

Estilos educativos parentais e a sua influência na regulação emocional em adolescentes

Ana Teresa Gonçalves Mendes

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em

Psicologia Clínica e da Saúde

(2º ciclo de estudos)

Orientadora: Professora Doutora Cláudia Maria Gomes Mendes da Silva

Coorientadora: Professora Doutora Ludovina Maria de Almeida Ramos

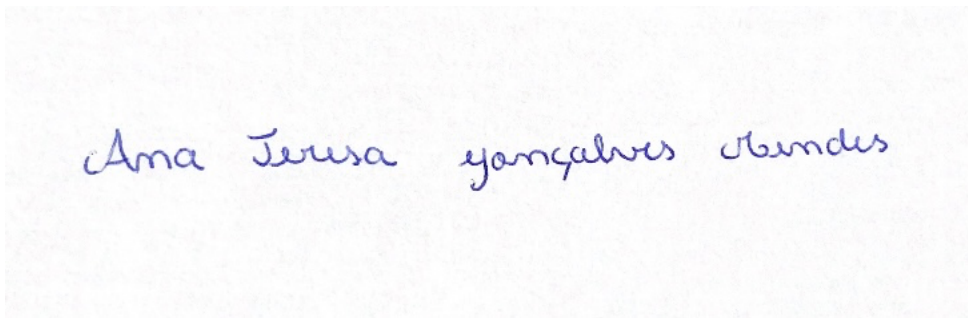
outubro de 2023

Declaração de Integridade

Eu, Ana Teresa Gonçalves Mendes, que abaixo assino, estudante com o número de inscrição M11677 do 2º Ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, declaro ter desenvolvido o presente trabalho e elaborado o presente texto em total consonância com o **Código de Integridades da Universidade da Beira Interior**.

Mais concretamente afirmo não ter incorrido em qualquer das variedades de Fraude Académica, e que aqui declaro conhecer, que em particular atendi à exigida referência de frases, extratos, imagens e outras formas de trabalho intelectual, e assumindo assim na íntegra as responsabilidades da autoria.

Universidade da Beira Interior, Covilhã 09 / 10 / 2023



Ana Teresa Gonçalves Mendes

Fernando Pessoa

Livro do Desassossego

“Tive grandes ambições e sonhos dilatados — mas esses também os teve o moço de fretes ou a costureira, porque sonhos tem toda a gente: o que nos diferencia é a força de conseguir ou o destino de se conseguir connosco”

Aos meus avós. Por tudo aquilo que foram e por me ensinarem a trabalhar sempre para alcançar os meus objetivos.

Sei que, tal como eu, ansiavam especialmente pela concretização deste sonho.

Espero deixar-vos muito orgulhosos.

Agradecimentos

A elaboração da presente Dissertação de Mestrado não seria possível sem o apoio e carinho em que me senti constantemente envolvida. É um orgulho enorme poder contar com a participação e suporte de um conjunto de pessoas nesta etapa, que marca o culminar de cinco anos de trabalho e crescimento, tornando-a ainda mais especial e a quem agradeço muito do fundo do meu coração.

Ao meu avô António, avó Teresa e avô Vital, que me enviam forças vindas do céu e que sei que me apoiam todos os dias. Espero que estejam muito orgulhosos de mim aí em cima.

À minha avó Idalina, por ser conforto e paz, motivando-me sempre a dar o meu melhor com as suas palavras.

Aos meus pais, Manuela e Luís, os meus exemplos e maiores fontes de suporte diário, obrigada por acreditarem em mim, quando nem eu mesma muitas vezes acreditava. Sou muita grata por vos ter ao meu lado na concretização deste sonho.

À Professora Doutora Cláudia Silva, pela sua ajuda, dedicação, cuidado, disponibilidade e paciência. Foi um privilégio tê-la como elemento essencial do meu percurso académico, não só como orientadora, mas também como Professora e exemplo.

À Professora Doutora Ludovina Ramos, a minha coorientadora. Obrigada pelo auxílio, boa disposição e sentido de humor tão característico de si e que tantas vezes me colocou um sorriso no rosto, mesmo nos dias mais difíceis.

A todos os meus Professores, que fizeram parte da minha jornada e me forneceram lições, aprendizagens e conhecimento.

Aos adolescentes e respetivas famílias, que participaram na nossa investigação e a tornaram possível. Neste mundo corrido e atarefado, obrigada pelo tempo que dispensaram.

À Inês, companheira do projeto de investigação, mas acima de tudo, companheira da vida. Obrigada por teres sempre a palavra certa no momento certo e por me encorajares desde o início. Tenho muito orgulho em nós e na amizade que construímos.

À Rute, que apareceu na minha vida em 2006 quando entrámos no 1.º ano de escolaridade e que me acompanha até hoje. Obrigada por nunca deixares de estar lá para mim. Que continuemos assim para sempre, juntas.

Às minhas Marias, Luana, Sol e David, por caminharem ao meu lado nesta fase repleta de certezas e incertezas, tendo sempre uma palavra amiga e de ânimo.

À Rita, por estar sempre comigo, desde as gargalhadas espontâneas aos desabafos aleatórios, mesmo com a distância física que nos separou.

Por fim, mas não menos importante, à Ana Rita, por ser indispensável na recolha da amostra, pela sua simpatia e por se mostrar sempre disponível para me ajudar.

Resumo

O presente estudo averigua a relação entre estilos educativos parentais e a regulação emocional em adolescentes. A amostra foi constituída por 125 adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 15 anos ($M = 13.35$, $DP = 0.99$). A recolha dos dados foi realizada através do contacto com escolas públicas (agrupamentos de escolas) e entidades privadas (centros de explicações), tendo sido utilizado um Questionário Sociodemográfico, o Questionário de Estilos Educativos Parentais revisto e a Escala de Dificuldades na Regulação Emocional versão reduzida. Os resultados da investigação evidenciaram uma diferença na perceção dos estilos educativos parentais do Pai e da Mãe, com valores mais elevados na escala da Mãe. Encontrou-se uma correlação entre os estilos educativos parentais e as dificuldades de regulação emocional. Além disso, a promoção de um clima positivo pela figura paterna mostrou predizer a dificuldade em controlar os impulsos nos adolescentes. Em conclusão, os estilos educativos positivos mostraram contribuir para o desenvolvimento de capacidades de regulação emocional adaptativas em adolescentes.

Palavras-chave

adolescentes, estilos educativos parentais, regulação emocional, QUEEP-r, EDRE-VR

Abstract

The present study examines the relation between parenting styles and emotional regulation in adolescents. The sample consisted of 125 adolescents aged between 12 and 15 years (Mean = 13.35, SD = 0.99). Data collection was carried out through contact with public schools (groups of schools) and private entities (tutoring centers), using a Sociodemographic Questionnaire, the Parenting Behavior Questionnaire revised and the Difficulties in Emotion Regulation Scale short form. The results of the study showed a difference in the perception of the Father's and Mother's parenting styles, with higher values on the Mother's scale. A correlation was found between parenting styles and difficulties in emotional regulation. Furthermore, the promotion of warmth by the father figure has been shown to predict the difficulty in impulse control in adolescents. In conclusion, positive educational styles have been shown to contribute to the development of adaptive emotional regulation capabilities in adolescents.

Keywords

adolescents, parenting styles, emotional regulation, QUEEP-r, EDRE-VR

Índice

Introdução	1
Estilos educativos parentais e a sua influência na regulação emocional em adolescentes.....	3
Metodologia	11
<i>Procedimentos</i>	11
<i>Participantes</i>	11
<i>Instrumentos</i>	14
<i>Análise estatística</i>	15
Resultados.....	17
<i>Análise descritiva dos questionários</i>	17
<i>Diferenças entre a perceção dos estilos educativos parentais do Pai e da Mãe</i>	17
<i>Diferenças entre a perceção dos estilos educativos parentais do Pai e da Mãe em função da variável idade dos Encarregados de Educação</i>	18
<i>Correlações entre os estilos educativos parentais e as dificuldades de regulação emocional</i>	19
<i>Correlações da idade com os estilos educativos parentais e com as dificuldades de regulação emocional</i>	20
<i>Efeito dos estilos educativos parentais e da idade nas dificuldades de regulação emocional</i>	20
Discussão	22
Limitações do estudo.....	28
Sugestões para o futuro	28
Referências Bibliográficas	30
ANEXOS	46

Lista de Tabelas

Tabela 1 – Caracterização dos Dados Sociodemográficos dos Participantes

Tabela 2 – Caracterização dos Dados Sociodemográficos dos Encarregados de Educação

Tabela 3 – Estatísticas Descritivas do EDRE-VR e do QUEEP-r

Tabela 4 – Comparação das Médias das Escalas do QUEEP-r para o Pai e a Mãe (teste t para amostras emparelhadas)

Tabela 5 – Comparação das Médias das Escalas do QUEEP-r para o Pai e a Mãe em função da variável idade dos Encarregados de Educação (teste t para amostras independentes)

Tabela 6 – Matriz de Correlações de Pearson entre os Fatores do EDRE-VR e as Dimensões do QUEEP-r

Tabela 7 – Regressão Linear Múltipla: Dimensões do QUEEP-r do Pai e da Mãe e a Variável Idade como Preditores da Dimensão Impulsos do EDRE-VR

Lista de Acrónimos

DGE	Direção-Geral da Educação
EDRE-VR	Escala de Dificuldades na Regulação Emocional versão reduzida
QUEEP-r	Questionário de Estilos Educativos Parentais revisto

Introdução

A presente investigação, concretizada no âmbito da unidade curricular Dissertação do 2.º ciclo em Psicologia Clínica e da Saúde da Universidade da Beira Interior, encontra-se inserida no projeto intitulado “Regulação Emocional, Estilos Educativos Parentais e Bem-Estar Psicológico em Adolescentes: Avaliação e Intervenção” do Departamento de Psicologia e Educação da Universidade da Beira Interior.

De acordo com Gross e Thompson (2007), a regulação emocional é a forma como cada pessoa intrinsecamente gere, expressa e vivencia as suas emoções. Por outro lado, sabe-se que o período da adolescência marca uma transformação na regulação emocional (Riediger & Klipker, 2014). As mudanças físicas, sociais e académicas relacionadas com esse período fazem com que os mundos interiores e exteriores dos adolescentes estejam tipicamente em maior turbulência do que no período da infância, o que origina novos desafios de regulação emocional (Gross, 2013). Presume-se que a sobre-regulação e a sub-regulação das emoções implicam riscos para a adaptação socioemocional dos adolescentes, isto é, para a sua capacidade de se ajustarem aos desafios socioemocionais que encontram (Riediger & Klipker, 2014). Uma regulação emocional adaptativa revela-se, assim, essencial para o bem-estar psicológico ou saúde mental do adolescente (Betancourt & Muñoz, 2019), sendo fundamental o estudo da regulação emocional para a compreensão do desenvolvimento da fase da adolescência (Riediger & Klipker, 2014).

Para o bem-estar psicológico dos adolescentes parece ainda contribuir a dinâmica familiar, não só pelas relações que a família partilha entre si, como também pelos estilos parentais adotados pelas figuras parentais na criação dos filhos (Francis et al., 2020). O estudo dos estilos educativos parentais revela-se pertinente, uma vez que não só envolve a família, como também toda a sociedade (Weber et al., 2004). Embora o conceito de estilos parentais esteja relacionado com o de práticas parentais, para que seja possível compreender os processos através dos quais as figuras parentais influenciam o desenvolvimento dos seus filhos, deve ser mantida esta distinção entre prática parental e estilo parental (Darling & Steinberg, 1993). As práticas parentais consistem nos comportamentos realizados pelas figuras parentais, sendo definidos por conteúdos específicos e objetivos de socialização como, por exemplo, comportamentos de apoio, que têm como objetivo incentivar certos comportamentos (como, por exemplo, participar em eventos escolares), e de disciplina, que têm como objetivo repreender (como, por exemplo, chamar a atenção para um comportamento incorreto) (Darling & Steinberg, 1993). O estilo parental refere-se a um clima emocional, possibilitando que as figuras parentais socializem com os filhos tendo em consideração os seus valores e crenças (Darling & Steinberg, 1993).

O contexto familiar possui um grande impacto no desenvolvimento social e emocional das crianças e dos adolescentes (Darling & Steinberg, 1993). De acordo com Morris et al. (2007), o contexto familiar tem influência no desenvolvimento da regulação emocional durante o período

da infância e da adolescência de três formas: através da aprendizagem por observação ou modelagem, que sugere que os próprios perfis emocionais e as interações das figuras parentais ensinam, de modo implícito, às crianças que emoções são esperadas no ambiente familiar e como gerir a experiência dessas emoções (como, por exemplo, quando a regulação emocional das figuras parentais serve como um modelo social para os seus filhos), por meio de comportamentos e práticas parentais específicas relacionadas com a socialização das emoções (como, por exemplo, quando as figuras parentais treinam estratégias de regulação emocional) e por meio do clima emocional da família, refletido na qualidade da relação de vinculação, nos estilos parentais e na expressividade familiar (como, por exemplo, quando os comportamentos e atitudes dos pais em relação às expressões emocionais dos filhos e experiências reforçam ou desencorajam a regulação emocional). Dado o impacto significativo dos estilos educativos parentais, revela-se fulcral determinar a sua influência nas dificuldades de regulação emocional dos adolescentes.

O objetivo geral desta investigação foi averiguar a relação entre as perceções dos adolescentes acerca dos estilos educativos parentais e as dificuldades de regulação emocional. Em relação à formatação, optou-se pela apresentação em formato de artigo científico, seguindo as normas da revista *Psychologica*. O artigo inicia com um enquadramento teórico acerca da regulação emocional e dos estilos educativos parentais. De seguida, é apresentada uma descrição da metodologia utilizada no estudo, a caracterização dos participantes e dos seus encarregados de educação, os instrumentos e os procedimentos de recolha e análise dos dados. Por fim, são apresentados os resultados e a discussão dos mesmos.

Estilos educativos parentais e a sua influência na regulação emocional em adolescentes

Regulação emocional: Conceito

A pesquisa acerca da regulação emocional tem-se tornado cada vez mais popular na literatura científica (S, it, oiu & Pânis, oară, 2022). De acordo com Koole (2010), a regulação emocional consiste num conjunto de processos a que as pessoas recorrem, de modo a redirecionar o fluxo espontâneo das suas emoções. Já para Kheradmand e Ghahhari (2018), a regulação emocional consiste na capacidade de modular, suprimir e expressar emoções positivas e negativas, de uma forma adaptativa.

Gross et al. (2006) definem o conceito de regulação emocional como uma função atribuída à regulação dos afetos, envolvendo a mudança de constituintes da interação entre o sujeito e o ambiente que o rodeia e que abrange em si os processos que coordenam as alterações emocionais que os indivíduos vivenciam (como o tipo e o momento) e a suas modalidades de expressão. No entanto, uma das conceitualizações mais utilizadas de regulação emocional, sugerida por Gross (2015), considera a regulação emocional como o conjunto dos processos pelos quais as pessoas exercem influência nas suas emoções, quando têm as emoções e como são vivenciadas e expressas. A regulação emocional pode, então, ser compreendida como um processo adaptativo, mas as tentativas que utilizamos na regulação das nossas emoções podem nem sempre revelar-se eficientes (Sanchis-Sanchis et al., 2020).

A regulação emocional encontra-se relacionada com as mudanças ligadas às emoções ativadas. Por um lado, mudanças na própria emoção como, por exemplo, mudanças em termos de intensidade e duração (Thompson, 1994). Por outro lado, mudanças em outros processos psicológicos, em que a emoção determina e influencia a regulação desses processos como, por exemplo, a memória e a interação social. Desta forma, a regulação emocional não é definida através das emoções que são ativadas, mas pelas mudanças sistemáticas associadas a essas emoções ativadas (Cole et al., 2004).

Paralelamente, a regulação emocional pode ainda ser constituída tanto por processos explícitos como implícitos. Os processos explícitos são considerados conscientes e encontram-se relacionados com a regulação emocional que acontece quando se verifica a existência de esforços como, por exemplo, um aluno que opta por não ver o seu filme preferido para que consiga estudar e estar preparado para o exame que tem no dia a seguir. Por outro lado, a regulação emocional implícita é aquela que ocorre sem consciência e de uma forma automática como, por exemplo, quando uma criança vê algo de que tem medo, se assusta e evita-o rapidamente (Gross, 2015; Gyurak et al., 2011).

A regulação emocional encontra-se dependente de várias capacidades regulatórias. O controlo emocional que envolve a capacidade de modificação das próprias respostas emocionais, a autoconsciência emocional que consiste na capacidade autorreflexiva de avaliar a resposta emocional atual e, por último, a consciência emocional situacional que constitui a sensibilidade para com o ambiente emocional, isto é, as emoções devem ser compreendidas no contexto, o que pode exigir a implementação de soluções específicas. Cada uma destas capacidades regulatórias revela-se necessária para uma resposta emocional flexível, mas que se pode tornar problemática se estiver presente num nível considerado extremo (Cole et al., 2004; Herzog et al., 2015). O termo regulação emocional encontra-se, assim, relacionado com os processos emocionais que influenciam outros processos, mas também com a capacidade de as emoções serem reguladas. Deste modo, uma visão dinâmica da regulação emocional necessita de uma compreensão de que as emoções são simultaneamente reguladas e reguladoras (Cole et al., 2004).

Regulação emocional na adolescência

As emoções podem interferir na capacidade atencional, facilitar ou dificultar a resolução de problemas e auxiliar ou prejudicar a construção das relações, tornando-se necessário auxiliar as crianças e os adolescentes a aprender a regulá-las (Macklem, 2008). Além disso, é ainda imprescindível a promoção da aceitação e normalização das diversas emoções, com a finalidade de fomentar uma expressão emocional que se revele adaptativa (Santos et al., 2022).

A vida emocional dos adolescentes difere da das crianças e da dos adultos, visto que os adolescentes reagem de forma mais intensa a situações que despertem emoções, experienciam mais emoções negativas, sentem diversas emoções misturadas e exaltam-se mais rapidamente em certas situações (Riediger & Klipker, 2014). Os adolescentes experienciam variações mais diversas de emoções do que as crianças, mas não têm muitas competências de regulação emocional, visto que mesmo que estas aumentem com a idade e com a experiência, esse aumento nem sempre ocorre de uma forma linear (Mulyati et al., 2019). Deste modo, a regulação emocional revela-se essencial para que se verifique um funcionamento positivo (Macklem, 2008).

Conforme afirmado por Zimmer-Gembeck e Skinner (2011), no início da adolescência verifica-se um aumento de algumas reações de stresse potencialmente desadaptativas, como a ruminação e a agressão verbal, sendo que os avanços desenvolvimentais podem apresentar novas vulnerabilidades. Como exemplo, a capacidade gradual dos jovens adolescentes na reflexão das suas próprias emoções origina estratégias de regulação emocional cada vez mais sofisticadas, como o diálogo interno positivo. Apesar disso, pode também provocar vulnerabilidades emocionais, como o aumento da ruminação e a culpabilização para com as outras pessoas. De igual modo, as mesmas capacidades prospetivas que possibilitam os adolescentes planear o seu futuro, permitem também que eles se preocupem com o mesmo. Ao enfrentar as diversas mudanças inerentes a este novo período, os adolescentes podem nem sempre ser capazes de lidar de forma tranquila com as emoções podendo, por vezes, ver-se envolvidos em delinquência ou agressões (Mulyati et al., 2019).

Relativamente às estratégias de regulação emocional utilizadas pelas crianças e pelos adolescentes, Zimmer-Gembeck e Skinner (2011) salientam duas tendências. Por um lado, verifica-se um aumento da capacidade regulatória tendo por base a idade, não só através do aumento da compreensão de situações emocionais, como através da utilização de estratégias regulatórias mais amplas. A título exemplificativo, foi possível verificar a existência de um aumento gradual nas competências de resolução de problemas da infância à adolescência. Em comparação às crianças, os adolescentes parecem ter uma maior capacidade para refletir acerca dos seus próprios estados emocionais internos e de utilizar estratégias cognitivas cada vez mais adaptativas para lidar com as emoções, como o diálogo interno positivo e a autorregulação emocional com intencionalidade (Zimmer-Gembeck & Skinner, 2011).

Por outro lado, verificou-se uma maior capacidade no ajustamento da estratégia de regulação emocional utilizada numa determinada situação, ou seja, os adolescentes apresentavam cada vez mais estratégias de regulação emocional eficientes para lidar com os vários tipos de stresse. Tal aspeto pode ser constatado com o aumento da capacidade de resolução de problemas para superar dificuldades que possam surgir, nomeadamente problemas escolares, desde a infância até à adolescência (Zimmer-Gembeck & Skinner, 2011). No mesmo sentido, os adolescentes tendem a abordar os problemas importantes com o intuito de os controlar e resolver (Blanchard-Fields & Coats, 2008).

A investigação parece, assim, confirmar que a idade é um fator de influência na regulação emocional. Por outro lado, os fatores familiares têm também influência, visto que o *coaching* emocional realizado pelas figuras parentais e os seus comportamentos que sejam considerados perturbadores podem influenciar como os adolescentes realizam a sua regulação emocional (Mulyati et al., 2019). A afetividade por parte da mãe encontra-se relacionada de forma positiva com a regulação emocional dos adolescentes e as estratégias de regulação emocional utilizadas pelas mães estão também associadas às estratégias de regulação emocional utilizadas pelos adolescentes. Porém, esta associação já não se verifica com o pai (Mulyati et al., 2019).

Outro fator que influencia a regulação emocional é o género, sendo que os rapazes têm mais dificuldades no controlo da sua raiva de forma adaptativa, o que está relacionado com um aumento da agressão física. Tal aspeto já não é verificado em relação às raparigas, em que a dificuldade no controlo da raiva não se encontra associada com a agressão física (Mulyati et al., 2019). Isto parece acontecer devido às diferenças que existem no significado, nos métodos de expressão emocional e nos níveis de reatividade nas raparigas e nos rapazes (Morris et al., 2002; Mulyati et al., 2019).

As relações sociais parecem ser outro fator de influência, considerando que a regulação emocional na primeira infância evidencia uma relação longitudinal direta com a rejeição realizada pelos pares e, por outro lado, uma relação indireta com o comportamento considerado antissocial no início da adolescência (Mulyati et al., 2019). Por fim, as habilidades cognitivas, como observar e avaliar circunstâncias e situações, revelam-se também essenciais na regulação emocional (Mulyati et al., 2019).

De forma conjunta com os esquemas emocionais, uma regulação emocional eficaz é considerada um pré-requisito para que se consiga alcançar um funcionamento considerado adaptativo (Gross et al., 2006). Várias investigações têm averiguado que défices na regulação emocional podem originar consequências notórias ao nível das relações sociais e da saúde mental e física (Mikolajczak et al., 2008). De acordo com Lennarz et al. (2019), a capacidade de regulação emocional dos adolescentes na sua vida diária pode determinar se os conflitos com as figuras parentais aumentam ou diminuem e se receberão apoio social dos pares ou não. Deste modo, uma capacidade adaptativa de regulação emocional revela-se essencial nos adolescentes (Mulyati et al., 2019).

Parentalidade e regulação emocional

Considera-se impossível que as crianças se desenvolvam sozinhas, pelo que os pais constituem o meio em que crescem (Barroso & Machado, 2010). A parentalidade pode ser definida como o conjunto de atividades que têm como objetivo a garantia da sobrevivência e também do desenvolvimento da criança (Hoghugh, 2004). A literatura atribui destaque ao contexto familiar, em que as interações familiares, nomeadamente com os agentes de socialização das emoções, as figuras parentais, auxiliam no reconhecimento, na compreensão e expressão emocional e também na aprendizagem de estratégias relacionadas com a regulação emocional. A socialização parental das emoções revela-se, assim, um processo amplo e multidimensional, que apela ao papel das figuras parentais e em como este se reflete nas crenças, valores e também objetivos relativos à expressão, experiência e modelagem emocional (Palmeira et al., 2010), sendo que a socialização parental na regulação emocional é particularmente importante no período da adolescência (Nurany et al., 2022; Silva & Freire, 2014).

Eisenberg et al. (1998) concetualizaram teoricamente a socialização das emoções, ressaltando os efeitos de *feedback* entre as competências socioemocionais e as consequências da socialização das emoções. O modelo reconhece quatro tipos de socialização parental das emoções, nomeadamente a expressividade emocional parental, a discussão parental das emoções, as reações das figuras parentais em relação à expressão emocional e a seleção ou modificação da situação, que pode ter efeitos diretos e indiretos na expressão, compreensão, experiência e regulação emocional (Valiente & Eisenberg, 2006).

Deste modo, são as figuras parentais, na qualidade de figuras significativas, que promovem e proporcionam a maturação das competências e das capacidades emocionais, visto que a validação emocional das mesmas, em conjunto com o incentivo da identificação e da discriminação emocional, expressa não só a adoção de estratégias mais desenvolvidas de regulação emocional, como também uma diferenciação, recetividade e discussão das emoções (Palmeira et al., 2010). Dados empíricos revelam que níveis moderados de ânimo e de aceitação parental da expressão emocional positiva e negativa poderão indicar um desenvolvimento socioemocional positivo, favorecendo uma maior consciência dos diversos estados emocionais e uma regulação emocional mais eficiente (Eisenberg et al., 1998).

É de ressaltar que este processo parental de socialização emocional estabelece-se com base em múltiplas interações, encontrando-se dependente das características das figuras parentais, como os seus valores, das características da criança, como a sua idade e género e, por fim, das características do contexto sociocultural em que vivem, nomeadamente o papel das práticas parentais na educação da criança ou os valores culturais relativos à expressão emocional (Valiente & Eisenberg, 2006).

A expressividade emocional familiar é refletida no funcionamento infantil, visto que esta influencia a capacidade da criança para classificar e entender as suas próprias emoções e também as dos que a rodeiam (Palmeira et al., 2010). Além disso, as figuras parentais, ao exporem a criança a uma multiplicidade de emoções, estão a colaborar para que ela consiga atribuir significados aos acontecimentos, às interações e às respostas emocionais das outras pessoas (Eisenberg et al., 1998). Por outro lado, uma expressividade emocional negativa por parte das figuras parentais, quando dirigida à criança, poderá sugerir um funcionamento social baixo e níveis de compreensão emocional menores (Palmeira et al., 2010). A regulação emocional das figuras parentais exerce influência na regulação emocional da criança e as figuras parentais contribuem, assim, para o desenvolvimento da regulação emocional dos filhos (Bolstad et al., 2021; Shorer et al., 2019).

Investigações realizadas com adolescentes demonstraram que o afeto, o amor e a expressão positiva das figuras parentais encontram-se relacionadas com baixos níveis de problemas comportamentais externalizantes e com o esforço de controlo das crianças, originando uma vinculação segura e regulação emocional, visto que as crianças desenvolvem maiores forças e recursos para lidar e enfrentar as situações e as emoções negativas (Cummings & Davies, 1996; Eisenberg et al., 2005).

A adolescência acarreta um conjunto de novos desafios e também deveres para as figuras parentais e quando se constata uma melhor preparação por parte das referidas figuras parentais para lidar com os desafios, a preocupação diminui e as crianças aprendem estratégias de *coping* (Kheradmand & Ghahhari, 2018). As figuras parentais exercem, assim, um papel fulcral no desenvolvimento emocional e social das crianças (Jabeen et al., 2013).

Estilos parentais

Ao analisar-se a socialização pelas figuras parentais, deve também considerar-se o estilo parental, visto que este traduz as atitudes transmitidas e produz um clima emocional em que é representado o comportamento das figuras parentais (Darling & Steinberg, 1993). O estilo parental engloba os princípios parentais utilizados na educação da criança, influenciando o comportamento da mesma (Candelanza et al., 2021; S, it,oiu & Pânis,oară, 2022).

De acordo com Hoghughi (2004), o estudo à volta do conceito de parentalidade pode realizar-se tendo em consideração diversas variáveis, nomeadamente em termos de práticas parentais, estilos parentais e dimensões. Em relação às práticas parentais, estas podem ser definidas como os comportamentos que as figuras parentais realizam, com o objetivo de promover a socialização das emoções dos filhos (Darling & Steinberg, 1993; Morris et al., 2007).

Para que se consiga perceber as influências parentais sobre os filhos, vários autores tentaram operacionalizar e conceitualizar os estilos parentais em categorias, como estilo parental autoritativo, autoritário e permissivo (Baumrind, 1978; Baumrind & Black, 1967). Um estilo parental autoritário representa alto controle e alta capacidade de resposta, encontrando-se relacionado com níveis mais altos de esforço de controle (Zhou et al., 2004) e de auto-regulação (Baumrind & Black, 1967). O estilo autoritário tem em consideração altas expectativas na criança, o estabelecimento de limites e punições rígidas e um nível baixo de afeto para com a criança (S, it, oiú & Pânis, oarã, 2022). Já relativamente a um estilo parental autoritarivo, este representa um alto controle, sendo que as figuras parentais são rigorosas e também interessadas quanto às necessidades emocionais da criança (Jabeen et al., 2013). Este estilo parental encontra-se também relacionado com a afetividade parental, o que, por sua vez, provoca um aumento do nível de autoestima dos filhos (Martinez et al., 2020) e uma maior capacidade para atingirem os seus objetivos (flexibilidade psicológica), contrariamente ao estilo autoritário, em que os filhos não apresentam flexibilidade psicológica (Bibi et al., 2021). Deste modo, o estilo parental autoritativo é considerado o mais adequado e ajustado à educação da criança, como também para o seu bem-estar psicológico e autoestima (Bibi et al., 2013; S, it, oiú & Pânis, oarã, 2022). Por fim, um estilo parental permissivo reflete níveis de afeto elevados e níveis de controle baixos, por parte das figuras parentais, bem como maior negatividade emocional e imaturidade nas crianças (Miller et al., 2002; Jabeen et al., 2013). O estilo permissivo encontra-se definido pela ausência de limites, menor controle exercido pelas figuras parentais e baixas expectativas em relação a comportamentos (Ockwell-Smith, 2017).

De acordo com Davies e Cummings (1994), um estilo parental autoritarivo com elevado calor afetivo torna os pensamentos negativos menos ameaçadores, fornece uma sensação de segurança e origina desenvolvimento ao nível emocional. O estilo parental autoritarivo é considerado como uma parentalidade positivamente associada à regulação emocional (Mulyati et al., 2019), contrastando com um estilo parental autoritário que estaria negativamente associado à regulação emocional (Davies & Cummings, 1994). Também os estudos de Chang et al. (2003) e de Manzeske e Stright (2009) mostraram que uma parentalidade severa se encontrava negativamente associada à regulação emocional das crianças. O estilo parental autoritário está relacionado com competências comunicativas diminuídas, enquanto o estilo parental autoritarivo conduz a uma confiança nas habilidades parentais e a uma comunicação eficiente entre as figuras parentais e os seus filhos (Idrees et al., 2021). De acordo com McGillicuddy-De Lisi e De Lisi (2007), estudantes em idade universitária, que entendiam as suas figuras parentais como autoritativas, afirmavam ter relações familiares mais positivas comparativamente aos estudantes que as viam como autoritárias.

Um comportamento parental autoritário, isto é, um comportamento considerado controlador e severo, e uma parentalidade excessivamente permissiva, em que as figuras parentais evitam realizar exigências em termos de maturidade e não estabelecem limites apropriados quando se verifica a ocorrência de um mau comportamento, parecem impedir que haja um desenvolvimento ideal da autorregulação na primeira infância (Kim & Holloway, 2018).

Outra perspectiva de classificação dos estilos parentais encontra-se baseada em duas dimensões: controlo ou exigência e afeto ou capacidade de resposta. Cada uma destas dimensões da parentalidade exerce a sua influência na presença ou ausência da outra. Deste modo, as figuras parentais consideradas exigentes que fornecem apoio aos interesses dos seus filhos com cordialidade e aceitação, estimulam também qualidades exploratórias e de autoconfiança. Já a exigência sem capacidade de resposta encontra-se relacionada com níveis mais elevados de descontentamento e desconfiança. Por outro lado, figuras parentais responsivas que tiveram falta de controlo, criaram filhos sem autoconfiança para explorar o ambiente que os rodeia (Baumrind, 1971). Várias investigações apoiaram a hipótese original proposta por Baumrind, nomeadamente ao nível do estilo parental autoritarivo que, em simultâneo com o controlo e afetividade, encontra-se associado a resultados positivos (Driscoll et al., 2008) e que o estilo parental autoritário e permissivo são menos bem-sucedidos. No entanto, ainda não é conhecido se o estilo parental é determinado pela regulação emocional das figuras parentais (S, it, oiu & Pânis, oarã, 2022).

Para a concretização do presente estudo, decidiu-se seguir uma abordagem definida por dimensões, em que as atitudes das figuras parentais se encontram associadas a uma dimensão (Power, 2013). Segundo o estudo de Kerr e Stattin (2000), as dimensões Autonomia Psicológica, Clima Positivo e Conhecimento, nomeadamente que os pais têm acerca das atividades diárias dos filhos, estão relacionadas com um bom ajustamento externo e interno dos adolescentes. A Autonomia Psicológica é definida pelas ações das figuras parentais que promovem um pensamento independente e uma tomada de decisão consciente e informada nos adolescentes, o Clima Positivo está relacionado com as características de interação positiva que os pais estabelecem com os filhos (como, por exemplo, otimismo e bom humor) e, por fim, o Conhecimento efetivo que os pais têm das atividades e dos comportamentos dos filhos (Cruz et al., 2018).

O estudo dos estilos parentais percebidos deve ter também em consideração variáveis tais como a idade e também o género. A título exemplificativo, estudantes universitários nos Estados Unidos da América demonstraram ter uma opinião considerada mais favorável relativamente aos estilos parentais autoritativos e autoritários do que aos estilos permissivos, sendo que as raparigas enfatizaram a importância de um estilo parental autoritarivo (Barnhart et al., 2013).

Segundo Morris et al. (2007), a regulação emocional é expressa através de processos que incluem práticas parentais, clima emocional familiar e modelagem, podendo estes ser afetados por estilos parentais, relações de vinculação e relacionamentos conjugais numa família. Os estilos parentais e as capacidades de regulação emocional das crianças encontram-se relacionados entre si e a existência de uma atitude severa por parte das figuras parentais afeta a capacidade das crianças se regularem, o que origina desregulação emocional (Eisenberg et al., 1999). Assim, as práticas e os estilos parentais de socialização das emoções, que recebem influência de diversas variáveis como esquemas emocionais e a expressividade emocional familiar, são inseparáveis do desenvolvimento das capacidades socioemocionais das crianças e da maturação e desenvolvimento psicológico das mesmas (Palmeira et al., 2010). O género da

criança pode também influenciar os estilos parentais e a regulação emocional, visto que afeta a socialização e os níveis de regulação emocional (Jabeen et al., 2013).

Os estilos parentais percebidos encontram-se relacionados com as emoções, sendo que crianças e adolescentes com comportamentos considerados problemáticos e com emoções negativas mais elevadas, afirmam ter mais rejeição por parte das suas figuras parentais (Yahav, 2007). Segundo a literatura, o estilo parental e as práticas educativas parentais exercem, assim, uma influência significativa no desenvolvimento psicossocial da criança, bem como no seu ajustamento psicológico e na sua regulação emocional (Gul et al., 2021; Karim et al., 2013; Maccoby, 2000; S, it, oi u & Pânis, oarã, 2022). Revela-se necessário existir um equilíbrio de autoridade parental, de modo a garantir a independência da criança (Baumrind, 2010).

Demonstram-se escassas as investigações que analisam a influência do efeito dos estilos parentais na regulação emocional em adolescentes e na experiência subjetiva da emoção (Herzog et al., 2015; Morris et al., 2007). Embora a adolescência seja marcada por ser um período em que aumentam os conflitos, o apoio das figuras parentais torna-se essencial devido à regulação emocional negativa dos adolescentes (Larson et al., 1996; Steinberg & Morris, 2001). O presente estudo pretende, assim, perceber a relação entre as perceções de adolescentes acerca dos estilos educativos parentais e a presença de dificuldades de regulação emocional.

Metodologia

Procedimentos

Este estudo insere-se no projeto de investigação “Regulação Emocional, Estilos Educativos Parentais e Bem-Estar Psicológico em Adolescentes: Avaliação e Intervenção”, aprovado pela Comissão de Ética da Universidade da Beira Interior (CE-UBI-Pj-2022-068-ID-1533). Foi realizado um pedido de autorização para a aplicação de inquéritos/realização de estudos de investigação em meio escolar através do sistema de Monitorização de Inquéritos em Meio Escolar, pertencente à Direção-Geral da Educação (DGE). Tendo a autorização da DGE, foi necessário transpor os questionários para uma plataforma digital (plataforma *EUSurvey*) e criar um protocolo de consentimento informado destinado aos encarregados de educação, de forma a obter autorização para a participação dos jovens. Aquando da autorização por parte dos estabelecimentos escolares, foi enviado um *email* com a apresentação do projeto de investigação, os principais objetivos e um esclarecimento acerca dos instrumentos que necessitavam de ser preenchidos, assim como um *link* onde constava o consentimento informado para o encarregado de educação e os instrumentos do estudo. Antes do preenchimento do protocolo eram apresentados os objetivos do estudo e a garantia do Consentimento Livre, Informado e Esclarecido. Os participantes foram contactados através de escolas públicas (agrupamentos de escolas) e de entidades privadas (centros de explicações). A recolha de dados decorreu de maio a julho de 2023 e os critérios de inclusão na amostra foram: a) o/a adolescente ter idade compreendida entre 12 e 15 anos; b) o encarregado de educação do/a adolescente dar o seu consentimento informado para a participação no estudo de forma anónima e voluntária.

Participantes

O estudo contou com a participação de 125 estudantes do 2.º e 3.º ciclo de escolaridade, isto é, do 6.º ano (2.4%), do 7.º ano (40.0%), do 8.º ano (29.6%) e do 9.º ano (28.0%), com idades compreendidas entre os 12 e os 15 anos ($M = 13.35$, $DP = 0.99$). A distribuição por géneros é muito igualitária, com uma ligeira predominância de participantes do género feminino (52.0%). A maior parte dos participantes residia em Viseu (31.2%) ou em Braga (30.4%) e o seu agregado familiar era constituído pela mãe, pai e irmãos (52.0%) (Tabela 1).

Tabela 1*Caracterização dos Dados Sociodemográficos dos Participantes (N = 125)*

Variáveis		n	Frequências (%)
Idade	12	28	22.4%
	13	44	35.2%
	14	34	27.2%
	15	19	15.2%
Género	Feminino	65	52.0%
	Masculino	60	48.0%
Ano de Escolaridade	6.º Ano	3	2.4%
	7.º Ano	50	40.0%
	8.º Ano	37	29.6%
	9.º Ano	35	28.0%
Residência	Viseu	39	31.2%
	Braga	38	30.4%
	Covilhã	25	20.0%
	Aveiro	12	9.6%
	Outros	11	8.8%
Elementos do Agregado Familiar	Mãe/Pai/Irmãos	65	52.0%
	Mãe/Pai	24	19.2%
	Mãe	13	10.4%
	Mãe/Pai/Irmãos/Avós	6	4.8%
	Mãe/Irmãos	5	4.0%
	Mãe/Avós	3	2.4%
	Mãe/Pai/Avós	2	1.6%
	Mãe/Padrasto/Irmãos	2	1.6%
	Pai/Irmãos	2	1.6%
	Pai	1	0.8%
	Avós	1	0.8%
	Mãe/Pai/Irmãos/Avós/Primos/Tia	1	0.8%

Através do questionário preenchido pelos adolescentes foi possível recolher dados sociodemográficos referentes aos encarregados de educação, sendo que a maioria era do género feminino (82.4%) com uma ligeira predominância de idades superiores a 45 anos (50.4%). Em relação ao estado civil, a maioria dos encarregados de educação encontrava-se casada (68.0%) e tinha nacionalidade portuguesa (92.0%). No que diz respeito às habilitações literárias, as três principais habilitações literárias correspondiam ao 12.º ano de escolaridade (37.6%), ao grau de licenciatura (28.8%) e ao grau de mestrado (14.4%) (Tabela 2).

Tabela 2

Caracterização dos Dados Sociodemográficos dos Encarregados de Educação

Variáveis		<i>n</i>	Frequências (%)
Idade	Até 45 anos	62	49.6%
	Mais de 45 anos	63	50.4%
Género	Feminino	103	82.4%
	Masculino	22	17.6%
Estado Civil	Casado	85	68.0%
	Divorciado	17	13.6%
	União de Facto	13	10.4%
	Solteiro	8	6.4%
	Viúvo	2	1.6%
Nacionalidade	Portuguesa	115	92.0%
	Outra	10	8.0%
Habilitações Literárias	Até ao 4.º ano	2	1.6%
	6.º ano	6	4.8%
	9.º ano	15	12.0%
	12.º ano	47	37.6%
	Licenciatura	36	28.8%
	Mestrado	18	14.4%
	Doutoramento	1	0.8%

Instrumentos

Questionário Sociodemográfico

O Questionário Sociodemográfico, elaborado para a investigação, pretendeu recolher informações demográficas, através de conjuntos de questões, sobre os jovens e respetivos encarregados de educação participantes no estudo, nomeadamente, a idade, o género, o ano de escolaridade, a residência e o agregado familiar, em relação aos adolescentes, e a idade, o género, o estado civil, a nacionalidade e as habilitações literárias, em relação aos encarregados de educação.

Escala de Dificuldades na Regulação Emocional – Versão Reduzida (EDRE-VR)

No que diz respeito à avaliação da regulação emocional, a Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (DERS; Gratz & Roemer 2004) é uma das medidas mais utilizadas para problemas de regulação emocional. Gratz e Roemer (2004) procuraram desenvolver uma escala multidimensional para medir as dificuldades em 4 dimensões principais da regulação emocional: (a) a consciência e a compreensão das emoções; (b) a aceitação das emoções; (c) a capacidade de se envolver num comportamento direcionado a um objetivo e de controlar comportamentos impulsivos na presença de emoções negativas; e (d) o acesso a estratégias de regulação emocional percebidas pelo indivíduo como eficazes (Moreira et al., 2020).

A análise fatorial exploratória da versão adaptada para português encontrou seis fatores que se revelaram ligeiramente diferentes da inicial concetualização teórica (Moreira et al., 2020). Os autores descobriram, assim, que as dificuldades no envolvimento de comportamentos direcionados a objetivos e de controlar os impulsos eram considerados fatores distintos, como também a falta de consciência e de clareza emocional. Deste modo, foram encontrados os seis seguintes fatores: 1) a falta de consciência emocional (consciência; avalia a tendência direcionada à desatenção e a falta de consciência das emoções); 2) a não aceitação de resposta emocionais (não aceitação; avalia a tendência de exibir reações negativas secundárias a emoções negativas e/ou sofrimento); 3) a dificuldade em envolver-se em comportamentos direcionados a objetivos (objetivos; avalia as dificuldades no completamento de tarefas e na concentração quando se experiencia estados emocionais negativos); 4) o acesso limitado a estratégias de regulação emocional (estratégias; avalia a crença de que pouco pode ser realizado para regular as emoções quando a pessoa está chateada); 5) a dificuldade no controlo dos impulsos (impulso; avalia as dificuldades no controlo do comportamento quando se experiencia estados emocionais negativos; e 6) a falta de clareza emocional (clareza; avalia o grau de conhecimento dos indivíduos e a clareza acerca dos seus estados emocionais) (Moreira et al., 2020).

Esta escala tem propriedades psicométricas adequadas (boa consistência interna e validade de construto) em diversas culturas e populações, incluindo adolescentes (Neumann et al., 2010). A versão em português europeu apresentou confiabilidade adequada, com alfas de *Cronbach* variando de .74 (Consciência) a .88 (Estratégias) e correlações teste-reteste variando de .67 (Consciência) a .81 (Estratégias) (Moreira et al., 2020).

No presente estudo, obteve-se uma boa consistência interna para os fatores Estratégias ($\alpha = .776$; $\omega = .786$), Não Aceitação ($\alpha = .781$; $\omega = .783$), Impulsos ($\alpha = .882$; $\omega = .886$), Objetivos ($\alpha = .878$; $\omega = .880$) e Clareza ($\alpha = .709$; $\omega = .715$). Já em relação ao fator Consciência, obteve-se uma consistência interna fraca ($\alpha = .521$; $\omega = .558$) (Maroco & Garcia-Marques, 2006).

Questionário de Estilos Educativos Parentais revisto (QEEP-r)

A versão inicial do Questionário de Estilos Educativos Parentais revisto (QEEP-r) avalia a percepção dos adolescentes relativamente aos estilos educativos parentais e foi validada por Cruz et al. (2011) com adolescentes entre os 12 e os 15 anos de idade, integrando este questionário 19 itens que se encontram organizados em duas escalas. O instrumento foi revisto com o objetivo de alcançar a especificidade da atuação dos pais e das mães com os seus filhos adolescentes, tendo ficado com 33 itens numa escala que varia entre 1 “Nunca ou quase nunca” e 4 “Sempre ou quase sempre”.

Os resultados evidenciaram que o QEEP-r pode ser considerado um instrumento com características psicométricas apropriadas e permite uma avaliação invariante da percepção dos adolescentes até aos 18 anos de idade relativamente aos estilos educativos do pai e da mãe. Assim, o QEEP-r possibilita a caracterização das percepções dos adolescentes relativamente às dimensões de Autonomia Psicológica, Clima Positivo e Conhecimento dos pais e das mães. Ao proceder à avaliação de modo igualitário das percepções dos adolescentes sobre os estilos educativos do pai e da mãe (medida invariante), o QEEP-r apresenta-se um recurso com relevância, podendo assim potenciar a investigação acerca do impacto diferencial dos estilos educativos parentais no desenvolvimento e ajustamento do adolescente (Cruz et al., 2018).

O QEEP-r apresenta uma consistência interna muito boa para os fatores da escala de estilos educativos do pai (Autonomia Psicológica: $\alpha = .92$, Clima Positivo: $\alpha = .93$ e Conhecimento: $\alpha = .91$) e para os fatores da escala de estilos educativos da mãe (Autonomia Psicológica: $\alpha = .90$, Clima Positivo: $\alpha = .92$ e Conhecimento: $\alpha = .90$) (Cruz et al., 2018). No presente estudo, e em relação à escala do pai, obteve-se uma consistência interna muito boa para os fatores Autonomia Psicológica ($\alpha = .902$; $\omega = .903$) e Clima Positivo ($\alpha = .914$; $\omega = .914$), enquanto para o fator Conhecimento se verificou uma consistência interna boa ($\alpha = .861$; $\omega = .860$). Obteve-se ainda na escala da mãe uma consistência interna boa para os fatores Autonomia Psicológica ($\alpha = .891$; $\omega = .892$), Clima Positivo ($\alpha = .843$; $\omega = .846$) e Conhecimento ($\alpha = .828$; $\omega = .828$) (Maroco & Garcia-Marques, 2006).

Análise estatística

Após a recolha dos dados, as análises estatísticas foram realizadas com recurso ao *software* IBM SPSS *Statistics*, versão 28, assegurando a sua confidencialidade. Primeiramente, foi realizada uma análise de frequências, com o objetivo de descrever as características sociodemográficas dos participantes e dos seus encarregados de educação. De seguida, foi efetuada uma análise descritiva dos resultados no QEEP-r e no EDRE-VR, de acordo com a média, o desvio padrão e

os valores mínimos e máximos obtidos. Foi realizado ainda um teste *t* de Student para amostras emparelhadas, de modo a investigar se se verificavam diferenças significativas entre as percepções dos adolescentes nas dimensões dos estilos educativos do pai e da mãe e um teste *t* de Student para amostras independentes, para entender se a percepção dos estilos educativos parentais do pai e da mãe varia em função da variável idade dos encarregados de educação. Para verificar a relação entre o QUEEP-r e o EDRE-VR, realizou-se uma análise de correlação bivariada através do coeficiente de *Pearson*. Por último, efetuou-se uma regressão linear múltipla exploratória, através do método *forward*, tendo como finalidade perceber o efeito das dimensões dos estilos educativos parentais percebidos e da idade dos adolescentes nas dificuldades de regulação emocional. Para a realização da regressão linear múltipla foram verificados os pressupostos de validação do modelo. Deste modo, foi efetuada uma análise da multicolinearidade, não se verificando a existência de problemas, visto que as correlações entre as variáveis são inferiores a .750 (Marôco, 2021). Foi ainda realizada uma análise dos resíduos, averiguando-se que estes estavam distribuídos ao longo da reta, concluindo-se que existe linearidade dos modelos.

Resultados

Análise descritiva dos questionários

Em relação às dificuldades na regulação emocional, avaliadas com a escala EDRE-VR, constatou-se uma média superior nas dificuldades de regulação emocional referentes a agir de acordo com os objetivos (Objetivos: $M = 3.06$, $DP = 1.18$), ao controlo dos impulsos (Impulsos: $M = 2.56$, $DP = 1.21$) e à não aceitação das respostas emocionais (Não Aceitação: $M = 2.54$, $DP = 1.10$). Por outro lado, verificou-se uma média inferior nas dificuldades de regulação emocional referentes à falta de consciência emocional (Consciência: $M = 2.53$, $DP = 0.92$), ao acesso limitado às estratégias de regulação emocional (Estratégias: $M = 2.41$, $DP = 1.07$) e à falta de clareza emocional (Clareza: $M = 2.37$, $DP = 0.97$). No questionário QUEEP-r, usado para avaliar os estilos educativos parentais percebidos, os fatores com média superior (acima de 3) foram a Autonomia Psicológica, da subescala da mãe e do pai, e o Clima Positivo e o Conhecimento, da subescala da mãe (Tabela 3).

Tabela 3

Estatísticas Descritivas do EDRE-VR e do QUEEP-r

Escala	Fator	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>Min.-Máx.</i>
EDRE-VR	Estratégias	125	2.41	1.07	1 - 5
	Não Aceitação	125	2.54	1.10	1 - 5
	Impulsos	125	2.56	1.21	1 - 5
	Objetivos	125	3.06	1.18	1 - 5
	Consciência	125	2.53	0.92	1 - 5
	Clareza	125	2.37	0.97	1 - 5
QUEEP-r	Autonomia Psicológica - Pai	120	3.03	0.83	1 - 4
	Autonomia Psicológica - Mãe	125	3.30	0.67	1 - 4
	Clima Positivo - Pai	120	2.98	0.88	1 - 4
	Clima Positivo - Mãe	125	3.20	0.67	1.25 - 4
	Conhecimento - Pai	117	2.97	0.75	1 - 4
	Conhecimento - Mãe	122	3.33	0.62	1.20 - 4

Diferenças entre a percepção dos estilos educativos parentais do Pai e da Mãe

Em relação às diferenças entre as subescalas do pai e da mãe do QUEEP-r, encontraram-se diferenças significativas em todos os fatores ($p < .05$), verificando-se uma média superior na escala da mãe (Conhecimento: $M = 3.33$, $DP = 0.62$; Autonomia Psicológica: $M = 3.30$, $DP = 0.67$; Clima Positivo: $M = 3.20$, $DP = 0.67$), comparativamente à escala do pai (Autonomia Psicológica: $M = 3.03$, $DP = 0.83$; Clima Positivo: $M = 2.98$, $DP = 0.88$; Conhecimento: $M = 2.97$, $DP = 0.75$), sendo que a maior diferença foi verificada no fator Conhecimento (Tabela 4).

Tabela 4

Comparação das Médias das Escalas do QUEEP-r para o Pai e a Mãe (teste t para Amostras Emparelhadas)

Fatores	Pai	Mãe	t	df	p
	M (DP)	M (DP)			
AP Pai – AP Mãe	3.03 (0.83)	3.30 (0.67)	- 3.796	119	<.001
CP Pai – CP Mãe	2.98 (0.88)	3.20 (0.67)	- 2.871	119	.002
Con Pai – Con Mãe	2.97 (0.75)	3.33 (0.62)	- 5.720	115	<.001

Legenda: AP – Autonomia Psicológica; CP – Clima Positivo; Con – Conhecimento

Diferenças entre a percepção dos estilos educativos parentais do Pai e da Mãe em função da variável idade dos Encarregados de Educação

Em relação às diferenças entre as subescalas do pai e da mãe do QUEEP-r em função da variável idade dos encarregados de educação, foram encontradas diferenças significativas ($p < .05$) nos fatores Autonomia Psicológica, do pai e da mãe, e no fator Clima Positivo do pai. Verificaram-se médias superiores no grupo dos encarregados de educação mais novos, com idade até aos 45 anos (AP – Pai: $M = 3.27$, $DP = 0.66$; AP – Mãe: $M = 3.53$, $DP = 0.46$; CP – Pai: $M = 3.18$, $DP = 0.76$) (Tabela 5).

Tabela 5

Comparação das Médias das Escalas do QUEEP-r para o Pai e a Mãe em função da variável idade dos Encarregados de Educação (teste t para Amostras Independentes)

Fatores	Até aos 45 anos	Mais de 45 anos	t	df	p
	M (DP)	M (DP)			
AP – Pai	3.27 (0.66)	2.80 (0.91)	3.246	118	.001
AP – Mãe	3.53 (0.46)	3.07 (0.76)	4.024	123	<.001
CP – Pai	3.18 (0.76)	2.78 (0.95)	2.600	118	.044
CP – Mãe	3.31 (0.61)	3.08 (0.70)	1.937	123	.554
Con – Pai	3.12 (0.67)	2.83 (0.81)	2.109	115	.167
Con – Mãe	3.47 (0.51)	3.18 (0.69)	2.592	120	.052

Legenda: AP – Autonomia Psicológica; CP – Clima Positivo; Con – Conhecimento

Correlações entre os estilos educativos parentais e as dificuldades de regulação emocional

No que concerne à relação entre as subescalas do EDRE-VR e do QEEP-r, verificou-se que a dificuldade referente às Estratégias está correlacionada negativamente com várias dimensões da escala da mãe e do pai, sendo que as correlações mais altas foram obtidas na dimensão Conhecimento (Con – Pai: $r = -.288$; Con – Mãe: $r = -.276$) da escala do pai e da mãe, podendo ser classificadas como moderadas (Marôco, 2021). A dificuldade Não Aceitação encontra-se correlacionada negativamente com a dimensão Conhecimento da escala da mãe (Con – Mãe: $r = -.245$) de intensidade fraca, verificando-se ausência de correlação significativa com as restantes dimensões. A dificuldade referente aos Impulsos está correlacionada negativamente com várias das dimensões da escala da mãe e do pai, sendo a correlação mais alta obtida com a dimensão Clima Positivo da escala do pai (CP – Pai: $r = -.284$), que pode ser classificada como moderada (Marôco, 2021). Na dificuldade referente aos Objetivos verifica-se a ausência de correlações significativas com as dimensões da escala do pai e da mãe. A dificuldade referente à Consciência está correlacionada negativamente com todas as dimensões da escala da mãe e do pai, sendo a correlação mais alta obtida com as dimensões Clima Positivo e Autonomia Psicológica da mãe (CP – Mãe: $r = -.372$; AP – Mãe: $r = -.357$), que podem ser classificadas como moderadas (Marôco, 2021). A dificuldade referente à Clareza está correlacionada negativamente com várias dimensões da escala da mãe e do pai, sendo a correlação mais alta obtida com as dimensões Autonomia Psicológica e Clima Positivo do pai (AP – Pai: $r = -.280$; CP – Pai: $r = -.277$) e com a dimensão Conhecimento (Con – Pai: $r = -.312$; Con – Mãe: $r = -.288$) da escala do pai e da mãe, todas de intensidade moderada (Marôco, 2021) (Tabela 6).

Tabela 6*Matriz de Correlações de Pearson entre os Fatores do EDRE-VR e as dimensões do QUEEP-r*

Fatores	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1. Estrat	-										
2. NAceit	.685**	-									
3. Imp	.686**	.466**	-								
4. Obj	.687**	.552**	.559**	-							
5. Cons	-.018	-.054	.117	-.133	-						
6. Clar	.651**	.520**	.485**	.512**	.124	-					
7. AP - Pai	-.232*	-.082	-.182*	-.125	-.255**	-.280**	-				
8. AP - Mãe	-.169	-.129	-.194*	-.045	-.357**	-.127	.517**	-			
9. CP - Pai	-.230*	-.046	-.284**	-.156	-.225*	-.277**	.727**	.327**	-		
10. CP - Mãe	-.173	-.153	-.167	-.097	-.372**	-.171	.422**	.675**	.436**	-	
11. Con - Pai	-.288**	-.165	-.223*	-.180	-.248**	-.312**	.705**	.398**	.559**	.357**	-
12. Con - Mãe	-.276**	-.245**	-.209*	-.150	-.250**	-.288**	.330**	.616**	.207*	.483**	.542**

Legenda: Estrat – Estratégias; NAceit – Não Aceitação; Imp – Impulsos; Obj – Objetivos; Cons – Consciência; Clar – Clareza; AP – Autonomia Psicológica; CP – Clima Positivo; Con – Conhecimento

* $p < .05$; ** $p < .01$

Correlações da idade com os estilos educativos parentais e com as dificuldades de regulação emocional

Em relação à variável idade do adolescente, esta demonstrou-se correlacionada de forma negativa com a dimensão do QUEEP-r Autonomia Psicológica da escala da mãe (AP – Mãe: $r = -.209$), sendo a correlação considerada fraca (Marôco, 2021). Esta correlação permite concluir que, com o aumento da idade dos adolescentes, parece existir uma diminuição da percepção da autonomia psicológica fornecida pela mãe. Verificou-se uma ausência de correlações significativas com as dimensões do QUEEP-r relativas à escala do pai, bem como com as dimensões do EDRE-VR.

Efeito dos estilos educativos parentais e da idade nas dificuldades de regulação emocional

Com o objetivo de perceber como os estilos educativos parentais percebidos e a idade dos adolescentes podem ser preditores das dificuldades de regulação emocional, foi realizada uma regressão linear múltipla, sendo que os estilos educativos parentais do pai e da mãe foram incluídos no mesmo modelo, para que fosse possível avaliar o contributo de ambos e a existência

de diferenças, seguindo a recomendação da literatura (e.g., Cruz et al., 2020; Raboteg-Saric & Sakic, 2014).

Foram realizadas regressões para todas as dificuldades de regulação emocional, mas apenas se encontrou um modelo significativo na dificuldade Impulsos. Deste modo, constatou-se que a dificuldade referente aos Impulsos se encontra explicada em 12,6% pela dimensão Clima Positivo do pai ($R^2 = .126$, $F(7, 108) = 2.227$), tendo a dimensão um efeito negativo na dificuldade (CP - Pai: $\beta = -.364$, $t = -2.596$, $p < .05$). O Clima Positivo da escala do pai foi, assim, considerado um preditor da dificuldade em controlar os impulsos (Tabela 7).

Tabela 7

Regressão Linear Múltipla: Dimensões do QUEEP-r do Pai e da Mãe e a Variável Idade como Preditores da Dimensão Impulsos do EDRE-VR

	B	β	t	p	95% CI	
					LL	UL
(Constante)	6.352		3.556	<.001*	2.811	9.893
CP - Pai	-.507	-.364	-2.596	.011*	-.893	-.120

Legenda: CP – Clima Positivo

$R^2 = .126$

a. Variável critério: Dimensão Impulsos

* $p < .05$

Discussão

A presente investigação teve como principais objetivos averiguar a percepção que os adolescentes tinham dos estilos educativos parentais, perceber se se verificava a existência de diferenças consideradas significativas na percepção que os adolescentes tinham dos estilos educativos do pai e da mãe, compreender se a percepção dos estilos educativos parentais do pai e da mãe varia em função da variável idade do encarregado de educação, entender se havia uma relação entre os estilos educativos parentais e as dificuldades de regulação emocional e, por fim, perceber qual o efeito das dimensões dos estilos educativos parentais e da idade dos adolescentes nas dificuldades de regulação emocional.

Em relação ao primeiro objetivo, averiguou-se que os adolescentes pontuam, em média, acima de 2 em todas as dimensões da escala do pai e da mãe, numa escala de 1 a 4. Deste modo, os valores parecem indicar que os adolescentes percebem, em média, os estilos educativos parentais de uma forma positiva, nomeadamente a promoção da sua autonomia psicológica através das ações parentais que promovem um pensamento independente e uma tomada de decisão consciente e informada, o clima positivo que está relacionado com as características de interação positiva que os pais estabelecem com eles (como, por exemplo, otimismo e bom humor) e, por fim, o conhecimento efetivo que os pais têm das atividades e dos comportamentos dos filhos (Cruz et al., 2018). As médias mais elevadas verificaram-se nas dimensões Autonomia Psicológica e Conhecimento, ambas da escala da mãe, o que significa que os adolescentes percebem que as mães concedem mais autonomia e têm mais conhecimento em relação às suas atividades do que os pais, como observado pelas investigações de Cruz et al. (2020), de Lansford et al. (2014) e de Waizenhofer et al. (2004).

A conexão e o envolvimento das figuras parentais na vida dos filhos revelam-se essenciais (Day & Padilla-Walker, 2009), sendo que o vínculo e o controlo parental possuem um efeito mais forte durante o período da adolescência, uma vez que nessa idade, a criança passa um maior período de tempo com os seus colegas e amigos do que com os pais (Shabbir & Ishaq, 2019). Os novos padrões de interação encontram-se em desenvolvimento na adolescência e o envolvimento dos pais nessa fase tem um forte impacto nas relações futuras e nos estilos de comunicação das crianças (Shabbir & Ishaq, 2019), além de que a resolução dos problemas com facilidade nesta fase encontra-se dependente das atitudes positivas dos pais (Erozkan, 2012). Segundo Riediger e Klipker (2014), durante o período da adolescência, as situações emocionalmente desafiadoras tornam-se habitualmente não só mais frequentes, como também mais intensas. A título exemplificativo, nas sociedades industrializadas ocidentais, essas situações podem ser explicadas pelo maior potencial de conflito com os pais, da maior sensibilidade dos adolescentes às interações sociais relacionadas com os pares, ou de experiências românticas e sexuais precoces, além de que as mudanças ao nível físico

características da puberdade tornam as exigências sociais relativas ao comportamento dos adolescentes mais desafiadoras (Riediger & Klipker, 2014).

Deste modo, tornaria-se expectável que a avaliação das práticas parentais realizada durante o período da adolescência fosse considerada menos positiva, devido à visão mais atual e recente dos adolescentes e que, assim, se revela mais crítica, menos contemplativa e menos compreensiva, mas também por motivo das particularidades intrínsecas ao período da adolescência como, por exemplo, o isolamento social, o que pode originar oposição e também falta de compreensão em relação às práticas educativas parentais. No entanto, e de acordo com o Choe (2020) e com Gómez-Ortiz et al. (2015), os estudos contrariam a suposição de que os adolescentes teriam uma avaliação das práticas parentais negativa, visto que se verificou que os adolescentes percecionavam as práticas parentais num sentido positivo, nomeadamente a relação entre afeto e comunicação, a promoção da autonomia e humor, bem como um maior nível de apoio emocional, em ambas as figuras parentais. Embora a adolescência seja uma etapa desenvolvimental marcada por várias transformações, os resultados que apontam para as práticas educativas parentais consideradas positivas podem ser reflexo de um maior apoio por parte das figuras parentais na busca da sua identidade, pelo fornecimento de mais liberdade e autonomia, bem como de uma perceção por parte dos adolescentes de que as suas figuras parentais são menos controladoras.

No que concerne ao segundo objetivo do estudo, verificou-se a existência de uma diferença considerada significativa na perceção dos adolescentes em relação aos estilos educativos parentais do pai e da mãe, em que são observados níveis mais elevados de Autonomia Psicológica, Clima Positivo e de Conhecimento nos estilos educativos parentais da escala da mãe. A diferença mais notória entre os estilos educativos parentais foi verificada na dimensão Autonomia Psicológica e Conhecimento. Este resultado corrobora aquilo que foi encontrado na literatura, em que os adolescentes consideram que as mães promovem mais autonomia e têm mais conhecimento relativo às suas atividades (Cruz et al., 2020; Lansford et al., 2014; Waizenhofer et al., 2004). A dimensão Conhecimento foi apontada como a que constatou uma diferença mais elevada, o que vai ao encontro do estudo de Maia e Soares (2019), em que os adolescentes consideravam as mães como mais presentes, apoiantes e participativas no seu acompanhamento, com uma coordenação de esforços no exercício do seu papel, o que contribuía para um impacto mais positivo nos níveis de comportamento e nas aprendizagens dos adolescentes.

Este resultado vai ainda ao encontro de outros estudos, em que foi concluído que os adolescentes percecionam os comportamentos parentais das mães como sendo superiores aos comportamentos parentais dos pais (e.g., Conrade & Ho, 2001; Cruz et al., 2018; Laible & Carlo, 2004; Ma et al., 2022; Pereira et al., 2014). As mães assumem uma maior responsabilidade em relação à educação dos filhos e estabelecem um maior vínculo de intimidade, tendo uma

abordagem considerada flexível (Cicognani & Zani, 1998; Reichert & Wagner, 2007; Rinhel-Silva et al., 2012).

Uma possível explicação para que os estilos educativos parentais das mães sejam percebidos de forma mais positiva do que os pais prende-se com o facto de as mães serem frequentemente consideradas mais afetuosas, recetivas, responsivas e emocionalmente solidárias no seu relacionamento com os filhos, assumindo tipicamente uma função de prestação de cuidados, encontrando-se mais presentes na vida dos filhos adolescentes e promovendo mais a sua autonomia (Braza et al., 2015; Forehand & Nousiainen, 1993; Grigorenko & Sternberg, 2000; Jeynes, 2016; Oliva et al., 2007; Pacheco et al., 2008; Yaffe, 2023). Segundo a literatura, a mãe tem um papel de cuidadora na maioria das famílias, destacando-se a importância do seu afeto e comunicação (Manfroi et al., 2011; Matejevic et al., 2014; McKinney & Renk, 2008; Ruiz-Hernández et al., 2019). A presença das mães é percebida como mais marcante no ambiente familiar, em relação às práticas educativas dos filhos, e verifica-se um maior envolvimento por parte delas nas atividades escolares dos filhos, sendo identificadas como o progenitor mais próximo do adolescente e com quem ele estabelece conversas mais frequentes e prolongadas (Claes, 1998; Da Costa et al., 2000; Matejevic et al., 2014). Já os pais tendem a envolver-se mais na preparação dos filhos para lidar com a vida, assumindo um papel de poder, proteção, disciplina e autoridade, decisivo na aquisição da identidade durante a adolescência, e desempenhando uma função instrumental (Jeynes, 2016; Matejevic et al., 2014; McKinney & Renk, 2008; Pakaluk & Price, 2020; Ruiz-Hernández et al., 2019). De acordo com o estudo de Claes (1998), os adolescentes passam menos tempo com o pai e o grau de intimidade das conversas é baixo. Os pais são considerados mais restritivos, severos, coercivos e punitivos, demonstrando menos preocupação parental do que as mães (Yaffe, 2023), o que pode explicar os níveis mais baixos de Autonomia Psicológica, Clima Positivo e de Conhecimento do pai, considerados pelos adolescentes da presente investigação.

Em relação ao terceiro objetivo, verificaram-se diferenças significativas entre a perceção dos adolescentes acerca dos estilos educativos parentais do pai e da mãe em função da variável idade dos encarregados de educação, nos fatores Autonomia Psicológica, do pai e da mãe, e no fator Clima Positivo do pai. Deste modo, averiguou-se que os pais e as mães com idade até aos 45 anos parecem promover maiores níveis de autonomia psicológica nos adolescentes e que os pais com idade até aos 45 anos promovem maiores níveis de clima positivo, comparativamente aos encarregados de educação que tinham idades superiores a 45 anos. De acordo com o estudo de Kashahu et al. (2014), a idade dos pais encontra-se associada a diferentes práticas parentais. Pais mais jovens parecem utilizar práticas parentais mais permissivas (Hadjicharalambous & Dimitriou, 2020), enquanto que os pais que têm mais de 45 anos, embora se encontrem numa idade considerada madura e não sejam negligentes, têm uma tendência para ter práticas parentais autoritárias (Kashahu et al., 2014) e mais autoritárias (Hadjicharalambous & Dimitriou, 2020), sendo considerados mais exigentes (Grigorenko & Sternberg, 2000). Apesar da baixa exigência e controlo característica das práticas parentais permissivas e do

estabelecimento de poucas regras e limites (Gouveia et al., 2016; Mishra & Kiran, 2018; Williams et al., 2012), estas práticas são caracterizadas por uma responsividade elevada e também por uma aceitação do ponto de vista da criança (Chora et al., 2019; Hibbard & Walton, 2014; Mcclun & Merrell, 1998), mostrando-se os pais permissivos afetuosos e indulgentes (Candelanza et al., 2021; Cohen & Rice, 1997; Pranitha et al., 2022; Sarwar, 2016; Wright et al., 2019). Desta forma, sendo as práticas educativas permissivas as mais utilizadas pelos pais mais jovens, tal pode explicar o porquê de esses pais parecerem fornecer um maior grau de autonomia psicológica, bem como maiores níveis de clima positivo.

Quanto à relação entre os estilos educativos parentais e a regulação emocional, averiguou-se que as correlações demonstraram que quanto maior for a promoção da autonomia, de um clima positivo e maior conhecimento, menor é a existência de dificuldades de regulação emocional. No que diz respeito aos estilos educativos do pai, as correlações mais elevadas foram encontradas na dimensão Autonomia Psicológica com a dificuldade Clareza, que traduz que uma percepção de maior autonomia promovida pelo pai conduz a uma diminuição na dificuldade de clareza acerca dos seus estados emocionais, na dimensão Clima Positivo com a dificuldade Impulsos, que indica que uma percepção de maior clima positivo por parte do pai conduz a uma menor dificuldade em controlar os impulsos, e na dimensão Conhecimento com a dificuldade Estratégias, o que significa que uma percepção de conhecimento das suas atividades por parte do pai está associada a uma maior consciência de que existem estratégias para regular o seu estado emocional. Já relativamente às práticas parentais da mãe, as correlações mais elevadas foram encontradas na dimensão Autonomia Psicológica e Clima Positivo com a dificuldade Consciência, que mostra que uma percepção de maior autonomia e maior clima positivo promovido pela mãe conduz a uma maior consciência emocional, e na dimensão Conhecimento com a dificuldade Clareza, que revela que uma percepção de conhecimento das suas atividades por parte da mãe está associada a uma diminuição na dificuldade de clareza acerca dos seus estados emocionais.

Estes resultados parecem evidenciar o efeito dos estilos educativos positivos na promoção de capacidades de regulação emocional adaptativas, o que vai ao encontro da literatura, que tem revelado que o afeto parental, a compaixão, a escuta atenta, a atenciosidade, o apoio à autonomia, a expressividade emocional positiva da família, o suporte emocional, o diálogo e a aceitação sobre as emoções estão relacionados a níveis mais elevados de compreensão e de competência emocional, contribuindo de forma positiva para o desenvolvimento de uma regulação emocional eficaz (Aka & Gencoz, 2014; Brenning et al., 2015; Chora et al., 2019; Eisenberg et al., 2005; Jaffe et al., 2010; Liew et al., 2014; Moilanen et al., 2018; Moreira & Canavarro, 2020; Morris et al., 2017; Pinto et al., 2014; Yao et al., 2022). Por outro lado, uma parentalidade negativa como, por exemplo, com hostilidade e falta de sensibilidade, rejeição verbal por parte dos pais, elevado controlo psicológico, reações negativas dos pais às emoções dos filhos, bem como práticas parentais consideradas autoritárias ou permissivas, podem levar à desregulação emocional, a um menor ajustamento emocional e a dificuldades de regulação

emocional (Agbaria et al., 2021; Aka & Gencoz, 2014; Boediman & Desnawati, 2019; Criss et al., 2021; Cui et al., 2014; Goagoses et al., 2023; Haslam et al., 2020; Jabeen et al., 2013; Karim et al.; 2013; McKinney & Renk, 2008; Morris et al., 2017). Na meta-análise de Goagoses et al. (2023), verificou-se a existência de uma associação positiva entre estilos parentais negativos e desregulação emocional e uma associação negativa entre estilos parentais positivos e desregulação emocional. Deste modo, um estilo parental caracterizado pelo afeto, abertura, aceitação, capacidade de resposta e prontidão para com as necessidades da criança, não só se revela crucial para uma regulação emocional adaptativa no período da adolescência, como também pode proporcionar aos adolescentes oportunidades para que estas adquiram importantes competências como, por exemplo, de regulação emocional (Criss et al., 2016; Karim et al., 2013).

Ao longo da adolescência, a percepção sobre as práticas de socialização dos pais revelou-se um preditor significativo do desenvolvimento da regulação emocional (Van Lissa et al., 2019). De acordo com Rutherford et al. (2015) e com Shaygan et al. (2021), as práticas parentais e a forma como os pais interagem com os filhos desempenham um papel fulcral no desenvolvimento e na aquisição de competências adaptativas de regulação emocional nas crianças e nos adolescentes, destacando-se a função alargada dos pais na formação e desenvolvimento das capacidades e emoções das crianças até uma idade avançada (Elmaghraby, 2022; Soenens et al., 2019; Stefano & Corrêa, 2018).

Procurou-se ainda perceber se a variável idade dos adolescentes se encontrava correlacionada com as dificuldades de regulação emocional e com as dimensões do QUEEP-r. Na presente investigação, contrariamente ao esperado, não se encontraram correlações significativas entre a variável idade dos adolescentes e as dificuldades de regulação emocional. Em relação à variável idade dos adolescentes e às dimensões do QUEEP-r, verificou-se que a idade se encontra correlacionada de forma negativa com a dimensão Autonomia Psicológica da escala da mãe, o que significa que com o aumento da idade dos adolescentes, parece existir uma diminuição da percepção da Autonomia Psicológica fornecida pela mãe. De acordo com o estudo de Daddis (2011), as rápidas mudanças sociais e desenvolvimentais associadas à transição para a adolescência implicam transformações significativas na autonomia dos adolescentes. Deste modo, os pais têm a função de perceber entre si se concordam que o seu filho já se encontra preparado para exercer determinada autonomia, dependendo das suas próprias avaliações em termos de competência, maturidade e capacidade para lidar com responsabilidades (Daddis, 2011; Renk et al., 2005). Segundo Ravindran et al. (2020), com o aumento na autonomia dos adolescentes, verifica-se uma maior possibilidade de existirem aumentos subsequentes no controlo exercido pelas mães, uma vez que as mães podem ter mais oportunidades para observar o aumento da autonomia no início da adolescência e podem percebê-la como uma ameaça, sentindo a necessidade de responder de forma mais controladora quando os adolescentes mostram aumentos na sua autonomia. Assim, o resultado da presente investigação pode ser explicado pelo facto de que, como os adolescentes percecionam um decréscimo da

Autonomia Psicológica por parte da mãe com o aumento da sua idade, tal pode acontecer porque os adolescentes sentem uma maior necessidade de autonomia a que as mães não correspondem.

A promoção e o apoio à autonomia psicológica por parte das figuras parentais encontram-se ligados às competências adaptativas e possuem efeitos benéficos no desenvolvimento, funcionamento e no ajustamento das crianças e dos adolescentes, tanto na área emocional, como também na área académica (Grolnick & Pomerantz, 2009; Wang et al., 2007). As figuras parentais, que desempenham um papel central no apoio à necessidade de autonomia dos adolescentes podem, assim, incentivá-los a tomar a iniciativa, permitindo que resolvam os problemas por si próprios e compreendendo a sua perspetiva (Grolnick & Pomerantz, 2009; Vrolijk et al., 2020). Embora o relacionamento com os pais seja alvo de alterações conforme a procura dos adolescentes por mais autonomia, a relação com a mãe continua a mostrar-se essencial para o funcionamento emocional dos adolescentes (Moreira & Canavarro, 2020).

Com a finalidade de entender qual o valor preditivo das variáveis estilos educativos parentais e idade na regulação emocional, foi concretizada uma regressão linear múltipla. Embora tenham sido realizados modelos de regressão para todas as dificuldades de regulação emocional, apenas se encontrou um resultado significativo na dificuldade Impulsos. Os resultados demonstraram que a dificuldade Impulsos encontra-se explicada pela dimensão Clima Positivo do pai, tendo a dimensão um efeito negativo na dificuldade, o que significa que um menor clima positivo por parte do pai prediz a dificuldade dos adolescentes em controlar os seus impulsos. De acordo com a literatura, os adolescentes que percecionam os recursos familiares de uma forma negativa tendem a apresentar dificuldades no controlo dos impulsos (Medeiros et al., 2022), sendo que a impulsividade se encontra relacionada com os comportamentos parentais (Kiff et al., 2011). Segundo o estudo de Li et al. (2019), a parentalidade encontra-se associada ao autocontrolo ao longo da adolescência. Deste modo, se os pais conseguirem desenvolver uma relação com base no afeto, apoio, expressividade positiva, envolvimento e compreensão com os adolescentes, estabelecer-se-á um clima familiar em que os adolescentes terão uma maior probabilidade e capacidade de comunicar abertamente acerca dos seus problemas e conseqüentemente não só diminuir os comportamentos externalizantes, como aumentar o esforço de controlo (Doyle & Markiewicz, 2005; Finkenauer et al., 2005; Kiff et al., 2011; Soenens et al., 2006). O resultado encontrado na presente investigação parece indicar que os adolescentes percecionam a existência de interações positivas com o pai, nomeadamente otimismo e bom humor (Cruz et al., 2018), o que conduz a uma diminuição das suas dificuldades ao nível do controlo dos impulsos.

Em conclusão, verificou-se a existência de uma influência dos estilos educativos parentais nas dificuldades de regulação emocional dos adolescentes, apesar dessa influência ter uma intensidade fraca a moderada. No que concerne à intervenção psicológica, os resultados do presente estudo salientam a necessidade de intervenção junto das figuras parentais, fornecendo conhecimentos úteis e pertinentes, que lhes permitam a aquisição e desenvolvimento de

competências necessárias para o estabelecimento de estilos educativos parentais positivos, devido à direta responsabilidade que as figuras parentais detêm no desenvolvimento das crianças e dos adolescentes. Além disso, educar os pais acerca da regulação emocional pode auxiliar na adoção de práticas parentais mais adequadas, que irão contribuir também para uma melhor relação entre pais e filhos (S, it, oiu & Pânis, oarã, 2022).

Limitações do estudo

A presente investigação exhibe algumas limitações. Primeiramente, e em relação à amostra, ao serem apenas considerados adolescentes com idades compreendidas entre os 12 e os 15 anos, impossibilita a generalização dos resultados para outras faixas etárias. Outra limitação encontra-se relacionada com o número reduzido de participantes, uma vez que o prazo de resposta aos pedidos de autorização para a aplicação do protocolo teve implicações no tamanho da amostra. Além disso, os resultados partem da perspectiva dos adolescentes, o que significa que as relações entre as variáveis consideradas podem diferenciar-se de forma significativa caso a perspectiva e opinião das figuras parentais seja analisada. Uma outra limitação encontra-se relacionada com a forma em como o efeito da desejabilidade social pode influenciar e alterar a validade dos resultados da investigação em que, como se recorreu de forma exclusiva a instrumentos de autorrelato, os adolescentes podem ter respondido aos itens de acordo com o que achavam que seria a resposta ideal para a questão que lhes era colocada e não tanto pelo que realmente pensavam acerca do assunto em causa. O efeito do voluntário também pode ter tido impacto na recolha de participantes e a respetiva predisposição dos mesmos para responderem ao estudo, uma vez que quando alguém se voluntaria a participar num estudo, essa vontade pode dever-se ao facto de a pessoa ter um conjunto de características que a predispõem a querer saber mais sobre esse assunto, ou pelo facto de ser um assunto que lhe desperte interesse. Por fim, a dimensão do protocolo deve também ser considerada em termos de limitações, o que pode ter feito com que os adolescentes respondessem de forma menos concentrada e provocado enviesamentos nos resultados da investigação.

Sugestões para o futuro

No que diz respeito a sugestões para estudos futuros, sugere-se que sejam desenvolvidos estudos que realizem uma recolha de amostras mais representativas da população. Além disso, salienta-se a pertinência de concretizar investigações que integrem também a perspectiva das figuras parentais, além da dos adolescentes, para que as informações possam ser comparadas.

Os resultados do estudo salientam ainda a necessidade e pertinência em relação à atenção a ter no funcionamento das famílias, uma vez que esse funcionamento pode ter influência nas dificuldades que os adolescentes têm ao nível da sua regulação emocional. A parentalidade é, por si, uma tarefa bastante complexa e revela-se essencial que as figuras parentais desenvolvam competências, aptidões e conhecimentos, promovendo práticas educativas que sejam

consideradas positivas. Além disso, a entrada no período da adolescência acarreta vários desafios, o que implica uma maior atenção por parte das figuras parentais, uma vez que os níveis de autoestima e bem-estar emocional podem vir a sofrer alterações devido aos desafios desenvolvimentais inerentes a esta nova etapa. Desta forma, destaca-se a importância da criação, desenvolvimento e implementação de planos e programas de intervenção, não só para os adolescentes, como também para as figuras parentais, que visem a promoção de práticas parentais positivas e a sensibilização da qualidade e melhoria das relações entre pais e filhos, visto que essas relações se revelam fulcrais para o desenvolvimento ajustado da regulação emocional dos adolescentes. Por fim, verificou-se que os resultados desta investigação podem ter implicações em relação à prática do Psicólogo Clínico e da Saúde, visto que o estudo da temática da regulação emocional e dos estilos educativos parentais é de extrema relevância e pertinência, principalmente no período da infância e da adolescência, em que se verificam mais alterações e mudanças ao nível emocional e social.

Referências Bibliográficas

- Agbaria, Q., Mahamid, F., & Veronese, G. (2021). The association between attachment patterns and parenting styles with emotion regulation among palestinian preschoolers. *Sage Open*, 11(1), <https://doi.org/10.1177/2158244021989624>
- Aka, B. T., & Gencoz, T. (2014). Perceived parenting styles, emotion recognition and regulation in relation to psychological well-being. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 159, 529-533. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.418>
- Barnhart, C. M., Raval, V. V., Jansari, A., & Rava, P. H. (2013). Perceptions of parenting style among college students in India and the United States. *Journal of Child and Family Studies*, 22(5), 684-693. <https://doi.org/10.1007/S10826-012-9621-1>
- Barroso, R. G., & Machado, C. (2010). Definições, dimensões e determinantes da parentalidade. *Psychologica*, 52(1), 211-229. https://doi.org/10.14195/1647-8606_52-1_10
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4(1, Pt.2), 1-103. <https://doi.org/10.1037/h0030372>
- Baumrind, D. (1978). Parental disciplinary patterns and social competence in children. *Youth & Society*, 9(3), 239-276. <https://doi.org/10.1177/0044118X7800900302>
- Baumrind, D. (2010). Reciprocal rights and responsibilities in parent-child relations. *Journal of Social Issues*, 34(2), 179-196. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1978.tb01038.x>
- Baumrind, D., & Black, A. E. (1967). Socialization practices associated with dimensions of competence in preschool boys and girls. *Child Development*, 38(2), 291-327. <https://doi.org/10.2307/1127295>
- Betancourt, Y. U., & Muñoz, J. A. C. (2019). Psychosocial risk factors: its relation with social cognition, emotional regulation and well-being. *International Journal of Psychological Research*, 12(2), 17-28. <https://doi.org/10.21500/20112084.3741>
- Bibi, A., Hayat, R., Hayat, N., Zulfiqar, S., Shafique, N., & Khalid, M. A. (2021). Impact of parenting style on psychological flexibility among adolescents of Pakistan: a cross-sectional study. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 39, 313-322. <https://doi.org/10.1007/s10560-021-00754-z>
- Bibi, F., Chaudhry, A. G., Awan, E. A., & Tariq, B. (2013). Contribution of parenting style in life domain of children. *IOSR Journal Of Humanities And Social Science (IOSR-JHSS)*, 12(2), 91-95. <https://doi.org/10.9790/0837-1229195>

- Blanchard-Fields, F., & Coats, A. H. (2008). The experience of anger and sadness in everyday problems impacts age differences in emotion regulation. *Developmental Psychology*, 44(6), 1547-1556. <https://doi.org/10.1037/a0013915>
- Boediman, K. M., & Desnawati, S. (2019). The relationship between parenting style and children's emotional development among Indonesian population. *MIND SET*, 10(1), 17-24. <https://doi.org/10.35814/mindset.v10i01.735>
- Bolstad, E., Havighurst, S. S., Tamnes, C. K., Nygaard, E., Bjork, R. F., Stavrinou, M., & Espeseth, T. (2021). A pilot study of a parent emotion socialization intervention: impact on parent behavior, child self-regulation and adjustment. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.730278>
- Braza, P., Carreras, R., Muñoz, J. M., Braza, F., Azurmendi, A., Pascual-Sagastizábal, E., Cardas, J., & Sánchez-Martín, J. R. (2015). Negative maternal and paternal parenting styles as predictors of children's behavioral problems: moderating effects of the child's sex. *Journal of Child and Family Studies*, 24(4), 847-856. <https://doi.org/10.1007/s10826-013-9893-0>
- Brenning, K., Soenens, B., Van Petegem, S., & Vansteenkiste, M. (2015). Perceived maternal autonomy support and early adolescent emotion regulation: a longitudinal study. *Social Development*, 24(3), 561-578. <https://doi.org/10.1111/sode.12107>
- Candelanza, A. L., Buot, E. Q. C., & Merin, J. A. (2021). Diana Baumrind's parenting style and child's academic performance: a tie-in. *Psychology and Education*, 58(5), 1497-1502. <http://psychologyandeducation.net/pae/index.php/pae/article/view/5530>
- Chang, L., Schwartz, D., Dodge, K. A., & Mcbride, C. (2003). Harsh parenting in relation to child emotion regulation and aggression. *Journal of Family Psychology*, 17(4), 598-606. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.17.4.598>
- Choe, D. (2020). Parents' and adolescents' perceptions of parental support as predictors of adolescents' academic achievement and self-regulated learning. *Children and Youth Services Review*, 116(9), 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105172>
- Chora, M., Monteiro, L., Ramos, M., & Amaral, R. (2019). Um olhar sobre o papel do pai na compreensão emocional das crianças: os estilos parentais e práticas de socialização das emoções negativas. *Revista PSICOLOGIA*, 33(1), 19-32. <https://doi.org/10.17575/rpsicol.v33i1.1372>
- Cicognani, E., & Zani, B. (1998). Parents' educational styles and adolescent autonomy. *European Journal of Psychology of Education*, 8(4), 485-502. <https://doi.org/10.1007/BF03173100>

- Claes, M. (1998). Adolescents' closeness with parents, siblings, and friends in three countries: Canada, Belgium, and Italy. *Journal of Youth and Adolescence*, 27(2), 165-184. <https://dx.doi.org/10.1023/A:1021611728880>
- Cohen, D. A., & Rice, J. (1997). Parenting styles, adolescent substance use, and academic achievement. *Journal of Drug Education*, 27(2), 199-211. <https://doi.org/10.2190/QPQQ-6Q1G-UF7D-5UTJ>
- Cole, P. M., Martin, S.E., & Dennis, T.A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00673.x>
- Conrade, G., & Ho, R. (2001). Differential parenting styles for fathers and mothers: differential treatment for sons and daughters. *Australian Journal of Psychology*, 53(1), 29-35. <https://doi.org/10.1080/00049530108255119>
- Criss, M. M., Cui, L., Wood, E. E., & Morris, A. S. (2021). Associations between emotion regulation and adolescent adjustment difficulties: moderating effects of parents and peers. *Journal of Child and Family Studies*, 30(6), 1979-1989. <https://doi.org/10.1007/s10826-021-01972-w>
- Criss, M. M., Morris, A. S., Ponce-Garcia, E., Cui, L., & Silk, J. S. (2016). Pathways to adaptive emotion regulation among adolescents from low-income families. *Family Relations*, 65(3), 517-529. <https://doi.org/10.1111/fare.12202>
- Cruz, O., Barbosa-Ducharne, M., & Canário, C. (2020). Do adolescent's perceptions of mother's and father's parenting behaviors predict academic achievement and social skills?. *Child Indicators Research*, 13, 237-254. <https://doi.org/10.1007/s12187-019-09687-7>
- Cruz, O., Canário, C., & Barbosa-Ducharne, M. (2018). Questionário de estilos educativos parentais revisto (QEEP-r): estudo psicométrico e análise da invariância da medida para mães e pai. *Análise Psicológica*, 36(3), 383-397. <https://doi.org/10.14417/ap.1453>
- Cruz, O., Raposo, J. V., Ducharne, M. A. B., Almeida, L. S., Teixeira, C. M., & Fernandes, H. M. (2011). Questionário de Estilos Educativos Parentais (QEEP): contributos para a validação factorial da versão portuguesa das Parenting Scales. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 31(1), 157-176. <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/70594/2/86158.pdf>
- Cui, L., Morris, A. S., Criss, M. M., Houlberg, B. J., Silk, J. S. (2014). Parental psychological control and adolescent adjustment: the role of adolescent emotion regulation. *Parenting: Science and Practice*, 14(1), 47-67. <https://doi.org/10.1080/15295192.2014.880018>

- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (1996). Emotional security as a regulatory process in normal development and the development of psychopathology. *Development and Psychopathology*, 8(1), 123-139. <https://doi.org/10.1017/S0954579400007008>
- Da Costa, F. T., Teixeira, M. A. P., & Gomes, W. B. (2000). Responsividade e exigência: duas escalas para avaliar estilos parentais. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 13(3), 465-473. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722000000300014>
- Daddis, C. (2011). Desire for increased autonomy and adolescents' perceptions of peer autonomy: "Everyone else can; why can't I?". *Child Development*, 82(4), 1310-1326. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2011.01587.x>
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: an integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Davies, P. T., & Cummings, E. M. (1994). Marital conflict and child adjustment: an emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*, 116(3), 387-411. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.3.387>
- Day, R. D., & Padilla-Walker, L. M. (2009). Mother and father connectedness and involvement during early adolescence. *Journal of Family Psychology*, 23(6), 900-904. <https://doi.org/10.1037/a0016438>
- Doyle, A. B., & Markiewicz, D. (2005). Parenting, marital conflict and adjustment from early- to mid-adolescence: mediated by adolescent attachment style?. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(2), 97-110. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-3209-7>
- Driscoll, A. K., Russell, S. T., & Crockett, L. J. (2008). Parenting styles and youth well-being across immigrant generations. *Journal of Family Issues*, 29(2), 185-209. <https://doi.org/10.1177/0192513X07307843>
- Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T. L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry*, 9(4), 241-273. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_1
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Shepard, S. A., Guthrie, I. K., Murphy, B. C., & Reiser, M. (1999). Parental reactions to children's negative emotions: a longitudinal relation to quality of children's social functioning. *Child Development*, 70(2), 513-534. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00037>
- Eisenberg, N., Zhou, Q., Spinrad, T. L., Valiente, C., Fabes, R. A., & Liew, J. (2005). Relations among positive parenting, children's effortful control, and externalizing problems: a three-wave longitudinal study. *Child Development*, 76(5), 1055-1071. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2005.00897.x>

- Elmaghraby, E. T. M. (2022). Prediction of perceived parental styles in childhood to emotional intelligence as ability in late adolescence. *Psychology*, 13(1), 41-59. https://www.scirp.org/pdf/psych_2022011815343632.pdf
- Erozkan, A. (2012). Examination of relationship between anxiety sensitivity and parenting styles in adolescents. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 12(1), 52-57. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ978432.pdf>
- Finkenauer, C., Engels, R., & Baumeister, R. (2005). Parenting behaviour and adolescent behavioural and emotional problems: the role of self-control. *International Journal of Behavioral Development*, 29(1), 58–69. <https://doi.org/10.1080/01650250444000333>
- Forehand, R., & Nousiainen, S. (1993). Maternal and paternal parenting: critical dimensions in adolescent functioning. *Journal of Family Psychology*, 7(2), 213–221. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.7.2.213>
- Francis, A., Pai, M. S., & Badagabettu, S. (2020). Psychological well-being and perceived parenting style among adolescents. *Comprehensive child and adolescent nursing*, 44(2), 134-143. <https://doi.org/10.1080/24694193.2020.1743796>
- Goagoses, N., Bolz, T., Eilts, J., Schipper, N., Schütz, J., Rademacher, A., Vesterling, C., & Koglin, U. (2023). Parenting dimensions/styles and emotion dysregulation in childhood and adolescence: a systematic review and meta-analysis. *Current Psychology*, 42, 18798–18822. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03037-7>
- Gómez-Ortiz, O., Del Rey, R., Romera, E., & Ortega-Ruiz, R. (2015). Los estilos educativos paternos y maternos en la adolescencia y su relación con la resiliencia, el apego y la implicación en acoso escolar. *Anales de Psicología*, 31(3), 979-989. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.31.3.180791>
- Gouveia, M. J., Carona, C., Canavarro, M. C., & Moreira, H. (2016). Self-compassion and dispositional mindfulness are associated with parenting styles and parenting stress: the mediating role of mindful parenting. *Mindfulness*, 7(3), 700–712. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0507-y>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/b:joba.0000007455.08539.94>

- Grigorenko, E. L., & Sternberg, R. J. (2000). Elucidating the etiology and nature of beliefs about parenting styles. *Developmental Science*, 3(1), 93-112. <https://doi.org/10.1111/1467-7687.00103>
- Grolnick, W. S., & Pomerantz, E. M. (2009). Issues and challenges in studying parental control: toward a new conceptualization. *Child Development Perspectives*, 3(3), 165-170. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2009.00099.x>
- Gross, J. J. (2013). Emotion regulation: taking stock and moving forward. *Emotion*, 13(3), 359-365. <https://doi.org/10.1037/a0032135>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3-20). The Guilford Press.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3-24). The Guilford Press.
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006) Emotion regulation in everyday life. In D. K. Snyder, J. A. Simpson & J. N. Hedges (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to Dysfunction and Health* (pp. 13-35). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11468-001>
- Gul, N., Khan, H., & Niwaz, A. (2021). Parenting styles out comes on psychological well-being of children. *Rawal Medical Journal*, 46(3), 652-655. <https://www.rmj.org.pk/?mno=387#abstract>
- Gyurak, A., Gross, J., & Etkin, A. (2011). Explicit and implicit emotion regulation: a dualprocess framework. *Cognition and Emotion*, 25(3), 400-412. <https://doi.org/10.1080/02699931.2010.544160>
- Hadjicharalambous, D., & Dimitriou, L. (2020). The relationship between parents' demographic factors and parenting styles: effects on children's psychological adjustment. *Psychology Research*, 10(4), 125-139. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3647329>
- Haslam, D., Poniman, C., Filus, A., Sumargi, A., & Boediman, L. (2020). Parenting style, child emotion regulation and behavioral problems: the moderating role of cultural values in Australia and Indonesia. *Marriage & Family Review*, 56(4), 320-342. <https://doi.org/10.1080/01494929.2020.1712573>
- Herzog, T. K., Hill-Chapman, C., Hardy, T. K., Wrighten, S. A., & El-Khabbaz, R. (2015). Trait emotion, emotional regulation, and parenting styles. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 5(2), 119-135. <https://doi.org/10.5539/jedp.v5n2p119>

- Hibbard, D. R., & Walton, G. E. (2014). Exploring the development of perfectionism: the influence of parenting style and gender. *Social Behavior and Personality*, 42(2), 269-278. <http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2014.42.2.269>
- Hoghugh, M. (2004) Parenting: an introduction. In M. Hoghugh & N. Long (Eds), *Handbook of parenting: theory and research for practice* (pp. 1-18). London: Sage. <https://doi.org/10.4135/9781848608160>
- Idrees, M. U. N., Zahra, S. M., Naeem, F. (2021). Perceived parenting styles and primary attachment styles of single and children living with both parents. *The Journal of the Pakistan Medical Association*, 71(6), 1540-1544. <http://doi.org/10.47391/JPMA.626>
- Jabeen, F., Anis-ul-Hafeez, M., & Riaz, M. N. (2013). Parenting styles as predictors of emotion regulation among adolescents. *Pakistan Journal Psychological Research*, 28(1), 85-105. <https://psycnet.apa.org/record/2014-02065-005>
- Jaffe, M., Gullone, E., & Hughes, E. K. (2010). The roles of temperamental dispositions and perceived parenting behaviours in the use of two emotion regulation strategies in late childhood. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 31(1), 47-59. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2009.07.008>
- Jeynes, W. H. (2016). Meta-analysis on the roles of fathers in parenting: are they unique?. *Marriage & Family Review*, 52(7), 665-688. <https://doi.org/10.1080/01494929.2016.1157121>
- Karim, A. R., Sharafat, T., & Mahmud, A. Y. (2013). Cognitive emotion regulation in children as related to their parenting style, family type and gender. *Journal of the Asiatic Society of Bangladesh (Science)*, 39(2), 211-220. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1336006>
- Kashahu, L., Dibra, G., Osmanaga, F., & Bushati, J. (2014). The relationship between parental demographics, parenting styles and student academic achievement. *European Scientific Journal*, 10(13), 237-251. <https://core.ac.uk/download/pdf/236415405.pdf>
- Kerr, M., & Stattin, H. (2000). What parents know, how they know it, and several forms of adolescent adjustment: Further support for a reinterpretation of monitoring. *Developmental Psychology*, 36(3), 366-380. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.36.3.366>
- Kheradmand, M., & Ghahhari, S. (2018). The relationship of parenting stress and parenting styles with coping strategies in adolescents: the role of modulators of emotion regulation and mindfulness. *Progress in Psychiatry and Behavioral Sciences*, 12(4), 1-6. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.12108>

- Kiff, C. J., Lengua, L. J., & Zalewski, M. (2011). Nature and nurturing: parenting in the context of child temperament. *Clinical Child and Family Psychology Review*, *14*(3), 251-301. <https://doi.org/10.1007/s10567-011-0093-4>
- Kim, S., & Holloway, S. D. (2018). Parenting and young children's emotional self-regulation in urban Korean families. *Journal of Early Childhood Research*, *16*(3), 305-318. <https://doi.org/10.1177/1476718X18775759>
- Koole, S. L. (2010). The psychology of emotion regulation: an integrative review. In J. De Houwer, & D. Hermans (Eds.), *Cognition & emotion: Reviews of current research and theories* (pp. 128–167). Psychology Press.
- Laible, D. J., & Carlo, G. (2004). The differential relations of maternal and paternal support and control to adolescent social competence, self-worth, and sympathy. *Journal of Adolescent Research*, *19*(6), 759-782. <https://doi.org/10.1177/0743558403260094>
- Lansford, J. E., Laird, R. D., Pettit, G. S., Bates, J. E., & Dodge, K. A. (2014). Mothers' and fathers' autonomy-relevant parenting: longitudinal links with adolescents' externalizing and internalizing behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, *43*(11), 1877-1889. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0079-2>
- Larson, R. W., Richards, M. H., Moneta, G., Holmbeck, G., & Duckett, E. (1996). Changes in adolescents' daily interactions with their families from ages 10 to 18: disengagement and transformation. *Developmental Psychology*, *32*(4), 744-754. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.32.4.744>
- Lennarz, H. K., Hollenstein, T., Lichtwarck-Aschoff, A., Kuntsche, E., & Granic, I. (2019). Emotion regulation in action: use, selection, and success of emotion regulation in adolescents' daily lives. *International Journal Of Behavioral Development*, *43*(1), 1-11. <https://doi.org/10.1177/0165025418755540>
- Li, J. B., Willems, Y. E., Stok, F. M., Deković, M., Bartels, M., & Finkenauer, C. (2019). Parenting and self-control across early to late adolescence: a three-level meta-analysis. *Perspectives on Psychological Science*, *14*(6), 967-1005. <https://doi.org/10.1177/1745691619863046>
- Liew, J., Kwok, O., Chang, Y., Chang, B. W., & Yeh, Y. (2014). Parental autonomy support predicts academic achievement through emotion-related self-regulation and adaptive skills in Chinese American adolescents. *Asian American Journal of Psychology*, *5*(3), 214–222. <https://doi.org/10.1037/a0034787>
- Ma, H., Zhang, H., & Zhang, X. (2022). The relationship between parenting style and emotional development during adolescence: the effects of gender difference. In 2022 8th

- International Conference on Humanities and Social Science Research. *Atlantis Press*, 1889-1894. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220504.342>
- Maccoby, E. (2000). Parenting and its effects on children: on reading and misreading behavior genetics. *Annual Review of Psychology*, 51(1), 1-27. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.51.1.1>
- Macklem, G. L. (2008). *Practitioner's guide to emotion regulation in school-aged children*. Springer.
- Maia, F. A., & Soares, A. B. (2019). Diferenças nas práticas parentais de pais e mães e a percepção dos filhos adolescentes. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 10(1), 69-82. <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2019v10n1p59>
- Manfroi, E. C., Macarini, S. M., & Vieira, M. L. (2011). Comportamento parental e o papel do pai no desenvolvimento infantil. *Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano*, 21(1), 59-69. <https://doi.org/10.7322/jhgd.19996>
- Manzeske, D. P., & Stright, A. (2009). Parenting styles and emotional regulation: the role of behavioral and psychological control during young adulthood. *Journal of Adult Development*, 16(4), 223-229. <https://doi.org/10.1007/s10804-009-9068-9>
- Marôco, J. (2021). *Análise Estatística com o SPSS Statistics* (8ª ed.). ReportNumber.
- Maroco, J., & Garcia-Marques, T. (2006). Qual a fiabilidade do alfa de Cronbach? Questões antigas e soluções modernas?. *Laboratório de Psicologia*, 4(1), 65-90. <https://doi.org/10.14417/lp.763>
- Martinez, I., Garcia, F., Veiga, F., Garcia, O. F., Rodriguez, Y., & Serra, E. (2020). Parenting styles, internalization of values and self-esteem: a cross-cultural study in Spain, Portugal and Brazil. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 1-18. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072370>
- Matejevic, M., Jovanovic, D., & Jovanovic, M. (2014). Parenting style, involvement of parents in school activities and adolescents' academic achievement. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 128, 288-293. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.03.158>
- McClun, L. A., & Merrell, K. W. (1998). Relationship of perceived parenting styles, locus of control orientation, and self-concept among junior high age students. *Psychology in the Schools*, 35(4), 381-390. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1520-6807\(199810\)35:4<381::AID-PITS9>3.0.CO;2-S](https://doi.org/10.1002/(SICI)1520-6807(199810)35:4<381::AID-PITS9>3.0.CO;2-S)

- McGillicuddy-De Lisi, A. V., & De Lisi, R. (2007). Perceptions of family relations when mothers and fathers are depicted with different parenting styles. *The Journal of Genetic Psychology, 168*(4), 425-442. <https://doi.org/10.3200/GNTP.168.4.425-442>
- McKinney, C., & Renk, K. (2008). Differential parenting between mothers and fathers: implications for late adolescents. *Journal of Family Issues, 29*(6), 806–827. <https://doi.org/10.1177/0192513X07311222>
- Medeiros, R., Relva, I., & Fernandes, O. (2022). Funcionamento familiar e a sua relação com a regulação emocional na adolescência. *PsychTech & Health Journal, 5*(2), 11-29. <https://doi.org/10.26580/PTHJ.art38-2022>
- Mikolajczak, M., Nelis, D., Hansenne, M., & Quoidbach, J. (2008). If you can regulate sadness, you can probably regulate shame: associations between trait-emotional intelligence, emotion regulation and coping efficiency across discrete emotions. *Personality and Individual Differences, 44*(6), 1356-1368. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.12.004>
- Miller, J. M., DiIorio, C., & Dudley, W. (2002). Parenting style and adolescent's reaction to conflict: is there a relationship?. *Journal of Adolescent Health, 31*(6), 463-468. [https://doi.org/10.1016/s1054-139x\(02\)00452-4](https://doi.org/10.1016/s1054-139x(02)00452-4)
- Mishra, P., & Kiran, U. V. (2018). Parenting style and social anxiety among adolescents. *International Journal of Applied Home Science, 5*(1), 117-123. <http://scientificresearchjournal.com/wp-content/uploads/2017/12/Home-Science-Vol-5-A-117-123-Full-Paper.pdf>
- Moilanen, K. L., Padilla-Walker, L. M., Blaacker, D. R. (2018). Dimensions of short-term and long-term self-regulation in adolescence: associations with maternal and paternal parenting and parent-child relationship quality. *Journal of Youth and Adolescence, 47*(7), 1409-1426. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0825-6>
- Moreira, H., & Canavarro, M. C. (2020). Mindful parenting is associated with adolescents' difficulties in emotion regulation through adolescents' psychological inflexibility and self-Compassion. *Journal of Youth and Adolescence, 49*(1), 192–211. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01133-9>
- Moreira, H., Gouveia, M. J., & Canavarro, M. C. (2020). A bifactor analysis of the Difficulties in Emotion Regulation Scale - Short Form (DERS-SF) in a sample of adolescents and adults. *Current Psychology, 41*, 757-782. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00602-5>
- Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., & Houlberg, B. J. (2017). The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence. *Child Development Perspectives, 11*(4), 233-238. <https://doi.org/10.1111/cdep.12238>

- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development, 16*(2), 361-388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Sessa, F. M., Avenevoli, S., & Essex, M. J. (2002). Temperamental vulnerability and negative parenting as interacting predictors of child adjustment. *Journal of Marriage and Family, 64*(2), 461-471. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00461.x>
- Mulyati, H., LN. S. Y., & Supriatna, M. (2019). Emotion regulation in adolescents. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research, 399*, 129-132. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200130.097>
- Neumann, A., van Lier, P. A. C., Gratz, K. L., & Koot, H. M. (2010). Multidimensional assessment of emotion regulation difficulties in adolescents using the difficulties in emotion regulation scale. *Assessment, 17*(1), 138-149. <https://doi.org/10.1177/1073191109349579>
- Nurany, P. N., Adiyanti, M. G., & Hassan, Z. (2022). Parental expressed emotions and depression among adolescents: the mediating role of emotion regulation. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi, 7*(2), 195-210. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.12556>
- Ockwell-Smith, S. (2017). *Gentle Discipline: Using Emotional Connection- Not Punishment- to Raise Confident, Capable Kids* (1^a ed.). TarcherPerigee.
- Oliva, A., Parra, A., Sanchez-Queija, I., & López, F. (2007). Estilos educativos materno y paterno: evaluación y relación con el ajuste adolescente. *Anales de Psicología, 23*(1), 49-56. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/23201>
- Pacheco, J. T. B., Silveira, L. M. O. B., & Schneider, A. M. A. (2008). Estilos e práticas educativas parentais: análise da relação desses construtos sob a perspectiva dos adolescentes. *Psico, 39*(1), 66-73. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-521067>
- Pakaluk, C. R., & Price, J. (2020). Are mothers and fathers interchangeable caregivers? *Marriage & Family Review, 56*(8), 784-793. <https://doi.org/10.1080/01494929.2020.1778318>
- Palmeira, L., Gouveia, J. P., Dinis, A., Lourenço, S., & Veloso, M. (2010). O efeito mediador da regulação emocional na relação entre a expressividade emocional da família de origem e as reações maternas à expressão de emoções positivas das crianças. *Psychologica, 52*(2), 423-448. https://doi.org/10.14195/1647-8606_52-2_18

- Pereira, A. A. F., Barbosa-Ducharne, M., & Teixeira, P. M. (2014). Propriedades psicométricas da Escala de Percepção do Funcionamento Parental – mãe e pai. *Avaliação Psicológica*, 13(3), 447-455. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v13n3/v13n3a17.pdf>
- Pinto, H. M., Carvalho, A. R., & Sá, E. N. (2014). Os estilos educativos parentais e a regulação emocional: estratégias de regulação e elaboração emocional das crianças em idade escolar. *Análise Psicológica*, 32(4), 387-400. <https://doi.org/10.14417/ap.844>
- Power, T. G. (2013). Parenting dimensions and styles: a brief history and recommendations for future research. *Childhood Obesity*, 9, 14-21. <https://doi.org/10.1089/chi.2013.0034>
- Pranitha, R., Kiruthika, V., & Yuva, S. H. (2022). Impact of parenting style on resilience among adolescent and early adults. *Journal of Pharmaceutical Negative Results*, 13(5), 2046-2064. <https://www.pnrjournal.com/index.php/home/article/view/3853>
- Raboteg-Saric, Z., & Sakic, M. (2014). Relations of parenting styles and friendship quality to self-esteem, life satisfaction and happiness in adolescents. *Applied Research in Quality of Life*, 9(3), 749-765. <https://doi.org/10.1007/s11482-013-9268-0>
- Ravindran, N., Hu, Y., McElwain, N. L., & Telzer, E. H. (2020). Dynamics of mother-adolescent and father-adolescent autonomy and control during a conflict discussion task. *Journal of Family Psychology*, 34(3), 312-321. <https://doi.org/10.1037/fam0000588>
- Reichert, C. B., & Wagner, A. (2007). Autonomia na adolescência e sua relação com os estilos parentais. *Psico*, 38(3), 292-299. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/psi-42786>
- Renk, K., Liljequist, L., Simpson, J. E., & Phares, V. (2005). Gender and age differences in the topics of parent-adolescent conflict. *The Family Journal*, 13(2), 139-149. <https://doi.org/10.1177/1066480704271190>
- Riediger, M., & Klipker, K. (2014). Emotion regulation in adolescence. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 187-202). The Guilford Press.
- Rinhel-Silva, C. M., Constantino, E. P., & Rondini, C. A. (2012). Família, adolescência e estilos parentais. *Estudos de Psicologia*, 29(2), 221-230. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000200008>
- Ruiz-Hernández, J. A., Moral-Zafra, E., Llor-Esteban, B., & Jiménez-Barbero, J. A. (2019). Influence of parental styles and other psychosocial variables on the development of externalizing behaviors in adolescents: a systematic review. *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 11(1), 9-21. <https://doi.org/10.5093/ejpalc2018a11>

- Rutherford, H. J. V., Wallace, N. S., Laurent, H. K., & Mayes, L. C. (2015). Emotion regulation in parenthood. *Developmental Review, 36*, 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2014.12.008>
- S, it, oiu, A., & Pânis, oară, G. (2022). Emotional regulation in parental optimism—the influence of parenting style. *Sustainability, 14*(8), 1-14. <https://doi.org/10.3390/su14084509>
- Sanchis-Sanchis, A., Grau, M. D., Moliner, A., & Morales-Murillo, C. P. (2020). Effects of age and gender in emotion regulation of children and adolescents. *Frontiers in Psychology, 11*, 1-13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00946>
- Santos, A. C., Guedes, F., Ramos, L., Silva, C. M., & Guimarães, C. (2022). Regulação emocional: intervenção com crianças e adolescentes. In P. S. Carvalho, C. M. Silva, & L. Ramos (Coord.), *Contributos da Psicologia na UBI: da teoria à prática* (pp. 345-375). Universidade da Beira Interior.
- Sarwar, S. (2016). Influence of parenting style on children’s behaviour. *Journal of Education and Educational Development, 3*(2), 222-249. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2882540
- Shabbir, F., & Ishaq, K. (2019). Impact of perceived parenting style and emotional intelligence on communication competence among adolescents. *ARC Journal of Psychiatry, 4*(3), 1-21. <https://www.arcjournals.org/pdfs/ajp/v4-i3/1.pdf>
- Shaygan, M., Bostanian, P., Zarmehr, M., Hassanipour, H., & Mollaie, M. (2021). Understanding the relationship between parenting style and chronic pain in adolescents: a structural equation modelling approach. *BMC psychology, 9*(201), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00704-5>
- Shorer, M., Swissa, O., Levavi, P., & Swissa, A. (2019). Parental playfulness and children’s emotional regulation: the mediating role of parents’ emotional regulation and the parent-child relationship. *Early Child Development and Care, 191*(2), 1–11. <https://doi.org/10.1080/03004430.2019.1612385>
- Silva, E., & Freire, T. (2014). Regulação emocional em adolescentes e seus pais: da psicopatologia ao funcionamento ótimo. *Análise Psicológica, 32*(2), 187-198. <https://doi.org/10.14417/ap.746>
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., & Beyers, W. (2019). Parenting adolescents. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of Parenting: Volume 1- Children and Parenting* (pp. 111-167). Taylor & Francis.
- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Luyckx, K., & Goossens, L. (2006). Parenting and adolescent problem behavior: an integrated model with adolescent self-disclosure and perceived

- parental knowledge as intervening variables. *Developmental Psychology*, 42(2), 305-318. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.305>
- Stefano, L., & Corrêa, G. (2018). Terapia cognitivo-comportamental e regulação emocional na adolescência. *Disciplinarum Scientia*, 19(1), 25-37. <https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumCH/article/view/2564>
- Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52, 83-110. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.83>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: a theme in search of definition. In N. A. Fox (Ed.), *The development of emotion regulation: biological and behavioral considerations. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2/3), 25-52. <https://doi.org/10.2307/1166137>
- Valiente, C., & Eisenberg, N. (2006). Parenting and children's adjustment: the role of children's emotion regulation. In D. K. Snyder, J. A. Simpson & J. N. Huges (Eds.), *Emotion regulation in couples and families: Pathways to Dysfunction and Health* (pp.123-142). American Psychological Association.
- Van Lissa, C. J., Keizer, R., Van Lier, P. A., Meeus, W. H., & Branje, S. (2019). The role of fathers' versus mothers' parenting in emotion-regulation development from mid-late adolescence: disentangling between-family differences from within-family effects. *Developmental Psychology*, 55(2), 377-389. <https://doi.org/10.1037/dev0000612>
- Vrolijk, P., Van Lissa, C. J., Branje, S. J., Meeus, W. H., & Keizer, R. (2020). Longitudinal linkages between father and mother autonomy support and adolescent problem behaviors: between-family differences and within-family effects. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(11), 2372-2387. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01309-8>
- Waizenhofer, R. N., Buchanan, C. M., & Jackson-Newsom, J. (2004). Mothers' and fathers' knowledge of adolescents' daily activities: its sources and its links with adolescent adjustment. *Journal of Family Psychology*, 18(2), 348-360. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.18.2.348>
- Wang, Q., Pomerantz, E. M., & Chen, H. (2007). The role of parents' control in early adolescents' psychological functioning: a longitudinal investigation in the United States and China. *Child Development*, 78(5), 1592-1610. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2007.01085.x>
- Weber, L. N. D., Prado, P. M., Viezzer, A. P., & Brandenburg, O. J. (2004). Identificação de estilos parentais: o ponto de vista dos pais e dos filhos. *Psicologia: reflexão e crítica*, 17(3), 323-331. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722004000300005>

- Williams, K. E., Ciarrochi, J., & Heaven, P. C. L. (2012). Inflexible parents, inflexible kids: a 6-year longitudinal study of parenting style and the development of psychological flexibility in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(8), 1053-1066. <http://doi.org/10.1007/s10964-012-9744-0>
- Wright, E., Chase, M. A., Horn, T. S., & Vealey, R. S. (2019). United States parents' perfectionism, parenting styles and perceptions of specialization in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 45(6), 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101571>
- Yaffe, Y. (2023). Systematic review of the differences between mothers and fathers in parenting styles and practices. *Current Psychology*, 42(19), 6011–16024. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01014-6>
- Yahav, R. (2007). The relationship between children's and adolescents' perceptions of parenting style and internal and external symptoms. *Child: Care, Health and Development*, 33(4), 460-471. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2006.00708.x>
- Yao, H., Chen, S., & Gu, X. (2022). The impact of parenting styles on undergraduate students' emotion regulation: the mediating role of academic-social student-faculty interaction. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.972006>
- Zhou, Q., Eisenberg, N., Wang, Y., & Reiser, M. (2004). Chinese children's effortful control and dispositional anger/frustration: relations to parenting styles and children's social functioning. *Developmental Psychology*, 40(3), 352-366. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.40.3.352>
- Zimmer-Gembeck, M. J., & Skinner, E. A. (2011). The development of coping across childhood and adolescence: an integrative review and critique of research. *International Journal of Behavioral Development*, 35(1), 1-17. <https://doi.org/10.1177/0165025410384923>

ANEXOS

ANEXO A



comissaodeetica@ubi.pt
Convento de Santo António
6201-001 Covilhã | Portugal

Parecer relativo ao processo n.º CE-UBI-Pj-2022-068-ID-1533

Na sua reunião de 21 de março de 2023, a Comissão de Ética apreciou a documentação científica submetida referente ao pedido de parecer do projeto “**Regulação Emocional, Estilos Educativos Parentais e Bem-Estar Psicológico em Adolescentes: Avaliação e Intervenção**”, da proponente **Ana Rita Linhares Ferreira**, a que atribuiu o código n.º CE-UBI-Pj-2022-068.

Na sua análise não identificou matéria que ofenda os princípios éticos e morais, sendo de parecer que o estudo em causa pode ser **aprovado**.

Covilhã e UBI

A Presidente da Comissão de Ética

Assinado por: **AMÉLIA MARIA MONTEIRO
FERNANDES NUNES**
Num. de Identificação: B1102417849
Data: 2023.04.05 14:15:51+01'00'



(Professora Doutora Amélia Maria Monteiro Fernandes Nunes)

(Professora Auxiliar)