sim, sim.”</p>
Agradecimentos		<p>Rita [Vamos finalizar a entrevista. Muito obrigada, gostei muito, mesmo.] “Obrigada, eu.” Tiago [Vamos dar por finalizada. Muito obrigada, gostei muito. É daquelas entrevistas que saio daqui com lições de vida...aprendemos sempre muita coisa e fazemos a pessoa reviver e relembrar muita coisa. E são histórias de vida que têm muito significado e são privadas, como sabe fica guardado, principalmente cá dentro.] “Sim.” [Muito obrigado.] “Obrigado, eu.”</p>
Perfil dos entrevistados	Idade	Pai: 41 Mãe: 36
	Estado civil	Pai: Casado Mãe: Casada
	Residência atual	Distrito de Santarém
	N.º de anos de estudo	Tiago: 10 Rita: 9

	Profissão	Tiago: Operadores de instalações e máquinas e trabalhadores da montagem – Serralheiro Rita: Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores – Assistente Administrativa
	Estatuto laboral	Tiago: Empregado Rita: Empregada
	Filhos em comum do casal	1

Grelha de Análise de Conteúdo
Referência: Guião de Entrevista aos pais de 3.º filho.

DIMENSÃO	SUBDIMENSÃO	CONTEÚDO
Casal 6 – Pais do bebé Duarte		
Contexto sociofamiliar	Agregado familiar	<p>Marta</p> <p>“Cinco pessoas. Depois temos dois gatinhos, portanto, já vai em sete.... No entanto, os manos mais velhos acabam por estar uma semana comigo, uma semana com o pai. 11 anos, o do meio tem 9, e o mais pequenino tem 23 meses.”</p> <p>“Dois são de uma antiga relação que eu tive e agora estamos com guarda partilhada, e este terceiro filho.”</p> <p>[E a semana coincide sempre? Vão os dois na mesma semana?]</p> <p>“Sim. Vão os dois na mesma semana.”</p>
	Rotinas diárias	<p>Marta</p> <p>“Nós acordamos por volta das 06:30/07:00h. Começamos logo por despachar os mais velhos. Isto na semana que temos os mais velhos, porque o mais velho entra às 08:30h.... Ou seja, é mandá-los vestir, tomar o pequeno-almoço, lavar dentes. Entretanto anda o pequenino que já acordou às 06:30h ou às 06:00h a passear pela casa e a querer fazer barulho. Damos-lhe o pequeno-almoço também.”</p> <p>“Normalmente é o meu marido que vai levar os mais velhos, para que eu possa ficar a despachar o mais pequenino...Ou seja, o meu marido deixa os mais velhos e segue para o trabalho. Eu vou levar o pequenino e sigo para o meu trabalho.”</p> <p>“Depois ao final do dia, depende dos horários do mais velho, porque o mais velho, a maior parte dos dias não tem aulas à tarde...Por exemplo, a segunda-feira é um dia que ele não tem aulas à tarde e eu tenho de conciliar. Ou ele ir para casa dos meus sogros, ou ir para casa da minha mãe.... À terça-feira ele tem explicação, já sai um bocadinho mais tarde. O do meio sai sempre às 17:30h e o mais pequenino nós podemos ir buscá-lo até às 18:30h. Por norma, o que o meu marido faz é: vai buscar o do meio e 17:45/18:00h agarramos o outro, onde está o mais velho, porque eu dado à profissão que tenho, tenho os horários mais oscilantes. Não quer dizer que não haja dias que eu os vá buscar, mas acaba por ser maioritariamente o meu marido a fazer a recolha ao final do dia. À terça e quinta temos o karaté. Ao sábado tínhamos a piscina do pequenito, mas, entretanto, saiu por questões de saúde.”</p>

	<p>[À noite o jantar...] “À noite, os jantares, por norma, ainda fazem primeiro os trabalhos. Depois tomam banho, jantamos. Há dias que dá para um bocadinho de televisão, outros dias não, porque andamos sempre a 3 mil à hora.... Acaba tudo por ser muito à pressa.... Tentamos que eles cumpram aqueles horários de dormir. E o Dinis acaba por ter sempre 50 mil problemas até adormecer, no sentido de dói-me a cabeça, dói-me o ouvido, amanhã estou nervoso com o teste...E temos o mais pequenino para adormecer também. O nosso problema com o pequenino não é adormecer, é manter a noite. Nós não sabemos o que é uma noite bem dormida por inteiro, a não ser nos dias em que ele vai ficar em casa da avó.</p> <p>[E nas semanas em que os dois mais velhos não estão, é mais calmo aqui em casa?] “É mais calmo, sim. Mais tranquilo. Não há aquela logística de ter de ir buscá-los.”</p> <p>[Ao fim de semana a rotina é diferente?] “É diferente. Por mais que tentemos manter as rotinas dos colégios, é complicado porque eles almoçam às 11:00h.... Quando ele era mais pequenino, mais bebé, ok, nós tínhamos a sopa preparada, nós dávamos-lhe às 11:00h. Atualmente já não, ele tem a perfeita consciência que está na hora de almoço vamos para a mesa. Ele próprio já vem sentar-se à mesa porque vamos almoçar ou vamos jantar. Acaba por ser diferente.” “Às vezes [no colégio] chegamos e dizem: ‘Hoje foi uma noite difícil!’. Ele muitas vezes custa a adormecer, mas depois é o último a acordar. E mesmo elas no colégio referem isso. Que ele é um miúdo desafiador.... É um miúdo com muita energia.”</p> <p>[E ao fim de semana a energia mantém-se?] “Mantém. Ele tem as pilhas. Tem de gastar o último pormenor da pilha para adormecer. Às vezes está perdido de sono, tentamos deitar-nos com ele, dar-lhe leite, músicas relaxantes para dormir e ele nada. Às vezes damos com ele encostado no sofá, assim, porque acabou por cair no sono, exausto.”</p> <p>Nuno “Nós temos rotinas diferentes, quando os mais velhos estão na nossa semana ou na semana do pai. Quando estão na nossa semana,...06:00/06:30h, normalmente eu acordo ou a Marta. Normalmente, sou sempre o primeiro a acordar. Começo por orientar as lancheiras, pequenos-almoços. O pequenito já anda a passear pela casa a fazer barulho e a pedir para ligar a televisão. Os mais velhos começarem a tomar banho e despachem-se. A Marta já está a despachar-se... Eu saio mais cedo, porque o Dinis entra às 08:30h...O do meio, entra às 09:00h e normalmente deixo-o às 08:45h aqui em S. Domingos, que está no terceiro ano e sigo diretamente para o trabalho.” “A Marta já está despachada, agarra no pequeno, muda-lhe a fralda. Entretanto quando dou o pequeno-almoço aos mais velhos, o pequenito senta-se à mesa...habitualmente dou-lhe um iogurte, ou quer o leite dele, ou muitas vezes estou a comer cereais e ele come os cereais comigo, e aquilo marcha tudo. O pequeno gosta de sentir que faz o mesmo que nós. Os mais velhos gostam de estar ao pé dele e corre tudo bem. Acabam de se despachar e quando saio com os mais velhos, ela agarra no pequeno e despacha-o. Como ela trabalha perto...acaba por levar o ‘Duarte’ ao colégio e vai trabalhar. Enquanto isso, eu já fiz a ronda da distribuição dos mais velhos [Riu-se] e vou trabalhar.”</p>
--	--

		<p>“Na semana em que os mais velhos não estão, acordamos 20 minutos mais tarde, mas o mais pequeno já anda pela casa. Só não temos a rotina dos mais velhos.... Com os mais velhos cá, terças e quintas temos karaté. Dependendo dos horários da Marta ou dos meus, se a Marta conseguir vai ela buscar, neste caso o Raúl que sai às 17:30h.... Normalmente o Dinis não tem aulas à tarde, tirando a explicação ou alguma atividade. Ou fica com os meus pais, ou fica no trabalho da Marta (quando sai vai lá ter porque é relativamente perto), ou fica com a mãe da ‘Marta’. Fazemos assim esta gestão.</p> <p>[E à noite, o jantar, a logística dos banhos, isso tudo?]</p> <p>“O mais velho e o do meio já tomam banho sozinhos. Só temos de orientar toalhas, pijamas e roupa para o dia seguinte...O Duarte ou está a brincar ou a ver televisão, entretém-se ou anda atrás de nós, porque ele é um bebé mais exigente. Requer mais atenção, neste caso por ser bebé requer essa atenção extra. Entretanto, eu ou a Marta iniciamos o jantar...21:30h os mais velhos lavam os dentes, chichi e cama.... Com o Duarte também tentamos ter com ele essa rotina. 21:30/21:45h, embora em alguns dias tenha mais pilhas e estende-se mais nas horas.</p>
	<p>Partilha de responsabilidades</p>	<p>Marta</p> <p>“[Relativamente à participação do marido na gestão das tarefas diárias] <i>Sim</i>. Ajuda-me muito. Tanto na logística com os pequenos, como em casa. Eu faço o jantar, ele põe a loiça na máquina. “</p> <p>Nuno</p> <p>“Tentamos. Faço questão de ajudar...Nem faz sentido aquele ditado antigo que ‘o homem serve para trabalhar e a mulher para fazer as coisas em casa’. Não. Ambos fazemos tudo.... Eu faço questão de ajudar e gosto mesmo de colaborar nessa parte...A casa limpa-se a dois, a cozinha limpa-se a dois, cozinha-se para dois. Cozinha-se para cinco, mas somos os dois adultos, estamos cá, temos de fazer as coisas em comum.... Para mim só funciona assim.”</p> <p>“Podia dormir um pouco melhor...Tenho noção que a Marta vai mais vezes ao pé dele do que eu. É uma das coisas que eu batalho com ela. ‘Eu estou aqui, também existo, também sou pai, também tenho essa obrigação’, independentemente de ela dizer: ‘Tu precisas de descansar’, mas ‘precisamos os dois, por isso vamos repartir’”.</p>
	<p>Tempos livres</p>	<p>Marta</p> <p>“Não. E isso é algo que nós batalhamos todos os dias, porque é trabalho, trabalho, trabalho. É miúdos, miúdos, miúdos e nós ficamos à parte. Não há nada que eu tenha deixado de fazer especificamente por ele. O que eu sinto falta muito neste momento é tempo para mim, nem que seja para estar no sofá, sossegada com os fones nos ouvidos a ouvir música. Só eu, sem miúdos.”</p> <p>[Antes do Duarte nascer fazia isso?]</p> <p>“Fazia. Os miúdos mais velhos já se entendem, já estão a jogar, ou outra atividade deles. Consigo quando ele está em casa da avó, ou quando por exemplo eu tiro folga e ele está no colégio. Tem sido complicado, porque eu estou em casa ao sábado ou ao domingo, raramente tiro folga durante a semana. E eu sei que preciso de descansar, preciso de dormir. Temos o casamento a aproximar-se, preciso de tempo para mim e não consigo ter. [Casaram recentemente pelo civil, irão fazer a cerimónia dia 10 de Junho de 2023].</p>

		<p>Nuno “Tento ter tempo para mim, sim. Há pequenos momentos que tenho para mim. Claro que tenho menos desde que o Duarte nasceu. Tanto eu como a minha mulher temos menos, mas posso dizer que sim. Não estou triste nem insatisfeito. Não tenho muitos <i>hobbies</i>. Gosto de estar mais sossegado, a ver um filme. Tenho o meu computador, é certo, porque a minha profissão é esta. Sim, admito, que ao domingo, os miúdos estão descansados, a seguir ao almoço o Duarte habitualmente descansa um bocadinho, fazer a sesta. Os mais velhos estão a orientar as coisas para ir para casa do pai, ou seja, o que for. A Marta está a ver um filme e eu sento-me e vou jogar um bocadinho os meus jogos. Mas não o faço mais vezes, porque não acho necessidade.”</p>
Contexto económico e profissional	Alteração da situação económica	<p>Marta “Sim. E o que eu recebi de licença de maternidade da Segurança Social, foi muito pouco. Senti que o meu marido estava sobrecarregado. Tínhamos uma casa a pagar imenso, eu estava em casa...eu recebi cerca de 200€ de licença de maternidade.... Ok, dá para pagar isto ou aquilo, mas não dá para mais nada.... Ficámos com ele até aos cinco meses.”</p> <p>Nuno “A vinda de um bebé altera sempre. É mais fraldas. Que esteja arrependido não. Voltava a fazer o percurso igual neste momento. Temos sempre de ajustar as nossas contas, equilibrar as despesas.”</p>
	Alteração na situação profissional	<p>Marta “Porque eu sou trabalhadora independente. O facto de ter engravidado, eu trabalhei até ao último dia de ir para a maternidade, mas não conseguia fazer coisas que fazia nos três/quatro primeiros meses. Tive de arranjar alguém que estivesse comigo no gabinete para poder fazer esses serviços. Quando eu vim para casa, eu de todo ia ao trabalho, só mesmo em circunstâncias para ver se estava tudo bem.” “Depois aos cinco meses quando eu regressei [ao trabalho] faltavam-me clientes...Foi complicado...Foi quando eu comecei a pensar arranjar um espaço, porque estava a trabalhar num apartamento alugado. Foi quando surgiu a hipótese de ir para o espaço onde estou agora, e agora graças a Deus, estou estável, estou bem. Tenho uma carteira de clientes.”</p> <p>Nuno “Não influenciou, por uma razão que eu posso dizer: tenho o melhor chefe do mundo. E digo, aliás, eu não tenho um chefe, tenho um líder...e me dá carta-branca para eu fazer o meu trabalho à vontade.... Dou-lhe um exemplo prático. O meu horário é das 09:00h às 18:00h, eu nunca consigo sair às 18:00h...Muitas vezes tenho de ficar a tarde em casa, porque o Dinis saiu mais cedo. E chego ao pé dele ‘Olhe, eu preciso de sair mais cedo, porque o Dinis sai mais cedo ou porque teve um furo’. ‘Ok, tudo bem’. Porque ele também sabe, se precisar de me ligar às 21:00h ou às 02:00h eu atendo e resolvo...Ele quando precisa que eu vá trabalhar um domingo, como já aconteceu domingo passado.... Posso dizer que não tive atrapalhação ou não tive problema no trabalho com o nascimento do Duarte,</p>

		pelo contrário. O meu chefe dá-me força e dá-me garra para que eu consiga tanto a parte familiar como a parte profissional, e poder progredir.
	Estratégias de ajustamento	<p>Marta “Vamos gerindo. Se não conseguimos fazer este mês, fazemos no próximo.”</p> <p>Nuno “Em termos práticos, em vez de irmos jantar fora todos os meses, vamos de dois em dois meses, para tentarmos conciliar. Se estou insatisfeito com isso? Não. Pelo contrário. Voltava a fazer todo o percurso igual, mas temos de fazer esses reajustes.”</p>
	Satisfação das necessidades básicas	<p>Marta “Ainda agora o mais velho teve de ir ao dermatologista, e fomos. Pode não ser este mês, pode ser o mês que vem, mas conseguimos equilibrar as coisas.”</p> <p>Nuno “Como pai vou ter de conseguir e penso que vou conseguir. Claro que sim. Poderemos ter de ajustar, em vez de ir à terapia este mês, ou ao invés de ir à consulta, vamos mais para o fim do mês...Mas sim, vamos acreditar que sim. Faço disso um objetivo diário para que aconteça.” [Convicção]</p>
Perceções pessoais	Nível de satisfação/Nível de vida	<p>Marta “São alturas diferentes das nossas vidas, não pelo nascimento, mas por uma questão de logística. Nós antes do Duarte estávamos numa casa, agora estamos noutra. E a casa onde nós estávamos consumia-nos muito: a nível de logística, de pagamento, de tudo. Era uma casa que eu não limpava num sábado, era um fim-de-semana inteiro e nunca estava limpa. Era uma moradia. E quando nós viemos para esta casa no fim do Duarte já ter nascido, isso mudou. Consigo ao sábado fazer a limpeza e ao domingo conseguir usufruir com eles. Ontem à noite fizemos umas pizzas e estivemos no sofá a jogar e a ver um filme. Isso hoje é possível, na altura não era. Independentemente de termos o Duarte, nós conseguimos agilizar melhor agora do que na altura. Por uma questão de casa. [Considera que o seu nível de vida agora é melhor a nível de satisfação?] “Sim, porque na altura não conseguíamos, mesmo sem o Duarte, tirar um dia para ir jantar fora e agora conseguimos. E temos mais um filho.” [Consegue por causa dos mais velhos.] “E da guarda partilhada.”</p> <p>Nuno “Antes de nascer o Duarte eu não sabia o que ser pai realmente. A definição de pai para mim mudou. Sinto-me uma pessoa bem mais realizada. A Marta deu-me essa alegria, independentemente de eu ser só pai do Duarte, eu sinto-me pai dos três. Como gosto do Duarte, gosto dos outros dois. Gosto dos três da mesma forma.”</p>

		<p>“Gosto muito do Raúl...só porque eu nunca tinha lidado com uma criança com patologia de autismo... Identificava-me muito com ele...Eu próprio acabei por ler muito sobre o que era um autista, o que não era, como funcionava a cabeça de um autista. Um médico uma vez disse numa reportagem ‘Cada humano tem um bocadinho de autismo dentro de si’. Uns quase não se nota, noutros nota-se mais. Mas é engraçado, eu desde sempre que simpatizei muito com o Raúl e tenho uma ligação bastante forte com ele, não desfazendo, gosto muito do Dinis..., mas sinto-me bem mais realizado.”</p>
Dinâmicas motivacionais	Principais motivações	<p>Marta “Eu acho que primeiro que nada, pelo facto de o meu marido ser um bom pai. Quando eu digo um bom pai, atenção, eles têm um pai e uma coisa não substitui a outra. Mas ele tem uma grande ligação com os meus filhos. O facto de não ter filhos e eu gostava de ter outro bebé. Inicialmente dizia que não, que não queria ter mais filhos e que nunca mais me ia passar isso pela cabeça, mas depois começamos a ver os bebés, a ver os amigos... e tinha necessidade e gostava de ter outro bebé. Começámos a ponderar: ‘Porque não? Quando tivermos uma vida mais ou menos estável, dentro das possibilidades, vamos pensar nisso’.” [Foi porque o seu marido não tinha filhos e por sua vontade.] “Sim. E por minha vontade.”</p> <p>Nuno Era um sonho. Gostava de ter um filho, especialmente com a pessoa certa. [Uma pessoa fica sem palavras perante isso.]</p>
	Perceção facilitadores para a decisão de ser pai/mãe de um terceiro filho	<p>Marta “Principalmente o apoio que eu tenho da parte do meu marido. Porque passando por uma relação em que tive dois miúdos, em que eu estive muito tempo sozinha com eles e foi muito complicado dar-lhes as bases, que não lhe faltassem as bases e as necessidades básicas, neste momento ter um apoio constante na minha vida foi meio caminho andado.”</p> <p>Nuno “Foi uma decisão de ambos, mas porque eu via que a ‘Marta’ é uma excelente mãe...No fundo, acho que ela também gostava de ter mais um.”</p>
	Influência da experiência anterior (1.º e 2.º filhos)	<p>Marta “Sim, porque foram partos normais, sem grandes problemas. As gravidezes correram bem, apesar de o do meio ter sido um bebé um bocadinho mais rebelde, mas devido à patologia, porque o meu do meio é autista. Leve, mas é autista, e tivemos ali um período de dois/três anos complicado, mas não pôs em causa a decisão de ser mãe.”</p> <p>Nuno</p>

		<p>“O Dinis e o Raúl apareceram antes na minha vida do que o Duarte fizeram-me este treino para quando o Duarte nascesse...porque já tinha esse sonho, mas se calhar deu um empurrãozinho pela positiva.”</p>
	Dúvidas/ Hesitações	<p>Marta “Não. Não me arrependo de o ter tido.”</p> <p>Nuno “Não estou arrependido, voltava a fazer o percurso igual.”</p>
Ser pai/mãe – sentimentos e sensações	Expetativas/ Acréscimos	<p>Marta “Cabelos brancos é de certeza. Acho que me vai ensinar mais uma vez, aquilo que eu já sabia, é que nenhuma criança é igual a outra criança. Ele é muito desafiador, e eu estava habituada a ter duas crianças que eu dizia ‘Olha, não podes mexer aí’ e eles não mexiam, ou ‘não podes ir para aí, podes cair, vais-te aleijar’ e ele não. Eu digo-lhe isso e estar a falar para uma parede é exatamente igual.”</p> <p>Nuno “É uma resposta que nunca conseguimos dizer. Claro que sim, espero que me traga felicidade. Mas nunca sabemos o dia de amanhã. Esperamos sempre que ele consiga fazer sempre o percurso escolar, vá para a universidade, arranje uma namorada e um dia se case. Claro que esperamos isso tudo como pais...E espero, e claro que sim, vai trazer mais alegrias do que já trouxe até agora.”</p>
	Significado	<p>Marta “Uma grande família, uma grande dor de cabeça, mas acho que nos damos todos muito bem. O amor que nós sentimos uns pelos outros, e ver a relação que os mais velhos têm com o mais pequenino e vice-versa, acho que paga tudo.”</p> <p>Nuno “Que não ia ser fácil. Um, chama para um lado, outro chama para o outro. Mas acho que com o tempo e aprender a convivência com cada um, eu falo por mim, mas penso que qualquer pai consegue gerir, ou pelo menos tenta gerir a atenção de cada filho, para que não haja aquela sensação de dar mais atenção a um do que a outro. Eu pelo menos tento não fazer essa distinção.... Eu se tiver de estar com o Dinis estou, se estiver com o Raúl a fazer os trabalhos de casa estou e se tiver de tomar conta do Duarte fico, e dou atenção...uma família numerosa, grande, mas de que gosto bastante. Não desfazendo os dois pequeninos que andam aí a passear, de quatro patas.” [Riu-se]</p>
	Ser pai de enteados - significados	<p>Nuno [Aquilo que precisa de comprar para o Duarte, se os outros dois precisarem também compra?] “Sim, não faço distinção. Faço mesmo questão disso. Ainda há pouco tempo o Dinis precisou de ir ao dermatologista. Independentemente do Dinis e do Raúl terem o pai deles, uma coisa sempre disse a eles e à Marta: ‘Eu não estou aqui para substituir o pai deles, eles têm um pai, estou aqui sim, e quero fazer esse papel nas semanas em que eles</p>

		<p>estão connosco, para que eles sintam ao mínimo que haja essa diferença'... Como estava a dizer, o Dinis teve de ir ao dermatologista. Claro tem de ir para ser tratado. O Raúl, nós levamos à terapia da fala, claro que sim, precisa, vamos fazer. Se calhar não dá este mês, fica para o outro. Uma gestão de economias é certo, mas com qualquer um.</p> <p>[Apesar de eles não serem seus filhos, você sendo pai pela primeira vez, podia pensar: “Agora vou ter um filho que é meu, vai ser diferente”. E se calhar descuidar-se nos cuidados e na atenção.]</p> <p>“Vou ser sincero. Tinha receio que que isso acontecesse, não porque o fosse fazer, mas tinha receio que inconscientemente o pudesse fazer. Mas fiz sempre questão, e diariamente é sempre uma luta interna minha, para que isso não aconteça. Porque não é justo para eles, que me aceitaram como segundo pai ou como padraço, e também não é justo estar a dar mais atenção ao Duarte.”</p>
Perspetivas sobre futuras mudanças de vida	Vivências atuais comparadas às expectativas criadas durante a gravidez	<p>Marta</p> <p>“Estava-lhe a mentir se dissesse que sim. Achava que não ia ser tão complicado, mas eu acho que esperamos sempre isso, seja o primeiro, seja o segundo, seja o terceiro. Esperamos que seja um bebé calmo, tranquilo, que nos dê noites bem dormidas e não sei que mais, mas depois não é nada disso... Ele é uma montanha-russa na nossa vida. Porque tanto está no auge, como está no miminho ou na meiguice, e está junto a nós como se nada se passasse.”</p> <p>Nuno</p> <p>“o Duarte é uma criança exigente, que depende tanto pai e da mãe. É dependente, mas acho que, e costumo dizer à Marta qualquer criança é dependente. Umas mais que outras. Quando digo dependente, por exemplo eu estou aqui na sala com eles, faz aquele som de choradinho ‘onde é que estás vem ter comigo’. Podia dormir um pouco melhor... Claro, quando ela está mais cansada, ela diz-me: ‘Estou mesmo ko’. Sem <i>stress</i> descansa tu, desliga tu, eu fico mais alerta e vou lá eu’.... Se ele respirar junto ao intercomunicador eu acordo. Há aqui um chip que muda entre nós e faz-nos ter esse alerta maior. Sim, as expetativas, não houve nada que esperasse, mais ou menos.”</p>
	Perceção acerca das principais mudanças	<p>Marta</p> <p>“Tivemos de comprar tudo novo...eu já não tinha nada. Quando nós vimos aquele teste a dizer que sim, é aí que tomamos consciência: a nossa vida vai mudar. Precisamos comprar isto, comprar aquilo... e aí começa o susto do que vem aí.”</p> <p>Nuno</p> <p>“Já esperava que houvesse mudanças. Tem de comer, faz cocó, faz chichi. Fraldas, toalhitas, leite. Agora já faz algumas refeições connosco. Claro, um dia não dorme tanto, no outro está mais irrequieto, requer mais atenção. Quando foi planeado termos um bebé, tínhamos a noção que ia haver um abalo, não no sentido negativo, mas no sentido que ia mudar a nossa estrutura financeira, familiar. Iria mudar porque teríamos de repartir o bolo com um quinto elemento: um bebé. Mas não mudava nada.”</p>

	Relação conjugal	<p>Marta “Antes do Duarte nascer achei que o nosso relacionamento pudesse ficar equilibrado, não pelo sentimento que tínhamos um para o outro, mas pelo facto de termos mais uma criança e o tempo é sempre diferente que temos um para o outro... Todas essas coisas mudam, e além disso, não era só o Duarte, tínhamos os outros dois, que na altura não estavam em guarda partilhada. Achei mesmo que se calhar a nível de relação não íamos ficar como estávamos habituados...Cheguei a dizer-lhe muitas vezes: ‘Quando o Duarte nascer tu vais ter de me ajudar muito, porque eu não quero que o Raúl sinta que deixou de ser o centro das atenções, porque agora há um bebé’... Houve sempre muito apoio, e isso para mim foi muito bom. Nunca senti isso no antigo relacionamento. Portanto, ter ali o pai presente a ajudar-me... E este apoio constante é muito bom, muito bom.”</p> <p>Nuno “Tinha receio que tivéssemos de dar os dois mais atenção ao bebé e pudesse haver alguma lacuna que não conseguíssemos colmatar, mas acho que felizmente conseguimos planear o bom trabalho.” [Não afetou a vossa relação?] “Não. De todo.”</p>
Construção identitária	Bebé imaginário	<p>Marta “[Em termos de feições] Sim, o pai autêntico.” “[Em termos de personalidade] A minha sogra diz que ele vai buscar muito o feitio do pai quando era pequeno. Eu não sei se ele vai buscar o feitio do pai, mas não esperava que ele fosse tão torcido como é. Desafia-me muito e eu não estava à espera de que ele fosse tão desafiador.”</p> <p>Nuno “Sim. Em tudo. [O bebé era como imaginava] Até mesmo durante a gravidez nós fizemos uma fotografia chamada 5D. Tinha a ideia de um bebé naquele aspeto ou naquele género e quando ele nasceu, algo nos diz, e isto pode parecer muito estúpido, ou filosófico, mas é algo que me diz: ele é meu.” “[Em termos de personalidade] Sim. Os meus pais já me diziam: ‘Em criança não foste fácil’... O Duarte tem muitos traços meus, mas mais vincados. Mais apurado. Eu não era uma criança fácil, mas não é que fosse mau.”</p>
	O bebé como uma necessidade interna – o ser completo	<p>Marta “Sinto-me mais completa, sim.” [Como se faltasse alguma coisa em si.] “Sim, eu noto que neste momento estou completa... Neste momento não sinto que me falte nada. Estou completa, tenho os três. Quando os dois mais velhos forem para a universidade se quiserem, ou quando forem maiores eu ainda tenho um bocadinho do Duarte para usufruir, e quando chegarmos à nossa idade de descansar eles estão os três encaminhados. Fomos pais novos e ainda vamos conseguir usufruir um bocadinho da nossa vida.”</p>

		<p>Nuno “Sim, e aquilo que eu vou dizer a Marta sabe. Não tenho qualquer segredo..., mas eu tive um relacionamento anterior de nove anos, que nestes nove anos foram cinco casados, em que eu posso dizer que dia sim, dia não, era uma discussão...A minha ex-mulher era bipolar, em que ela não queria ter filhos, e eu habituei-me àquela rotina. Achava que aquilo era normal num casal.... Armava ciúmes por tudo, até por um par de botas, até que descobri que ela me traía constantemente.”</p> <p>[Se calhar já nem acreditava que podia ser feliz?] “Não. Mas gostava muito de ter um filho, mas já não acreditava no amor nem na própria relação.”</p> <p>[E com a Marta tudo se transformou.] “Foi diferente...Sinto-me completo. Acho que o sentimento de ser pai vai cá ficar sempre.”</p>
Experiências vividas	Perceção sobre o papel paterno e materno	<p>Marta “Não me imaginava [Ser mãe de três filhos]. Ou seja, eu comecei a ponderar essa ideia, quando começámos a pensar numa gravidez, mas até lá eu não pensava em ter terceiros, nem quartos, não pensava de todo...eu sei que dentro daquilo que eu acho, sou uma boa mãe e faço o melhor para eles. Às vezes custa-me ralhar, custa-me dizer não, custa-me pô-los de castigo, mas eu sei que um dia eles me vão agradecer. Inicialmente não foi positivo...eu dizia ‘Eu não estou preparada para isto’. Eu não estava preparada para acordar durante a noite, não estava preparada para cólicas e birras.... Acho que fazemos o melhor que conseguimos e é muito por aí, fazer o melhor.”</p> <p>Nuno “O sentimento de ser pai, sempre gostei de saber o que é. O verdadeiro sentido de ser pai, o significado da palavra pai.”</p>
	Competências e aprendizagens adquiridas	<p>Marta “Viver um dia de cada vez, principalmente.”</p> <p>Nuno “Autogestão. Conseguir gerir, especialmente quando estão os três cá em casa... Às vezes não é fácil. Um faz barulho para um lado, outro faz para o outro.... Porque eles podem estar muito sossegados, mas nós, como pais, estamos sempre alerta.” “Quando eles não estão, ou quando estão em casa do pai e o Duarte está em casa da avó, nós conseguimos desligar e focar-nos como casal. Antes do Duarte, há um casal.... Um casal quando começa a namorar, ou um dos membros começa a namorar com outro que tem filhos, primeiro conhece os adultos e depois as crianças. Nós, foi ao contrário. Nós quando nos começámos a dar fomos a quatro. Fui eu, a Marta e eles os dois. Mas não me arrependo de nada, pelo contrário, porque acho que com esta convivência dos quatro, reforçou ainda mais a nossa relação, a maneira de nos darmos uns com os outros. Depois foi a junção do pequeno à quadrupla.”</p>
	Dificuldades/	Marta

	<p>Estratégias adaptativas</p>	<p>“Que ele entenda o ‘não’, entenda o ‘sim’, entenda o que lhe estou a dizer...Ele é muito desafiador...ele é muito agarrado a mim. É muito ciumento. Seja o meu marido a vir dar-me um beijo, sejam os irmãos a vir dar-me um beijo. Às vezes era: ‘Calma filho, ninguém me vai roubar’. É bom, mas tenho medo que esta rivalidade que temos e do feitio dele, que nos possa vir a afastar, ou eu esteja sempre a ralhar.... Eu desabafo muito com o meu marido.”</p> <p>[É assim que encontra a sua paz, digamos.]</p> <p>“É falando com o meu marido ou com uma das minhas melhores amigas. Mas principalmente com o pai, porque está cá em casa, o pai vê. Às vezes, com a amiga, ela pode dar o apoio, mas não vive. É uma pessoa que nem tem filhos...O pai não...vamo-nos equilibrando os dois.”</p> <p>Nuno</p> <p>“Não posso considerar dificuldade, mas aprendizagem. Apesar do termo, considerar-me pai dos três, o Dinis e o Raúl Eu não os conheci quando eram bebês...sinto dificuldades em gerir as necessidades do Duarte quando a Marta não está, e quando ela está, para que não seja sobrecarregada...Apesar de ela ser mãe, ser mulher, não tem de ser sobrecarregada. O casamento é feito a dois.”</p>
	<p>Cansaço e falta de tempo</p>	<p>Marta</p> <p>“Sinto-me mais cansada. Menos tempo, eu acho que já é um defeito meu. Porque já existia antes do Duarte”</p> <p>“[Momentos e tarefas com os filhos compensam o cansaço e a falta de tempo] Às vezes Eu acho que nós todos precisamos de um tempo para nós. Vê-los a rir, a brincar, a saltar, a correr, e a relação que eles têm, enche muito o coração. Mas, eu sinto que, quando esta casa está vazia e eles vão para o pai, quando o Duarte fica com a avó. ‘Uau, estou a conseguir usufruir da minha casa’. E nem preciso de ir para lado nenhum. Posso só sentar-me aqui no sofá, mas é brutal. É um momento zen, um momento mágico.”</p> <p>Nuno</p> <p>“Eu aqui não vou considerar tanto o cansaço. Claro que, de vez em quando, as noites com o Duarte não são fáceis, mas também porque eu trazia já uma patologia, que é a apneia do sono, do meu pai. Nesse sentido, por exemplo, acabámos de almoçar ao sábado, sentamo-nos no sofá para ver um filme, eu cinco segundos depois estou a dormir. ...Associada a essa situação, se calhar me sinta de vez em quando mais cansado, e também em especial porque o Duarte não nos dá umas noites fáceis. Se me sinto mais cansado por termos um bebé ou porque somos cinco, não vou por aí. Não mudava nada para ter mais tempo, porque me sinto satisfeito.”</p>
	<p>Projetos e realizações pessoais por concretizar</p>	<p>Marta</p> <p>“Penso a vir fazer um espaço meu...Não tenho uma perspetiva, agora com o casamento. Depois do casamento, quiçá ponderar essa hipótese, mas não me sinto desiludida de ainda não ter aberto o meu espaço. Sinto-me bem onde estou...Não me sinto frustrada de ir trabalhar e isso é muito bom.</p> <p>Nuno</p> <p>“Não.”</p>

		[O seu projeto era ser pai.] “Era.”
Dinâmica relacional pai/mãe – filhos	Práticas, aptidões e conhecimentos apercebidos como facilitadores	<p>Marta “Não, porque cada criança é uma criança.”</p> <p>Nuno “Nós começámos a namorar em abril de 2020, o mês em que lhe roubei um beijo. O Duarte nasceu em 2021. Posso dizer que tive um ano só com eles os dois. Se posso dizer que foi mais fácil por ter o Dinis e o Raúl, acho que cada criança tem a sua maneira de lidar, tem o seu feitio, a sua maneira de ser. Acho que não é por aí.”</p>
	Perceção sobre o nível preparação para ser pai/mãe de um 3.º filho – experiência 1.º/2.º filhos	<p>Marta “Eu achava que sim. Que quando o Duarte nascesse ia ser muito mais fácil, porque já tinha a base dos outros. Às vezes acontece qualquer coisa e eu digo ‘Não vamos fazer assim, faz-se assim, porque os irmãos também foi assim’. Mas que nos dá certeza de que aquilo está correto e vai funcionar, não dá. Ou seja, o que funcionou com Dinis pode não funcionar com o Duarte, o que funcionou com o Raúl pode não funcionar com o Duarte...mas se eu me sinto mais preparada, eu achava que sim, mas na realidade isso não acontece.”</p> <p>Nuno “Pensava que sim, mas cada criança tem o seu feitio. A experiência com os mais velhos ajuda, mas acho que o Duarte não deve ter sido igual...A experiência ajuda, porque já sei mudar uma fralda ou assim, mas é sempre uma aprendizagem.”</p>
	Mudanças – relação com o 1.º/2.º filhos	<p>Marta Que eu tenha sentido, em nada. Tinha muito medo, mesmo, principalmente pelo Raúl. O Dinis sempre foi um miúdo mais independente. O Raúl sempre esteve muito agarrado a mim. Achei que com a vinda do Duarte que a nossa relação se fosse perdendo...Não perdemos. Ou seja, eles percebem muito bem, têm a noção ‘somos os três irmãos’. Só para a Ana ter noção eles querem que eu tenha outro filho... ‘Mas mãe era tão giro termos outro bebé’. E eu digo: ‘Vocês dizem isso, até ele começar a desarrumar o quarto todo e roubar-vos as coisas’.</p> <p>Nuno “Não. Eu sempre disse à Marta: ‘Se os aceitei, aceitei de igual forma, como aceitei o Duarte’. E é assim que fui educado, e é assim que vou fazer.</p>
	Perceção acerca da mudança na relação pai/mãe-primogénito/segundo filho	<p>Marta “Não, porque o Raúl sempre foi muito agarrado ao Nuno, e mantém-se.”</p> <p>Nuno</p>

		<p>“Não. Tentou sempre equilibrar a atenção. Há momentos que temos de dar mais atenção a um, mais atenção a outro, mas faz parte.”</p>
	<p>Atenção e cuidados aos filhos</p>	<p>Marta “O Duarte requer sempre mais porque é bebé. Mas eu não deixo de dizer: ‘Dinis vai tomar banho, vai pôr os cremes, olha a bomba, já tomaste o xarope?’. Apesar de não estar ao pé dele, estar a fazer o jantar, estar com o Duarte ou outra coisa qualquer, há sempre uma atenção. ‘Dinis vai estudar, vais ter teste para a semana, vais ter prova de aferição’. O Raúl se estiver a fazer uma birra vou com o Duarte. Raúl, como é a nossa vida? Vamos continuar nestes registos? Birras? Mas não és um miúdo com nove anos?’ Às vezes digo ao Nuno: ‘Vai lá tu, és mais calmo, mais tranquilo.’...Mas que não sintam que a mãe agora é só para o Duarte.”</p> <p>Nuno “Tentamos sempre explicar: ‘Olha, agora tenho de mudar a fralda, esperas um bocadinho’, ou por exemplo, eles estão a fazer os trabalhos de casa ‘Olha, estou a mudar a fralda, senta-te aqui, até me ajudas. Passa-me as toalhas, dá-me o creme e ajuda-me’.... Tento fazer este jogo de cintura e eles entendem...A maneira como fui educado foi essa. Eu tenho outro irmão e os meus pais sempre fizeram questão de que a atenção deles fosse de igual forma para ambos, repartida.”</p>
	<p>Diminuição da relação única e especial com o primogénito/2.º filho</p>	<p>Marta “Não. Ontem o Duarte ficou com a avó, eles ficaram connosco. Tentamos ter estes bocadinhos. Às vezes peço à minha mãe ‘Ó mãe, hoje à tarde ficas um bocadinho com ele, para irmos sair’. Eles estão na idade que querem andar de bicicleta, de skate, um corre para um lado, ou outro corre para o outro, e assim, para nós termos estes momentos...Nunca o vi ‘Ah porque agora é o Duarte, e agora estamos de parte’, isso não existe.</p> <p>Nuno “Não noto. E não vejo que haja.”</p>
	<p>Prática de atividades com os filhos</p>	<p>Marta “Não fazemos com tanta regularidade. Mantemos as atividades, mas muito mais esporádicas. Eles gostavam de ir ao jardim zoológico. Eu já disse: ‘Vamos, mas temos de ver. Antes éramos só quatro, agora somos cinco’. E eles entendem isso muito bem...O Dinis: ‘Gostava tanto de ir à Serra da Estrela.’ ‘Se Deus quiser na próxima Páscoa vamos’...se vamos ao cinema todos os meses? Não vamos. Íamos mais...Ou em vez de ir ao cinema, alugamos um filme e compramos um balde de pipocas e coca-cola e fazemos em casa. É sem <i>stress</i>... E isto vai-se equilibrando uma coisa pela outra.”</p> <p>Nuno “Faço questão de que se mantenham. Uma coisa que o Dinis já nos pediu há algum tempo, é que gostava de ir à Serra da Estrela e nós fomos ao Oceanário e pediu para lá voltar. Como temos o Duarte, o custo de irmos quatro é diferente de irmos cinco.... Se tencionamos lá voltar? Sim. Um dos próximos projetos é que gostávamos de ir à Serra</p>

		da Estrela na Páscoa. Se vamos fazer esse esforço? Vamos. Mas falamos sempre com eles e tentamos explicar 'Não podemos ir agora, porque até lá temos de reunir financeiramente para poder suportar essa situação'. Mas sim, tentamos sempre. Não com tanta repetição, essa atividade, mas sim mantê-las."
	Exigências do primogénito e do 2.º filho em relação aos pais	<p>Marta "Não, sinto que o Dinis às vezes monetariamente, mas pela idade." [Se exigem mais de si pela existência do Duarte. Mais atenção, mais afeto, mais dedicação. Não sente isso?] "Isso não."</p> <p>Nuno "Não. De forma igual."</p>
	Comportamentos de dependência e de independência	<p>"Marta" "Ou seja, como por exemplo, quando nasceu, o Dinis já não usava chucha, quis voltar a usar chucha. Andou ali uma semana de chucha. O Raúl, quando o Duarte nasceu e quando ele começou a verbalizar os primeiros sons, a palrar... fazia falas infantis...mas acho que são pormenores que conseguimos contornar. Mas tinha algum receio que ele regredisse bastante. A coisa que eu senti foi isso." [No Dinis não?] "A autonomia sim, ele vai conquistando. 'Mãe deixa estar que eu trato', 'deixa estar que eu vou fazer'."</p> <p>Nuno "Notei que o Raúl voltou a fazer uns sons mais <i>abebezados</i>, mas chamámos à atenção 'já tens 8 anos, isso já não são sons...' Tentámos explicar que não poderia retroceder porque se queria fazer 9 anos, não poderia ser nesse formato...tentamos sempre dizer que 'ele é assim ou fala assim porque é um bebé, mas tu já sabes falar e por isso e queres progredir na idade, temos de andar para a frente'. Claro que é sempre uma preocupação, tanto minha como dela [Marta] ...á estávamos avisados e preparados, porque tanto a pediatra do Raúl, como a pediatra do Duarte nos avisaram 'atenção que pode acontecer este cenário'. Aconteceu...neste momento já não acontece."</p>
	Comportamento do primogénito e do 2.º filho - cuidados e a tenção dados ao irmão	<p>Marta "Isso é sem <i>stress</i>." [Não manifestam?] "Não...Acham piada, porque ele agora já quer começar a comer sozinho. Eu quero-lhe dar à boca e ele não quer. Eles riem-se muito." [Têm ciúmes?] "Não" [Isso é muito bom. Eles participam nos cuidados.] "Sim, principalmente o 'Dinis'. O mais novo não muito."</p> <p>Nuno</p>

		<p>“Por norma participam. Eles têm uma relação muito boa entre os três.... Com o Duarte eles têm uma relação felizmente muito boa. Se eu estiver a dar mais atenção ao Duarte ou estou a ler uma história, eles sentam-se à volta.”</p> <p>[Por iniciativa própria?]</p> <p>“Sim. Vêm, sentam-se. ‘Olha Dinis sentas-te aqui. Enquanto eu estou a contar a história, dás a fruta e ele assim vai comendo’. Sem problema nenhum. Ele é capaz. Ou situações mais práticas: ‘Dinis está na hora do banho, vamos tomar banho, para a consola’, Dinis faz um favor, para um bocadinho a consola e vai dar a fruta ao teu irmão, enquanto eu acabo de lavar a loiça, porque a tua mãe ainda não chegou’.”</p>
Dinâmica entre irmãos	Preparação dos filhos para a chegada do irmão	<p>Marta</p> <p>“Preparei os meus filhos. O Dinis foi muito fácil de dizer. Quando lhe disse que tinha um bebé na barriga, para ele foi espetacular. Com o Raúl foi uma preparação diária, mensal, por causa da situação do autismo. Até agora ele tinha sido o menino encantado cá de casa, e de repente ia haver outro bebé, que por mais que o Nuno me desse apoio, eu é que ia dar mama. Ele sabia que eu tinha um bebé na barriga, mas eu pensava: ‘Como é que vai ser quando ele nascer?’...Pensei que principalmente o Raúl regredisse, e que sentisse ‘Ah, agora a minha mãe só dá atenção ao Duarte’, ‘Não me dá comer a mim’ ou ‘Já não me ajuda’. E isso nós tentámos equilibrar, principalmente nos primeiros tempos. Mas não: ‘Não mãe, podes ir estar com Duarte que eu como com o Nuno, ele dá-me jantar’...Podes ir ter com o Duarte’. E eu nestas alturas penso: ‘Ok, estavas bem preparado’, ou seja, eu fiz o bom trabalho de ficares preparado para que isso acontecesse.”</p> <p>Nuno</p> <p>“Sim. Preparámos, explicámos, mostrávamos imagens..., mas acho que o momento mais engraçado, o momento mais emocionante que me tocou a mim e acho que também tocou à Marta, foi no dia em que eles viram e disseram: ‘Isto estava dentro da tua barriga? Isto é o meu irmão?’”</p>
	Importância do desempenho de irmão mais velho	<p>Marta</p> <p>“Eu acho que ele adora. Apesar de às vezes não dar os melhores exemplos. Com o Duarte muito meigo, muito atencioso.... É muito prestável, ajuda-nos a pôr a mesa e não sei quê.”</p> <p>Nuno</p> <p>“Por norma, como ele tem essa responsabilidade de ser o mais velho, gosta de ensinar ou puxar pelo ‘Duarte’. Gosta de brincar com ele, interagir com ele. Puxa para falar com ele.”</p>
	Relação entre irmãos	<p>Marta</p> <p>[O Dinis dá-se bem com o Duarte?]</p> <p>“Sim. Muito.”</p> <p>[O Raúl também?]</p> <p>“De maneiras diferentes.”</p> <p>[Mas dão-se todos bem?]</p>

		<p>“Dão-se todos bem, mas o Raúl é de maneira diferente. Por exemplo o Dinis está a brincar com os legos com o Duarte, sem problemas, sem briga nenhuma, entendem-se os dois. O Raúl está a brincar com os legos e acha que têm de ser todos para ele..., mas o Raúl é um miúdo que também gosta do espaço dele, derivado à patologia. Gosta na mesma e se chegarem cá a casa e não virem o ‘Duarte’ perguntam por ele. Com eles os dois é a mesma coisa. Dão-se como cão e gato e se o outro não estiver: ‘Onde está o Raúl?’, ‘O que aconteceu ao Dinis?’.</p> <p>Nuno “Eles gostam de se dedicar ao irmão e gostam bastante dele.”</p>
Dinâmica conjugal	Percurso conjugal – impactos e mudanças	<p>Marta “Só se foi para melhor, porque não sentimos que tivéssemos piorado. Eu senti que se tinha alguma dúvida tinha alguém ao meu lado a 100%, com o nascimento do Duarte tive essa certeza.”</p> <p>Nuno “Não. Não considero que tenha alterado. Temos sempre de fazer adaptações enquanto casal, é óbvio. Temos um membro novo, temos de dar mais atenção, mas acho que não alterou em nada. Não podemos ter sempre, mas quando tentamos e conseguimos ter aquele momento que é só nosso dedicamo-nos a 100%.”</p>
	O pós-parto	<p>Marta “O Duarte é um menino que depende muito de nós e é muito exigente. Faz-me coisas que os irmãos nunca fizeram. Tanto que a nível geral, e para a Ana perceber, o ano passado fui detetada com uma depressão. Acredito que tenha sido uma depressão pós-parto, que nunca tive nada disso nos dois mais velhos. A gravidez do Duarte foi completamente diferente. O parto correu completamente diferente, parto natural. Mas eu acho que a partir do momento que cheguei a casa e que vi que ainda estava com uma barriga tão grande, isso baixou-me muito a minha autoestima. E o Duarte dormiu lindamente até aos dois meses, depois ficou ali um bocadinho ranhoso, faz parte, mas como tinha de mamar com mais dificuldade, tinha de acordar mais vezes durante a noite, e isso, dito por vários pediatras e várias pessoas com quem falamos, criou uma habituação de ele acordar durante a noite. Não é que ele acorde sempre para comer...Ele come muito bem e às vezes durante a noite nem é a questão do leite, é a chucha. Já pusemos cinco ou seis chuchas à volta dele, vai buscar, mas acorda sempre.” “O Duarte é uma criança com uma personalidade muito vencedora. Apesar de ter sido uma criança desejada, planeada.... É o melhor que temos, mas ao mesmo tempo, desgasta-nos muito. Ele é muito: quero, posso e mando, e eu é que sei e se tiver de mandar para o chão, a brigar, mando. E se ele embirrar que não fica no colégio fica a esperar.... É muito agarrado a nós e sufoca.”</p>
	Simbolismo do amor conjugal	<p>Marta “Sem dúvida.” [Em que sentido?]</p>

		<p>“O facto de confiar mais nele. Porque eu achava que ninguém era capaz, porque eu era a mãe. Eu é que tinha a capacidade toda de dar banho e para fazer. E o Nuno sentiu. “Não, eu sei, eu vou fazer. Eu quero fazer. Eu quero participar”</p> <p>Nuno “Garantidamente. Veio reafirmar a relação, ele veio como sendo uma prova de que eu e a minha mulher, a nossa ligação é real e é para durar.”</p>
	Gestão da relação/ momentos a dois	<p>Marta “Conseguimos namorar um bocadinho, nem que seja quando o Duarte vai para a cama, nem que seja quando fica em casa da avó. Principalmente, às vezes, quando adormece cedo 21:30/21:45h. Às vezes até já estamos assim sonolentos, mas vamos um bocadinho à sala, vamos ver um bocadinho de televisão. Nem que seja estarmos só encostados, a aproveitar a nossa sala. Conseguimos ter esse bocadinho entre nós, e acho que acaba por fortalecer a nossa relação. Porque antes de agente sermos pais, já havia uma relação, e essa relação não pode ser esquecida. A lua-de-mel vai ser pequeníssima, vão ser três dias, mas é a minha mãe que vai ficar com o Duarte...Vão ser três dias nossos, de namorarmos, de recém-casados.”</p> <p>Nuno “Sim. Construámos para que haja esses momentos a dois...A mãe da Marta está em casa ou está de folga, fica com os três, vamos jantar fora...A Marta diz-me: “A minha mãe está em casa. Deixamos um bocadinho os meninos com ela. Vamos jantar fora?”. Claro que não fazemos isto constantemente, por questões económicas...como também, por exemplo, o Duarte deita-se, 21:00/21:30h está a dormir, conseguimos vir um pouco para a sala a ver um filme a dois.... Tentamos ter os nossos momentos, e quando temos são dedicados um ao outro.”</p>
Perspetivas futuras	Capacidade de proporcionar um projeto de vida	<p>Marta “Eu espero que nunca lhes falte nada. E espero que eles tenham sempre as bases. Ou seja, uma coisa é ‘Ah mãe eu quero umas sapatilhas da marca XPTO porque o não sei quantos tem’. Se eu achar que não devo dar, não dou. Se um dos meus filhos disser: ‘Eu quero esta área, gostava de entrar na faculdade nesta área’. ‘Ok, vamos tentar’. Nem que eu faça um crédito para ele ir para a universidade. Se eu não conseguir juntar o suficiente até lá...Tenho de conseguir. Tenho de acreditar em mim.” [Convicção]</p> <p>Nuno “É função de um pai e de uma mãe...tem de ser tudo muito bem ponderado, bem planeado e articulado, mas penso que é possível. Desde que seja tudo nos seus tempos, seja tudo previamente planeado. Claro, não é chegar ali e compramos um carro. Não. Temos de planear, temos de conversar, temos de preparar-nos financeiramente tempos antes para que haja esse acontecimento.”</p>

	<p>Motivação para um outro filho</p> <p>N.º de filhos/Qualidade de vida</p> <p>Mudanças</p> <p>Significados</p>	<p>Marta “Já falámos disso ‘n’ vezes. Mesmo que acontecesse, provavelmente não íamos avante com a gravidez por vários motivos. Não só pela nossa decisão, mas pela questão financeira e tudo o mais.”</p> <p>Nuno “Não...De vez em quando temos amigos que dizem: ‘Então depois de um terceiro vem um quarto? Agora vem a menina’. Não, neste momento sinto-me realizado, completo.”</p> <p>Marta “eu não me sinto preparada para ser mãe novamente. E tenho a certeza em pequenas coisas. Tenho uma cliente minha que foi mãe há um mês. Ela no dia que lá foi, o miúdo já entrou a chorar. Ela fez os pés com o miúdo constantemente à mama, e foi a mama direita e foi a mama esquerda, arrota e bolsa. E fez as mãos, tive de lhe fazer uma de cada vez. E depois ele não estava a conseguir arranjar posição para dormir e aquilo estava a mexer comigo.”</p> <p>Nuno “Poderia sim.” [Em que aspeto?] “Em tudo. Porque é mais uma criança, mais alguém a quem temos de dar atenção, mais alguém que temos de repartir a atenção, financeiramente. Acho que aqui respondo, na minha ideia, mas respondo também pela Marta. Se acontecesse não sei se iríamos continuar.”</p> <p>Marta [Se tivesse outro filho a sua parte emocional ia ser abalada. Acha que era isso que ia mudar?] “Como ainda não estou a 100%, acho que outro filho neste momento vinha descambar aquilo que ando a trabalhar para melhorar.” [Nem se imagina mãe de um quarto?] “Não. De todo.”</p> <p>Nuno “Especialmente no carro. O meu carro é de quatro lugares, o da Marta é de cinco. O que neste momento já é algo que ponderamos seriamente: trocar o meu carro. Porque quando a carrinha tem de ir à revisão, tentamos sempre conciliar com a semana em que os mais velhos estão com pai. Cinco num carro de quatro, não cabem.”</p> <p>Marta “Não faz sentido nem para mim nem para o meu marido ter outro filho.”</p>
--	---	--

	Três filhas – grau de felicidade	<p>Nuno “Não sei. Não posso, nem sei explicar. Não está nos meus planos, nem vejo como venha a ser.”</p> <p>Marta “Sim [Sente-se feliz e realizada]. Acho que devemos ter os filhos que achamos que devemos ter e sentirmo-nos apaixonados e gratos por eles. Que me sinto completa e que estou bem, sim.”</p> <p>Nuno “Casa alegre, casa animada. Há sempre imensas ideias.” [Mas com dois também há imensas ideias.] “É, mas o terceiro veio completar o ninho. Veio encher, como eu costumo dizer, vem o resto da garrafa, o resto que faltava. Acho que sim.”</p>
Condições de vida	Considerações finais	<p>Marta “É um aspeto positivo, tendo em conta que os meus dois já eram mais velhos e eu consegui dar muito mais atenção ao Duarte enquanto bebé, do que dei aos outros dois...Consegui usufruir mais o banho, porque não tinha de dar banho a dois ao mesmo tempo, a amamentação foi mais tranquila, tinha ajuda do meu marido...Usufruir da maternidade em pleno, coisa que não tinha conseguido fazer com os outros dois. Consigo viver as coisas do Duarte numa perspetiva diferente.” “E tentar não cometer os mesmos erros que cometi com os mais velhos. Se calhar com o mais velho ‘Não vamos bater no menino, porque faz mal, ele fica psicologicamente afetado’. Não quer dizer que vá andar às chapadas ao Duarte, mas se tiver de lhe dar um estalo na fralda, eu mando. Tenho a base dos outros dois e há aqui um equilíbrio. Acho que isto são vantagens.” “Desvantagens? Sim. Perde-se um bocadinho da nossa vida pessoal, mas eu acho que é uma questão de logística. Eu não abdicaria da vida que nós temos, os cinco...para estar todos os meses no cinema ou jantar fora.... Quando queremos ir a algum lado, para arranjar casa de férias é um problema, para irmos de férias, o carro é um problema. Temos uma carrinha de cinco lugares e temos um carro de quatro lugares...Não é que sejam desvantagens, mas são preocupações que temos de ter atenção. Vamos de férias já não levamos um carro, levamos dois. Dantes era só um carro.... Com o Duarte, se calhar este ano já não, mas no ano passado, quando fomos de férias levámos malas e bagagens porque é uma criança. Porque faz frio, faz calor, porque ele bolsa e não só...Este ano já levamos menos. Ele já está mais controlado.... É diferente.” “[O que é que hoje faria diferente] A única coisa que sinto que faria diferente...é que quando fui mãe dos meus mais velhos, se calhar não tinha sido mãe naquela altura. Porque eu noto uma grande diferença entre ter filhos porque aconteceu uma gravidez e um filho planeado.” [Os seus dois filhos mais velhos não foram planeados?]</p>

		<p>“Eram planeados, mas não para aquela altura. Pensávamos em ter filhos, mas não aos 20 e poucos anos. Pensávamos aos 27,28, 29. Há ali qualquer coisa. Acho que o Duarte veio na altura que tinha de vir e eu sabia a decisão que estava a tomar, e por exemplo o Dinis, quando engravidei, acho que ele veio no sentido de tentar salvar uma relação que já não estava a 100%. E isto muda totalmente”</p> <p>Nuno “De zero a 10 é 10. Como disse inicialmente, voltava a fazer os mesmos passos, as mesmas ações para chegar onde estou. Claro, escusava de ter passado o que passei na minha vida passada, para estar exatamente neste ponto... Mas se calhar, e é uma coisa que temos em comum, que é: se calhar foi preciso passar o que passámos para valorizarmos o que temos dentro de nós e em comum um com o outro.” “[Aspetos mais positivos] Ser feliz.” “[O que faria de diferente] Zero. Tudo igual.”</p>
Agradecimentos		<p>Marta [Vou finalizar a entrevista. Quer dizer mais alguma coisa?] “Não. Acho que não, acho que está tudo.” [Muito obrigada do fundo do coração.] “De nada. Obrigada, eu.” “Nuno” [A entrevista está finalizada. Muito obrigada] “De nada” [Obrigada por tudo.]</p>
Perfil dos entrevistados	Idade	Pai: 34 Mãe: 34
	Estado civil	Pai: Casado Mãe: Casada
	Residência atual	Cidade de Santarém
	N.º de anos de estudo	Pai: 15 Mãe: 12
	Profissão	Pai): Técnicos e profissões de nível intermédio – Técnico de informática Mãe: Trabalhadores dos serviços pessoais, de proteção e segurança e vendedores – Esteticista
	Estatuto laboral	Pai: Empregado Mãe: Empregada
	Filhos em comum do casal	1

