

Intervenções Positivas com Famílias



Por Catarina Rivero & Conceição Ramos

Formadoras, Psicólogas & Terapeutas Familiares Sistémicas

Acção de Formação realizada no âmbito do Projecto Educação Valor+,

Município de Torres Vedras, 2010

Índice

1. Introdução	Pg. 2
2. Introdução à Abordagem Sistémica	Pg. 3
3. Genograma	Pg.8
4. Ecomapa	Pg.13
5. Técnico – entre a família, a equipa e a instituição	Pg.14
6. Inquérito Apreciativo	Pg. 17
7. Ciclo Vital da Família	Pg.21
8. Estilos Parentais	Pg. 23
9. Educar para o Optimismo	Pg.26
10. Formação Parental Positiva	Pg.28
11. Bibliografia	Pg.31

1. Introdução

As diferentes realidades em que operamos enquanto técnicos de intervenção social estão em constante mudança e efectivamente urge não só termos noção desse facto, como perceber que mudanças e como elas ocorrem.

Procuramos que a intervenção seja eficaz e tão breve quanto possível, mas sabemos que as famílias são realidades complexas com múltiplas questões não só nas suas dinâmicas e história, mas também ao nível individual de cada um dos seus elementos. Frequentemente nos deparamos com situações em que, se pretendemos intervir junto de uma criança, um jovem, um idoso, ou um adulto desempregado, será mais eficaz se conseguirmos envolver a família no processo.

Procurámos, no presente resumo, transmitir alguns dos princípios da abordagem sistémica e da Psicologia Positiva, que consideramos fundamentais para uma compreensão holística dos sistemas familiares considerando como a base para a avaliação, planeamento intervenção.

Naturalmente que abordagem sistémica é também ela complexa e tem vindo a desenvolver-se ao longo dos anos, pelo que seleccionámos alguns temas que nos parecem ter um carácter pragmático e útil no âmbito da intervenção social. Ao nível do conhecimento e reflexão sobre a dinâmica da família, propomos a noção de sistema e de ciclo vital; para a avaliação do sistema familiar, consideramos o genograma e ecomapa; e ao nível da Intervenção, o Construcionismo Social, Inquérito Apreciativo e Psicologia Positiva. A par das técnicas de avaliação e intervenção, será ainda efectuada uma reflexão sobre o papel do técnico entre a família equipa e instituição, e as diferentes condicionantes sistémicas. Concluimos com algumas reflexões e sugestões sobre Encontros de Famílias, ou Formação Parental.

Da formação, esperamos que todos os formandos fiquem aptos a utilizar “lentes sistémicas” perante a intervenção social, e perante a sua própria realidade, e que a partir dos temas abordados possam criar e adaptar técnicas para que a sua intervenção promova, a médio e longo prazos, populações mais incluídas e positivas,

2. Introdução à Abordagem Sistémica

A abordagem sistémica dá-nos a visão do todo e das múltiplas relações e funções dos seus componentes, permitindo-nos ganhar perspectiva sobre a realidade social, que nos poderá facilitar a compreensão e intervenção. De forma breve, descrevo os princípios básicos desta abordagem que considero essenciais para a concepção dos diferentes temas considerados ao longo da formação.

2.1 Teoria dos Sistemas

A Teoria Geral dos Sistemas (ou Teoria do Sistema Geral) foi criada por Ludwig von Bertalanffy nos anos 30, tendo vista a explicação da complexidade dos organismos vivos, defendendo que para conhecer um organismo vivo não basta conhecer as propriedades dos seus órgãos individualmente – é necessário conhecer as relações entre todos os elementos e o modo como se organizam entre si.

As ideias do autor rapidamente foram alargadas a diferentes áreas, nomeadamente a Terapia Familiar, onde encontramos a origem da noção de sistema que, tal como o definiu Bertalanffy (1968; cit. por Relvas, A.P., 2000), *“é um conjunto de unidades em inter-relações mútuas que incluem simultaneamente, função e estrutura”*. A Terapia Familiar aplicou ainda alguns dos princípios-chave sobre os sistemas em geral:

1. **Totalidade** – existe uma inter-relação e interdependência dos comportamentos de todos os elementos do sistema, que é sempre mais do que a soma das características individuais dos seus elementos.
2. **Organização** – Há uma estrutura segundo a qual os elementos dos sistemas se organizam, de acordo com a sua posição e função no sistema.

3. **Abertura** – Os sistemas complexos, nomeadamente os sistemas vivos e os sociais, estão constantemente a trocar energia, matéria e informação com o meio exterior, que lhes permite manter a sua existência.

2.1 Cibernética

A cibernética influenciou igualmente o movimento da Terapia Familiar, tendo sido este conceito introduzido por Norbert Weiner (1948) para descrever os sistemas de regulação que funcionam através de *loops* de feedback.

Foram assim considerados os mecanismos de **feedback**, noções de **equifinalidade** **homeostase** e **evolução** e integrados na Terapia Familiar considerando-se que, à medida que vamos avançando no tempo, os sistemas vão recebendo **feedback** do meio externo e do seu funcionamento interno. Este mecanismo de *feedback* permite as (re)estruturações necessárias ao sistema, *evoluindo, complexificando-se* e aumentando o grau de diferenciação, redefinindo as suas fronteiras e funções, de modo a dar a melhor resposta possível às necessidades sentidas através de um processo *auto-organizativo*. Esta capacidade dos sistemas chegarem aos objectivos ou alcançarem soluções por diferentes caminhos, *equifinalidade*, capacita-os para se manterem activos e eficazes.

Assim, de acordo com a cibernética, os sistemas conseguem acompanhar as mudanças constantes do meio e activar **mecanismos de correcção ou geradores de mudança interna** sempre que ocorrem desvios ao **equilíbrio** desejado. Este é um processo, em sistemas vivos e/ou sociais, constante e vital para combater o risco de **entropia**.

A Terapia Familiar tem em conta ainda uma série de factores e processos, pelo que as análises efectuadas têm por base uma visão holística da realidade, procurando compreender as relações mais do que a atribuição de uma causa para dada ocorrência. Esta perspectiva inicia-se com uma mudança do foco na causalidade linear para a causalidade circular.

Consideramos dois movimentos fundamentais a que chamamos:

- ❑ Cibernética 1ª Ordem – teoria proveniente da engenharia e das ciências informáticas que considera o sistema como qualquer coisa a observar, separada do observador, sendo o seu principal objectivo manter a homeostase através de mecanismos que servem para corrigir desvios.
- ❑ Cibernética 2ª Ordem - descreve processos que conduzem à mudança, ou à adaptação ao meio. Inclui o observador como agente construtor da realidade que observa. É uma cibernética de sistemas observantes e introduz conceitos como autonomia, circularidade e imprevisibilidade.

Há assim, na 2ª cibernética um movimento que transforma a relação entre o terapeuta e a família numa base não hierárquica, mas mais de co-construção de novas realidades, centrando-se mais na mudança de contextos do que na mudança de comportamentos. Neste processo, como lembra Lynn Hoffman, o terapeuta não efectua juízos de valor. Existe uma multiplicidade de factores e circunstâncias que levam à realidade percebida pelas famílias e tal é considerado na relação terapeuta-família.

2.2 Família e Comunidade enquanto Sistemas

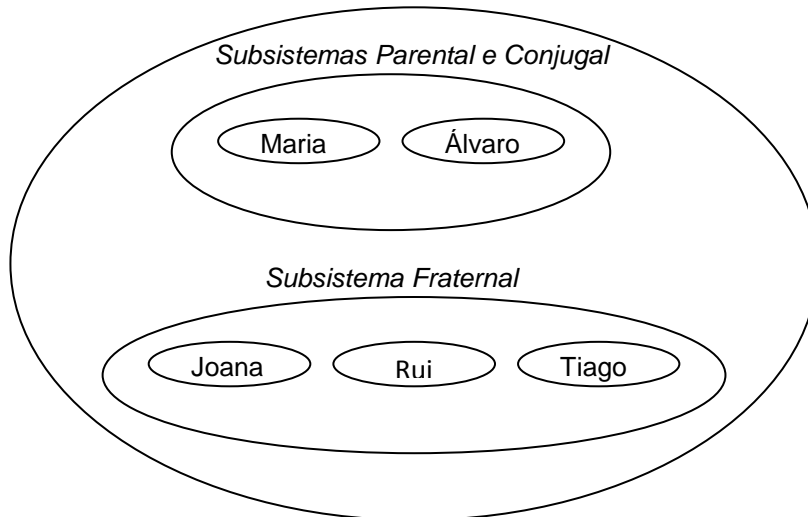
Todos nós temos uma família que de algum modo tem vindo a contribuir para sermos quem somos hoje e a nossa profissão leva-nos frequentemente a olhar para outras famílias, para as perceber e apoiar. **O que será afinal a família?** Seguindo a abordagem sistémica, considera-se que a família é um **sistema social** em que os seus elementos se encontram ligados por uma **teia relacional e emocional**. Cada família é única e constitui uma entidade global, com um elevado nível de complexidade, separando-se do exterior por fronteiras, mais ou menos permeáveis, através das quais troca informações e recebe feedback, evoluindo e diferenciando-se ao longo do tempo.

Nos sistemas familiares podemos considerar vários **subsistemas**: individual, conjugal, parental, fraternal, entre outros. Os diferentes elementos relacionam-se e desempenham **funções** tendo em vista as necessidades individuais de protecção e autonomia, de acordo com as **normas**, explícitas ou implícitas criadas na família.

Uma família é mais do que a soma dos seus elementos, isto é, a família Lopes é mais do que a soma da Maria, da Joana, do Álvaro, do Rui e do Tiago, pois o que confere unicidade a esta família é o

tipo de relações estabelecidas, a forma de comunicar, as actividades desenvolvidas dentro e fora de casa, as trocas de afectos, as normas, etc.

Fig. 1 – Sistema Familiar



Cada um dos elementos da família faz parte de vários subsistemas onde desempenha diferentes papéis. Na família Lopes, a Maria e o Álvaro fazem parte do sistema conjugal, onde mantêm uma relação amorosa, procurando manter o bem-estar do outro na relação de casal, mas em conjunto, constituem ainda o subsistema parental, cujas funções estão direccionadas à educação dos filhos. Este subsistema, mesmo no caso do subsistema conjugal desaparecer, manter-se-á e implicará que estas duas pessoas continuem a funcionar enquanto equipa, mantendo satisfeitas as necessidades dos filhos, ao nível físico, emocional, social e cultural.

Todas as famílias procuram encontrar uma organização própria ao nível do funcionamento. Não há duas famílias iguais e não há uma maneira certa de estar em família. O importante é que a família evolua, procurando que todos os seus elementos se sintam bem dentro e fora dela, ou seja, é importante que o Tiago se sinta bem enquanto filho da Maria e do Álvaro, irmão da Joana e do Rui, mas é essencial que tenha oportunidade de encontrar o seu espaço para ser autónomo, desenhando objectivos individuais, ao mesmo tempo que colabora nos objectivos da família. Ao longo da **evolução** do sistema familiar, também as fronteiras ou limites dos subsistemas irão ser transformados recriados para que a família possa cumprir com as suas funções.

Dentro desta perspectiva, um indivíduo é compreendido na sua totalidade se conhecermos o sistema familiar onde se integra, o tipo de relações estabelecidas, o nível de permeabilidade dos

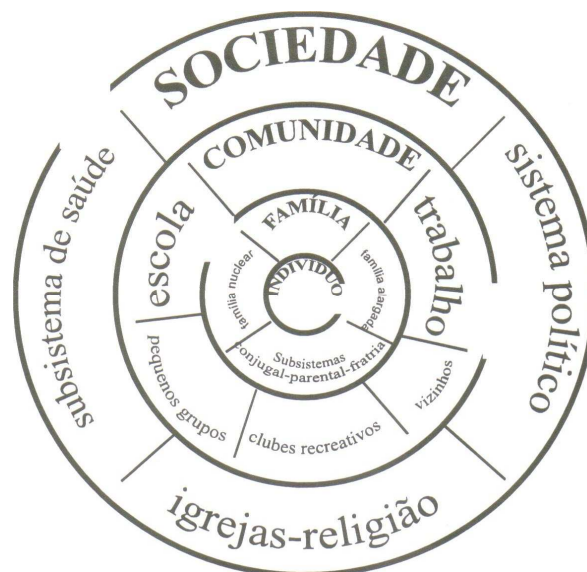
limites (há famílias mais fechadas do que outras), as regras de funcionamento do sistema, os papéis que desempenha, etc.; mas também teremos de conhecer os outros sistemas: escola/trabalho, clube recreativo, etc.

Por outro lado, se queremos perceber o funcionamento do sistema familiar, inevitavelmente teremos não só de olhar para os subsistemas e sua organização, mas também os **supra-sistemas**, como por exemplo a comunidade em que estão inseridos, a sociedade, etc. Pois, por exemplo, se há relações muito funcionais em determinadas sociedades, noutras poderão não o ser – tal é constatado diariamente pelos técnicos que trabalham com famílias de diferentes culturas.

No tocante à **comunidade** ela é fundamental para o bom funcionamento da família. Quais as redes de suporte? Que tipo de relações estabelecem os elementos da família? Para um técnico é fundamental ter em atenção esta relação. Naturalmente que a comunidade, a par de ser um supra-sistema de uma família, poderá ser considerado um sistema total, com subsistemas como os clubes recreativos, as escolas, a junta de freguesia, os comerciantes, a paróquia e as próprias famílias.

Dentro da abordagem sistémica, temos sempre presentes as relações estabelecidas em todo e qualquer sistema e a forma como isso afecta uma família ou um indivíduo. Os sistemas têm um carácter dinâmico e, como tal, estão em constante mudança influenciando e sendo influenciados pelos respectivos subsistemas e supra-sistemas.

Fig. 2 – Sistemas Sociais¹



¹ In Silva, L.F (2001); *Acção Social na Área da Família*; Universidade Aberta.

3. Genograma

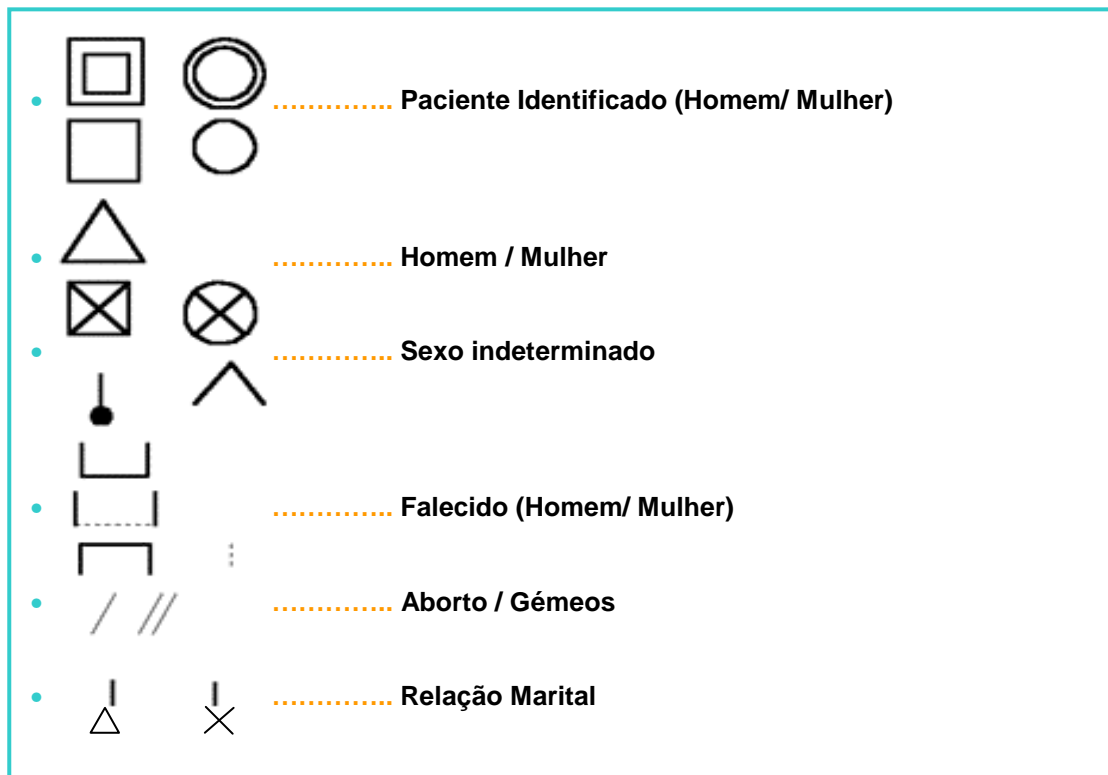
O genograma é um meio de avaliação familiar que nos permite conceptualizar visualmente a família no que toca aos seus membros e respectivas relações. Muitos terapeutas efectuam-no após a primeira sessão, contudo poderá ser útil fazê-lo com a própria família durante a primeira entrevista, quer para a relação com o técnico, quer para a consciencialização do sistema relacional familiar ao longo de pelo menos três gerações.

Criar um genograma supõe:

- Traçar a estrutura familiar;
- Registrar a informação relevante sobre os elementos da família;
- Delinear as relações familiares.

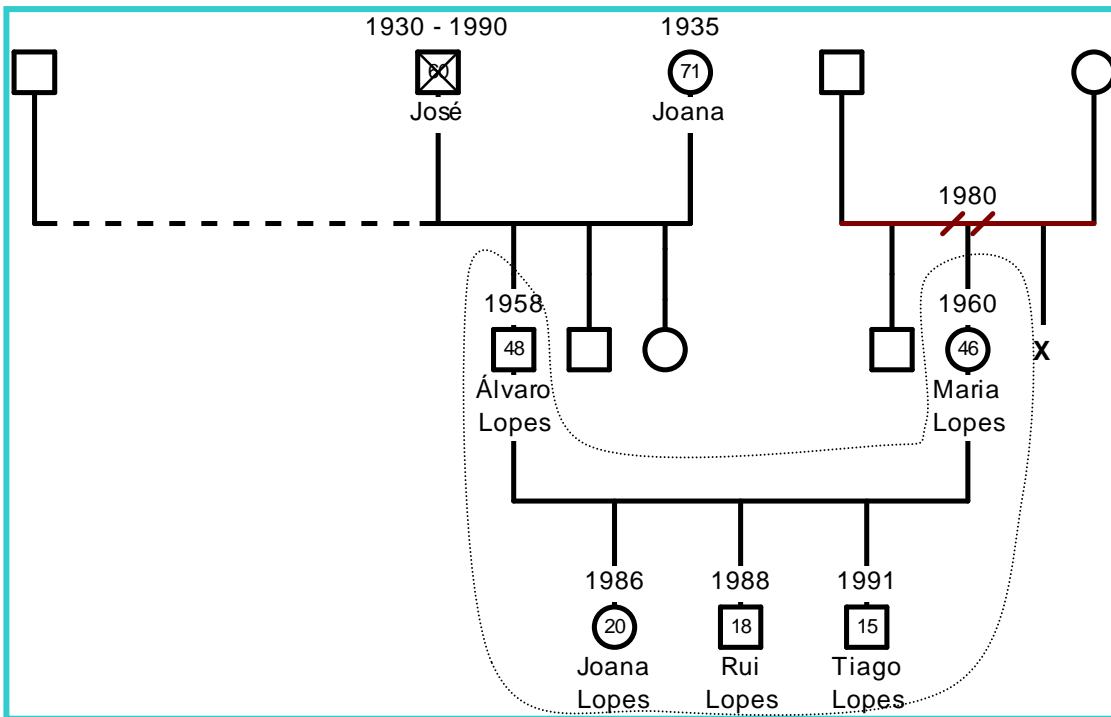
Estrutura Familiar

A base do genograma é a descrição gráfica de como os diferentes elementos estão biológica ou legalmente ligados entre si, de uma geração para a outra. Não obstante encontrarmos diversas formas de construir os genogramas, irei seguir os procedimentos e símbolos homologados pela Task Force of the North American Primary Care Research (num grupo orientado por McGoldrick):



Segue o exemplo da estrutura da família Lopes.

Fig. 6 – Exemplo de Genograma



Aqui poderemos verificar alguns exemplos da aplicabilidade dos símbolos acima descritos. De forma geral o elemento masculino do casal é representado do lado esquerdo e o elemento feminino do lado direito. Quanto às fratrias, o irmão mais velho encontra-se do lado esquerdo e, do lado direito, encontra-se o mais novo. Será ainda útil assinalar os elementos da família que vivem em conjunto, através de um tracejado que envolve os membros em questão - na família Lopes, podemos verificar que o Álvaro, a Maria e os seus três filhos vivem juntos.

Torna-se bastante clara a estrutura desta família e, a partir deste ponto, poderemos tentar conhecê-la um pouco melhor, procurando a informação útil para a intervenção ao nível de dados biográficos dos diferentes elementos, bem como das respectivas relações.

Registo da Informação Relevante

Para que o genograma nos permita uma concepção geral da família, é fundamental que seja registada a informação de cada elemento e mesmo de eventos significativos. Na Fig.6, está já alguma informação referente a alguns dos elementos.

É importante procurar informação relativamente a:

- Idade
- Datas de nascimento, mortes, casamentos e divórcios
- Situações ocupacionais
- Nível socio-económico
- Situação de saúde física e mental
- Religião
- Etc.

Poderá facilitar se junto ao genograma se efectuar uma lista de ordem cronológica dos momentos mais significativos para a família (positivos e negativos), conseguindo uma noção mais exacta da história da família:

1980 – Divórcio dos pais de Maria Lopes

1982 – Casamento de Maria e Álvaro

1984 – Maria termina o seu Doutoramento em Ciências Políticas

1987 – Detectado cancro nos pulmões de José Lopes

1990 – Falecimento José Lopes

1991 – Joana Lopes, mãe do Álvaro, inicia acompanhamento em psiquiatria devido a depressão.

1998 – Joana Lopes, mãe do Álvaro, inicia nova relação amorosa (actualmente vivem juntos)

2004 - Joana, filha de Maria, entra na Faculdade de Medicina

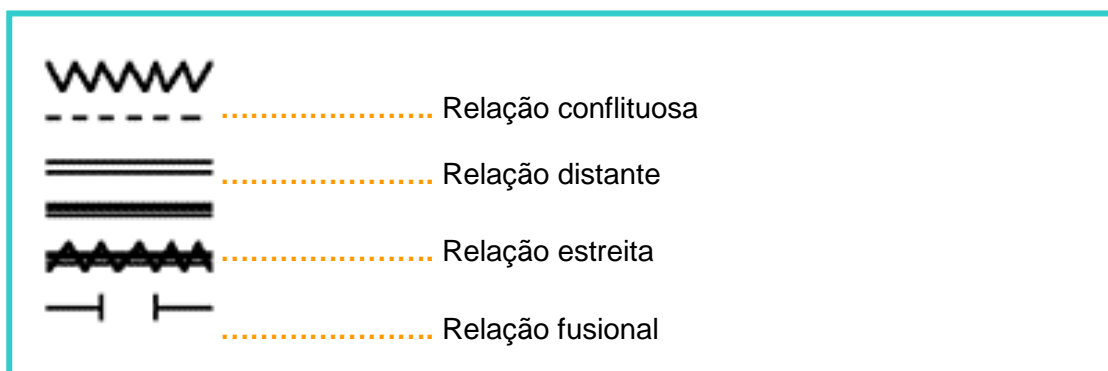
Delinear relações familiares

Este é o terceiro nível de construção de um genograma, sendo baseado na percepção dos elementos que nos ajudam na sua execução, bem como na observação directa dos técnicos. Pretende-se neste nível verificar a qualidade das relações entre os diferentes elementos, que poderá ser um grande suporte para a nossa intervenção.

Não obstante haver diferentes conotações (de acordo com as abordagens teóricas) para a descrição utilizada para os tipos de relações como “conflituosa” ou “fusional”, este registo torna-se muito útil para a intervenção clínica e social.

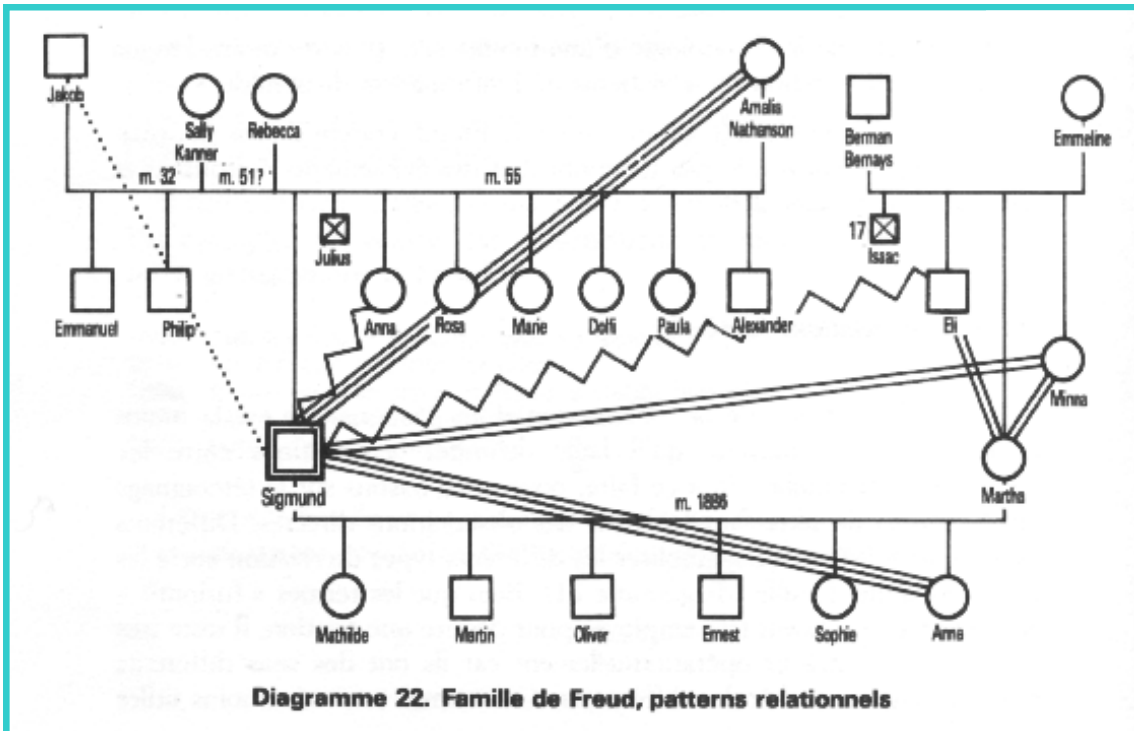
Para uma melhor compreensão do genograma, este poderá ser dividido em duas partes (uma com a informação e outra com a qualidade das relações) ou as linhas relacionais serem desenhadas com cores diferentes.

Fig.7 - Linhas relacionais do genograma



No genograma que se segue, poderemos ver como se desenham as linhas relacionais e seu contributo para a nossa compreensão do sistema familiar.

Fig.8 – Linhas relacionais da família de Sigmund Freud

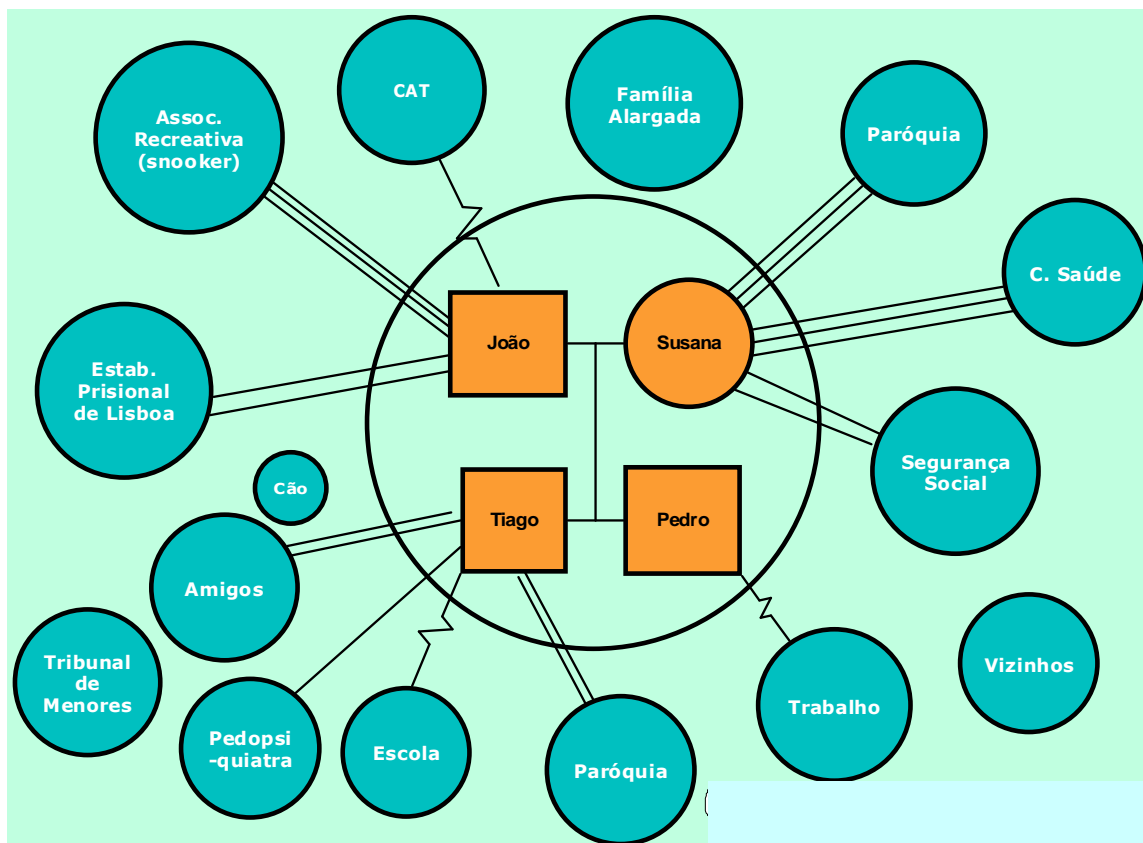


4. Ecomapa

O Ecomapa é um modo de registo do genograma e sistemas alargados. Quando trabalhamos com uma família, teremos de ter em conta não só o seu funcionamento interno, ao nível da dinâmica dos seus subsistemas, mas também toda a rede existente à sua volta. Este facto é fundamental na acção social, na medida em que, quando nos chega uma família, esta geralmente tem já uma teia de relações institucionais bastante alargada, havendo já vários técnicos de outros serviços envolvidos na sua situação.

Assim, o ecomapa permite-nos ver os recursos da família na comunidade, bem como as suas relações sociais exteriores. Para a sua construção, perguntamos à família quais as ligações com os serviços e pessoas fora da família.

Exemplo de Ecomapa



Visualizando o ecomapa, mais facilmente poderemos delinear uma intervenção, activando recursos e articulando com a rede de técnicos e instituições envolvida, bem como ajudar a família a ter consciência da sua rede de suporte.

5. Técnico – entre a família, a equipa e a instituição

*“A cooperação é a convicção plena de que ninguém pode chegar à meta
se não chegarem todos”*

(Virginia Burden)

O Técnico de Intervenção Social é aquele que se relaciona e envolve com as famílias, que pretende promover o empowerment e autonomia das populações, mas que também está integrado numa equipa, pretendendo encontrar objectivos comuns com planos conjuntos, numa Instituição cuja missão deverá adoptar. Na sua actividade, o Técnico integra as competências técnicas (cuja actualização será indispensável) e competências sociais e emocionais. O Técnico está em constante relação com o Outro. São muitas as pressões e constrangimentos, são muitas as urgências e emergências e naturalmente são muitos os riscos e susceptibilidades. O técnico não traz apenas as suas técnicas, os seus saberes, mas também o seu modo de sentir, pensar e ser.

De forma a facilitar o nosso percurso profissional (e pessoal), mantendo níveis satisfatórios de bem-estar, teremos de cuidar de nós, evitando entrar em espirais de desconforto e desagrado que nos impedem de dar o nosso melhor e acreditar na mudança. Para tal, em termos profissionais teremos de ganhar perspectiva sobre as situações que nos apresentam e procurar fazer a melhor avaliação possível, planear da forma mais rigorosa que conseguirmos, tendo sempre em vista uma boa articulação com a equipa e instituição. Várias são as questões que nos podem ajudar (Imber-Black, 1988; Sales, C., 2000):

Historial do acompanhamento da família – É fundamental para uma boa avaliação da família, conhecer o seu histórico, as suas problemáticas, sucessos e a sua capacidade de se adaptar às contingências da vida social:

- Quais parecem ser os acontecimentos mais importantes na história da família?
- Em que momentos surgem os problemas?
- A família tentou resolvê-los? Como? Com que resultados?
- Em que situações a família pede ajuda profissional?

- Que respostas são dadas? Com que resultados?
- Repetem-se problemas, pedidos, respostas? Existe um padrão?
- Que experiência a família possui com outros técnicos? Esta experiência pode afectar a aceitação da minha orientação ou a relação com a família?
- A família confia na Instituição onde trabalho? Que espera de mim?

Caracterização do Sistema de Ajuda – Será útil termos conhecimento dos técnicos e serviços envolvidos, recursos internos e externos à família, bem como reflectir sobre as relações inter-profissionais de ajuda:

- Que técnicos estão actualmente envolvidos com cada membro da família?
- De todos os implicados (membros da família, técnicos) quais sentem a situação como problema? Como definem o problema? Quem tem mais interesse em resolvê-lo?
- Os técnicos actuam de forma coordenada ou paralela?
- Há competição entre os técnicos? (Quem ajuda mais?) Entre mim e outros?
- Que competência/recursos apresenta cada membro da família, cada profissional? Poderão outros elementos ajudar na resolução?
- Quem beneficia da minha intervenção? Quem fica desvalorizado (a curto e a longo prazo)?
- Como me situo face ao caso? A quem me alio? Contra quem?
- Qual é a minha expectativa/atitude em relação ao caso?
- Quais as dos meus superiores?
- Quais as dos utentes?
- Será útil redefinir o pedido, esclarecer expectativas? Como? A quem?

Crenças e Constrangimentos – De forma a garantir o nosso bem-estar enquanto técnicos, teremos de ter em atenção os nossos valores, a nossa relação com os demais profissionais e a nossa posição na instituição:

- A gravidade do caso preocupa-me? Leva-me a actuar com urgência? Tenho a sensação de não ter tempo para uma análise com suficiente distanciamento? Sinto-me mais responsável por eventuais evoluções negativas?
- Qual é a probabilidade de insucesso?
- Que consequências teria um insucesso para mim, ao nível de:
 - Satisfação pessoal e profissional
 - A minha posição na equipa e instituição
 - A minha imagem
- Quais os princípios deontológicos ou normas que regem a minha actividade profissional?

- Como é que a Instituição aborda normalmente esses casos?
- Quais as funções que me são atribuídas?
- Quem irá saber dos resultados da minha intervenção?
- Que pressões sinto por parte da instituição? Quanto tempo posso dedicar a cada caso?
- Como representar o circuito das pressões? (são contraditórias?)

Planificação e intervenção – para uma intervenção ser eficaz, ela tem de ser planeada, considerando a conjectura em que nos encontramos. É também importante deixar claro (para nós, famílias e equipas envolvidas) quando consideramos que a intervenção termina e respectivos critérios:

- Tendo em conta os pedidos e pressões, como posso posicionar-me face à família, à minha instituição, aos outros técnicos e a outras instituições? Que cuidados devo ter? É necessário reenquadrar ou clarificar alguns aspectos? Como? Quando? Com quem?
- De que forma a minha posição limita a minha visão e actuação?
- Quais os objectivos concretos e realistas que pretendo concretizar? (apoios, padrões relacionais, etc.) Estão claramente definidos e aceites por todos os implicados (família, profissionais)?
- Disponho de suficientes recursos?
- Quem e quando deve ser incluído na intervenção?
- Quando termina a intervenção? Como?

Manter uma boa relação com os sistemas alargados, trabalhar em rede com as diferentes instituições envolvidas e com as próprias famílias, de forma positiva e construtiva facilitará a intervenção, com impacto no bem-estar das famílias e dos próprios técnicos. É ainda fundamental procurar definir objectivos realistas e tangíveis, articulando com a(s) equipa(s) envolvida(s).

O técnico de intervenção social está constantemente envolvido na rede, da qual passa a fazer parte. É fundamental questionar a sua intervenção e ter noção das pressões existentes, quando está a intervir. Para que todos ganhem, é importante que cada técnico procure o melhor das famílias, das comunidades, das equipas e, naturalmente, de si próprio.

6. Inquérito Apreciativo

O **Inquérito Apreciativo** (IA) surgiu no âmbito das organizações/psicossociologia com os estudos de David Cooperrider, como uma estratégia para a mudança, alternativa à “resolução de problemas”.

O processo inerente ao IA baseia-se **onde o sistema social pretende estar, tendo em conta os momentos altos que já teve**. Podemos sempre melhorar, para o que será fundamental ver o que já está a funcionar. Tal abordagem dá-nos então a consciência do que temos feito e conseguido. Ganhamos confiança em nós para nos permitirmos ter mais momentos de sucesso.

O IA parte de oito princípios fundamentais - relacionados com as crenças e valores sobre os sistemas humanos e mudança – através dos quais teremos uma concepção mais clara da forma como as mudanças positivas acontecem.

Estes princípios derivam de três correntes de pensamento: (1) *Construcionismo Social* (Berger & Luckman) que defende que a realidade é criada, transformada e mantida através da comunicação humana; (2) *Teoria das Imagens do Futuro* (Elise & Kenneth Boulding) que sugere que as imagens que temos do futuro influenciam as nossas decisões e acções do presente; e (3) *“Grounded Theory”* (Barney Glaser; Anselm Strauss) que postula a compreensão de uma cultura, organização ou sociedade através dos olhos dos seus membros, sendo a observação participante a melhor forma para recolher dados e descrever uma cultura.

- **Princípio Construcionista:** *“As palavras criam mundos”*

A realidade, tal como a conhecemos, é construída socialmente através da linguagem e dos diálogos que estabelecemos.

- **Princípio da Simultaneidade:** *“O Questionamento gera mudanças”*

Questionar/perguntar é intervir e promove a mudança.

- **Princípio Poético:** *“Nós escolhemos aquilo que estudamos”*

Os temas que escolhemos estudar/pesquisar determinam e criam o mundo que descobrimos. Organizações, como livros abertos, constituem recursos inesgotáveis de aprendizagem.

- **Princípio Antecipatório:** *“A imagem inspira acção”*

Os sistemas humanos são inspirados e guiados pelas suas imagens do futuro.

- **Princípio Positivo:** *“Questões positivas levam a mudanças positivas”*

As mudanças de larga escala necessitam de envolvimento e união, bem como emoções positivas da parte das pessoas envolvidas. Esta postura positiva é conseguida através de questões positivas.

- **Princípio da Totalidade:** *“A totalidade traz o melhor”*

A totalidade traz o melhor das pessoas, das relações, das comunidades e das organizações, promovendo a criatividade e criando o potencial de grupo.

- **Princípio do *Enactment*:** *“Agir ‘como se’ leva à auto-realização”*

As mudanças positivas acontecem quando imagens e visões de um futuro ideal são reais no presente.

- **Princípio da Livre escolha:** *“A livre escolha dá poder”*

As pessoas estão mais envolvidas com a mudança quando são livres para escolher a forma e extensão do seu contributo. Livre escolha estimula o desenvolvimento positivo das organizações.

Na base do IA temos ainda alguns **pressupostos** muito simples que nos poderão ajudar a encontrar soluções a vários níveis:

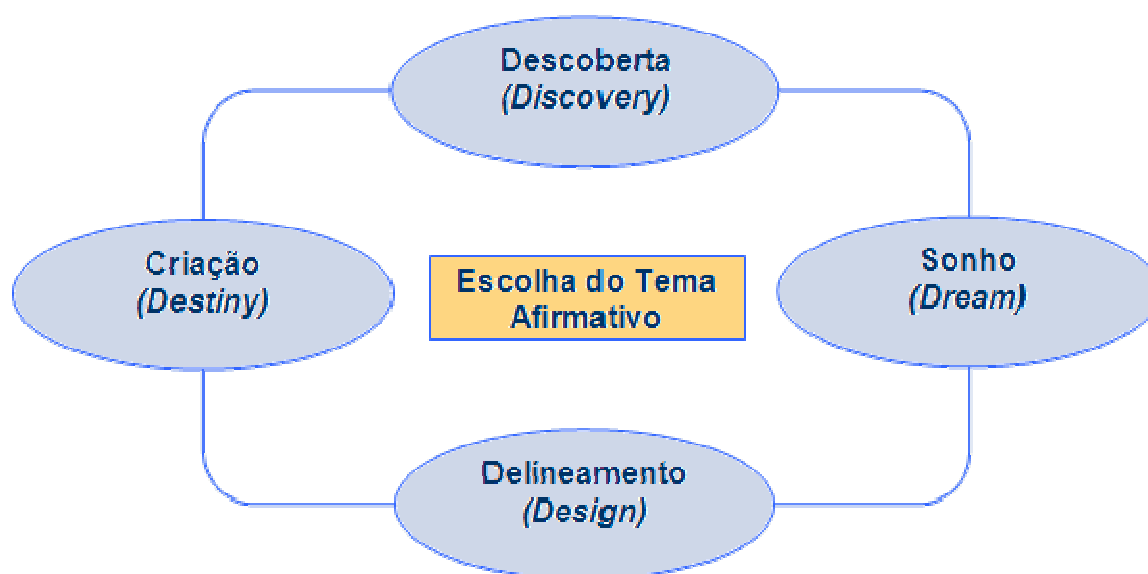
1. Em todas as sociedades, organizações ou grupos, alguma coisa funciona;
2. Aquilo em que nos focamos, transforma-se na nossa realidade;
3. A realidade é criada no momento, e há múltiplas realidades;
4. O acto de colocar questões sobre uma organização ou grupo influencia o grupo de algum modo;
5. As pessoas têm mais confiança e à vontade para encarar o futuro ("o desconhecido") quando trazem o melhor do seu passado ("o conhecido");
6. É importante valorizar a diferença;
7. A linguagem que usamos cria a nossa realidade.

A partir destes Pressupostos poderemos encontrar um meio de fazer mais daquilo que funciona. Ao contrário do modelo clássico de resolução de problemas, cujo princípio básico é *“uma organização é um problema a ser resolvido”*, o Inquérito Apreciativo baseia-se no

princípio de que **"uma organização é um mistério a ser abraçado"** (Hammond, S.A., 1996).

Não obstante a sua origem, rapidamente se verificou a utilidade do Inquérito Apreciativo em outros contextos. Qualquer sistema humano beneficiará desta abordagem, que conta com **as pessoas como os principais agentes da sua mudança e crescimento, rumo ao seu ideal/sonho**. Apreciar e valorizar o já alcançado no passado traz benefícios não só para as organizações e suas equipas, mas também para o desenvolvimento pessoal dos indivíduos e crescimento e bem-estar das famílias, grupos informais e comunidades, promovendo a sua capacidade de planeamento e acção, **reforçando a confiança no seu potencial**.

A abordagem do Inquérito Apreciativo é muitas vezes posta em prática pelo modelo 4D:



Ciclo de 4Ds

Discovery (Descoberta) – as pessoas falam entre si, muitas vezes via entrevistas estruturadas, através de questões positivas, na busca e análise de sucessos;

Dream (Sonho) – esta fase acontece num grupo em que as pessoas, em conjunto, visualizam o que poderia ser e onde querem chegar;

Design (Delineamento) – tornar a imagem do 'sonho' num plano de acção a realizar por fases;

Delivery (Criação) – implementação de mudanças, dando início a actividades que possam ser postas em prática no imediato.

Escolher o '**Tema Afirmativo**' implica criar temas para o futuro. A partir dele se desenrola o processo que o sistema pretende desenvolver mais e melhor. Este Tema irá envolver as pessoas em diálogos e dinâmicas positivas que permitirão manter a motivação e desejo da concretização do sonho.

A utilidade desta abordagem no trabalho com famílias e em particular na intervenção social reside no facto de evitarmos o cepticismo relativo à intervenção ou às **potencialidades das famílias**. Poderá haver uma tendência para os técnicos/equipas focarem nos problemas e perderem capacidade de acção eficaz.

Em termos individuais, o IA poderá ajudar os **técnicos** a **lembrar os seus sucessos** e sentirem-se mais confiantes para encarar os **novos desafios**, focando-se nos objectivos, recursos e no que funciona. Na **equipa** o IA procura **envolver as pessoas num objectivo comum**, com uma **comunicação mais positiva e construtiva**, de modo a ser possível **amplificar e generalizar aqueles momentos experiencial e funcionalmente mais relevantes**. No tocante à **intervenção**, será um instrumento que ajuda os indivíduos a **aprenderem com os seus sucessos**, estabelecendo um **foco no futuro**, nas **soluções e nos recursos** que poderão continuar a encontrar, promovendo assim o **empowerment**.

7. Ciclo Vital da Família

A família está em constante evolução e mudança entrando em novas realidades às quais se irá adaptar: alteração do número de elementos do sistema familiar; mudanças de idade dos seus elementos; e mudanças do seu estatuto ocupacional são alguns dos critérios comumente considerados como marcadores dos possíveis estádios deste ciclo vital.

Considerando a família que surge com a formação de um casal heterossexual, que se mantém junto ao longo da vida e com filhos, iremos perceber como funciona o sistema familiar nas diferentes fases, desde que nasce até que morre, sendo que terá sempre em conta as suas **funções internas** (desenvolvimento e protecção dos seus membros – sentimento de pertença à família) e **externas** (socialização e transmissão da cultura – autonomização dos seus elementos) – note-se que estamos perante uma visão tendencialmente normalizadora da família, excluindo desta as famílias monoparentais, reconstruídas, sem filhos, homossexuais, de adopção, entre outras variantes cada vez mais frequentes na nossa sociedade.

Vários autores têm sugerido etapas do ciclo vital da família (ver fig. 11), considerando as mudanças e transformações do sistema familiar em sequência dos “marcadores” adoptados – como técnicos, a reflexão sobre as diferentes fases, em conjunto com a família, poderá ser um bom auxílio para a intervenção, definição de metas e meios. As famílias lidam tanto melhor com as mudanças de estádio de ciclo vital, quanto apresentam flexibilidade e capacidade de gerir imprevistos. Muitas famílias que apresentam elevados níveis de stress face a uma nova fase (o que se torna visível nas estatísticas que nos indicam um elevado número de divórcios com o nascimento do 1º filho) mostram também alguma rigidez no seu funcionamento. Ao perceber esta realidade, o técnico poderá ajudar os elementos da família a preparem-se para as diferentes mudanças do ciclo vital.

Considerar o Ciclo Vital é importante contudo deveremos ter em conta que se trata de uma referência e não de uma regra para todas as famílias. O exemplo dado, baseado nos estudos de McGoldrick e Carter, mostra uma possível visão do percurso de vida de uma família, tendo em conta critérios específicos. Mais do que procurar adoptar linearmente, sugiro uma reflexão sobre as diferentes fases, que poderão ser mais complexas do que as apresentadas, de acordo com eventos internos e externos à família, nº de elementos, entre outras contingências.

Fig. 11 – Ciclo Vital da Família (Adaptado de McGoldrick & Carter, 1982)

Etapa do Ciclo Vital	Processo Emocional de Transição	Mudanças de 2ª Ordem no Status Familiar Necessárias ao Processo de Desenvolvimento
1. Saída de Casa: jovens solteiros	Aceitar a responsabilidade emocional e financeira	(a) Diferenciação do <i>self</i> em relação à família de origem (b) Desenvolvimento de relações íntimos com adultos iguais (c) Estabelecimento de uma identidade laboral e financeira
2. União de famílias: novo casal	Compromisso com o novo sistema	(a) Formação do sistema conjugal (b) Redefinição das relações com as famílias de origem e amigos de forma a incluir o cônjuge
3. Famílias com Filhos Pequenos	Aceitar os novos elementos na família	(a) Ajustamento do subsistema conjugal – criar espaço para o(s) filho(s) (b) Criação do subsistema parental (c) Redefinição das relações com as famílias de origem de forma a incluir os papéis de pais e avós
4. Famílias com adolescentes	Flexibilização dos limites/fronteiras do sistema familiar de modo a aceitar a independência dos filhos e as fragilidades dos avós	(a) Redefinição das relações pais-filhos – necessidade do adolescente movimentar-se para dentro e fora do sistema (b) Foco na relação conjugal e questões profissionais – meio da vida (c) Início da função de suporte à geração mais velha
5. Saída dos filhos	Aceitação das várias saídas e entradas do sistema	(a) Renegociar o sistema conjugal como díade (b) Redefinir das relações pais-filhos – relação adulto-adulto (c) Redefinir das relações de forma a permitir parentes por afinidade e netos (d) Lidar com a incapacidade e morte dos pais/ avós
6. Última etapa – ninho vazio	Aceitar a mudança dos papéis geracionais.	(a) Manutenção e adaptação dos interesses individuais e do casal, a par do eventual declínio fisiológico (b) Aceitar o papel mais preponderante da geração intermédia (filhos) (c) Aceitar e integrar a sabedoria e experiência dos mais velhos, suporte da geração mais velha sem super-protecção (d) Aceitar a perda do cônjuge, irmãos e outros da mesma geração; preparar-se para a própria morte – revisão e integração da vida.

8. Estilos Parentais

No sentido de melhor compreender os estilos de educação adoptados pelos pais e suas consequências, vários são os autores que têm contribuído para uma classificação dos estilos parentais de forma a poder avaliar o seu impacto no desenvolvimento psicossocial da crianças e prevenir que os mesmos sofram algumas consequências nefastas, bem como promover hábitos saudáveis para a relação pais-filhos.

Enquanto profissionais que procuramos capacitar as famílias para mais e melhores competências parentais, de acordo com o estabelecido na nossa sociedade, cabe-nos fazer uma reflexão sobre os desafios da parentalidade. Os modelos apresentados são referências e pontos de partida para uma reflexão conjunta com as famílias, mais do que rótulos para integrar as pessoas que nos pedem ajuda.

Considerando alguns estilos considerados por Baumrind (1971; cit. Por Weber 2004), podemos considerar bastantes diferenças na relação educativa, ao nível do calor afectivo, controlo, comunicação e/ou exigência de maturidade:

- ◆ Estilo Autoritário, em que há uma tentativa de controlar e modelar, de forma rígida, as atitudes da criança. Estes pais valorizam uma obediência absoluta, recorrendo a medidas punitivas (verbais ou físicas) para que esta se comporte de acordo com a sua exigência. São frequentes as críticas ou ameaças à criança (*“se não fazes os trabalhos, deixamos de gostar de ti!”*; *“és um inútil, nem tirar boas notas consegues!”*), havendo escassas manifestações de afecto;
- ◆ Estilo Permissivo, em que os pais funcionam como recursos para os desejos das crianças, e não como modelos. Neste estilo existe a ausência de normas, não encorajando qualquer obediência. Há geralmente calor afectivo e comunicação positiva, sem exigências de maturidade. Em 1983, este estilo foi dividido em dois (Maccoby & Martin cit. Por Weber 2004)):
 - Estilo Indulgente, em que os pais respondem aos pedidos das crianças e são carinhosos, não sendo exigentes quanto a normas ou deveres, nem actuando como modelos de comportamento;
 - Estilo Negligente, em que os pais não se envolvem nas suas funções parentais, havendo uma desresponsabilização crescente ao longo da vida da criança, mantendo apenas a satisfação de necessidades básicas (físicas, sociais, psicológicas e intelectuais);

- ◆ Estilo Participativo ou Autoritativo, em que há o estabelecimento de normas e limites, num clima de calor afectivo. A comunicação é positiva e optimista. Estes pais adequam a sua atitude à especificidade da criança, no tocante à sua idade e motivações, fazendo exigências de maturidade concordantes com as capacidades e interesses da criança.

A investigação tem demonstrado que pais que adoptam um **estilo parental participativo têm filhos com maior sucesso escolar e social**. De facto, se é importante que os filhos tenham boas notas, o amor parental não é condicionado por esse facto. É importante que as crianças sintam que os pais os amam incondicionalmente, mesmo quando estabelecem limites (que naturalmente serão questionados pelas crianças e jovens), quando dizem 'não' ou quando os filhos cometem erros, e que estas posturas sejam acompanhadas de uma explicação ou reflexão conjunta sendo que, em algumas situações, possam ser negociadas.

O percurso no sentido do sucesso nas funções parentais é construído em cada dia e, não obstante a investigação nos dar várias noções que potenciam uma educação mais eficaz, **não há uma linearidade que tão frequentemente pais e educadores procuram**. Esta noção, pode ajudar os profissionais que estão no terreno a dinamizar acções de formação parental a, antes de mais, envolver as famílias sobre os seus sonhos enquanto pais, o que esperam passar aos filhos, como consideram que seria positivo verem os seus filhos a crescer, para então partir para um planeamento, delineando metas adaptadas às características e circunstâncias de cada família (que é única!). Este trabalho é tanto mais positivo, quanto há **respeito pelas vicissitudes das múltiplas culturas familiares**, nas formas de agir, pensar e ser. É fundamental desconstruir as nossas 'verdades absolutas' para nos podermos envolver no processo de crescimento familiar de todos aqueles que recorrem aos serviços que representamos.

Por outro lado, será importante notar que o desenvolvimento social e afectivo de uma criança é condicionado fortemente pela educação parental, mas outras variáveis têm influência, como o meio escolar, os amigos, as famílias alargadas, ou mesmo a sociedade em que se encontra. Poderemos assim encontrar excepções em que filhos de pais com um estilo participativo poderão ter menores resultados ao nível escolar e social, ou o inverso poderá ocorrer com filhos de pais com um estilo negligente de educação. De modo geral, os estudos apontam para que os filhos de pais autoritários sejam obedientes, mas com maiores níveis de ansiedade, mostrando-se inseguros e infelizes, com baixa auto-estima e um índice elevado de depressão. Sendo os filhos de pais negligentes que apresentam maiores fragilidades do ponto de vista psicológico, emocional e social. Na múltiplas influências do contexto, porém, podemos encontrar recursos que ajudem as crianças a crescer mais e melhor. Deixamos um resumo de alguns estilos de parentalidade, características das respectivas dinâmicas, bem como alguns sinais que podemos identificar nas suas crianças:

Estilo Parental	Dinâmica Familiar	Sinais na Criança & Prognóstico
Autoritário <i>Rígido;</i> <i>Castrador</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Regras e limites claros e inflexíveis; ▪ Cuidadores intransigentes; ▪ Punição física como forma de disciplina; ▪ Baixo reconhecimento da individualidade e necessidades de cada criança; ▪ Ausência de suporte e empatia; ▪ Fraca qualidade comunicacional; ▪ Relação emocional cuidadores / crianças fria e distante; Reduzida troca de afectos; ▪ Papel submisso das crianças na relação com adultos; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Manifestações de medo, descontentamento e inibição; ▪ Desconfiança em relação aos outros; ▪ Baixa auto-estima; ▪ Revolta interior; ▪ Dificuldade em formar opiniões, ter iniciativa ou tomar Decisões; ▪ Comportamento descontrolado e agressivo fora do controlo dos cuidadores; <p><i>Em adultos tendem a ser igualmente autoritários ou, por oposição, totalmente permissivos.</i></p>
Permissivo <i>Indulgente;</i> <i>Laissez Faire;</i> <i>Caótico</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Regras escassas, pouco claras e inconsistentes; ▪ Cuidadores não orientadores e pouco exigentes; ▪ Excesso de liberdade das crianças; ▪ Cuidadores com manifestações de carinho; ▪ Valorização excessiva da auto-expressão e auto-regulação das crianças; ▪ Não promoção da auto-responsabilização das crianças; ▪ Fraco apoio na resolução de problemas das crianças; ▪ Reacção dos cuidadores apenas em momentos de elevado stress pessoal e habitualmente de forma exagerada; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Crianças inseguras, caprichosas e exigentes; ▪ Dificuldade no cumprimento de regras e reconhecimento de hierarquias; e Baixo auto-controlo; ▪ Dificuldade de adaptação à escola e à sociedade; ▪ Dificuldades de atenção/concentração; ▪ Fraco reconhecimento das necessidades e sentimentos do outro; <p><i>Quando adultos, tendem a centrar-se nas suas próprias necessidades e podem apresentar intolerância à frustração bem como dificuldades no relacionamento interpessoal, essencialmente nas relações afectivas mais próximas.</i></p>
Negligente <i>Indulgente;</i> <i>Indiferente;</i> <i>Ausente</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Inexistência de regras e limites e Desinteresse na regulação do comportamento das crianças; ▪ Ausência de resposta ao comportamento da criança; ▪ Crianças entendidas como um “estorvo”; ▪ Indiferença face às necessidades, sentimentos e comportamentos da criança; ▪ Indisponibilidade para atender às necessidades da criança e ▪ Ausência de afecto; ▪ Inexistência de estimulação e supervisão à criança. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Atrasos no desenvolvimento; ▪ Estabelecimento de relações afectivas desadequadas; ▪ Baixo controlo dos impulsos; ▪ Fraca capacidade na resolução de problemas; ▪ Baixa auto-estima e fraca capacidade empática; ▪ Autonomização precoce <p><i>Em adultos, tendem a ser negligentes, a viver à margem das regras sociais e apresentam dificuldades em lidar com figuras de autoridade. Manifestam dificuldades em estabelecer relações interpessoais sobretudo ao nível das relações amorosas.</i></p>
Autoritativo <i>Democrático;</i> <i>Afirmativo;</i> <i>Autocrático;</i> <i>Orientador;</i> <i>Flexível;</i> <i>Estimulante</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Valorização da disciplina construtiva (regras e limites firmes, flexíveis e adequados); ▪ Utilização da punição de forma sensata e coerente; ▪ Existência de estimulação e supervisão adequada; ▪ Respeito pela individualidade de cada criança e atendimento das suas necessidades específicas; ▪ Promoção de uma autonomia responsável; ▪ Cuidadores afectuosos, consistentes e assertivos; ▪ Estilo comunicacional adequado assente na negociação; ▪ Transmissão de valores sociais e morais; ▪ Autoconfiança na capacidade parental. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Autonomia responsável; ▪ Capacidade de respeitar o outro e agir de forma responsável e assertiva; ▪ Bom auto-controlo e gestão saudável das emoções e impulsos; ▪ Capacidade de resolução de problemas e auto-confiança; ▪ Curiosidade e alegria. <p><i>Em adultos estabelecem relações familiares e sociais de qualidade.</i></p>

9. Educar para o Optimismo

A **Psicologia Positiva** - criada formalmente em 2000 com uma revista científica inteiramente dedicada à Felicidade, coordenada por Martin Seligman - veio trazer uma nova perspectiva à intervenção psicológica, educativa e comunitária. Mais do que um foco constante na patologia e no que está errado, procura-se estudar e amplificar o que corre bem, o que faz sentido para as pessoas. Esta abordagem vem assim dar força a todos os movimentos que procuram fazer da educação um processo para o florescimento humano.

Na Educação, procura-se cada vez mais promover o potencial de cada criança e jovem e, como já referimos, os jovens crescem com influencia parental, mas também de todos os sistemas que integram directa ou indirectamente. Há assim uma oportunidade de influenciar positivamente e inspirar para uma vivência optimista, sempre que trabalhamos directa ou indirectamente com crianças e jovens.

No trabalho com pais, é importante não só transmitir esse optimismo, como também ajudar as famílias a criarem e **experimentarem novas formas de comunicar e se relacionar**. Relações baseadas nas **emoções positivas**, respeito e suporte, serão mais promotoras de positividade em crianças e jovens.

Na **Educação Positiva**, é importante contudo não negar as emoções negativas. Situações de dor acontecem em todas as pessoas e uma família optimista irá ser um suporte para cada um dos seus elementos. Nestas famílias, há **promoção e celebração de bons momentos**, mas também de **apoio nos momentos menos bons**. O **amor incondicional** mantém-se em todas as fases do ciclo vital.

Educar para o Optimismo passa assim por desafiar pais e educadores a serem referências inspiradoras. Pais positivos são aqueles que ajudam o(s) filho(s):

- ♥ A encontrar soluções para os problemas com que se depara
- ♥ A identificar as emoções que sente
- ♥ A ser delicado com os outros
- ♥ A aceitar as suas limitações

- ♥ A explorar as suas potencialidades
- ♥ A celebrar as suas vitórias do dia-a-dia
- ♥ A apreciar actividades em família
- ♥ A manter uma vida social gratificante

Porque a comunicação e a forma como se passam mensagens é fundamental, este percurso passa assim por manter **conversas positivas** com os petizes. Desafios lançados aos pais podem passar por:

- ♥ Elogie os pequenos e grandes feitos
- ♥ Evite criticar – ajude-o a aprender com os erros, a identificar onde pode melhorar!
- ♥ Não “goze” ou ria do seu filho – procure compreender o que sente e a lidar com essa emoção
- ♥ Partilhe as suas próprias histórias

Mime sempre!

A positividade, como já foi referido, não passa por ausência de limites. Dizer ‘não’ tem sido uma estratégia utilizada de famílias em que as crianças crescem com maior nível de confiança e afectividade positiva. Assim, e a partir desta abordagem, as sugestões aos pais podem passar por:

- ♥ Não grite, converse
- ♥ Não bata, seja firme
- ♥ Refira o desagrado em relação ao comportamento (nunca em relação às emoções!)
- ♥ Se tiver dificuldade em gerir as suas próprias emoções, peça desculpa pelo seu “descontrolo emocional” e reafirme a importância dos limites
- ♥ Explique quais são os limites e o que espera do comportamento do seu filho
- ♥ Adapte as estratégias e a flexibilidade de acordo com a idade
- ♥ Ajude-o a conseguir!

O Optimismo é ver além dos obstáculos , considerando-os, e procurar criativamente mais e melhores soluções. Na arte da Educação Positiva o percurso é gratificante para todos, as mensagens são claras, com respeito por todos os indivíduos, que sentem protegidos, mas desafiados e confiantes na sua autonomia.

10. Formação Parental Positiva

Uma prática actual de intervenção com famílias passa pela Formação Parental. São variadas as abordagens e metodologias, neste âmbito. A nossa proposta vem de uma perspectiva construcionista, em que cremos nas famílias como as portadoras das soluções para as dificuldades que os próprios apresentam e necessidades que os técnicos identificam.

Planear: O que irá acontecer?

São muitas as propostas ‘pré-cozinhadas’ de formação parental, contudo, consideramos aqui que o primeiro passo a dar num plano de Formação Parental, passa por **reunir com as famílias e todos os elementos da equipa**, para uma reflexão conjunta sobre as possibilidades e vantagens deste tipo de acções. Nesta primeira sessão, será tempo de pais e profissionais, numa **conversação não-hierárquica**, chegar a novos insights que permitam aos profissionais estruturar um **plano de acção**, partilhado com as famílias.

A partir do momento em que o plano está criado, e a partir das vicissitudes das famílias em questão, dá-se início a estes encontros. Os **objectivos** de cada encontro deverão estar claros para todos, e deixar espaço para que a partilha e o debate aconteça, mesmo que mediado e dinamizado por um profissional. É a partir das **experiências partilhadas e da reflexão conjunta** que se poderão tirar conclusões e pistas de mudança nas dinâmicas familiares. De facto, numa lógica de **dar voz a todos e cada um**, maior enriquecimento existirá no grupo, a partir da **diversidade de olhares e vivências** – esta diversidade será tanto mais positiva, quanto os dinamizadores a souberem potenciar, em vez de procurar anular.

Realizar: Qual o primeiro passo?

Neste ponto, poderá ser acordado, **actividades mobilizadoras e inclusivas** (que incluam todos os elementos da família) a serem postos em prática no tempo que decorre entre sessões. Estas actividades poderão passar por apoio aos trabalhos da escola dos filhos, tempo para a conjugalidade, actividades gratificantes para toda a família, novas (ou velhas) rotinas familiares, rituais da família ou da comunidade, gestão doméstica, etc.

Note-se, que será numa lógica apreciativa que se pretende que a avaliação destes processos aconteçam. Mais do que *'faltas a vermelho'* para quem não fez, **espera-se que o dinamizador propicie apoio e suporte**, bem como **motivação para fazer mais e melhor**, com maior compromisso pelos acordos estabelecidos pelo grupo, em cada sessão. Mesmo quando formalmente não foi feita a 'actividade' proposta, ou apenas parcialmente, as questões a fazer passam por: **O que correu bem? O que pode ser melhorado?** É fundamental que se considerem estes encontros como processos de mudança, com avanços e recuos, e que se valorizem todos os **pequenos passos, como grandes vitórias** das famílias que até então ainda não teriam ousado fazer diferente.

Inspirar e Motivar: Como dinamizar?

Consideramos aqui, tal como já referimos, que o mais importante destas acções passa pela partilha de experiências entre as famílias. Desta forma, mais do que um *expert*, espera-se um catalizador **de sinergias**, e novas perspectivas e possibilidades de ser família. Colocando as famílias em contacto, e dentro do que lhes for confortável, **promovendo a troca de experiências, estratégias e soluções** que os próprios foram utilizando ao longo das suas vidas. Desta forma, não só as famílias se sentem mais à vontade para participar e usufruir do tempo de encontro proporcionado, como poderão responsabilizar-se mais pelos processos de mudança – em vez de uma “verdade” que é transmitida a famílias “incompetentes”, há uma **busca e promoção de competências familiares**, sustentadas nas múltiplas verdades co-construídas que as famílias vão desenhando.

De um dinamizador de acções com pais/ famílias, espera-se uma **postura de respeito, humildade e capacidade para promover o melhor que existe em cada um**. Assim, mais do que uma postura crítica, sarcasmo ou de altivez, todos ganham – famílias e profissionais – por uma **ligação em rede de afectos e ideias, perspectivas e soluções**. É nesta perspectiva, assente na ausência de juízos de valor e de ir ao encontro das famílias, que um grupo com pais e/ou famílias se pode tornar como um **elo promotor de mudanças positivas**. Esta é uma forma de ir além de um suposto “modelo de família perfeita” – inexistente – apostando na **descoberta de múltiplos modelos e formas de relação em família**. O bem-estar familiar (e individual) só poderá ser percebido, se na voz dos próprios. A mudança, terá de ser efectuado no seu tempo – específico a cada família - e apenas em casos de excepção (falamos de situações de perigo: mau trato de crianças ou seniores, violência doméstica, abuso sexual, etc) os profissionais deverão actuar num tempo mais célere (de urgência), de acordo com a lei vigente. Para além destas situações excepcionais, o trabalho a desenvolver com famílias assumirá sobretudo **um carácter preventivo e construtivo**. Um

profissional inspirador e motivador, **ajudará as famílias a acreditarem que é possível**, a ousarem partilhar o que pretendem mudar, e o rumo que consideram possível para as suas vidas.

A **comunicação** será assim um dos aliados dos profissionais. Relembramos que são estes os que tiveram formação para trabalhar com pessoas (e famílias) e não o contrário. Será a partir de uma **comunicação empática, de respeito e compreensão pelas posturas das famílias** – que se prendem com percursos diversos de superar dificuldades, utilizando as suas forças da melhor forma que souberam e conseguiram. **Valorizar os pequenos passos, e ajudar a ultrapassar pequenos e grandes obstáculos** – não com verdades absoluta – inexistentes – mas com questões geradoras de alternativas de acção, de possibilidades de crescimento contínuo em família.

Quando se consegue uma relação positiva e construtiva entre os dinamizadores e as famílias, maior será o sentimento de satisfação, já que o processo se tornará gratificante para todos. As famílias por terem um espaço em que são ouvidos, respeitados e inspirados, e os técnicos na medida em que **sentem que a sua acção promoveu novas possibilidades de mudança nas famílias** com quem trabalham, mas certamente, também, **novas reflexões para o seu próprio percurso pessoal e familiar**. É nesta postura de se *despir* das suas verdades e modelos vivenciados de família, que o profissional poderá continuar a evoluir e a questionar sempre, tal como é a base da filosofia das ciências sociais e humanas. No questionamento, manterá **abertura para aceitar o outro** e, naturalmente, adaptar novas estratégias de interacção. O **crescimento e amadurecimento do técnico** acontece numa **inter-relação e abertura com pares, famílias e comunidades** em que opera.

11. Bibliografia

- Ausloos, G. (1996). *A competência das Famílias*. Climepsi Editores.
- Barker, P.(2000). *Fundamentos da Terapia Familiar*. Climepsi Editores.
- Barros de Oliveria, J.H. (1994). *Psicologia da Educação Familiar*. Livraria Almedina.
- Benoit, J.C. (1995). *Tratamento das perturbações Familiares*. Climepsi Editores.
- Coletti, M. & Linares, J.L. (1997). *La intervención sistémica en los servicios sociales ante la familia multiproblemática*. Paidós Terapia Familiar.
- Conoley, C.W. & Conoley, J.C. (2009). *Positive Psychology and Family Therapy*. Ed Wiley.
- Don D. Jackson, M.D. *The study of the family*. Fam Proc 4: 1-20, 1965.
- Ferreira da Silva, L. (2001). *Ação Social na Área da Família*. Universidade Aberta.
- Gameiro, J. e col. (1994). *Quem sai aos seus...* Edições Afrontamento.
- García Larrauri, Begoña (2006). *Programa para mejorar el sentido del humor*. Psicologia Pirâmide.
- Gergen, K. (1973). *Social Psychology as History*. Journal of Personality and Social Psychology, vol.6, nº2, 309-320.
- Gergen, K. (1996). *Social Psychology as Social Construction: The Emerging Vision*. In "The Message of Social Psychology: Perspectives on Mind in Societ"y (Eds. C. McGarty and A. Haslam) Oxford: Blackwell
- Gergen, K. (2006). *Construir la Realidad – El futuro de la psicoterapia*. Ediciones Paidós Ibérica, SA.
- Hammond, S.A. (1996). *The Thin Book of Appreciative Inquiry*. Kodiak Consulting.
- Idígoras, Angél Rz (2002). *El Valor Terapéutico del Humor*. Desclée de Brouwer.
- Imber-Black (1988). *Family-Larger System Assessment Model*. Family and Larger Systems. Gustford, London.
- Lebbe-Berrier, P. (1988). *Pouvoir et créativité du travailleur social – une méthodologie systémique*. ESF éditeur.
- Mac Odell (1998). *Appreciative Planning and Action – Experience from field*. Community Application.
- Marujo, H., Neto, LM. E Perloiro, F. (1999) Educar para o Optimismo. Editorial Presença.
- McGoldrickM.; Carter E.(1982). *The Family Life Cycle*. In Walsh, F. *Normal Family Processes*. N.Y., The Guildford Press.
- Miller, G; Shazer, S. (1998). *Have you heard the latest rumour about...? Solution-Focused Therapy as a rumour*. Family Process, Vol 37, nº3.
- Neto, L. (2004), *O Projecto de Apoio à Família e à Criança do Bairro Padre Cruz - Supervisão de um trabalho em contexto de pobreza e exclusão*. In *Cidade Solidária - Revista da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa*, nº 11.
- Oliveira, E.A. & col. (2002). *Estilos Parentais Autoritário e Democrático-Recíproco Intergeracionais, Conflito Conjugal e Comportamentos de Externalização e Internalização*. In *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 15 (1), pp 1-11.
- Ortega Bevia, F.J. (2001). *Terapia Familiar Sistémica*. Universidad de Sevilla.

Pina Prata, F.X. *Patologia Inter-Relacional na Sistémica da Terapia Familiar*. In *Psicologia Social do Desenvolvimento*. 1985. Livros Horizonte.

Relvas, A. P. (1996). *O ciclo vital da Família* (pp. 113-143). Edições Afrontamento.

Relvas, A. P. (2000). *Por detrás do Espelho. Da Teoria à Terapia com a Família*. Coleção Psicologia e Saúde. Quarteto Editora.

Rodrigues, F. (Coord) (2003). *Acção Social na Área da Exclusão Social*. Universidade Aberta.

Sales, C. (2000). *Posição e Movimento no trabalho de acção social. Serão apenas questões de ginástica?* Recortes 2/2000

Sampaio e Gameiro (1985). *Terapia familiar*. Biblioteca das Ciências do Homem. Edições Afrontamento.

Santa Maria; E.P.A (2004). *Trabajando con familias – teoría y práctica*. Libros Certeza.

Seligman, M. (1991). *Learned Optimism*. NY: Alfred A. Knopf.

Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. and Prata, G., "Hypothesizing-Circularity-Neutrality Three Guidelines for the Conductor of the Session," *Fam. Proc.*, 19, 3-12, 1980.

Shazer, S.; Kim Berg, I. (1992). *Doing Therapy: a post-structural re-vision*. *Journal of Marital and Family Therapy*, vol18, nº1, 71-81.

Shazer, S.; Kim Berg, I. (1997). *What works? Remarks on research aspects of Solution-Focused Brief Therapy*. The Association for Family Therapy and Systemic Practice. Blackwell Publishers.

Watzlawick, P., Beavin, J.M. & Jackson, D.D. (1967) *Pragmatics of Human Communication – a study of Interactional Patterns, Pathologies, and Paradoxes*. W. W. Norton & Company, Inc.

Weber, L. & col. (2004). *Identificação de Estilos Parentais: O ponto de vista dos pais e dos filhos*. In *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17(3), pp 323-331.

White, M. & Epston, D. (1993). *Medios Narrativos para fines teraéuticos*. Paidós Terapia Familiar.

Whitney, D & Trosten-Bloom, A., (2003), *The Power of Appreciative Inquiry - A Pratical Guide to Positive Change*. Berret-Koehler Publishers, Inc. San Francisco.

Sítios da Internet visitados

<http://www.brief-therapy.org/> - Terapia Breve Orientada Para As Soluções/ Shazer

<http://www.dulwichcentre.com.au> – Terapias Narrativas (Michael White/ David Epston)

<http://www.swarthmore.edu/SocSci/kgergen1> - **Construcionismo Social** / Gergen

<http://www.inqueritoapreciativo.com/> - Inquérito Apreciativo (Português)/ Grupo Apreciativo

<http://appreciativeinquiry.cwru.edu/> - Inquérito Apreciativo/ Cooperrider

<http://www.imaginechicago.org/> - Programa de Desenvolvimento Comunitário baseado no IA

<http://brianmft.talkspot.com/asp/templates/leftmenugreen.aspx/msgid/135588> - Network of Social Construction Therapies

<http://www.gottman.com/> - The Gottman Relationship Institute